

## *Self-Adjustment of Parents Who Have Children with Autism Spectrum Disorder at the Autism Service Center in Buleleng*

*Penyesuaian Diri Orang Tua yang memiliki Anak dengan Gangguan Autism Spectrum Disorder di Dinas Pengendalian Penduduk Keluarga Berencana Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak di Buleleng*

**Ketut Noni Mistiawati<sup>1</sup>, I wayan Damayana<sup>2\*</sup>, Ni Nyoman Ari Indra Dewi<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Psikologi, Universitas Dhyana Pura, Bali, Indonesia

(\*) Corresponding Author: [nonimistiawati@gmail.com](mailto:nonimistiawati@gmail.com)

### Article info

<p><b>Keywords:</b></p> <p><i>Self-Adjustment, Parents, Autism Spectrum Disorder, Autism Service Center</i></p>	<p><b>Abstract</b></p> <p>Self-Adjustment of Parents Who Have Children with Autism Spectrum Disorder at the Autism Service Center in Buleleng</p> <p><b>Abstract.</b> The condition of a child with Autism Spectrum Disorder (ASD) is different from normal children in general, so it makes parents need to adjust to the condition of the child. It is expected that parents can adjust themselves in educating and caring for their children properly. This study aims to describe the adjustment of aspects and also to find factors that support the adjustment parents who have children with Autism Spectrum Disorder (ASD) at the Autism Service Center in Buleleng. This study uses a qualitative research which is a case study approach. Researchers used two parents who have children with Autism Spectrum Disorder (ASD) as informants at the Autism Service Center in Buleleng. The results obtained in this study indicate that both parents can make adjustments to the condition of their children who experience ASD by referring to the four aspects of adjustment and four factors that support adjustment.</p>
<p><b>Kata kunci:</b></p> <p><i>Penyesuaian Diri, Orang Tua, Autism Spectrum Disorder, Dinas Pengendalian Penduduk Keluarga Berencana Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak</i></p>	<p><b>Abstrak</b></p> <p>Kondisi yang dimiliki anak <i>Autism Spectrum Disorder</i> (ASD) berbeda dengan anak normal pada umumnya, sehingga membuat orang tua perlu menyesuaikan diri dengan kondisi anaknya tersebut. Hal ini orang tua diharapkan mampu menyesuaikan dirinya dalam mendidik, mengasuh dan merawat anaknya dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penyesuaian diri dan menemukan aspek-aspek serta faktor-faktor yang mendukung penyesuaian diri orang tua yang memiliki anak dengan gangguan <i>Autism Spectrum Disorder</i> (ASD) di Dinas Pengendalian Penduduk Keluarga Berencana Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak. Penelitian ini menggunakan tipe penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian ini menggunakan narasumber yaitu dua orang tua yang memiliki anak dengan gangguan <i>Autism Spectrum Disorder</i> (ASD) di Dinas Pengendalian Penduduk Keluarga Berencana Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak. Hasil yang didapat dalam penelitian ini menunjukkan bahwa kedua orang tua dapat melakukan penyesuaian diri terhadap kondisi anaknya yang mengalami ASD dengan mengacu pada keempat aspek dari penyesuaian diri dan empat faktor yang mendukung penyesuaian diri</p>

## PENDAHULUAN

Kehidupan di lingkungan masyarakat tidak jarang kita menjumpai anak biasa atau normal dan anak berkebutuhan khusus (ABK). Anak berkebutuhan khusus (ABK) didefinisikan sebagai anak yang memerlukan pendidikan dan layanan khusus untuk mengembangkan potensi kemanusiaan mereka secara sempurna. Adapun jenis dari ABK, diantaranya yaitu anak retardasi mental, anak tidak mampu belajar, anak dengan gangguan emosional, anak dengan gangguan bahasa dan wicara, mengalami disabilitas dan autisme. Autisme merupakan salah satu jenis ABK yang sering disebut dan dimengerti kebanyakan orang (Hadis, 2006). Autisme merupakan gangguan proses perkembangan yang terjadi dalam tiga tahun pertama yang menyebabkan gangguan pada bahasa, kognitif, sosial dan fungsi adaptif, sehingga anak-anak tersebut semakin lama tertinggal perkembangannya dibandingkan teman-teman seusia mereka (Sujarwanto, 2005).

Orang tua yang mendapati salah satu dari anaknya mengalami berkebutuhan khusus akan mengalami perubahan yang lebih kompleks dan lebih berat baik dari segi fisik maupun psikis, sehingga diharapkan orang tua perlu melakukan penyesuaian diri terhadap kondisi anaknya (Mangunsong, 2009). Orang tua perlu memiliki informasi yang benar terkait dengan keadaan yang dialami anaknya, cara penanganan yang tepat untuk gangguan *Autism Spectrum Disorder* (ASD) dan menjalankan peran serta fungsi mereka dengan baik. Orang tua juga perlu untuk mempelajari keterampilan dan pengetahuan baru terkait gangguan ASD yang diperlukan dalam mendidik, mengasuh dan membimbing anaknya tersebut. Pada umumnya, orang tua yang memiliki anak dengan gangguan ASD akan mengalami suatu hambatan atau tantangan yang lebih besar dalam merawat anaknya karena anak dengan gangguan ASD memiliki perilaku yang membuat orang tua harus ekstra dalam pengasuhan (Chodidjah & Kusumasari, 2018).

