

KOPING RELIGIUS PADA ORANG TUA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS

Malitsa Giovanna Tahitu
Institut Agama Kristen Negeri Ambon

Abstract

This research was conducted to find out how parents deal with the phenomenon of having a child with special needs, their difficulties in accepting each process, and the support mechanisms used to deal with this situation. The phenomenological research design used with 6 parents. The data obtained were phenomenologically analyzed with the support of MAXQDA 11. Three aspects are discussed in this study, namely difficulties in the acceptance process, coping strategies, and religious coping. The aspect of self-acceptance difficulties discusses feelings of shock, fear of losing children, disappointment, self-blame, loneliness, lack of husband's support, the impact of a negative environment, concern for the future of children, and hopelessness. Aspects of coping strategies discuss family support and concern for the surrounding environment. Meanwhile, religious coping aspects discuss accepting what is given by God, destiny, fear of God, blessings from God, believing in God by surrendering, being grateful, praying.

Keywords : religious coping, parents of children with special needs

PENDAHULUAN

Didiagnosis memiliki anak berkebutuhan khusus adalah sebuah pengalaman hidup yang traumatis bagi setiap keluarga. Banyak keluarga ingin memiliki dan membesarkan anak yang terlahir normal serta memiliki harapan untuk masa depan anak-anak mereka. Sebaliknya, keluarga dengan anak berkebutuhan khusus mengalami perubahan yang dramatis baik secara emosi, sosial, ekonomi dan harapan untuk masa depan anak-anak mereka.¹ Saat keluarga mengetahui bahwa

¹ Tina O'Connell, Maeve O'Halloran, and Owen Doody, "Raising a Child with Disability and Dealing with Life Events: A Mother's Journey," *Journal of Intellectual Disabilities* 17, no. 4 (2013).

anak mereka berkebutuhan khusus, beberapa reaksi emosional sering muncul. Sebagian besar keluarga mengalami syok disertai perasaan yang berhubungan dengan penyangkalan, penderitaan, kesedihan, dan depresi setelah harus menghadapi situasi yang mengejutkan, karena kenyataan yang dihadapi berbeda dari harapan mereka sebelumnya. Orang tua dengan anak berkebutuhan sering menyangkal dengan keadaan yang dihadapi. Namun, setelah mengetahui bahwa tidak ada yang dapat berubah maka seiring berjalannya waktu mereka menjadi marah, merasa bersalah, dan malu. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa ibu dengan anak berkebutuhan khusus memiliki tingkat depresi, kecemasan, dan stres yang tinggi dari pada ibu yang memiliki anak normal.² Herken dkk., dalam penelitiannya juga menyatakan orang tua dengan anak Down sindrom memiliki tingkat depresi yang tinggi dibandingkan dengan orang tua yang memiliki anak sehat. Temuan lain juga, beberapa orang tua dengan anak cacat mental mengalami kecemasan, kekhawatiran, kelelahan, serta menyalahkan orang lain dan bertanya-tanya apa yang akan terjadi pada anak-anak mereka ketika mereka mati.³ Selain itu menurut dari Wenar dan Kerig (dalam Wijayanti) ayah dari anak berkebutuhan khusus ditemukan cenderung kurang merawat anak mereka dibandingkan ibu sehingga terjadi perceraian dalam keluarga.⁴

Orang tua anak berkebutuhan khusus mengungkapkan keprihatinan mereka atas kurangnya pemahaman masyarakat terhadap anak berkebutuhan khusus. Orang tua anak berkebutuhan khusus merasa sendirian dalam masyarakat, kualitas hidup dan kondisi kesehatan mereka menjadi buruk. Seperti yang disebutkan di atas, ibu-ibu adalah orang yang umumnya bertanggung jawab atas perawatan anak mereka serta tidak menerima dukungan yang memadai dari pasangan mereka. Dalam sebuah studi, ibu dengan anak berkebutuhan khusus, ditemukan sering

² Nura Eky Vikawati, Anggari Linda Destiana, and Hesty Wahyuningsih, "Tingkat Depresi Keluarga Dengan Anak Berkebutuhan Khusus (Abk) Di Sekolah Luar Biasa (SLB) Kabupaten Kendal," *YARSI Medical Journal* 26, no. 3 (2019).

³ S. Herken, H., Turan, M., Şenol, Ş., & Karaca, "Coping Strategies and Depression Levels of Mothers and Fathers of down's Syndrome Children," *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi* 7 (2000): 143-52.

