

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Pengertian *Gratitude*

Gratitude berasal dari kata latin *gratia*, yang artinya keanggunan, ucapan terima kasih, atau rahmat²¹. McCullough, Emmons, dan Tsang menyebutkan bahwa *gratia* memiliki arti anugerah, terima kasih, dan keramahan atau kebaikan. Mereka juga menyebutkan bahwa *gratitude* merupakan suatu perlakuan afektif yang mengingatkan orang lain bahwa dia telah mendapatkan perilaku prososial dari orang lain²². Syukur adalah perasaan penghargaan dan kegembiraan saat menerima apa yang dirasakan sebagai hadiah, baik materi yang diberikan oleh orang lain atau sesuatu yang tidak berwujud. Sebuah tanggapan dari rasa syukur terhadap keadaan hidup dapat menjadi strategi psikologis adaptif dan proses penting di mana seseorang menafsirkan pengalaman sehari-hari mereka secara positif²³. Emmons & McCullough menyebutkan bahwa *gratitude* merupakan suatu perasaan menyenangkan yang-yang berwujud syukur atau rasa terima kasih yang muncul ketika menerima kebaikan (*kindness, compassion, love*),

²¹ Dahlia Ayu Kintani, "Hubungan Antara Kebersyukuran Dengan Kebahagiaan Pada Remaja Yang Orangnya Bercerai" (Universitas Islam Indonesia, 2021). H. 18

²² Michael E. McCullough, Marcia B. Kimeldorf, and Adam D. Cohen, "An Adaptation for Altruism? The Social Causes, Social Effects, and Social Evolution of Gratitude," *Current Directions in Psychological Science* 17, no. 4 (2008): 281–85, <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2008.00590.x>. h. 281

²³ Encarnación Ramírez et al., "A Program of Positive Intervention in the Elderly: Memories, Gratitude and Forgiveness," *Aging and Mental Health* 18, no. 4 (2014): 463–70, <https://doi.org/10.1080/13607863.2013.856858>. h. 464-465

manfaat, atau bantuan altruistik dari pihak lain termasuk hal-hal yang tidak layak kita terima, yaitu hal-hal yang bukan disebabkan oleh upaya kita sendiri²⁴.

Individu yang memiliki sikap *gratitude* akan menganggap segala hal yang dilimpahkan kepadanya merupakan sebuah anugerah yang diberikan oleh Tuhan, termasuk anak berkebutuhan khusus. Konstruksi yang membangun *gratitude* ada 3, yaitu konstruksi kognitif, perilaku, dan juga emosi. Berbagai macam hal yang datang kepada dirinya termasuk datangnya anak berkebutuhan khusus akan diterimanya dengan kemurahan hati dan mengakuinya sebagai anugerah. Sebagai konstruksi perilaku, individu akan memberikan dampak yang positif kepada lingkungan keluarga dan sosialnya. Kemudian sebagai konstruksi emosi dapat dilihat dari kemampuan individu tersebut dalam mengelola dan memaknai setiap peristiwa yang terjadi.

Dalam jurnal lain dijelaskan bahwa *gratitude* merupakan bentuk rasa terima kasih individu terhadap segala sesuatu yang terjadi pada hidupnya, baik kejadian maupun menerima sesuatu dari pihak lain²⁵. Dengan begitu, ketika individu dapat menerapkan rasa terima kasih terhadap segala sesuatu yang terjadi, maka akar-akar sikap *gratitude*-nya akan makin tumbuh seiring berjalannya waktu.

Dalam Surat Ibrahim ayat 5, Allah SWT berfirman:

لَشَدِيدٌ عَذَابِي إِنَّ كَفَرْتُمْ وَلَئِن لَّا زِيدَنَّكُمْ شَكَرْتُمْ لَئِن رَّبُّكُمْ تَادَّ وَادُّ

²⁴ Arif, *Psikologi Positif: Pendekatan Saintifik Menuju Kebahagiaan*. h. 71

²⁵ Alissa Rosi Sativa and Avin Fadilla Helmi, "Syukur Dan Harga Diri Dengan Kebahagiaan Remaja," *Jurnal Wacana* 5, no. 2 (2013).

Artinya:

”Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu memaklumkan, “Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka pasti azab-Ku sangat berat.”

Dalam surah tersebut menjelaskan bahwa barangsiapa yang tidak bersyukur atau bertindak *gratitude* atas segala nikmat yang diberikan Allah SWT, maka Allah tidak segan-segan untuk memberikan azab yang berat kepada hamba-Nya. Salah satu nikmat yang tersirat dalam ayat ini adalah memiliki anak berkebutuhan khusus. Rasa syukur orang tua akan lebih sering dibentuk dalam segala kondisi dan situasi, baik dalam lingkungan luar maupun lingkungan dalam seperti kehidupan keluarga.