Orang tua yang memiliki anak dengan gangguan ASD sering berhadapan dengan begitu banyak permasalahan. Permasalahan tersebut tidak hanya berasal dari anak, tetapi juga bercampur dengan masalah-masalah lainnya yang dapat membebani orang tua. Permasalahan yang dialami oleh orangtua yang memiliki anak ASD seperti masalah perilaku anak, kemampuan anak, masalah biaya yang diperlukan, pendidikan dan terapi, serta masalah hubungan dengan anggota keluarga yang lain atau kurang adanya dukungan sosial yang menyebabkan stres (Ginanjari, 2002), sehingga orang tua perlu untuk melakukan penyesuaian diri agar mampu mengupayakan usaha yang tidak mengenal menyerah untuk mengoptimalkan potensi anaknya.

Penyesuaian diri dilakukan oleh orang tua yang memiliki anak dengan gangguan ASD sebagai interaksi yang kontinu dengan diri sendiri, yaitu apa yang telah ada pada diri sendiri, tubuh, perilaku, pemikiran serta perasaan dengan orang lain dan dengan lingkungan (Kumalasari & Ahyani, 2012). Proses penyesuaian diri bukanlah suatu proses yang mudah dilalui bagi sebagian orang tua yang memiliki anak dengan gangguan ASD. Hal ini disebabkan karena adanya hambatan-hambatan dalam penyesuaian diri yaitu munculnya reaksi emosi yang negatif seperti merasakan stres dan kurangnya pengaturan dalam emosional seperti marah-marah dan kesal (Safaria, 2004).

Hambatan dalam penyesuaian diri ini didukung dengan hasil wawancara yang dilakukan kepada dua orang tua yang memiliki anak dengan gangguan ASD di PPA Buleleng. Dari hasil wawancara, didapatkan bahwa orang tua (TU) mengatakan bahwa anaknya sulit untuk diatur dan ia sempat mengalami stres. Pada orang tua (IK) mengatakan bahwa ia sering merasa kesal dan marah terhadap anaknya.

Jumlah kasus penyandang ASD mengalami peningkatan di tahun 2012 yang cukup memprihatinkan dengan rasio 1 : 88 orang anak yang mengalami ASD. Pada tahun tersebut, jumlah penduduk Indonesia mencapai 237,5 juta orang dengan laju pertumbuhan 1,14%. Pada tahun 2013, diperkirakan terdapat lebih dari 112.000 anak yang mengalami ASD dalam usia 5-19 tahun (Syahrir, 2012). Angka kejadian ASD di provinsi Bali mencapai 5,8% setiap tahunnya. Jumlah data anak yang mendapatkan pelayanan di PPA di tahun 2020 yaitu sebanyak 58 orang (Laporan Data PPA, 2020). Hal tersebut menunjukkan bahwa cukup banyak terdapat anak-anak yang menjadi penyandang ASD.

Berdasarkan fenomena semakin banyaknya ditemui anak-anak penyandang ASD dan jumlahnya cenderung meningkat dari waktu ke waktu, maka penulis tertarik melakukan penelitian mengenai penyesuaian diri orang tua yang memiliki anak dengan gangguan ASD di PPA Buleleng dikarenakan kondisi anak ASD berbeda dengan anak normal pada umumnya, sehingga orang tua perlu menyesuaikan diri dengan kondisi anaknya tersebut.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Fenomenologi merupakan studi yang mempelajari mengenai fenomena, segala hal yang muncul dalam pengalaman individu, cara individu mengalami sesuatu, dan makna yang individu miliki dalam pengalamannya. Fokus perhatian fenomena tidak hanya

sekedar fenomena, akan tetapi pengalaman sadar dari sudut pandang orang pertama atau yang mengalaminya secara langsung (Kuswarno, 2009).

Teknik pengambilan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu observasi, wawancara dan dokumentasi. Unit analisa dalam penelitian ini yaitu penyesuaian diri orang tua yang memiliki anak dengan gangguan *Austism Spectrum Disorder* (ASD) dengan unit amatan di PPA Buleleng. Adapun karakteristik unit yang akan diamati yaitu orang tua yang memiliki anak dengan gangguan ASD di PPA Buleleng yang menjalankan kelas atau terapi di PPA Buleleng.

