

## PENGALAMAN ORANGTUA DALAM MENGASUH ANAK AUTIS

### DI KOTA BANDA ACEH

Rosmala Dewi<sup>1</sup>, Inayatillah<sup>2</sup>, Rischa Yullyana<sup>3</sup>  
FKIP Universitas Syiah Kuala<sup>1</sup>, FISIP UIN Ar-Raniry<sup>2</sup>, FTK UIN Ar-Raniry<sup>3</sup>  
e-mail: rosmaladewi.pkk@fkip.unsyiah.ac.id<sup>1</sup>, inayatillah.ar@ar-raniry.ac.id<sup>2</sup>,  
yullyanarischa@gmail.com<sup>3</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengalaman orang tua dalam mengasuh anak autis. Bagaimana sikap ayah dan ibu ketika mengetahui anaknya autis? Apa saja upaya yang dilakukan ayah dan ibu dalam mengasuh anak autis? Apa saja kendala yang dihadapi ayah dan ibu dalam mengasuh anak autis? Permasalahan ini berangkat dari fenomena meningkatnya jumlah anak penderita autis di Indonesia khususnya Aceh sementara pengetahuan masyarakat Aceh tentang autis masih sangat minim apalagi ketrampilan dalam mengasuh anak autis. Oleh karena itu penelitian ini diharapkan dapat dijadikan *lesson learned* bagi orangtua yang mempunyai anak autis. Penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Data dan informasi dikumpulkan melalui wawancara mendalam pada orangtua yang mempunyai anak autis di Kota Banda Aceh. Analisa data dilakukan dari sejak awal penelitian sampai dengan pelaporan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak semua orangtua mengetahui anaknya menderita autis sejak lahir. Demikian juga dengan sikap dan penerimaan orangtua beragam bentuknya ketika mengetahui anaknya menderita autis. Konsekuensi dari sikap dan penerimaan orangtua ini akan sangat mempengaruhi pola asuh orangtua terhadap anak penderita autis. Pola asuh anak autis memiliki bentuk dan cara yang spesifik karena mereka memiliki keterbatasan dalam kontak mata, pendengaran dan komunikasi sehingga orangtua dituntut untuk mampu melatih kemandirian anak dalam melakukan aktivitas kesehariannya dengan pendisiplinan dan kepatuhan serta juga dengan memperhatikan nutrisi yang boleh dikonsumsi. Untuk mengatasi beragam permasalahan terkait pola asuh anak autis maka orangtua anak autis perlu mendapat dukungan dari keluarga besar, masyarakat, dan pemerintah terkait kebutuhan informasi dan fasilitas dalam mengasuh anak autis.

**Kata kunci:** *pengalaman orangtua, mengasuh, anak autis*

### Pendahuluan

Autis pertama kali diperkenalkan pada tahun 1943 oleh Leo Kanner. Gangguan ini sebagai ketidakmampuan untuk berinteraksi dengan orang lain, gangguan berbahasa yang ditunjukkan dengan penguasaan yang tertunda, *ecocalia*, *mutism*, pembalikan kalimat, adanya aktivitas bermain yang *repetitive* dan *stereotipik*, rute ingatan yang kuat, dan keinginan obsesif untuk mempertahankan keteraturan di dalam lingkungannya (Triantoro Safaria, 2005: 1).

Di Indonesia, autis juga mendapat perhatian luas dari masyarakat maupun profesional karena jumlah anak autis yang meningkat dengan cepat. Sampai saat ini belum ada data resmi mengenai jumlah anak autistik di Indonesia, namun lembaga sensus Amerika Serikat melaporkan bahwa pada tahun 2004 jumlah anak dengan ciri-ciri autis atau GSA di Indonesia mencapai 475.000 orang. Setiap anak autis adalah unik. Masing-masing memiliki simtom-simtom dalam

kuantitas dan kualitas yang berbeda. Karena itulah pada beberapa tahun terakhir ini muncul istilah ASD (Autistic Spectrum Disorder) atau GSA (Gangguan Spektrum Autistik).

Untuk Aceh belum diperoleh angka pasti jumlah anak autis tapi menurut Poppy Amelia anak-anak yang lahir di Aceh berpotensi mengalami gangguan autistik. Kondisi Aceh yang pernah mengalami konflik berkepanjangan dan bencana alam gempa dan tsunami bisa menjadi factor pemicu anak-anak lahir dengan autis karena sang ibu yang mengalami depresi atau tekanan batin. Sebagian besar keluarga yang memiliki anak autis cenderung menutup diri dan tidak mau berkonsultasi dengan psikolog atau dokter sehingga tidak dapat diketahui secara pasti jumlah anak penderita autis. Kecenderungan mereka tidak terbuka terhadap keberadaan anaknya yang autis karena ada sebagian orangtua yang pernah mendapatkan stigma negative dari masyarakat bahwa mereka tidak dapat mendidik anak. (<https://regional.kompas.com/read/2015/02/05>) Pada Agustus 2016, Aceh telah membuka Pusat Layanan Autis yang ditujukan untuk masyarakat yang kurang mampu dan sudah memulai aktivitas belajar kepada 24 anak autis. (<https://www.goaceh.co/berita/baca/2016/11/29>).