Syukur adalah keadaan emosi dan sikap terhadap kehidupan yang menjadi sumber kehidupan kekuatan manusia dalam meningkatkan kesejahteraan pribadi dan relasional seseorang²⁶. Dalam meningkatkan kualitas kesejahteraan dan relasional seseorang, menurut Emmons dan Crumpler perlu ditumbuhkannya sikap syukur, karena sikap ini merupakan sumber kehidupan kekuatan manusia. Pernyataan lain terkait dengan definisi syukur pada jurnal lain yaitu *gratitude* merupakan emosi yang menyenangkan, tetapi berbeda dari kebahagiaan seperti biasanya karena rasa syukur biasanya didahului oleh persepsi bahwa seseorang telah mendapat

²⁶ Robert A. Emmons and Cheryl A. Crumpler, “Gratitude as a Human Strength: Appraising the Evidence,” *Journal of Social and Clinical Psychology* 19, no. 1 (2000): 56–69, <https://doi.org/10.1521/jscp.2000.19.1.56>. h. 56

manfaat dari kemurahan hati orang lain²⁷. Berdasarkan penjelasan tersebut dapat diketahui jika seseorang telah mendapatkan berbagai macam manfaat dari suatu hal, maka seseorang akan mengungkapkan sikap *gratitude* dengan kebahagiaan yang nyata. Begitu pun juga jika orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dan telah mendapati berbagai macam ilmu yang bermanfaat darinya, maka sikap *gratitude* kemungkinan akan terealisasi.

1. Aspek-Aspek *Gratitude*

Menurut McCulloogh, Kimeldorf, dan Cohen, *Gratitude* memiliki 4 dimensi, yaitu:

a. *Intensity*

Orang yang memiliki disposisi yang tinggi dikarenakan telah mengalami peristiwa yang bersifat positif diharapkan untuk dapat lebih memiliki sikap bersyukur yang intens.

b. *Frequency*

Orang yang bersyukur secara disposisi mungkin akan menerapkan perasaan bersyukur berkali-kali setiap hari, dan rasa syukur dapat diperoleh bahkan berupa bantuan atau tindakan kesopanan yang paling sederhana. Sebaliknya, untuk seseorang yang kurang tertarik terhadap rasa syukur, maka penerapan rasa syukur dalam kehidupan sehari-hari akan lebih jarang dialami.

²⁷ McCullough, Kimeldorf, and Cohen, "An Adaptation for Altruism? The Social Causes, Social Effects, and Social Evolution of Gratitude." h. 281

c. *Span*

Rentang rasa syukur mengacu pada jumlah keadaan kehidupan sehingga seseorang dapat merasa bersyukur pada waktu tertentu. Orang yang memiliki sikap bersyukur secara disposisi diharapkan untuk dapat merasa bersyukur atas keluarga mereka, pekerjaan, kesehatan, dan kehidupan, serta berbagai manfaat lainnya. Rakyat yang cenderung kurang bersyukur mungkin penerapan rasa syukurnya lebih sedikit terhadap aspek kehidupan mereka.

d. *Density*

Yang mengacu pada jumlah orang yang merasa bersyukur atas hasil positif tunggal. Ketika ditanya kepada siapa seseorang merasa bersyukur biasanya orang akan menjawabnya untuk hasil tertentu (misalnya, memperoleh pekerjaan yang baik), disposisi orang yang bersyukur mungkin mencantumkan banyak orang lain, termasuk orang tua, teman, keluarga, dan pembimbing. Seseorang yang kurang cenderung bersyukur mungkin akan cenderung kurang bersyukur lagi kepada orang untuk hasil yang sama²⁸.

²⁸ Michael E. McCullough, Robert A. Emmons, and Jo Ann Tsang, "The Grateful Disposition: A Conceptual and Empirical Topography," *Journal of Personality and Social Psychology* 82, no. 1 (2002): 112–27, <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.112>. h. 113

2. Faktor-Faktor *Gratitude*

Terdapat 3 faktor yang mempengaruhi *gratitude*, yaitu:

- a. *Emotionally* : kecenderungan di mana seseorang merasa emosional dan menilai kepuasan yang ada dalam dirinya.
- b. *Prosociality* : seseorang cenderung untuk diterima di lingkungan sosial.
- c. *Religiousness* : segala sesuatu yang berkaitan dengan transendental, keagamaan, dan keimanan seseorang²⁹.

Robert A. Emmons, mengungkapkan beberapa faktor penghambat *gratitude*, beberapa di antaranya adalah:

a. Prasangka Negatif

Otak dari tiap individu secara alamiah memersepsikan secara negatif berbagai hal yang masuk ke dalam pikirannya. Hal ini mampu membuat individu jatuh ke dalam pola emosi negatif.

b. Ketidakmampuan mengakui ketergantungan

Kecenderungan individu karena hal-hal yang baik datang akibat perbuatan dirinya sendiri.

²⁹ McCullough, Emmons, and Tsang, h. 113-114

c. Konflik psikologis dalam diri individu

Terjadi di saat ada konsekuensi negatif dalam mengekspresikan *gratitude* atau pemberi tidak hanya memberikan sesuatu yang baik kepada penerima, namun juga diselingi dengan hal buruk kepada penerima.

d. Ketidaksesuaian hadiah yang diberikan

Karena pemberian memiliki banyak makna, maka jika hasil dari pemberian tersebut tidak sesuai harapan akan menjadi sebuah risiko yang sangat besar. Pemberian dapat menjadi beban bagi penerima, tidak proporsional, tidak sesuai dengan hubungan pemberi dan penerima juga akan menimbulkan sikap dendam, marah, bahkan penghinaan.

e. Renungan mengenai perbandingan

Sikap manusia yang sering membandingkan diri dengan orang lain berdasarkan standar tertentu merupakan hal yang alamiah. Segala sesuatu yang tidak tercapai keinginannya dapat menjadi perenungan yang terfokus dan bersifat negatif terhadap *gratitude*.