Sumber informasi yang digunakan dalam penelitian ini dibagi menjadi dua yaitu narasumber penelitian adalah 2 orang tua yang memiliki anak dengan gangguan ASD di PPA Buleleng dan informan penelitian yaitu satu orang terdekat (keluarga) dari masing-masing narasumber. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis data model Miles dan Huberman (dalam Herdiansyah, 2015) yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan atau verifikasi. Teknik validasi yang penulis gunakan dalam penelitian ini yaitu triangulasi metode. Triangulasi metode berarti penulis menggunakan teknik pengumpulan data yang berbeda-beda untuk mendapatkan data dari sumber yang sama dengan cara wawancara, observasi, dan dokumentasi untuk mendapatkan data dari sumber yang sama (Sugiyono, 2012).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada aspek kematangan emosional, kedua orang tua memiliki kematangan emosional. Hal ini ditunjukkan pada orang tua 1 dan orang tua 2 ketika sama-sama mampu dalam mengontrol emosi dan bersabar saat merawat anaknya yang mengalami gangguan ASD. Sabar dan menahan emosi ini mengacu pada penyesuaian diri positif yaitu tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional yang berlebihan, mekanisme pertahanan yang salah dan adanya frustrasi pribadi (Fatimah, 2006). Kemudian kedua orang tua juga sama-sama mampu dalam menunjukkan perasaan jengkel, senang dan bangga terhadap anaknya. Hal ini mengacu pada pernyataan dari Desmita (2011) bahwa individu harus dapat mengontrol tingkat emosi dalam diri agar terjadi keseimbangan emosi yang baik. Hal ini dapat terlihat ketika individu mampu untuk santai, gembira dan menyatakan kejengkelan. Kedua orang tua menampilkan kematangan emosional yang baik, hal ini terlihat dari sikap penguasaan diri secara positif, sehingga dapat berespon yang tepat pada situasi-situasi yang emosional. Hal ini berguna agar individu dapat menelaraskan diri dengan tuntutan sosial yang dihadapi (Sunarto dan Hartono, 2013). Kemampuan dalam mengontrol emosi, mampu

berpikir realistik, memahami diri sendiri, dan mampu menempatkan emosi di saat dan tempat yang tepat merupakan salah satu pendukung terbentuknya penyesuaian diri seseorang (Sutirna, 2014).

Pada aspek kematangan intelektual, kedua orang tua memiliki kematangan intelektual. Dalam kematangan intelektual, kedua orang tua memiliki kesamaan dan juga perbedaan dalam menambah wawasan dirinya. Persamaannya, orang tua 1 dan orang tua 2 sama-sama berusaha dalam menambah wawasan dirinya dengan berusaha mencari informasi mengenai pengobatan dan tempat terapi kepada orang lain. Kemudian adapun cara yang berbeda-beda dilakukan oleh masing-masing orang tua yaitu orang tua 1 juga menambah wawasan dirinya dengan membaca buku-buku, mengikuti seminar-seminar terkait anak ASD dan meminta saran atau petunjuk dengan mengkomunikasikannya pada keluarga dan teman. Pada orang tua 2, mereka juga menambah wawasan dirinya dengan melakukan konsultasi dengan bunda-bunda di PPA terkait kondisi anaknya. Luasnya wawasan dan pengetahuan yang dimiliki seseorang dapat memudahkan dirinya untuk melakukan penyesuaian diri dalam situasi apapun dan tahu bagaimana mengoperasionalkan tahapan-tahapan yang hendak dilakukannya (Surya, 2009). Kedua orang tua tersebut juga telah mampu memahami anaknya, baik orang tua 1 yaitu dalam cara memahami bahasa yang dimaksudkan anaknya ataupun pada orang tua 2 yaitu dalam cara menegur atau menasihati anaknya agar mau mendengarkan. Kedua orang tua memiliki kematangan intelektual karena individu mampu untuk mencapai wawasan tentang diri sendiri, yang nantinya hal ini akan berpengaruh ketika individu mencoba memahami orang lain dan keragamannya. Individu diharapkan untuk mampu mengambil keputusan dalam hidupnya sendiri dan pengambilan keputusan yang tepat akan memberi dampak keterbukaan dalam mengenal lingkungan dimana individu hidup (Desmita, 2011).