Sementara itu studi yang terkait dengan anak autis telah banyak dikaji para peneliti dari berbagai aspek. Kajian mengenai penerimaan diri orangtua terhadap keberadaan anak mereka yang autis sangat dipengaruhi oleh factor dukungan dari latar belakang agama, keluarga besar, tingkat pendidikan, kemampuan keuangan, usia, dan dukungan dari para ahli serta masyarakat. (Racmayanti & Zulkaida, 2007). Adapun resiliensi orangtua anak autis berdinamika sejak awal mendapat diagnose autis hingga proses memaknai keberadaan kondisi anaknya membutuhkan waktu yang lama. Awalnya orangtua anak autis stress, kecewa, bingung dan sedih tapi setelah proses adaptasi dan pemaknaan mereka mulai memandang positif dan menerima keberadaan anaknya sehingga menumbuhkan motivasi untuk kesembuhan anaknya. (Muniroh, 2010) Sedangkan strategi coping orangtua ketika mengetahui anaknya penyandang autis adalah berorientasi pada penyelesaian masalah dengan cara mencari informasi cara penyembuhan anak dan lembaga pendidikan yang cocok untuk anak. (Wardani, 2009). Untuk membangun komunikasi antara orang tua dengan anak penyandang autis dapat dilakukan dengan latihan kepatuhan yang diikuti dengan kontak mata dan bila anak mampu melakukannya akan mendapat imbalan pujian dan pelukan. (Boham, 2013)

Meskipun kajian tentang orangtua anak autis telah banyak dilakukan namun masih ada peluang untuk diteliti terkait pengalaman mereka ketika mengasuh anak autis. Hal ini berangkat dari satu argumen bahwa pola pengasuhan anak autis akan berbeda dengan anak normal dimana orangtua anak autis dituntut untuk selalu bersabar dan terus belajar agar dapat menyembuhkan

anaknya. Oleh karena itu artikel ini ditulis untuk mendeskripsikan berbagai pengalaman orangtua yang dialami ketika mengasuh dan mendidik anak autis.

## A. Kajian Teori

### 1. Pengertian Anak Autis

Autis pertama kali diperkenalkan pada tahun 1943 oleh Leo Kanner. Gangguan ini sebagai ketidakmampuan untuk berinteraksi dengan orang lain, gangguan berbahasa yang ditunjukkan dengan penguasaan yang tertunda, *ecocalia*, *mutism*, pembalikan kalimat, adanya aktivitas bermain yang *repetitive* dan *stereotipik*, rute ingatan yang kuat, dan keinginan obsesif untuk mempertahankan keteraturan di dalam lingkungannya (Triantoro Safaria, 2005: 1).

Menurut Wall (2004) dalam (Joko Yuwono, 2009: 25) dituliskan: *Autism is a lifelong developmental disability that prevents individual from properly understanding what they see, hear and otherwise sense. This result in severe problem of social relationships, communication and behavior.*

Autis dipahami sebagai gangguan perkembangan neurobiologis yang berat sehingga gangguan tersebut mempengaruhi bagaimana anak belajar, berkomunikasi, keberadaan anak dalam lingkungan, hubungan sosial dengan orang lain dan kemampuan anak dalam mengurus diri.

Pendapat lain mengemukakan bahwa anak autis suatu melakukan tindakan-tindakan tidak wajar, seperti menepuk-nepuk tangan mereka, mengeluarkan suara yang diulang-ulang, atau gerakan tubuh yang tidak bisa dimengerti seperti menggigit, memukul, atau menggaruk-garuk tubuh mereka sendiri. Kebanyakan tindakan ini berasal dari kurangnya kemampuan mereka untuk menyampaikan keinginan serta harapan kepada orang lain (Mirza Maulana, 2008 :13).

Mengacu pada pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa anak autis merupakan memiliki gangguan perkembangan neurobiologis yang meliputi gangguan berinteraksi, gangguan bahasa dan gangguan perilaku. Gangguan perkembangan pada anak autis dapat terlihat sebelum usia 3 tahun.

### 2. Karakteristik Anak Autis

Karakteristik anak autis yang terjadi pada setiap anak berbeda-beda satu sama lain. Perbedaan tersebut terlihat sangat spesifik diantara mereka. Namun, secara garis besar karakteristik tersebut antara lain :

#### a. Kemampuan komunikasi

Anak autis mengalami beberapa gangguan antara lain pada cerebellum yang berfungsi dalam sensorik, mengingat, perhatian, dan kemampuan bahasanya. Sekitar 50% anak autis mengalami keterlambatan dalam berbahasa dan berbicara (Yosfan Azwandi, 2005: 28). Banyak orang yang tidak memahami ucapan anak autis apabila diajak berbicara. Anak autis sering mengoceh tanpa arti yang dilakukan secara berulang-ulang dengan bahasa yang tidak dimengerti orang lain, berbicara tidak digunakan untuk berkomunikasi, serta senang meniru atau membeo (Agus Sunarya, 2004: 45). Anak biasanya berkomunikasi dengan menunjukkan suatu objek agar orang lain mengambil objek yang dimaksud.