f. Memersepsi diri sebagai korban

Jika individu memersepsikan dirinya sebagai korban, maka dalam diri individu akan meninggalkan luka sehingga terjerumus kepada sikap *self-blaming* atau menyalahkan diri sendiri, juga dapat berisiko menyalahkan orang lain sehingga muncul keinginan untuk balas dendam. Kondisi ini, individu tidak dapat mengapresiasi dirinya dengan apa yang telah diberikan oleh-Nya.

g. Pengalaman penderitaan

Individu akan sangat mudah kehilangan rasa syukur yang dimilikinya ketika ia mencoba *recalling* penderitaan-penderitaan yang pernah dialami sehingga akan menjadi sulit untuk menemukan alasan untuk bersyukur.

h. Kesibukan dalam hidup

Karena *gratitude* memerlukan waktu untuk merefleksikan kebaikan, maka semakin sibuk tiap individu dan kesibukannya membuat individu mudah lelah dan terfragmentasi, *gratitude* dapat menghilang³⁰.

Selain faktor yang menghambat *gratitude*, ada pula faktor yang berperan dalam *gratitude*. Beberapa di antaranya adalah:

- a. Penerimaan diri terhadap keadaan yang dialami merupakan takdir dan rencana yang baik bagi Allah Swt.
- b. Pengalaman, pengetahuan, dan *social support* beserta kondisi spiritual dalam menerima kondisi.
- c. Mengapresiasi dengan cara memberikan timbal balik berupa kasih sayang yang ditujukan kepada keluarga, lingkungan sekitar, khususnya anak berkebutuhan khusus.
- d. Niat baik untuk membantu membantu individu yang kesulitan, khususnya kepada individu yang mengalami hal yang sama.
- e. Cenderung bersikap positif dan nyata berdasarkan apresiasi dan kehendak baik. Diwujudkan detail dalam menjaga kondisi diri pribadi, seperti merawat dan mendidik anak berkebutuhan khusus, menyiapkan

³⁰ Robert A. Emmons, *Thanks! How The New Science Can Make You Happier* (New York: Houghton Mifflin Company, 2007).

dana dan juga fasilitas, menolong dan berusaha untuk tidak menyakiti orang lain, selalu berusaha membalas kebaikan orang lain, serta selalu melakukan perbuatan yang konkret untuk melakukan perbuatan yang nyata yang baik bersama dengan individu lainnya.

- f. Pengalaman spiritual yang mendalam dan beragam muncul dari dalam individu sehingga ada keinginan untuk mendekatkan diri kepada Allah Swt.
- g. Dapat merasakan ketenangan jiwa, optimis, dan berpikir positif dalam memandang hidup ³¹.

B. Penerimaan Orang Tua

Penerimaan diri merupakan suatu keadaan di mana seorang individu memiliki penilaian positif terhadap dirinya, serta mengakui segala kelebihan maupun segala keterbatasan yang ada di dalam dirinya tanpa malu atau perasaan bersalah terhadap kodrat ³². Calhoun dan Acocella juga mengatakan bahwa penerimaan diri merupakan individu yang dapat menerima dirinya dan juga menerima orang lain apa adanya. Seseorang yang dapat menerima dirinya dan keadaan keluarganya secara positif tanpa rasa malu jika memiliki berbagai kekurangan dapat diindikasikan bahwa ia telah mencapai tahap penerimaan diri berdasarkan teori yang telah disebutkan sebelumnya. Penerimaan diri dapat membantu individu untuk dapat menyesuaikan dirinya

³¹ Hambali, Meiza, and Fahmi, "FAKTOR-FAKTOR YANG BERPERAN DALAM KEBERSYUKURAN (GRATITUDE) PADA ORANGTUA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS PERSPEKTIF PSIKOLOGI ISLAM." h. 98

³² Dienillah and Chotidjah, "Dukungan Sosial Bagi Penderita Lupus: Dapatkah Menjadi Moderator Bagi Efek Penerimaan Diri Terhadap Rasa Syukur?" h. 89

sehingga ia dapat memiliki sifat-sifat yang seimbang dengan lingkungan sekitarnya dan terintegrasi³³.

Porter menjelaskan bahwa penerimaan orang tua merupakan suatu perilaku orang tua yang mampu menerima keberadaan anaknya tanpa syarat, dan menjadikan penerimaan merupakan tujuan akhir orang tua saat mengetahui anaknya memiliki kecacatan³⁴. Menurut Rohner penerimaan orang tua itu lebih merujuk pada kehangatan, kasih sayang, peduli, mendukung, mengasuh, kenyamanan, perhatian, atau perasaan cinta yang mana orang tua menunjukkan dan merasakan kepada anaknya baik secara fisik maupun secara verbal. Johnson dan Medinnus mengungkapkan bahwa penerimaan orang tua merupakan pemberian cinta tanpa syarat sehingga penerimaan terhadap anak dapat tercermin melalui perhatian yang kuat terhadap mereka, cinta kasih, dan juga sikap penuh kebahagiaan dalam mengasuh anak.

Dalam Surat Az Zukhruf ayat 32, Allaah SWT berfirman:

فَوْقَ بَعْضِهِمْ وَرَفَعْنَا الدُّنْيَا الْحَيٰوةَ فِي مَعِيَشَتِهِمْ بَيْنَهُمْ قَسَمْنَا لُحْنُ رَبِّكَ رَحْمَتٍ يَفْسِمُونَ اٰهْمُ

يَجْمَعُونَ مِمَّا حَيْرَ رَبِّكَ ۗ وَرَحْمَتٌ سُخْرِيًّا بَعْضًا بَعْضُهُمْ لِيَتَّخِذَ دَرَجَاتٍ بَعْضٍ

Artinya: “Apakah mereka yang membagi-bagi rahmat Tuhanmu?