Kemudian pada aspek kematangan sosial, kedua orang tua memiliki kematangan sosial. Hal ini ditunjukkan pada orang tua 1 dan orang tua 2 yang sama-sama mampu menjalin hubungan baik dengan orang lain. Kedua orang tua mampu memiliki relasi yang baik dengan orang-orang di lingkungan PPA maupun di lingkungan tempat tinggalnya, orang tua 1 sering melakukan konsultasi dengan bunda-bunda di PPA dan begitu pula dengan orang tua 2. Selain itu, orang tua 2 juga sering melakukan konsultasi dengan orang tua lain yang sama-sama memiliki anak ASD serta berperan aktif dalam kegiatan yang diadakan oleh PPA. Kemudian kedua orang tua juga memiliki relasi yang baik di lingkungan tempat tinggal, tetangga dari kedua orang tua tersebut memahami dan mengerti terkait kondisi anak mereka dan tidak pernah mengalami masalah. Kedua orang tua

memiliki kematangan sosial karena memiliki hubungan interpersonal yang baik berkaitan dengan hakekat individu sebagai makhluk sosial, yang sejak lahir tergantung pada orang lain. Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik mampu membentuk hubungan dengan cara yang berkualitas dan bermanfaat (Haber dan Runyon, 1984). Kemampuan individu untuk mampu terlibat dalam partisipasi sosial yang ada disekitar individu bertujuan untuk dapat menjalin kerja sama dengan orang lain. Dengan individu mampu bekerja sama dengan berbagai macam sifat orang lain, maka individu mampu untuk bersikap toleransi terhadap berbagai perbedaan orang lain, sehingga akan timbul keakraban dalam pergaulan individu (Desmita, 2011). Jadi kematangan sosial pada kedua orang tua tersebut dapat dikatakan telah terbentuk dan mendukung proses penyesuaian diri.

Pada aspek tanggung jawab, kedua orang tua memiliki sikap tanggung jawab. Hal ini ditunjukkan pada orang tua 1 dan orang tua 2 yang sama-sama mampu menunjukkan sikap tanggung jawab dengan berusaha melakukan yang terbaik untuk anaknya, baik dari segi pengobatan atau terapi agar anaknya mengalami perubahan yang lebih baik kedepannya, mengantar jemput anaknya tepat waktu dan memenuhi kebutuhan serta keperluan anaknya dalam mengikuti terapi ataupun dalam kehidupan sehari-hari. Kedua orang tua memiliki tanggung jawab karena individu mampu untuk mempertanggung jawabkan setiap tindakan, hal ini membuat individu mampu untuk bersikap produktif dalam mengembangkan diri sendiri sehingga lebih terencana dengan hal-hal matang kedepannya dan melaksanakan rencana tersebut secara fleksibel. Individu mampu untuk sadar akan etika dan bersikap jujur serta mampu untuk melihat perilaku dari segi konsekuensi atas dasar sistem nilai, maka akan terbentuk kemampuan bertindak secara independen terhadap individu (Desmita, 2011). Jadi sikap tanggung jawab pada kedua orang tua terbentuk dan hal ini mendukung penyesuaian diri.

Berdasarkan penjabaran aspek-aspek penyesuaian diri di atas, menunjukkan bahwa kedua orang tua sama-sama memenuhi empat aspek penyesuaian diri yang terdiri dari kematangan emosional, kematangan intelektual, kematangan sosial dan tanggung jawab. Aspek-aspek penyesuaian diri ini berinteraksi secara kontinu dengan diri sendiri, yaitu apa yang telah ada pada diri sendiri, tubuh, perilaku, pemikiran serta perasaan, dengan orang lain dan dengan lingkungan (Kumalasari & Ahyani, 2012).

Dalam melakukan penyesuaian diri, kedua orang tua terbantu dengan adanya faktor-faktor pendukung penyesuaian diri yaitu adanya faktor kepribadian, kedua orang tua sama-sama memiliki faktor kepribadian dengan sub faktor yang sama pula yaitu pengaturan diri, realisasi diri dan intelegensi. Pada faktor kepribadian dengan sub faktor pengaturan



diri, orang tua 1 yaitu pada ayah melakukan pengaturan diri dengan menahan emosi dan menanggapi anaknya dengan penuh kesabaran dan begitu pula dengan ibunya yang juga bersabar, menahan dan mengontrol emosi serta selalu mengalah terhadap anaknya. Pada orang tua 2, ayah menunjukkan sikap pengaturan diri dengan dapat menerima kondisi anaknya tersebut dan ibunya pun menunjukkan sikap menahan emosi dengan mendiamkan anaknya terlebih dahulu dan kemudian memeluknya ketika tantrum. Hal ini didukung dengan pernyataan dari Desmita (2011) bahwa kematangan suasana kehidupan emosional bagi individu, hal ini sangat berpengaruh untuk dapat individu menjalin kebersamaan dengan orang lain. Individu harus dapat mengontrol tingkat emosi dalam diri agar terjadi keseimbangan emosi yang baik. Keseimbangan emosi yang baik dapat memperlihatkan sikap dan perasaan terhadap kemampuan dan kenyataan diri sendiri. Selain itu Schneiders (1964) juga mengatakan bahwa pengaturan diri sama pentingnya dengan proses penyesuaian diri dan pemeliharaan stabilitas mental, kemampuan untuk mengatur diri dan mengarahkan diri. Kemampuan mengatur diri dapat mencegah penyimpangan kepribadian. Kemampuan pengaturan diri dapat mengarahkan kepribadian normal mencapai pengendalian diri dan realisasi diri. Dalam hal ini kedua orang tua melakukan pengaturan diri sehingga dapat mendukung penyesuaian diri.