Secara umum anak autis mengalami gangguan komunikasi verbal maupun non-verbal. Gejala yang sering muncul adalah sebagai berikut: perkembangan Bahasa lambat, senang meniru atau membeo, tampak seperti tuli, sulit berbicara, kadang kata yang digunakan tidak sesuai dengan artinya, mengoceh tanpa arti secara berulang-ulang, bicara tidak dipakai untuk alat berkomunikasi.

b. Gangguan perilaku

Anak autis mengalami gangguan pada sistem limbik yang merupakan pusat emosi sehingga menyebabkan kesulitan mengendalikan emosi, mudah mengamuk, marah, agresif, menangis tanpa sebab, takut pada hal-hal tertentu. Anak menyukai rutinitas yang dilakukan tanpa berpikir dan dapat berpengaruh buruk jika dilarang dan membangkitkan kemarahannya (Noor dalam Yosfan Azwandi, 2005: 17). Anak autis menunjukkan pola perilaku, minat, dan kegiatan yang terbatas, pengulangan dan stereotipik. Perilaku ini cenderung membentuk sikap kaku dan rutin dalam setiap aktivitas, sering membeo, sering menarik tangan orang dewasa bila menginginkan sesuatu, acuh tak acuh ketika diajak berbicara, mencederai diri sendiri, tidak tertarik pada mainan (Yuniar dalam Pamuji 2007 : 12).

Perilaku negatif yang muncul pada anak sebenarnya tidak terjadi karena tanpa sebab. Gangguan pada komunikasi menjadi salah satu penyebab munculnya perilaku tersebut. Kemampuan interaksi sosial Anak mengalami hambatan perhatian terhadap lingkungan yang disebabkan karena adanya gangguan pada lobus parietalis. Selain itu, ketika dalam berinteraksi sosial, anak autis sedikit atau bahkan tidak ada kontak mata terhadap lawan interaksinya (Noor dalam Yosfan Azwandi 2005 : 17). Anak autis lebih suka menyendiri, tidak ada atau sedikit

kontak mata bahkan menghindar untuk bertatapapan, tidak tertarik untuk bermain bersama teman.

c. Gangguan Interaksi Sosial

Gangguan interaksi sosial ditunjukkan anak dengan menghindari bahkan menolak kontak mata, tidak mau menoleh jika dipanggil, tidak ada usaha untuk melakukan interaksi dengan orang lain, lebih senang bermain sendiri, tidak dapat merasakan empati, seringkali menolak untuk dipeluk, menjauh jika didekati untuk diajak bermain. Selain itu, anak berinteraksi dengan orang lain dengan cara menarik-narik tangan orang lain untuk melakukan apa yang diinginkannya.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa karakteristik pada anak autis yaitu mencakup anak autis mengalami kesulitan dalam berkomunikasi dengan orang lain, meskipun pada anak autis yang dapat berbicara, ketidakpedulian dengan lingkungan sosial. Dalam berperilaku, anak autis memperlihatkan gerakan berulang-ulang atau bahkan berdiam diri tidak banyak melakukan kegiatan.

### 3. Penyebab Autis

Koegel dan Lazebnik (Tin Suharmini, 2009: 72), mengatakan bahwa penyebab anak mengalami gangguan autis adalah adanya gangguan neurobiologis. Berdasarkan penjelasan ini bahwa kelainan yang dialami anak autis disebabkan ada kelainan dalam neurobiologis atau gangguan dalam sistem syarafnya.

Autis banyak disebabkan oleh gangguan syaraf otak, virus yang ditularkan ibu ke janin, dan lingkungan yang terkontaminasi zat beracun. Penjelasan tersebut menegaskan bahwa yang menyebabkan anak mengalami autis terdiri dari beberapa faktor internal dan juga faktor eksternal (Galih Vesakriyanti, 2008: 17).

Penyebab anak dapat mengalami gangguan autis adalah faktor keturunan atau genetika, infeksi virus dan jamur, kekurangan nutrisi dan oksigen, serta akibat polusi udara, air dan makanan (Y.Handojo, 2003:14).

Hal ini senada dengan penjelasan Galih Vesakriyanti di atas. Beberapa pendapat yang telah disampaikan para ahli di atas mengenai penyebab anak mengalami autis, dikuatkan oleh pendapat yang disampaikan oleh Nakita (Pamuji, 2007: 9).

Menurut Nakita gangguan autis disebabkan oleh empat faktor yaitu faktor genetik atau keturunan, faktor prenatal yang dialami saat ibu hamil bisa jadi ibu terinfeksi virus TORCH,

kemudian faktor neonatal yaitu saat prosesi ibu melahirkan anaknya mengalami permasalahan atau faktor pascanatal dan lebih mengarah pada lingkungan anak.

Berdasarkan pendapat di atas mengenai penyebab anak mengalami autisme, maka dapat disimpulkan bahwa anak autisme bisa disebabkan karena gangguan atau kelainan yang dialami pada saat prenatal, neonatal, pascanatal dan karena faktor genetik.

