

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehadiran seorang anak merupakan salah satu tujuan dari sebuah pernikahan yang akan menambah kebahagiaan di dalam keluarga. Kelahiran anak yang sehat, baik fisik maupun mental, adalah dambaan setiap orang tua. Namun, realitanya, tidak semua anak berkembang sesuai harapan. Beberapa anak mengalami tantangan perkembangan sejak usia dini, membutuhkan perhatian dan penanganan khusus. Perkembangan anak merupakan proses yang berlangsung secara bertahap dan bersifat menyeluruh, mencakup aspek fisik, kognitif, bahasa, sosial-emosional, hingga moral. Masa ini dikenal sebagai masa perkembangan yang sangat sensitif, karena anak berada dalam fase-fase penting yang menentukan fondasi kehidupannya di masa mendatang (Wahyuni dkk., 2024).

Pada fase usia dini, khususnya pada usia 4–5 tahun, anak mulai menunjukkan kemampuan berbahasa dan berinteraksi sosial yang lebih kompleks. Berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014, pada usia ini anak diharapkan telah mampu berpartisipasi dalam percakapan dan mengungkapkan pendapat kepada orang lain secara lisan. Hal ini mencerminkan adanya kemajuan dalam aspek perkembangan bahasa, kognitif, serta sosial-emosional.

Namun demikian, tidak semua anak mengalami perkembangan sesuai dengan tahapan usianya. Beberapa anak menghadapi hambatan tertentu yang memengaruhi proses tumbuh kembang mereka secara menyeluruh. Permasalahan dalam perkembangan dapat muncul dalam berbagai bentuk, seperti keterlambatan atau gangguan pada fungsi sensorik, motorik, bahasa, maupun perilaku (Sefriyanti & Putro, 2022). Kondisi ini perlu menjadi perhatian karena prinsip dasar perkembangan anak menekankan bahwa seluruh aspek perkembangan saling berkaitan dan saling memengaruhi (Wahyuni dkk., 2024). Kondisi tersebut mengindikasikan pentingnya pemahaman terhadap istilah dan kategori anak yang mengalami hambatan dalam tumbuh kembangnya, terutama dalam konteks pendidikan dan intervensi psikologis.

Sebutan anak berkebutuhan khusus tidak selalu berarti pada kecacatan yang dialami, melainkan mengacu pada kebutuhan layanan khusus akibat hambatan atau kemampuan di atas rata-rata. Walaupun beragam jenisnya, sistem pendidikan khusus Indonesia mengkategorikan anak berkebutuhan khusus sebagai anak tunanetra, tunarungu, tunagrahita, tunadaksa, tunalaras, serta anak berbakat istimewa. (Nisa dkk, 2018). Klasifikasi ini tidak hanya penting dalam konteks pendidikan, tetapi juga berdampak pada kehidupan keluarga, terutama peran dan kondisi psikologis orang tua sebagai pengasuh utama.

Kehadiran anak berkebutuhan khusus memberikan pengaruh yang besar bagi keluarga. Orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus

mengalami tantangan yang menempatkan mereka pada risiko tinggi stress dan reaksi psikologis negatif lainnya. Berbagai reaksi emosional muncul yang muncul seperti *shock*, penyangkalan dan merasa sulit percaya, sedih, keinginan untuk melindungi yang terlalu berlebihan atau kecemasan, perasaan menolak keadaan, perasaan ketidakmampuan dan malu, kemarahan, serta merasa bersalah dan berdosa atas apa yang terjadi pada anak (Nirmala dalam Khasanah, dkk 2018). Kondisi ini tentu akan mengganggu kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) orang tua.

Psychological well-being adalah kemampuan seseorang untuk menerima diri sendiri, membangun hubungan yang baik dan positif dengan individu lain, mandiri dalam kehidupan sehari-hari, tidak bergantung pada orang lain, mampu menguasai lingkungan dan tidak mudah dikendalikan oleh lingkungan, memiliki tujuan hidup dan dapat merealisasikan berbagai kemampuan yang ada pada diri sendiri secara berkesinambungan (Ryff & Keyes, 1995). *Psychological well-being* sangat dibutuhkan orang tua dalam mengasuh anaknya sehingga berdampak pada tumbuh kembang dan kebahagiaan anak. Terdapat enam aspek dalam *Psychological Well-Being* menurut Ryff dan Keyes (1995) yaitu: *Self-Acceptance, Purpose In Life, Positive Relation with Others, Autonomy, Environmental Mastery, Personal Growth*.