Selanjutnya pada faktor kepribadian dengan sub faktor realisasi diri, orang tua 1 yaitu ayah dan ibu sama-sama melakukan realisasi diri dengan bertanggung jawab secara nyata membawa dan memeriksakan anaknya ke berbagai tempat pengobatan atau membawa anaknya untuk terapi, memenuhi keperluan dalam terapi dan kebutuhan hidup sehari-hari, mengantar jemput anaknya ketika mengikuti terapi dan ikut berperan dalam kegiatan yang diadakan di PLA. Pada orang tua 2, ayah dan ibu sama-sama menunjukkan sikap realisasi diri dengan bertanggung jawab secara nyata membawa dan memeriksakan anaknya ke berbagai tempat pengobatan atau membawa anaknya untuk terapi, menyiapkan peralatan keperluan terapi, mengantar anaknya untuk terapi, melakukan *sharing* dengan orang tua lain yang juga memiliki anak dengan gangguan ASD, mengikuti *workshop* mengenai anak ASD dan berperan dalam kegiatan yang diadakan di PPA. Pengaturan diri melibatkan potensi dan kemampuan ke arah realisasi diri. Proses penyesuaian diri dan pencapaian hasilnya secara bertahap sangat erat hubungannya dengan perkembangan kepribadian. Perkembangan kepribadian berjalan normal sepanjang masa kanak-kanak dan remaja, di dalamnya tersirat potensi dalam bentuk sikap, tanggung jawab, penghayatan nilai-nilai, penghargaan diri dan lingkungan, serta karakteristik lainnya menuju pembentukan kepribadian dewasa, dari situlah unsur-unsur yang mendasari realisasi diri

(Schneiders, 1964). Dalam hal ini kedua orang tua melakukan realisasi diri yang dapat membantu proses penyesuaian diri.

Kemudian faktor kepribadian dengan sub faktor intelegensi pada orang tua 1 yaitu ayah memiliki prinsip bahwa semasih terdapat suatu cara, solusi atau petunjuk yang diberikan orang lain baik teman atau keluarga, ia akan terus mengikuti dan menjalani arahan tersebut agar anaknya dapat mengalami perubahan yang lebih baik kedepan dan selalu berpikir positif. Individu yang memiliki konsep diri yang positif akan mampu menyesuaikan diri dan menyenangkan dibandingkan dengan individu yang memiliki konsep diri yang buruk (Soeparwoto, 2004). Kemudian ibu menunjukkan sikap menambah wawasan diri dengan membaca-baca buku dan mengikuti seminar terkait anak ASD. Jika pada orang tua 2, ayah menambah wawasan dirinya dengan mencari informasi ke orang lain mengenai pengobatan atau terapi untuk anaknya, kemudian ibu dapat memahami cara menanggapi anaknya ketika mengalami tantrum, membuat keputusan untuk berhenti bekerja sebagai SPG (*Sales Promotion Girl*) dan memilih bekerja dari rumah, serta menambah wawasan diri dengan mencari informasi terkait kondisi anaknya di *google* dan melakukan *sharing* dengan orang tua lain yang juga memiliki anak ASD. Kemampuan pengaturan diri sesungguhnya muncul tergantung pada kualitas dasar lainnya yang penting peranannya dalam penyesuaian diri, yaitu kualitas intelegensi. Tidak sedikit baik buruknya penyesuaian diri seseorang ditentukan oleh kapasitas intelektualnya. Intelegensi sangat penting bagi perolehan perkembangan gagasan, prinsip dan tujuan memainkan peranan penting dalam proses penyesuaian diri (Schneiders, 1964). Kedua orang tua menunjukkan sikap dalam menambah wawasan diri dan juga perkembangan gagasan serta prinsip diri yang dapat mendukung penyesuaian diri.

Dalam faktor proses belajar, kedua orang tua memiliki faktor ini dengan sub faktor yaitu belajar dan determinasi diri. Hal ini didukung oleh pernyataan dari Ali dan Asrori (2009) yaitu mental sehat merupakan sebuah syarat dalam mencapai penyesuaian diri yang baik, tetapi jika memiliki unsur penting dalam pendidikan yaitu belajardan determinasi diri, maka akan memberikan respon yang baik dalam penyesuaian diri individu. Pada faktor proses belajar dengan sub faktor belajar, orang tua 1 menunjukkan sikap memahami apa yang dimaksudkan anak dalam berkomunikasi, dari yang sebelumnya orang tua belum memahami menjadi mengetahui apa yang dimaksudkan anak. Hal tersebut ditunjukkan ketika anak mengatakan kata “ea” yang dimaksudkan adalah buku pekerjaan rumahnya. Orang tua 2 menunjukkan sikap memahami cara menegur anaknya agar anaknya mau mendengarkannya. Orang tua memahami bahwa anaknya akan mendengarkan nasihat atau



teguran mereka jika mereka mengucapkan dengan lantang atau dengan volume suara yang agak keras. Hal ini didukung oleh pernyataan dari Schneiders (1964) bahwa kemampuan belajar merupakan unsur penting dalam penyesuaian diri individu karena pada umumnya respon-respon dan sifat-sifat kepribadian yang diperlukan bagi penyesuaian diri diperoleh dan menyerap ke dalam individu melalui proses belajar. Kedua orang tua melakukan proses belajar sehingga dapat membantu proses penyesuaian diri.