#### 4. Pengertian Pola Asuh

Pola asuh yang terdiri dari kata “pola” dan “asuh”. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) kata “pola” berarti corak, model, sistem cara kerja, bentuk (struktur) yang tetap, sedangkan “asuh” berarti menjaga (merawat dan mendidik) anak kecil, membimbing (membantu, melatih dsb) supaya dapat berdiri sendiri (orang atau negeri) dan memimpin (mengepalai, menyelenggarakan) suatu badan kelembagaan. Dalam hal ini pola asuh dimaksudkan segala aspek yang berkaitan dengan merawat, mendidik, membimbing guna membantu dan melatih anak dalam menjalani kehidupan. Noor, Rohinah (2012: 134) pola asuh dapat didefinisikan sebagai pola interaksi antara anak dengan orangtua yang meliputi pemenuhan kebutuhan fisik (seperti makan, minum, dan lain-lain) dan kebutuhan psikologis (Seperti rasa aman, kasih sayang dll) serta sosialisasi norma-norma yang berlaku di masyarakat agar anak dapat hidup selaras dengan lingkungannya.

Pola asuh orangtua merupakan interaksi anak dan orang tua selama mengadakan kegiatan pengasuhan. Pengasuhan ini berarti mendidik, membimbing dan mendisiplinkan untuk mencapai kedewasaan sesuai dengan norma yang ada di dalam masyarakat (Tarmuji, Tarsis 2001: 37).

Adapun pendapat lain mengemukakan bahwa pola asuh berarti bagaimana orangtua memperlakukan anak, mendidik, membimbing dan mendisiplinkan serta melindungi anak dalam mencapai proses kedewasaan, hingga kepada upaya pembentukan norma-norma yang diharapkan oleh masyarakat pada umumnya (Casmimi, 2007: 47).

Selain ini, menurut Tri Marsiyanti dan Farida H (2005: 51) mengemukakan bahwa pola asuh adalah ciri khas dari gaya pendidikan, pembinaan, pengawasan sikap, hubungan dan sebagainya yang diterapkan orangtua kepada anaknya. Pola asuh orangtua akan mempengaruhi perkembangan anak mulai dari kecil sampai anak dewasa.

Mengacu pada pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pola asuh orang tua merupakan hubungan yang melibatkan interaksi antara orang tua dengan anak selain pemenuhan kebutuhan fisik, kebutuhan psikologi, orang tua juga ikut serta dalam kegiatan mendidik dan mendisiplinkan anak untuk mencapai tujuan hidupnya.

## **B. Metode Penelitian**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi deskriptif. Fenomenologi adalah suatu pendekatan dalam mempelajari makna dari pengalaman manusia dalam menjalani fase dalam kehidupannya (Dharma, 2015). Pendekatan ini dipilih oleh karena peneliti ingin mengetahui gambaran yang mendalam dan jelas tentang suatu fenomena berdasarkan pengalaman orang tua dalam mengasuh anak autis.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Purposive Sampling* yaitu orang tua yang mempunyai anak Autis. Jumlah sampel 2 informan. Sebelum melakukan wawancara mendalam peneliti menyusun naskah wawancara (*interview scrip*) sebagai pedoman agar proses wawancara saling berkaitan satu sama lainnya (Afiyanti, 2012). Peneliti melakukan wawancara semi berstruktur yaitu wawancara secara mendalam dengan menggunakan pertanyaan terbuka dilengkapi catatan lapangan (*field note*), pedoman wawancara dan menggunakan *tape recorder* untuk merekam hasil wawancara. Selanjutnya data yang telah terkumpul dianalisis secara kualitatif.

### **C. Pembahasan**

#### **1. Sikap dan penerimaan diri orangtua ketika mengetahui anaknya penyandang autis**

Berdasarkan hasil wawancara terhadap informan didapatkan hasil bahwa sebagian besar informan merasa sedih karena anaknya tidak seperti anak yang lainnya, bingung apa yang harus dilakukan, namun informan berusaha pasrah dan menerima kondisi anaknya. Selain itu informan merasa sulit berkomunikasi dengan anak, tidak tahu apa yang diminta oleh anak, sering hilang dari rumah, informan butuh teman saat keluar dengan anaknya dan juga terkait masalah ekonomi. Namun terdapat satu informan yang menolak apa yang terjadi pada anak, menyalahkan diri sendiri dan orang lain, namun informan berusaha untuk berdamai dengan dirinya sendiri dan pasrah menerima kondisi anak.

Saat pertama kali informan mengetahui anaknya mengalami autis, yang difikirkan oleh informan adalah memikirkan bagaimana masa depan anak, kasihan melihat kondisi anak, selain itu juga informan tidak percaya atas apa yang terjadi pada anak, bertanya-tanya pada diri sendiri, memikirkan bahwa autis dapat cepat sembuh tetapi ternyata butuh proses untuk menyembuhkannya, memikirkan biaya yang dibutuhkan. Kemudian informan berusaha untuk menerima kondisi anak dan mengobati anak dengan terapi. Terdapat satu informan yang menyalahkan diri sendiri dan orang lain, berusaha mengelak kondisi anak, tidak percaya atas apa yang terjadi pada anak saat pertama kali mengetahui anaknya mengalami autis, kemudian informan juga sering menangis saat teringat kondisi anak.