Kamilah yang menentukan penghidupan mereka dalam kehidupan dunia, dan

³³ Yohana Senkeyta, “PROSES PENERIMAAN DIRI AYAH TERHADAP ANAK YANG MENGALAMI DOWN SYNDROME,” *Jurnal FISIP*, 2013, 1–20. h. 2-3

³⁴ H. Elianto and W. Hendriani, “Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Penerimaan Ibu Terhadap Anak Kandung Yang Mengalami Cerebral Palsy,” *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan* 2, no. 2 (2013), <http://journal.unair.ac.id/filerPDF/jpppb14962ae24full.pdf>.

Kami telah meninggikan sebagian mereka atas sebagian yang lain beberapa derajat, agar sebagian mereka dapat memanfaatkan sebagian yang lain. Dan rahmat Tuhanmu lebih baik dari apa yang mereka kumpulkan.”

Dalam perspektif islam, penerimaan diri merupakan bagian dari sifat *qana'ah*. *Qana'ah* merupakan sikap ridha terhadap segala bentuk rezeki yang Allah SWT berikan. *Qana'ah* merupakan salah satu sifat yang dapat menampakkan kualitas iman yang didasari oleh rukun iman yang ke enam yaitu iman kepada *qadha'* dan *qadar* Allah SWT makna³⁵. Segala hal apa pun yang datang kepada hamba-Nya sudah merupakan ketentuan yang Allah catata di *lauh mahfudz*-Nya, termasuk memiliki anak berkebutuhan khusus.

Dari beberapa pengertian yang disampaikan oleh beberapa tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri orang tua adalah bagian dari penerimaan diri. Dengan begitu peneliti mengambil salah satu definisi yaitu penerimaan orang tua merupakan pemberian cinta tanpa syarat sehingga penerimaan terhadap anak dapat tercermin melalui perhatian yang kuat terhadap mereka, cinta kasih, dan juga sikap penuh kebahagiaan dalam mengasuh anak yang disampaikan oleh Johnson dan Medinnus

1. Aspek-Aspek Penerimaan Orang Tua

Johnson dan Medinnus mengungkapkan beberapa aspek penerimaan orang tua. Berikut pembagiannya:

³⁵ Reza Mina Pahlewi, “Makna Self-Acceptance Dalam Islam (Analisis Fenomenologi Sosok Ibu Dalam Kemiskinan Di Provinsi D.I Yogyakarta),” *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam* 16, no. 2 (2020): 206–2015, <https://doi.org/10.14421/hisbah.2019.162-08>.

1) Menghargai anak

Sebagai individu dengan segenap perasaan, menghargai hak-hak anak dan berupaya untuk memenuhi kebutuhan untuk mengekspresikan perasaan.

2) Menilai anaknya sebagai diri yang unik

Tiap anak selalu terlahir secara unik, termasuk anak berkebutuhan khusus. Orang tua diharapkan untuk dapat memelihara keunikan anaknya dengan tanpa syarat dan tiada batas agar anak tetap memiliki pribadi yang sehat.

3) Mengenal berbagai kebutuhan anak

Anak dengan kondisi berkebutuhan khusus memerlukan kebutuhan yang lebih dan berbeda dibanding dengan anak normal secara umum. Perlu fasilitas penunjang untuk pengembangan potensi yang dimilikinya. Dengan begitu, orang tua wajib untuk mengetahui kebutuhan-kebutuhan vital yang diperlukan oleh anaknya guna kemandirian dalam melakukan aktivitas suatu saat nanti.

4) Mencintai anak tanpa syarat

Dengan mencintai anak secara tulus atau yang disebut dengan tanpa syarat, anak akan mampu memberikan timbal balik yang positif, sehingga orang tua mampu menerima kekurangan yang dimiliki oleh anaknya ³⁶.

³⁶ Fitria, "Pengaruh Kecerdasan Emosi, Dukungan Sosial, Dan Rasa Syukur Terhadap Penerimaan Orang Tua Pada Anak Dengan Kebutuhan Khusus." h. 13

2. Faktor-Faktor Penerimaan Orang Tua

Dalam jurnal penelitian yang diungkapkan oleh Eriza dan Eko, bahwa penerimaan orang tua pada dasarnya memiliki 3 faktor. Namun ada 1 faktor tambahan yang muncul pada 1 subjek lainnya. Beberapa faktor tersebut yaitu:

a. Pendidikan

Ketika orang tua memiliki pendidikan yang lebih tinggi, dapat dipastikan bahwa kesadaran akan penanganan anak berkebutuhan khusus berbeda dengan anak normal. Namun ketika orang tua yang memiliki pendidikan yang rendah (seperti SD), maka dapat dipastikan juga bahwa kesadaran akan anak berkebutuhan khusus akan sedikit diabaikan.

b. Dukungan sosial

Ketika memiliki dukungan sosial yang tinggi, semakin besar juga tingkat penerimaan diri orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Pada penelitian yang dilakukan oleh Eriza dan Eko bahwa ketiga subjek memiliki kesamaan dalam faktor kebutuhan sosial yang datang dari suami dan keluarga sekitar mereka yang membuat penerimaan diri menjadi lebih baik.