Pada faktor proses belajar dengan sub faktor determinasi diri, orang tua 1 memiliki harapan untuk dapat membawa anaknya mengikuti kursus atau kelas mewarnai dan melukis agar kemampuan anaknya semakin terasah dengan baik, memiliki harapan agar anaknya dapat mandiri kedepannya dan dapat lancar dalam berbicara serta memiliki harapan agar anaknya kelak dapat menikah dan mendapat jodoh yang baik. Kemudian pada orang tua 2, mereka berharap agar anaknya sebelum memasuki usia sepuluh tahun telah dapat berbicara dan juga memiliki harapan agar anaknya dapat mandiri. Sesungguhnya individu itu sendiri harus mampu menentukan dirinya sendiri untuk melakukan proses penyesuaian diri. Ini menjadi penting karena determinasi diri merupakan faktor yang sangat kuat yang digunakan untuk kebaikan atau keburukan untuk mencapai penyesuaian diri secara tuntas atau bahkan untuk merusak diri sendiri (Schneiders, 1964). Kedua orang tua memiliki harapan kedepan untuk anaknya yang dijadikan sebagai motivasi sehingga dapat mendukung dan mencapai penyesuaian diri yang tuntas.

Dalam faktor lingkungan, kedua orang tua sama-sama memiliki faktor lingkungan dengan sub faktor yaitu lingkungan keluarga, lingkungan sekolah dan lingkungan masyarakat. Pada faktor lingkungan dengan sub faktor lingkungan keluarga, orang tua 1 dan orang tua 2 sama-sama memiliki relasi yang baik dengan keluarganya. Orang tua melakukan komunikasi dengan keluarga mengenai kondisi anaknya, mulai dari mendapatkan dukungan, saran-saran terkait kondisi anaknya, sekolah dan lain-lain. Hal ini didukung oleh pernyataan dari Schneiders (1964) yaitu lingkungan keluarga merupakan lingkungan utama yang sangat penting atau bahkan tidak ada yang lebih penting dalam kaitannya dengan penyesuaian diri individu. Unsur-unsur di dalam keluarga, seperti interaksi orang tua dengan anak, interaksi antar anggota keluarga, peran sosial dalam keluarga dan lain-lain.

Pada faktor lingkungan dengan sub faktor lingkungan sekolah, orang tua 1 dan orang tua 2 sama-sama memiliki relasi yang baik dengan orang-orang di lingkungan PPA. Pada orang tua 1, mereka melakukan konsultasi dengan bunda-bunda yang ada di PPA dan begitu pula dengan orang tua 2. Pada orang tua 2 juga melakukan konsultasi dengan orang

tua lain yang sama-sama memiliki anak ASD serta berperan aktif dalam kegiatan yang diadakan oleh PPA. Sebagaimana lingkungan keluarga, lingkungan sekolah juga dapat menjadi kondisi yang memungkinkan berkembangnya atau terhambatnya proses perkembangan penyesuaian diri. Pada umumnya, sekolah dipandang sebagai media yang sangat berguna untuk memengaruhi kehidupan dan perkembangan intelektual, sosial, nilai-nilai, sikap, dan moral (Schneiders, 1964). Hal ini juga didukung oleh pernyataan dari Soeparwoto (2004) yaitu bahwa lingkungan sekolah yang menjadi lingkungan kondusif akan sangat mendukung individu agar dapat bertindak dalam proses penyesuaian diri dengan lingkungannya secara selaras.