Rogers, Dawson, dan Vismara (2012) menjelaskan bahwa banyak keluarga yang merasa sedih karena harapan dan impian mereka akan masa depan anak harus tertunda setelah mengetahui anaknya terdiagnosa autis. Beberapa orang melihat hal ini sebagai ‘tekanan‘ yang membuat orang tua menjadi depresi. Hal tersebut sesuai dengan teori menurut Hurlock (2001), bahwa respon orang tua terhadap anggota keluarga yang mengalami psikopatologis akan mempengaruhi sikap orang tua terhadap anggota keluarga yang mengalami psikopatologis, selain itu persepsi orang tua mengenai konsep “keluarga idaman” yang terbentuk secara turun temurun akan didasarkan pada gambaran keluarga ideal, dalam hal ini adalah kondisi anak sebagai “anak sempurna” yang normal dan berkembang dengan baik. Kemudian hal tersebut juga didukung oleh Kubler Ross (2008) bahwa sebelum mencapai tahap penerimaan individu akan melalui beberapa tahap, salah satunya adalah denial (penolakan) tahap ini dimulai dari rasa tidak percaya saat menerima diagnose dari seorang ahli. Perasaan keluarga selanjutnya akan timbul rasa kebingungan. Manifestasi dari kebingungan tersebut dapat berupa bingung atas arti diagnosa, bingung akan apa yang harus dilakukan, serta bingung atas peristiwa yang terjadi pada keluarganya. Tindakan penolakan akan menimbulkan perasaan menyiksa pada seluruh anggota keluarga.

Ibu merupakan tokoh yang lebih rentan terhadap masalah penyesuaian. Hal ini dikarenakan ibu berperan langsung dalam kelahiran anak. Biasanya ibu cenderung mengalami perasaan bersalah dan depresi yang berhubungan dengan ketidakmampuan anaknya dan ibu lebih mudah terganggu secara emosional. Ibu juga merasa stress karena perilaku yang ditampilkan oleh anaknya seperti tantrum, hiperaktif, kesulitan bicara, perilaku yang tidak lazim, ketidakmampuan bersosialisasi dan berteman (Cohen&Volkmar, dalam Hadis, 2006). Saat mengetahui anaknya mengalami autis informan merasa sedih, menyalahkan diri sendiri, kecewa, kasihan melihat kondisi anak, sakit hati saat ada orang yang memandang anaknya berbeda dari anak yang lain, tidak percaya tentang kondisi anak, namun informan berusaha untuk menerima kondisi anak dengan ikhlas. Selain itu juga terdapat 1 informan yang merasa bersalah pada anak karena sibuk bekerja sehingga kurang memiliki waktu dengan anak. Hal tersebut didukung oleh Kubler Ross (2008) adanya reaksi emosi atau marah pada keluarga yang memiliki anggota keluarga penderita autis. Selain itu orang tua akan lebih sensitive terhadap masalah-masalah kecil yang pada akhirnya akan berpotensi memunculkan kemarahan. Hal tersebut dapat dilakukan pada dokter, saudara, anggota keluarga yang lain, atau teman-teman. Kemudian muncul keputusasaan dan kehilangan harapan. Selain itu dalam kondisi depresi dapat menimbulkan rasa bersalah, kecewa, menunjukkan sikap menarik diri, tidak mau bicara, hal ini biasa dialami oleh ibu,



dengan kekhawatiran yang muncul atas keadaan yang sedang dihadapi merupakan kelalaian selama masa kehamilan atau bahkan akibat dari dosa masa lalu. Selanjutnya keluarga memilih untuk pasrah dan mencoba menerima keadaan anggota keluarga yang menderita autis dengan tenang. Saat mengetahui anaknya mengalami autis, yang dilakukan oleh informan adalah langsung membawa anak ke dokter, psikolog, atau terapi. Selain itu informan juga mencari informasi ke dokter, internet, buku mengenai autis, cara merawat, sekolah, apa yang boleh dan tidak boleh untuk anak autis, kemudian mencari tempat terapi dan membawa anak untuk terapi.

Pada tahun-tahun pertama pengasuhan anak autis, orang tua akan menemukan berbagai stresor (Troy, Connolly, dan Novak, 2007). Luong, Yoder dan Canham (2009) menemukan bahwa orang tua yang memiliki anak autis pada mulanya akan menolak kondisi anak. Hal ini terjadi karena kurangnya pengetahuan mengenai masalah autis. Orang tua yang berusaha menerima anak, akan mencari informasi dan membangun koneksi untuk menyembuhkan anaknya yang autis. Seiring dengan interaksi sosial yang dilakukan, maka terbentuk dukungan-dukungan sosial dari keluarga, pusat terapi, dan komunitas pemerhati anak autis (support group). Dukungan sosial seperti inilah yang menambah informasi orang tua mengenai sindrom autis sehingga orang tua dapat bertindak dengan tepat untuk kesembuhan anak.