c. Pola asuh keluarga

Seseorang yang diasuh secara demokratis akan cenderung berkembang sebagai seseorang yang mampu menghargai dirinya sendiri. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Eriza dan Eko, subjek 1 dulunya tidak memberikan anaknya kesempatan memilih untuk apa yang akan dijalannya. Hal ini membuat anaknya menjadi pribadi yang tidak

berkembang atas kondisi yang dialaminya. Subjek 2 memiliki pola asuh yang disiplin dan tetap mendukung tindakan anaknya selama tindakan yang diambil bersifat positif. Sedangkan pada subjek 3 memiliki pola asuh yang bebas untuk melakukan tindakan apapun dengan dukungan, pengajaran, dan pengawasan yang dilakukan oleh orang tuanya.

d. Agama

Faktor agama membuat orang tua akan tetap menerima apa pun yang diberikan Tuhannya, dengan tujuan agar subjek dapat lebih dekat dengan-Nya dengan cara mempraktikkan ajaran agama dalam kehidupannya³⁷.

C. Hubungan Antara Gratitude dengan Penerimaan Orang Tua

Setiap individu pasti mengharapkan hal-hal positif datang dalam kehidupannya. Seperti halnya keluarga yang sehat baik jasmani maupun rohani, mendapatkan pekerjaan yang baik, lingkungan yang positif, dan lain sebagainya. Hal-hal tersebut merupakan bagian dari *gratitude*.

Gratitude merupakan sebuah sikap di mana individu dapat menunjukkan emosi positif yang mampu menyadari banyak menerima kebaikan, penghargaan dari Tuhan, orang lain dan lingkungan yang ada di sekitarnya³⁸. Ketika individu dapat menyikapi dengan baik terhadap hal yang datang kepadanya, maka individu tersebut juga akan berusaha merealisasikan *gratitude* tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

³⁷ Eriza Dwi Putri Islami and Eko Hardi Ansyah, "Self-Acceptance of Mothers Who Have Children with Special Needs," *Indonesian Journal of Innovation Studies* 7 (2020): 6–11, <https://doi.org/10.21070/acopen.4.2021.3032>. h. 8-9

³⁸ Adhyatman Prabowo, "GRATITUDE DAN PSYCHOLOGICAL WELLBEING PADA REMAJA," *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 05, no. 02 (2017). h. 260

Menurut Emmons & McCullough *gratitude* merupakan suatu perasaan menyenangkan yang berwujud syukur atau rasa terima kasih—muncul ketika menerima kebaikan (*kindness, compassion, love*), manfaat, atau bantuan altruistik dari pihak lain termasuk hal-hal yang tidak layak kita terima, yaitu hal-hal yang bukan disebabkan oleh upaya kita sendiri³⁹. Berdasarkan fenomena yang peneliti amati orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus beberapa di antaranya mengungkapkan bahwa memiliki anak berkebutuhan khusus merupakan hal yang seharusnya tidak layak mereka terima, namun mereka harus menghadapi hal itu karena sudah terjadi dan tidak dapat diubah. Dalam keadaan tersebut, orang tua harus menerima keadaan yang sebenarnya.

Penerimaan yang dialami orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus tidak semudah seperti apa yang kita bayangkan karena mereka akan melewati banyak proses. Proses tersebut dimulai dari mencintai anak tanpa syarat, menilai diri anak sebagai diri yang unik, berusaha memahami apa yang anak butuhkan, hingga menghargai anak dalam setiap tindakannya. Menurut Dienillah dan Chotijah, penerimaan diri merupakan suatu keadaan di mana seorang individu memiliki penilaian positif terhadap dirinya, serta mengakui segala kelebihan maupun segala keterbatasan yang ada di dalam dirinya tanpa malu atau perasaan bersalah terhadap kodrat⁴⁰.

³⁹ Arif, *Psikologi Positif: Pendekatan Sainifik Menuju Kebahagiaan*. h. 71

⁴⁰ Dienillah and Chotidjah, “Dukungan Sosial Bagi Penderita Lupus: Dapatkah Menjadi Moderator Bagi Efek Penerimaan Diri Terhadap Rasa Syukur?”. h. 89

Dengan begitu, hubungan antara *gratitude* dengan penerimaan orang tua sangat korelatif. Ketika orang tua mampu menyikapi segala apa yang datang kepada dirinya merupakan anugrah dari Tuhan dan lingkungan mampu mendukung dalam segala hal, maka penerimaan diri orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus pun juga akan terealisasi dan berjalan lebih baik

D. Pengertian Anak Berkebutuhan Khusus

Anak berkebutuhan khusus merupakan anak yang memerlukan perhatian khusus dikarenakan adanya gangguan perkembangan dan kelainan yang dialami oleh anak. Dalam sebuah jurnal menyebutkan bahwa anak berkebutuhan khusus merupakan anak yang “menyimpang (dibandingkan dengan anak normal biasa) dan untuk menangani penyimpangan tersebut diperlukan dukungan khusus (orang tua, lingkungan, dan terapis)”⁴¹.