Pada faktor lingkungan dengan sub faktor lingkungan masyarakat, orang tua 1 dan orang tua 2 sama-sama memiliki relasi yang baik dengan orang-orang di lingkungan tempat tinggal, tetangga dari kedua orang tua tersebut memahami dan mengerti terkait kondisi anak mereka dan tidak pernah memperlakukan hal tersebut. Hal ini didukung oleh pernyataan dari Desmita (2011) bahwa kematangan sosial adalah kemampuan individu untuk mampu terlibat dalam partisipasi sosial yang ada disekitar individu. Hal ini agar individu mampu untuk bersedia bekerja sama dengan orang lain, agar terbentuk dalam diri individu jiwa kepemimpinan yang dapat diandalkan dalam kelompoknya. Dengan individu mampu bekerja sama dengan berbagai macam sifat orang lain maka individu mampu untuk bersikap toleransi terhadap berbagai perbedaan antara orang lain. Maka akan timbul sebuah keakraban dalam pergaulan individu. Jadi kematangan sosial yang terbentuk dari kedua orang tua tersebut mendukung penyesuaian diri. Kemudian didukung juga dengan pernyataan dari Schneiders (1964) yaitu keluarga dan sekolah berada di dalam lingkungan masyarakat, lingkungan masyarakat juga menjadi faktor yang dapat berpengaruh terhadap perkembangan penyesuaian diri. Konsistensi nilai-nilai, aturan-aturan, norma, moral, dan perilaku masyarakat akan diidentifikasi oleh individu yang berada dalam masyarakat tersebut sehingga akan berpengaruh terhadap proses perkembangan dirinya. Selain itu, didukung juga dengan pernyataan dari Sunarto dan Hartono (1994) yaitu keadaan lingkungan yang damai, tentram, penuh penerimaan, pengertian dan mampu memberikan perlindungan kepada anggota-anggotanya merupakan lingkungan yang akan memperlancar proses penyesuaian diri. Kedua orang tua sama-sama menjalin relasi yang baik sehingga mendukung penyesuaian diri.

Dalam faktor agama dan budaya, hanya satu orang tua saja yang menunjukkan adanya faktor tersebut yaitu pada orang tua 1. Faktor agama dan budaya yang ditunjukkan oleh orang tua 1 yaitu dengan sub faktor budaya di Bali. Orang tua 1 menggunakan cara

pengobatan tradisional yang digunakan dalam budaya di Bali, seperti saat orang tua mengobati anaknya dengan menggunakan daun iying-ying yang diketahui bahwa digunakan dalam budaya Bali, selain itu orang tua 1 yang beragama Hindu memiliki budaya untuk menggunakan pengobatan secara niskala atau gaib. Kemudian orang tua 1 pun juga memiliki kepercayaan bahwa hidupnya telah ditakdirkan atau memiliki jalan hidup berdasarkan garis tangan menurut budaya Hindu. Agama berkaitan dengan faktor budaya. Agama memberikan sumbangan nilai-nilai, keyakinan, praktek-praktek yang memberi makna yang sangat mendalam, tujuan, kestabilan dan keseimbangan hidup individu (Schneiders, 1964). Agama dan budaya ditunjukkan dengan adanya kehidupan religius yaitu kehidupan kerohanian yang tercermin dalam kehidupan keagamaan. Seseorang yang memiliki kehidupan religius biasanya menggunakan agama sebagai referensi semua perilakunya, termasuk juga dalam penyesuaian dirinya. Yusuf (2004) menjelaskan pada dasarnya manusia adalah makhluk beragama (homoreligius). Homoreligius adalah makhluk yang memiliki rasa keagamaan dan kemampuan untuk memahami serta mengamalkan nilai-nilai religi, baik yang bersifat ritual personal maupun ibadah sosial.

Berdasarkan penjabaran faktor-faktor yang mendukung penyesuaian diri di atas, terdapat empat faktor yang mendukung penyesuaian diri pada orang tua 1 yaitu faktor kepribadian, proses belajar, lingkungan, serta agama dan budaya, sedangkan pada orang tua 2 hanya tiga faktor yaitu faktor kepribadian, proses belajar dan lingkungan.

Aspek-aspek penyesuaian diri dan faktor-faktor yang mendukung penyesuaian diri memiliki keterkaitan yang saling memperkuat, terlihat pada aspek kematangan emosional dibantu dengan adanya pengaturan diri untuk mengontrol emosi sehingga terjadinya suatu keseimbangan emosi kedua orang tua, aspek kematangan intelektual dibantu dengan adanya intelegensi untuk pengembangan gagasan dan prinsip orang tua. Pada aspek kematangan sosial dibantu dengan adanya lingkungan agar tercipta sikap bekerja sama dan partisipasi sosial orang tua. Selanjutnya pada aspek tanggung jawab dibantu dengan adanya realisasi diri agar orang tua dapat melakukan tindakan secara nyata berupa bentuk sikap dan tanggung jawab. Adapun temuan unik yang penulis dapatkan dalam penelitian ini yaitu pada orang tua 1 yang memiliki anak adopsi, aspek kematangan intelektualnya paling dominan dibandingkan dengan aspek lainnya. Luasnya wawasan dan pengetahuan yang dimiliki seseorang dapat memudahkan dirinya

untuk melakukan penyesuaian diri dalam situasi apapun dan tahu bagaimana mengoperasionalkan tahapan-tahapan yang hendak dilakukannya (Surya, 2009).