Subjek penelitian juga menunjukkan tingginya pengakuan terhadap anak serta mengekspresikan kasih dan sayang pada anak secara terbuka. Pengakuan secara terbuka dapat meningkatkan rasa percaya diri orang tua untuk memunculkan anak di masyarakat. Luong, Yoder, dan Canham (2009) menemukan fenomena pada orang tua yang telah menerima keberadaan anak, akan mengacuhkan pendapat orang lain mengenai keanehan anaknya, dan berfokus pada proses pengasuhan hingga berani meninggalkan dunia karirnya.

Williams & Lynn (2010) menemukan penerimaan juga terwujud dari dukungan kerabat intim, seperti keluarga dan pasangan hidup (suami atau istri). Dukungan dari keluarga inti dapat menjadi pondasi bagi orang tua dalam mengasuh anak yang memiliki keterbatasan. Luong, Yoder dan Canham (2009) menyatakan, 90% penyebab utama orang tua mengalami kesulitan adalah menerima anak autis, adalah perasaan terisolasi dari keluarganya sendiri karena tidak memperoleh dukungan untuk membesarkan anak autis.

Neundofer (dalam Chappel, 1996) menemukan bahwa terdapat empat metode coping yang secara signifikan berfungsi dalam proses pengasuhan, yakni rasa percaya diri, kemampuan menganalisa masalah, dukungan spiritual, serta keterlibatan anggota keluarga. Keempat metode ini dapat menjadi cara efektif untuk mencapai penerimaan orang tua, sebab

menurut Chappel (1996) improvisasi pengasuhan akan semakin berkembang dari waktu ke waktu karena terjadi proses adaptasi sehingga caregivers akan menjadi handal dalam mengasuh karena merasa nyaman dan menerima perannya. Semakin lama pengasuhan terjadi, maka akan semakin berkembang pula kompetensi pengasuhan. Dukungan spiritualitas dapat menjadi penolong dalam mencapai penerimaan dalam pengasuhan, namun bukan satu-satunya metode untuk mencapai penerimaantersebut (Chappel, 1996).

2. Upaya yang dilakukan orang tua dalam mengasuh anak autis

Ada berbagai upaya yang dilakukan orangtua dalam mengasuh anak autis, diantaranya:

a. Mengatur diet/ makanan

Salah satu perawatan khusus yang disampaikan oleh orang tua dalam penelitian tentang nutrisi pada anak autis adalah di jalankannya program diet atau pantangan jenis makanan tertentu pada anak autis seperti tidak makan telur, susu, coklat, permen gula, *gluten*, mie, *ciki-ciki*, *micin* dsb.

Diet yang telah dilakukan orang tua pada anak dalam penelitian ini ternyata telah memberikan dampak yang lebih baik pada aktivitas atau perilaku anak untuk hidup lebih teratur dan mencegah terjadinya agresivitas pada anak autis tersebut.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pernyataan yang telah disampaikan oleh Yayasan Autis Indonesia (2009) tentang metode terapi dan diet untuk anak autis yang menjelaskan tentang diet Gluten free, Casein Free (GFCF), yakni sebuah metode diet yang paling populer untuk mengatasi gejala autis yaitu agresivitas. Diet ini diatur dengan cara menghilangkan gluten (protein yang terdapat pada tepung terigu, gandum atau oats) dan casein (protein yang terdapat pada produk susu dan olahannya).

b. Toileting (mandi, berpakaian dan berhias)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa beberapa kegiatan toileting yang berupa mandi, berpakaian dan berhias cukup sulit untuk dilakukan anak autis pada usia sekolah. Hal ini dikarenakan setiap anak autis memiliki rangsangan motorik halus yang berbeda antara satu dengan yang lainnya. Anak autis dalam penelitian ini ada yang masih kesulitan mengancing baju, mandi terlalu lama, bisa memakai baju sendiri namun belum mengetahui mana posisi baju yang letaknya di depan (dada) dan baju yang letaknya di belakang (punggung).

c. Eliminasi (BAB dan BAK)

*Toilet training* pada anak merupakan suatu usaha untuk melatih kemampuan anak mengontrol dalam melakukan buang air kecil dan buang air besar .Hasil penelitian ini

menunjukkan bahwa *toilet training* anak merupakan pencapaian yang teramat sulit dilakukan oleh anak autis selama menjalani perawatan. Kebanyakan anak autis dalam penelitian ini memiliki reaksi yang tidak biasa terhadap beragam rangsangan sensorik terkait eliminasi seperti ketakutan pada ubin WC yang dingin, tidak bisa duduk atau jongkok di kloset, tidak mau BAB dan BAK selain dirumah, tidak paham dimana boleh BAB dan BAK dan sebagainya. Hasil wawancara dengan partisipan diketahui bahwa toilet training yang telah dilakukan oleh orang tua pada anaknya tercapai saat anak mereka berusia 8 sampai 9 tahunan.