Rezioka, Putro, dan Fitri dalam jurnalnya menyatakan bahwa anak berkebutuhan khusus merupakan anak yang memerlukan penanganan khusus karena gangguan yang dialami oleh anak seperti gangguan perkembangan⁴². Berdasarkan pernyataan Heber, retardasi mental merupakan keterbelakangan fungsi intelektual umum, yang berasal selama periode perkembangan dan dikaitkan dengan gangguan dalam perilaku adaptif⁴³. Menurut Purba, Irvan, dan Dewi menjelaskan bahwa anak berkebutuhan khusus merupakan anak

⁴¹ Margaret Sims, “Accreditation and Quality Care for Children with Special Needs,” *Australasian Journal of Early Childhood* 20, no. 4 (1995): 5–10, <https://doi.org/10.1177/183693919502000403>. h. 6

⁴² Dara Gebrina Rezioka, “Faktor Penyebab Anak Berkebutuhan Khusus Dan Klasifikasi Abk,” *Jurnal Pendidikan Bunayya* 8, no. 2 (2021): 40–53. h. 41

⁴³ G. Lokanandha Reddy, J. Sujatha Malini, and A. Kusuma, *MENTAL RETARDATION* (New Delhi: Discovery Publishing House, 2004).

yang mengalami keterbatasan mental-intelektual, sosial, emosional yang berpengaruh secara signifikan dalam proses pertumbuhan/perkembangannya dibanding dengan anak di usianya⁴⁴.

Dari beberapa pernyataan di atas, dapat peneliti simpulkan bahwa pengertian dari anak berkebutuhan khusus adalah anak yang mengalami keterbatasan fisik, mental-intelektual, sosial, maupun intelektual baik permanen ataupun sementara dan mengganggu proses perkembangannya, yang mana mereka membutuhkan pelayanan yang spesifik dan perilaku yang ditimbulkan merupakan perilaku adaptif.

1. Karakteristik Perilaku-Perilaku yang Muncul pada Anak Berkebutuhan Khusus (*ADHD/Attention Deficit Hiperactivity Disorder, Autisme, Speech Delay, dan Disleksia*)

a. *ADHD/Attention Deficit Hiperactivity Disorder*

Menurut Isnanto, ADHD merupakan gangguan perkembangan dalam peningkatan aktivitas motorik anak-anak sehingga menyebabkan aktivitas yang berlebihan dan tidak lazim⁴⁵. Anak dengan gangguan konsentrasi dan hiperaktif memiliki perilaku-perilaku tertentu yang muncul pada dirinya. Mereka akan dapat mudah teralihkan dengan sesuatu yang ada di dekatnya ketika mulai fokus pada pekerjaan tertentu. Menurut Santoso, karakteristik anak dengan

⁴⁴ Purba Bagus Sunarya, Muchamad Irvan, and Dian Puspa Dewi, "Kajian Penanganan Terhadap Anak Berkebutuhan Khusus," *Jurnal Abadimas Adi Buana* 2, no. 1 (2018): 11–19, <https://doi.org/10.36456/abadimas.v2.i1.a1617>. h. 12

⁴⁵ Yuli Isnanto, *Mendidik Anak ADD (Attention Deficit Disorder) : Hal-Hal Yang Tidak Bisa Dilakukan Obat*, ed. Chrisna, 2nd ed. (Yogyakarta: Javalitera, 2017). h. 2

ADHD menunjukkan perilaku impulsif, sering lupa dengan informasi yang disampaikan oleh informan, maupun dengan barang-barangnya sendiri⁴⁶. Contoh ketika anak sedang belajar bermain *puzzle*, ketika anak sudah konsentrasi namun melihat *puzzle* lain di sekitarnya, maka dia akan langsung mengalihkan konsentrasinya ke *puzzle* tersebut (atau ke hal-hal lainnya). Ketika dilarang, mereka akan mudah tersulut emosi marah dan kemudian menangis, bahkan melempar segala sesuatu yang di hadapannya.

b. Autisme

Autisme merupakan gangguan perkembangan yang dapat terjadi pada siapa saja, yang bersifat kompleks dan berat. Mereka tidak mampu berkomunikasi dan berkomunikasi berdasarkan apa yang diinginkannya, sehingga hal ini dapat mempengaruhi perkembangan anak selanjutnya. Anak dengan gangguan autisme memiliki kelainan neurobiologis pada susunan saraf pusat. Hal ini menyebabkan sel pada beberapa bagian otak mengalami pertumbuhan yang tidak sempurna.

Anak dengan gangguan autisme akan dapat terlihat sejak sebelum umur 3 tahun. Kontak mata yang kurang, sering mengoceh yang tidak jelas hingga umur 3 tahun ke atas (*bubbling*), dan tidak bereaksi kepada orang lain. Gangguan perkembangan pada autisme meliputi 3 aspek, yaitu kualitas kemampuan interaksi sosial dan

⁴⁶ Hargio Santoso, *Cara Memahami Dan Mendidik Anak Berkebutuhan Khusus*, 1st ed. (Yogyakarta: Gosyen Publishing, 2012). h. 97

emosional, kualitas yang minim dalam komunikasi timbal balik, serta minat yang terbatas dengan gerakan berulang tanpa tujuan yang jelas.