## SIMPULAN

Simpulan yang dapat penulis buat dalam penelitian ini yaitu kedua orang tua mampu sabar, mengontrol emosi dan menunjukkan perasaan yang dirasakan baik jengkel, senang maupun bangga agar terjadi keseimbangan emosi yang baik ketika melakukan penyesuaian diri. Kedua orang tua juga menambah wawasan diri dengan meminta saran pada teman atau keluarga, berkonsultasi pada bunda-bunda di PPA, membaca buku atau pun mengikuti seminar-seminar sehingga orang tua dapat memahami anaknya. Di lingkungan sosial, kedua orang tua memiliki relasi yang baik dengan orang-orang di lingkungan PPA maupun di lingkungan tempat tinggal, kedua orang tua mampu menjalin relasi yang baik agar terciptanya sikap bekerja sama dan toleransi dalam proses menyesuaikan diri. Kedua orang tua pun melakukan yang terbaik untuk pengobatan anaknya dengan membawanya terapi, mengantar dan memenuhi kebutuhan anak sehari-hari. Hal tersebut dilakukan kedua orang tua agar kelak rencana yang disiapkan matang-matang kedepan dapat membawa dampak baik bagi kondisi anaknya dan anaknya dapat mengalami perubahan yang lebih baik.

Dalam melakukan penyesuaian diri, kedua orang tua terbantu dengan adanya faktor kepribadian yaitu dalam melakukan pengaturan diri untuk stabilitas mental, melakukan wujud nyata tanggung jawab terhadap anak, memiliki perkembangan gagasan dan prinsip. Pada faktor proses belajar juga mendukung dalam melakukan penyesuaian diri, orang tua belajar memahami anak dan memiliki harapan serta motivasi agar anaknya kelak mengalami perubahan yang lebih baik. Faktor lingkungan membantu penyesuaian diri baik lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat agar terciptanya kerja sama dan toleransi. Faktor agama dan budaya pun membantu orang tua dalam memberikan nilai-nilai, keyakinan, tujuan hidup agar terciptanya kestabilan dan keseimbangan hidup.

Kedua orang tua yang memiliki anak dengan gangguan ASD di PPA Buleleng dapat melakukan penyesuaian diri. Namun, penyesuaian diri yang lebih baik, terlihat jelas pada orang tua 1, selain memenuhi keempat aspek penyesuaian diri, juga terdapat faktor-faktor pendukung penyesuaian diri salah satunya faktor agama dan budaya yang tidak terdapat pada orang tua 2.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M & Asrori, M. (2009). *Psikologi Remaja (Perkembangan Peserta Didik)*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Chodidjah, S., & Kusumasari, A. P. (2018). Pengalaman Ibu Merawat Anak Usia Sekolah dengan Autis. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 21(2), 94-100.
- Desmita (2011). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik: Panduan Bagi Orang Tua dan Guru dalam Memahami Psikologi Anak Usia SD, SMP dan SMA*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Fatimah, E. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Ginanjari, S. A. (2002). *Penanganan Stres pada OrangTua dengan Anak Autis*. Jakarta: Makalah Seminar.
- Haber & Runyon. (1984). *Psychology of Adjustment*. Illionis: TheDorsey Press.
- Hadis, A. (2006). *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus Autistik*. Alfiabet. Bandung.
- Herdiansyah, H. (2015). *Wawancara, Observasi, dan Focus Groups Sebagai Instrumen Penggalan Data Kualitatif*. Depok: PT. Rajadrafindo Persada.
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi: Pitutur*, 1(1), 19-28.
- Kuswarno, E. (2009). *Fenomenologi: Konsepsi, Pedoman, dan Contoh Penelitian*. Bandung: Widya Padjajaran
- Mangunsong, F. (2009). Psikologi dan pendidikan anak berkebutuhan khusus jilid 1. *Jakarta: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi (LPSP3) Kampus Baru UI, Depok*.
- Laporan Data PLA. (2020). *Laporan Jumlah Anak yang Mendapat Layanan di Pusat Layanan Autis Kota Denpasar*. Pusat Layanan Autis Kota Denpasar. Tidak Diterbitkan.
- Safaria, T. (2004). *Autisme: Pemahaman Baru untuk Hidup Bermakna Bagi Orang Tua*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Schneiders, A. (1964). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Holt, Rineharr, and Winston.
- Soeparwoto. (2004). *Psikologi Perkembangan*. Semarang: UPT MKK UNNES.
- Sujarwanto. (2005). *Terapi Okupasi Untuk Anak Berkebutuhan Khusus*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Dridjen Dikti.
- Surya, H. (2009). *Menjadi Manusia Pembelajar*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Syahrir, A. (2012). *Laju Perkembangan Autisme*. Makasar: Tempo

- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sutirna. (2014). *Perkembangan dan Pertumbuhan Peserta Didik*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Sunarto, H., & Hartono, B. A. (2013). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Yusuf, S. 2004. *Mental Hygiene*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.