d. Tidur

Hasil wawancara menemukan bahwa anak autis dalam penelitian ini pernah mengalami gangguan tidur. Ibu dalam penelitian ini mengakui bahwa anak akan mengalami gangguan tidur dan menjadi hiperaktif apabila ibu tidak menjalankan program diet GFCF pada anak. Ibu yang mempraktekkan diet GFCF ini telah membuktikan bahwa anak autis dengan diet yang ketat dengan pengaturan makanan berupa pantangan terhadap jenis makanan tertentu, ternyata anak tidak mengalami agresivitas dan tidurnya akan menjadi lebih teratur.

e. Komunikasi

Komunikasi yang baik pada anak autis dalam kehidupan sehari-hari merupakan harapan terbesar bagi orang tua. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat gangguan komunikasi pada semua anak autis dalam penelitian ini berupa komunikasi yang tidak sesuai dengan usianya. Permasalahan komunikasi tersebut meliputi komunikasi searah, tidak lancar berbicara, hanya mampu membaca dan menulis kata pendek serta tidak mampu bersosialisasi.

Komunikasi merupakan salah satu kunci utama bagi seorang anak dalam berinteraksi dengan lingkungannya sehingga perlu dibuat suatu pembelajaran komunikasi secara konsisten. Lingkungan yang konsisten merupakan cara terbaik bagi anak autis untuk belajar, Konsisten itu meliputi dari komunikasi dalam interaksi sosial disiplin dan pengalaman.

Ketidakmampuan anak autis dalam berinteraksi dan berkomunikasi untuk menyampaikan keinginannya, seringkali menyebabkan anak autis sulit untuk ditebak, cenderung suka marah dan tidak dapat mengendalikan emosi.

3. Kendala yang dihadapi orang tua ketika mengasuh anak autis

Anak autis mempunyai permasalahan dalam pendengaran, bicara atau mengalami keterlambatan pertumbuhan. Orangtua sering kali melaporkan adanya interaksi yang tidak normal seperti kurangnya kontak mata, respon wajah yang minimal dan ketidakmampuan bicara.

Masalah lain yang sering dihadapi orang tua adalah kurangnya respon dengan orang lain. Pola asuh yang harus diberikan harus lebih spesifik berkaitan dengan gejala klinis yang dialami oleh anak autis dibandingkan dengan anak yang normal. Fokus pelayanan pola asuh yang diberikan pada anak autis adalah menstabilkan stimulus lingkungan, penyediaan dukungan, meningkatkan komunikasi, mempertahankan keamanan lingkungan, memberikan bimbingan antisipasi kepada orang tua dan memberikan dukungan emosional.

Orang tua dalam penelitian ini menyatakan bahwa pola asuh khusus pada anak autis sangat berkaitan dengan faktor keamanan dan keberhasilan pola asuh anak autis sehingga mereka memerlukan pengawasan yang lebih ketat. Perasaan anak yang lebih peka dibandingkan dengan anak yang normal juga membuat orang tua lebih memperhatikan kebutuhan anak. Berbagai macam cara yang telah dilakukan oleh orang tua dalam mengatasi setiap permasalahan dalam pola asuh anak dengan autis dalam penelitian ini adalah memperhatikan kebutuhan anak dengan memberikan perhatian, kasih sayang, penerimaan, penyediaan fasilitas pendidikan baik di rumah maupun di sekolah, melakukan kontrol makanan dsb.

Dukungan yang didapatkan orang tua dalam mengasuh anak autis :

Kebutuhan dukungan orang tua dalam merawat anak autis telah diungkapkan oleh orang tua dalam penelitian ini yakni dukungan fisik (kedekatan antara keluarga, guru, penyediaan fasilitas, dana, dan sebagainya), dukungan emosional (tempat berkeluh kesah orang tua), dan dukungan informasi (buku, internet, sekolah, teman dan compact disc/ CD).

Dukungan yang diperoleh orang tua (seperti keluarga besar) secara signifikan menurunkan tingkat depresi pada orang tua yang mempunyai anak autis. Dukungan bagi anak autis juga sangat diharapkan dari pemerintah, berupa penyediaan fasilitas yang mendukung anak autis untuk dapat menempuh pendidikan umum seperti halnya anak yang normal.

#### **D. Kesimpulan**

Pola asuh yang diterapkan orangtua anak autis memiliki kekhususan tersendiri karena kondisi anak autis akan berbeda dengan anak normal. Orangtua anak autis harus memiliki pengetahuan khusus tentang cara mengasuh dan mendidik karena anak autis memiliki permasalahan dalam pendengaran dan komunikasi serta juga kurangnya kontak mata dan respon wajah minimal. Untuk melatih kemandirian anak autis dalam aktivitas keseharian seperti, mandi, berpakaian, buang air kecil, buang air besar dan aktivitas lainnya dibutuhkan kesabaran orangtua dalam mendisiplinkan anak agar patuh dan taat dengan apa yang telah dilatih. Selain itu orang tua dituntut untuk mengatur makanan dan nutrisi anak autis karena ada makanan tertentu yang tidak boleh dikonsumsi anak autis. Pengaturan makanan anak autis akan dapat mencegah agresivitas pada anak.