Adapun gejala pada ciri gangguan autisme, yaitu: gangguan dalam komunikasi (disleksia, *bubbling*, sering mengulang kata-kata yang diucapkan orang lain, tidak memahami pembicaraan orang lain, dan lain-lain), gangguan interaksi sosial (menghindari/mengabaikan kontak mata entah dari panggilan atau sebagainya, suka bermain sendiri, tidak memiliki empati, dan lain-lain), gangguan dalam tingkah laku (acuh terhadap lingkungan, semaunya sendiri, kelekatan pada benda tertentu, tingkah laku tidak terarah seperti berputar-putar; mondar-mandir; berteriak-teriak, dan lain-lain), gangguan emosi (takut terhadap objek yang sebenarnya tidak menakutkan, tertawa/menangis/marah tanpa sebab, tidak dapat mengendalikan emosi jika tidak dapat mendapatkan apa yang diinginkannya), gangguan dalam sensoris/pengindraan (menjilat-jilat suatu benda, sering mencium benda/makanan tanpa sebab, menutup telinga terhadap suara-suara tertentu, dan lain-lain)⁴⁷.

c. Disleksia

Disleksia merupakan gangguan neurobiologis, perkembangan, dan pembelajaran berbasis bahasa yang mempengaruhi kemampuan untuk belajar membaca (secara akurat dan

⁴⁷ Mohamad Sugiarnin, "Individu Dengan Gangguan Autisme," *Plp Upi*, n.d.

lancar) dan pengembangan kemampuan mengeja⁴⁸. Dalam arti luas, disleksia juga disebut dengan gangguan dalam kemampuan berbahasa dan juga memahami kata. Individu dengan gangguan ini biasanya juga dapat disertai dengan gangguan pemusatan perhatian (ADD (*Attention Deficit Disorder*)/ADHD (*Attention Deficit Hiperactivity Disorder*)).

Terdapat 5 bentuk kesalahan dalam membaca bagi disleksia, yaitu: reversal (membalikkan bentuk huruf/kata dari kiri ke kanan: duku > buku; 6 > 9; 2 > 5), inversi (membalikkan bentuk huruf/kata dari atas ke bawah: mama > wawa; nana > uaua), omisi (menghilangkan huruf/suku kata: bebek > bebe; buaya > aya), addisi (menambahkan huruf/suku kata: buku > bukuku; gula > gulka), substitusi (mengganti huruf/suku kata: mega > meja; nanas > mamas; 3 > 8).

Perilaku individu dengan disleksia juga dapat dilihat seperti sulit mengeja, menebak kata yang dibaca, lambat untuk menyelesaikan tugas, hasil kerja yang berantakan, sulit dalam mengungkapkan pendapat (gagap, ragu, terlalu cepat berbicara), perhatian yang mudah teralih, mudah lupa, kehilangan kata saat membaca, memiliki bakat yang luar biasa, daya imajinasi yang kuat, dan lain-lain⁴⁹. Mereka juga kesulitan dalam berinteraksi sosial,

⁴⁸ Jane Roitsch and Silvana Watson, "An Overview of Dyslexia: Definition, Characteristics, Assessment, Identification, and Intervention," *Science Journal of Education* 7, no. 4 (2019): 81, <https://doi.org/10.11648/j.sjedu.20190704.11>.

⁴⁹ Adriatik Ivanti, "Dyslexia," n.d.

janggal dalam pergaulan, tidak percaya diri, agresif, dan lain sebagainya⁵⁰.

d. *Speech Delay*

Speech delay atau gangguan bicara merupakan suatu gangguan keterlambatan berbahasa maupun berbicara. Beberapa penyebab gangguan ini adalah: anak mengalami disatria (gerak lidah terbatas), kecerdasan yang rendah, kecenderungan dengan ekspresi panik dan takut, sulit mengungkapkan keinginan/kata, tidak diterimanya dia pada lingkungan sosial⁵¹. Campbell mengungkapkan bahwa jika orang tua telah menemukan gejala-gejala keterlambatan bicara, sebaiknya untuk waspada dan segera untuk melakukan skrining agar anak dapat mendapatkan perkembangan yang sesuai dengan anak normal lainnya⁵².

Beberapa jenis dari gangguan bicara, yaitu: *specific language disorder, speech and language expressive disorder, centrum auditory processing disorder, pure dysphatic development, gifted visual spatial learner, dan disynchronous developmental*⁵³.

⁵⁰ Kristiantini Dewi, "Disleksia," in *Proseding Seminar Nasional PGSD UPY Dengan Tema Strategi Mengatasi Kesulitan Belajar Ketika Murid Anda Seorang Disleksia*, 2015, 7–13, <http://repository.upy.ac.id/407/1/artikel/kristiantini.pdf>.

⁵¹ Alfani Nurul Istiqlal, "Gangguan Keterlambatan Berbicara (Speech Delay) Pada Anak Usia 6 Tahun," *Preschool* 2, no. 2 (2021): 206–16, <http://ejournal.uin-malang.ac.id/index.php/preschool/article/view/12026>.

⁵² Thomas F. Campbell et al., "Risk Factors for Speech Delay of Unknown Origin in 3-Year-Old Children," *Child Development* 74, no. 2 (2003): 346–57, <https://doi.org/10.1111/1467-8624.7402002>.

⁵³ L Kurnia, "Kondisi Emosional Anak Speech Delay Usia 6 Tahun Di Sekolah Raudhatul Athfal An-Najaf Kecamatan Rangkasbitung Kabupaten Lebak," *E-Jurnal Aksioma Al-Asas*, 2020, <https://ejournal.latansamashiro.ac.id/index.php/JAA/article/view/427>.

Beberapa perilaku yang ditunjukkan oleh anak dengan gangguan bicara antara lain: cadel atau kesulitan dalam berbicara, kesulitan melakukan percakapan dengan orang lain, lebih pasif dibandingkan dengan temannya yang lain, dan kesulitan dalam membaca⁵⁴.

2. Penyebab Anak Berkebutuhan Khusus

Beberapa dari orang tua biasanya menyadari bahwa keterbatasan/hambatan fisik maupun psikis yang terjadi pada anak disebabkan oleh 2 faktor yaitu faktor prenatal dan post-natal.