Berdasarkan pra-penelitian yang dilakukan peneliti terhadap 15 responden di kabupaten Karawang, yang merupakan orang tua dengan anak berkebutuhan khusus, diperoleh gambaran mengenai kondisi *psychological*

well-being mereka yang menyatakan bahwa seluruh responden dalam pra-penelitian ini memiliki anak dengan tipe berkebutuhan khusus yang berbeda-beda. Hasil kategorisasi menunjukkan, sebanyak 60% responden berada pada kategori *psychological well-being* rendah, sementara 40% responden berada pada kategori tinggi. Responden yang termasuk dalam kategori rendah umumnya menunjukkan ketidakpuasan terhadap kehidupan yang dijalani. Mereka merasa bahwa kehidupan yang dijalani saat ini belum sesuai dengan harapan dan memiliki kecenderungan untuk ingin mengulang kembali kehidupan dari awal. Sebaliknya, responden yang berada dalam kategori tinggi merasa lebih puas dengan kehidupannya karena telah mencapai harapan dan tujuan pribadi yang diinginkan.

Selanjutnya, pada tanggal 19 Desember 2024, peneliti melakukan wawancara mendalam terhadap empat orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di kabupaten Karawang. Berdasarkan hasil wawancara tersebut, ditemukan bahwa sebagian besar dari mereka mengalami kesulitan dalam menerima kenyataan bahwa anaknya lahir sebagai Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Perasaan bersalah dan gagal sebagai orang tua sering muncul, disebabkan oleh anggapan bahwa mereka kurang memperhatikan kesehatan diri maupun kandungan selama masa kehamilan. Setelah mengetahui kondisi anaknya, sebagian orang tua menjadi tertutup dan mengisolasi diri dari lingkungan sosial maupun keluarga. Hal ini disebabkan oleh ketidaksiapan dalam menghadapi stigma negatif serta pandangan masyarakat yang kurang mendukung. Rasa takut

terhadap penilaian orang lain membuat mereka merasa semakin tertekan dan terasing. Kondisi ini secara signifikan berdampak pada kesehatan mental dan emosional orang tua, yang pada akhirnya memengaruhi kemampuan mereka dalam menghadapi kenyataan dan memberikan pengasuhan optimal kepada anak. Orang tua yang tidak mampu mengelola situasi ini umumnya merasakan berbagai emosi negatif seperti marah, lelah, pesimis, merasa tidak mampu, hingga tertekan. Semakin dominan emosi negatif yang dirasakan, maka semakin terganggu pula kondisi *psychological well-being* yang mereka miliki.

Berdasarkan hasil pra-penelitian lebih lanjut terhadap aspek-aspek dalam *psychological well-being* pada responden dengan kategori rendah, diketahui bahwa aspek yang berada pada kategori rendah adalah *self-acceptance* dan *environmental mastery* yang masing-masing dialami oleh 60% responden. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar responden mengalami kesulitan dalam menerima diri dan kenyataan hidupnya, termasuk dalam menerima kondisi anak yang berkebutuhan khusus. Selain itu, mereka juga mengalami hambatan dalam mengelola lingkungan dan situasi hidupnya secara efektif, seperti merasa tidak mampu mengontrol keadaan, kesulitan beradaptasi dengan perubahan, serta merasa tidak berdaya dalam menghadapi tantangan sehari-hari. Kedua aspek ini menjadi indikator utama rendahnya kesejahteraan psikologis pada orang tua dalam pra-penelitian ini.

Ryff (dalam Laksmi, dkk 2024) berpendapat bahwa *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis merupakan istilah untuk mendeskripsikan kesehatan psikologis individu melalui fungsi dari psikologi positif. *Psychological well-being* sangat dibutuhkan para orang tua dalam mengasuh anaknya sehingga berdampak pada tumbuh kembang dan kebahagiaan anak. Individu yang memiliki *psychological well-being* tinggi akan mendapatkan beberapa dampak positif, antara lain manfaat bagi kesehatan dan daya tahan tubuh, dimana orang yang bahagia cenderung lebih sehat, tidak mudah sakit, cenderung Panjang umur, dan dapat mengontrol diri. Sementara itu, individu yang memiliki tingkat *psychological well-being* rendah cenderung memandang hidupnya tidak bahagia, penuh perasaan dan pikiran negatif, menimbulkan kecemasan, kemarahan, bahkan mengalami depresi (Pasyola dkk, 2021).