#### **Daftar Pustaka**

- Agus Sunarya. (2004). *Terapi Autisme., Anak Berbakat, dan Anak Hiperaktif*. Jakarta: Progres.
- Asmaliyah. (2009). Skripsi. *Hubungan Antara Persepsi Remaja Awal Terhadap Pola Asuh Orang Tua Otoriter dengan Motivasi Berprestasi*. Yogyakarta. Universitas Islam Negeri Yogyakarta.
- Chappel, M.J. (1996). *The relationship between spirituality and depression in family caregivers of the elderly* [paper 289 diunduh dari works at: <http://scholarworks.gvsu.edu/theses>]. Tesis master: Grand Valley State University.
- Casmini. (2007). *Emotologi Parenting Dasar-Dasar Pengasuhan Kecerdasan Emosi Anak*. Yogyakarta: P\_Idea (kelompok pilar media).
- Desy Sulisty Wardani. (2009). Strategi Coping Orangtua Menghadapi Anak Autis, *Indigenous Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, 11 (1), 26-35.
- Galih Veskariyanti. (2008). *12 Terapi Autis paling Efektif dan Hemat*. Yogyakarta: Galang Press.
- Hadis, A. (2006). *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus Autistik*. Bandung: Alfabeta.
- Hurlock, E. (2002). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi 5 (Terjemahan oleh Istiwidayanti)*. Jakarta: Erlangga.
- Joko Yuwono. (2009). *Memahami Anak Autis Berkebutuhan Khusus (ABK)*. Jakarta : Alfabeta.
- Kubler Ross, E. (2008). On Life After Death Revised. In A. Kusumawardani, *Persepsi Keluarga dalam Merawat Klien Gangguan Jiwa: Skizofrenia yang Mengalami Kekambuhan di RSUD Banyumas*. Cilacap: Keperawatan, STIKES Al- Irsyad Al Islamiyyah.

- Luong, J., Yoder, M. K., & Canham, D. (2009). *Southeast Asian parents raising a child with autism: A qualitative investigation of coping styles. The Journal of School Nursing, 25*(3), 222-229.
- Mirza Maulana. (2008). *Anak Autis: Mendidik Anak Autis dengan Gangguan Mental Lain Menuju Anak Cerdas dan Sehat*. Yogyakarta : Katahati.
- Mussen, P. H., Conger, j.j., Kagan, J. & Huston, C. A. (1994). *Perekembangan dan Kepribadian anak*. Jakarta: Penerbit Arcan.
- Noor, Rohinah. (2012). *Mengembangkan Karakter Anak Secara Efektif Di Sekolah Dan di Rumah*. Yogyakarta: Pedagogia.
- Pamuji. (2007). *Model Terapi Terpadu Bagi Anak Autis*. Jakarta : Departemen Pendidikan Nasional.
- Purwandari. *Kebutuhan Sosio Psikologis Anak Berkesulitan Belajar*. (2001). Yogyakarta: FIP UNY.
- Sarasvati. (2004). *Meniti Pelangi: Perjalanan ibu yang tak kenal menyerah dalam membimbing putranya keluar dari belenggu ADHD dan autisme*. Jakarta: PT. Elek Media Komputindo.
- Sicillya E. Boham. (2013). Pola Komunikasi Orangtua dengan Anak Autis, *Journal, 2* (4).
- Siti Mumun Muniroh. (2010). Dinamika Resiliensi Orangtua Anak Autis, *Jurnal Penelitian, 7* (2), 1-11.
- Sri Rachmayanti dan Anita Zulkaida. (2007). Penerimaan Diri Orangtua Terhadap Anak Autisme dan Perannya dalam Terapi Autisme, *Jurnal Psikologi, 1* (1), 7-17.
- Tarsis Tarmuji. (2001). *Hubungan Pola Asuh Orang Terhadap Agresifitas Remaja*. Diakses dari <http://www.pdk.go.id/jurnal/37/hub.PolaAsuhOrangTua>
- Tin Suharmini. (2009). *Psikologi Anak berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta : Kanwa Publisher.
- Tri Marsiyanti dan Farida H. (2000). *Psikologi Keluarga*. Yogyakarta: Fakultas Pendidikan UNY.
- Twoy, R., Connolly, P. M., & Novak, J. M. (2007). *Coping strategies used by parents of children with autism. Journal of the American Academy of Nurse Practitioners, 19*(5), 251-260.
- Williams, J.C. & Lynn, J.S. (2010). Acceptance: An historical and conceptual review. *Journal of Imagination, Cognition and Personality, 30*(1), 5-56, doi 10.2190/IC.30.1.c.
- Y. Handojo. (2004). *Autis Petunjuk dan Pedoman Praktis untuk Mengajar Anak Normal, Autis dan Perilaku lain*. Jakarta : Buana Ilmu Populer Kelompok Gramedia.
- Yosfan Azwandi. (2005). *Mengenal dan Membantu Penyandang Autism*. Jakarta: Depdiknas Dirjendikti Direktorat Pembinaan Tenaga Kependidikan dan Ketenagaan Kependidikan Perguruan Tinggi