Masa prenatal atau sebelum kelahiran merupakan masa yang sangat penting karena dalam masa ini terjadi proses pembentukan beberapa aspek perkembangan seperti kecerdasan, kepribadian, bakat minat, dan lain-lain. Banyak orang tua yang memperhatikan betul masa ini dengan tujuan kesehatan dan kesempurnaan bayinya pada masa mendatang. Sedangkan masa post-natal atau setelah kelahiran. Pada masa ini bayi mengalami beberapa masa perkembangan meliputi masa bayi, masa awal anak-anak-pertengahan-akhir anak-anak, remaja awal-remaja akhir, dewasa awal-dewasa akhir, hingga masa lanjut usia⁵⁵. Berikut merupakan faktor penyebab anak berkebutuhan khusus secara rinci:

⁵⁴ Istiqlal, "Gangguan Keterlambatan Berbicara (Speech Delay) Pada Anak Usia 6 Tahun."

⁵⁵ Wardatul Jannah and Luluk Mirta, "Periodisasi Perkembangan Masa Prenatal Dan Post Natal," *Periodisasi Perkembangan Masa Prenatal Dan Post Natal*, no. 152071000013 (2018): 1-7. h. 1-3

a. Pre-Natal

1. Infeksi kehamilan, terjadi karena virus *Liptospororis*, virus *maternal rubella*/campak, dan virus *retrolanta fibroplasia*-RLF.
2. Gangguan genetika, dapat terjadi akibat kelainan kromosom, transformasinya menyebabkan *toxaenia* (keracunan darah), atau faktor keturunan.
3. Usia ibu hamil, bisa terjadi jika usianya 12-15 tahun atau terlalu tua yaitu di atas usia 40 tahun. Wanita yang terlalu muda sudah memiliki organ seksual dan kandungan yang sudah matang, namun secara psikologis belum siap untuk menerima terutama pada perkembangan emosional yang dapat menyebabkan orang tersebut mudah depresi dan stres.
4. Keracunan saat hamil, terjadi karena kekurangan vitamin atau kelebihan zat besi. Penggunaan obat-obatan kontrasepsi ketika wanita sedang hamil seperti penggunaan obat abortus yang gagal, sehingga sangat memungkinkan bayi lahir dalam keadaan cacat.
5. Penyakit menahun seperti *tuberculosis* (TBC). Penyakit ini dapat mengganggu metabolisme ibu dan perkembangan janin, sehingga bisa saja janin tumbuh dengan tidak sempurna.
6. *Toxoplasmosis* (dari bulu kucing), *trachoma*, dan tumor merupakan penyakit kronis yang dapat mengganggu kesehatan dan perkembangan janin. Namun pada penyakit *toxoplasmosis* dapat dicegah melalui imunisasi agar virus tidak mengganggu janin kelak.

7. Infeksi dari penyakit kotor, seperti sipilis yang dapat menyebabkan tubuh ibu menjadi lemah dan dapat membahayakan janin.
8. Faktor *rhesus* (Rh) *anoxia* prenatal atau kekurangan oksigen pada calon bayi. Hal ini dapat menyebabkan pertumbuhan otak pada pertumbuhan calon bayi terganggu.
9. *Baby blue syndrome*, merupakan pengalaman traumatis yang berupa *shock* akibat ketegangan saat melahirkan pada kehamilan yang dialami sebelumnya.
10. Radiasi sinar x, dapat menyebabkan kecacatan pada calon bayi yang merusak bagian sel kromosom jika digunakan secara berlebihan.

b. Post-natal

Kelainan ini disebabkan biasanya karena kecelakaan, tumor otak, kejang, diare, keracunan di masa bayi. Terjadi pada usia setelah dilahirkan sampai usia perkembangan selesai (kurang lebih 18 tahun).

1. Penyakit berikut adalah penyakit kronis yang dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan fisik, juga mental bayi karena terjadi pada masa tahun-tahun pertama pada masa pertumbuhan (*golden age*). Namun penyakit ini dapat disembuhkan dengan perawatan yang intensif. Penyakit tersebut adalah infeksi bakteri (TBC), virus *meningitis/enchepalitis*, diabetes melitus, panas tinggi dan kejang, radang telinga (*otitis media*), *malaria tropicana*.
2. Kurangnya zat gizi/malnutrisi dapat menyebabkan menghambatnya perkembangan otak sehingga bayi dapat menyebabkan kecacatan

mental. Gizi yang sangat dibutuhkan bayi merupakan ASI pada 6 bulan pertama dan makanan penunjang gizi pada usia selanjutnya.

3. Kecelakaan pada bayi yang menyerang pada area kepala dapat mengakibatkan luka pada otak (*brain injury*). Jika bagian pada sistem otak rusak, maka hal ini akan dapat merusak fungsi tubuh lainnya.
4. Racun yang masuk ke tubuh bayi baik minuman/makanan yang dikonsumsi dapat menyebabkan imun dalam tubuh bayi menjadi lemah dan meracuni secara permanen. Psikoaktif merupakan racun yang berasal dari makanan yang sudah kadaluwarsa/busuk. Jika hal ini dimakan maka racun akan menyebar melalui darah dan mengalir ke otak, sehingga menyebabkan kecacatan pada bayi ⁵⁶.

⁵⁶ Dinie Ratrie, "Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus," *Depdiknas*, 2007, 1–149. h.