Sejalan dengan pentingnya *psychological well-being*, terdapat beberapa faktor yang bisa memengaruhi kondisi tersebut, terutama dalam konteks individu yang menjalani peran sebagai orang tua. Berbagai macam faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* menurut Ryff (dalam Aisyah & Chisol, 2020) meliputi usia, jenis kelamin, kepribadian, status sosial ekonomi, budaya, religiulitas, dan dukungan sosial. Salah satu faktor penting yang juga turut memengaruhi *psychological well-being* adalah *self-efficacy*. Bandura (dalam Tourniawan, dkk 2023) menjelaskan bahwa *self-efficacy* adalah keyakinan individu pada kemampuannya untuk melakukan tindakan yang dibutuhkan untuk memperoleh hasil yang diharapkan.

Bandura (1997), mengatakan bahwa *self-efficacy* memiliki tiga dimensi yang mempengaruhi individu dalam mencapai tujuan yaitu: *Magnitude*, *Generality*, dan *Strength*. *Magnitude* merupakan aspek *self-efficacy* yang berkaitan dengan tingkat kesulitan tugas yang mampu dihadapi oleh individu, mulai dari aktivitas yang paling mudah hingga yang paling menantang. *Generality* merujuk pada sejauh mana keyakinan individu terhadap kemampuannya berlaku secara luas dalam berbagai situasi atau hanya terbatas pada tugas tertentu. *Strength* merupakan kekuatan keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimiliki. Individu dengan keyakinan yang kuat cenderung lebih gigih saat menghadapi kesulitan, sedangkan individu dengan keyakinan yang lemah lebih mudah menyerah.

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Pasyola, dkk (2021) mengenai peran *parenting self-efficacy* dan optimisme terhadap kesejahteraan psikologis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh secara simultan *parenting self-efficacy* dan optimisme terhadap kesejahteraan psikologis pada ibu yang memiliki anak ID. Semakin tinggi *parental self-efficacy* dan optimisme akan membuat ibu semakin merasa sejahtera secara psikologis (*psychological well-being*). Semakin rendah *parenting self-efficacy* dan optimisme maka ibu kurang sejahtera secara psikologis serta rentan mengalami stres dan depresi. Sejalan dengan hasil penelitian Triana Rizki Maula (2021) mengenai pengaruh efikasi diri (*self-efficacy*) terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada pasien gagal

ginjal kronis di komunitas HGM surabaya. Didapatkan hasil bahwa ada pengaruh efikasi diri terhadap kesejahteraan psikologis yang menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri, maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis, begitupun sebaliknya. Lalu penelitian serupa pernah dilakukan oleh Nuraini dan Nawangsih (2022) terhadap 327 mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi, disimpulkan bahwa terdapat dampak positif efikasi diri terhadap kesejahteraan psikologis dengan kontribusi 46.6%.

Temuan-temuan tersebut menegaskan bahwa efikasi diri (*self-efficacy*) memiliki pengaruh yang penting terhadap cara individu memandang atau menilai situasi hidup mereka. Tingkat *self-efficacy* berdampak pada *psychological well-being*, di mana individu dengan *self-efficacy* rendah cenderung menghindari tantangan dan mengalami kesejahteraan psikologis yang lebih rendah, sedangkan individu dengan *self-efficacy* tinggi lebih percaya diri dan memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik.

Penelitian mengenai variabel *self-efficacy* dan *psychological well-being* merupakan topik yang telah banyak diteliti oleh berbagai peneliti sebelumnya, mengingat perannya yang penting dalam memahami kesehatan mental dan kemampuan individu dalam menghadapi tantangan hidup. Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji kedua variabel tersebut pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus masih tergolong terbatas, terlebih dengan fokus populasi di wilayah Kabupaten Karawang. Kesenjangan ini mendorong peneliti untuk melakukan penelitian lebih

lanjut guna memperoleh gambaran yang lebih mendalam terkait pengaruh *self-efficacy* terhadap *psychological well-being* pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus, sehingga penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris dalam konteks lokal yang masih jarang dikaji.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah, apakah terdapat pengaruh *self-efficacy* terhadap *psychological well-being* pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus di kabupaten Karawang?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh *self-efficacy* terhadap *psychological well-being* pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus di Kabupaten Karawang.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan dalam pengembangan ilmu psikologi, terutama dalam ranah psikologi positif:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan menjadi kontribusi ilmiah dalam bidang psikologi, khususnya terkait *self-efficacy* dan *psychological well-being* orang tua dengan anak berkebutuhan khusus, serta menjadi pijakan bagi penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Untuk orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus khususnya di Kabupaten Karawang memberikan masukan dan informasi bahwa pentingnya memiliki *self-efficacy* untuk mencapai *psychological well-being* yang baik.
- b. Hasil penelitian ini di harapkan dapat memperkaya literatur untuk melakukan penelitian ilmiah yang lebih mendalam pada variabel *self-efficacy* dan *psychological well-being* baik pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus maupun sampel responden yang lainnya.