⁴ Dian Wijayanti, "Subjective Well-Being Dan Penerimaan Diri Ibu Yang Memiliki Anak Down Syndrome," *Psikoborneo* 3, no. 2 (2015): 224-38.

merasa ditinggalkan, kesepian, merasa kecewa dan terisolasi dari kehidupan sosial.⁵ Meskipun itu adalah fakta yang dialami orang tua anak berkebutuhan khusus dalam menghadapi kesulitan merawat anak-anak mereka, prosesnya akan menjadi lebih sederhana ketika strategi koping digunakan oleh mereka. Muller dan Spitz mengatakan strategi koping merupakan sebuah upaya kognitif dan perilaku untuk mengatasi situasi yang membuat stres.⁶ Folkman dan Lazarus mengemukakan bahwa ada dua jenis tanggapan strategi koping yaitu memecahkan masalah dan mengatur reaksi emosi terhadap stress.⁷ Endler dan Parker juga mengemukakan tiga dimensi coping yaitu selingan (*distraction*), pemecahan masalah (*problem solving*), dan penghiburan diri (*self consolation*).⁸

Koping dalam pengelolaan stres salah satunya yaitu koping yang bersifat religius. Koping religius meliputi menggunakan kognitif atau strategi perilaku yang didasarkan pada kepercayaan dan praktik-praktik religi seperti berdoa untuk mencari ketenangan atau kekuatan dari Tuhan. Koping religius adalah cara – cara memahami dan merespon peristiwa negatif dalam kehidupan dengan mengaitkan pada sesuatu yang suci/kepercayaan keagamaan. Agama mempunyai peran penting dalam mengelola stres, agama dapat memberikan individu pengarahan/bimbingan, dukungan, dan harapan seperti halnya pada dukungan emosi.⁹ Menurut sebuah penelitian yang dilakukan oleh Kara¹⁰ pada keluarga dengan anak cacat mental, 73,17% menganggap memiliki anak cacat sebagai kehendak Tuhan, 87,7% berdoa kepada Tuhan untuk anak-anak mereka, 96,4% menyarankan berdoa berpengaruh positif terhadap keadaan psikologis mereka,

⁵ Herken, H., Turan, M., Şenol, Ş., & Karaca, "Coping Strategies and Depression Levels of Mothers and Fathers of down's Syndrome Children."

⁶ Spitz E Muller L, "Multidimensional Assessment of Coping: Validation of the Brief COPE among French Population," *L'encéphale* 517–518 (2002).

⁷ Susan Folkman and Richard S. Lazarus, "An Analysis of Coping in a Middle-Aged Community Sample," *Journal of Health and Social Behavior* 21 (1980): 219–39.

⁸ James D A Parker, "Interactionism Revisited: Reflections on the Continuing Crisis in the Personality Area," no. July (2020).

⁹ Muhana Sofiaty Utami, "Religiusitas , Koping Religius , Dan kesejahteraan subjektif" 39, no. 1 (2012): 46–66.

¹⁰ Elif Kara, "The Parents Having Mentally Retarded Children and Their Assesment of Their Children's Situation in Terms of Religion," *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 26(26-27), (2008).

59,6% orang tua mengira mereka ditakdirkan untuk memiliki anak cacat, 47,4% menganggap anak mereka mengalami cacat karena pernah melakukan kesalahan di masa lalu, 66,7% menunjukkan kebertahanan orang tua dalam merawat anak-anak mereka, 89,5% berpikir Tuhan tidak adil untuk mereka, 96,54% berpikir Tuhan tidak mencintai mereka, dan 94,7% berdoa kepada Tuhan untuk meminta bantuan saat menghadapi kesulitan dalam mengasuh anak mereka.

Orang tua anak berkebutuhan khusus terus-menerus berusaha mencari makna dalam hidup mereka. Pencarian makna hidup ini merupakan alasan agar mereka berhasil mempertahankan hidup dan mencari dukungan ketika menghadapi situasi traumatis atau ketika mereka gagal menemukan solusi untuk masalah mereka. Mendekatkan diri kepada Tuhan dan menempuh jalan agama adalah cara salah satu cara yang dilakukan oleh orang tua anak berkebutuhan khusus. Beberapa orang tua mengatakan Tuhan memilih mereka karena Dia tahu mereka bisa mengatasinya, sementara yang lain mengatakan Tuhan hanya memberikan anak-anak yang sukses dan sehat kepada orang-orang yang Dia cintai. Sebuah studi yang dilakukan oleh Gören juga membahas bagaimana orang tua dengan anak-anak cacat secara spiritual memahami situasi mereka. Di dalam penelitiannya, orang tua ditemukan menganggap anak-anak cacat yang mereka miliki merupakan titipan dari Tuhan untuk tetap dilindungi, merasa anak-anak mereka membawa berkat bagi mereka, keberuntungan untuk hidup mereka, dan memberikan kedamaian bagi keluarga mereka.¹¹ Menurut Pargament, koping religius menunjukkan sejauh mana agama digunakan sebagai sarana untuk mengatasi masalah-masalah kehidupan rohani dan jasmani individu. Dengan kata lain individu memiliki kesehatan fisik dan spiritual yang baik bila mendekatkan diri dengan Tuhan dalam menghadapi sebuah masalah.¹² Penelitian ini terbatas pada orang tua anak berkebutuhan khusus dengan anak-anak yang didiagnosis mengalami tunagrahita. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi

¹¹ Ayşe Burcu Gören, "Assessing the Needs and Sources of Support of Mothers with down Syndrome Child," *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 4(3) (2015): 651–73.

¹² Kenneth I. Pargament, *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice* (New York London: The Guildfor Press, 1997).

semacam mekanisme dukungan berbasis spiritual yang diterapkan oleh orang tua anak berkebutuhan khusus dalam proses penerimaan diri.

METODE PENELITIAN

Metode dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Metode ini digunakan untuk menunjukkan strategi koping religius yang digunakan oleh orang tua anak berkebutuhan khusus, bagaimana mereka memberi makna pada strategi tersebut dan bagaimana koping spiritual mereka dalam mempengaruhi proses penerimaan anak berkebutuhan khusus. Menurut Creswell (dalam Sugiyono) Desain metode fenomenologis adalah desain penelitian kualitatif yang membantu seseorang memahami peristiwa, pengalaman, dan kasus yang tidak dapat dipahami sepenuhnya.¹³ Selanjutnya Creswell juga menggambarkan penelitian fenomenologis sebagai "makna umum" pengalaman segelintir orang tentang suatu fenomena. Tujuan utama dari penelitian fenomenologis adalah untuk memberikan gambaran umum tentang pengalaman pribadi dan makna dari suatu fenomena. Oleh karena itu, fenomenologis digunakan dalam penelitian sebagai pendekatan yang dianggap baik untuk memahami bagaimana orang tua mengalami fenomena memiliki anak berkebutuhan khusus dan bagaimana mekanisme kopingnya.¹⁴

Sumber data dalam penelitian fenomenologi adalah individu atau kelompok yang telah mengalami fenomena secara mendalam dan dapat mengekspresikan diri ketika ditanya tentang hal itu. Metode pengambilan sampel berdasarkan kriteria, sesuai penelitian fenomenologis. Kriteria dapat dihasilkan oleh peneliti atau daftar kriteria yang telah disiapkan sebelumnya.¹⁵ Kriteria sumber data dalam penelitian ini adalah orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang datanya di ambil dari SLB Negeri Haruru Kabupaten Maluku Tengah. Orang tua

¹³ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2014).

¹⁴ John W. Creswell, *Qualitative Inquiry and Research Design; Choosing among Five Approaches* (New York: Sage Publications, 2013).

¹⁵ Michael Quinn Patton, *Qualitative Research & Evaluation Methods Integrating Theory and Practice*, 4th ed. (New York: Sage Publications, 2014).

yang dipakai sebagai sumber data sebanyak 5 orang tua, yang memiliki setidaknya satu anak berkebutuhan khusus dengan didiagnosis tergolong anak tunagrahita. Data demografi subjek dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1

Data Demografi

Kode	Orang tua	Jumlah anak	Anak ke Berapa yang tergolong ABK	Usia Pernikahan
S1	Ibu	5	2	10
S2	Ibu	3	3	6
S3	Ibu	2	1	3
S4	Ibu	4	3	12
S5	Ibu	5	5	7

Data penelitian diperoleh dengan menggunakan teknik wawancara. Tujuan dari teknik wawancara adalah untuk memahami ide-ide melalui perspektif individu dengan cara memasuki dunia batin mereka.¹⁶ Dalam penelitian ini, metode wawancara semi terstruktur digunakan untuk dapat mengetahui bagaimana orang tua menerima anak berkebutuhan khusus dan strategi koping yang mereka gunakan dalam mengatasi kesulitan yang dihadapi ketika memiliki anak berkebutuhan khusus. Bentuk wawancara terstruktur, yang dikembangkan dalam konteks penelitian ini, terdiri dari dua bagian. Bagian pertama berisi pertanyaan tentang informasi subjek (usia saat ini, sudah berapa lama mereka menikah, jumlah anak, jumlah anak berkebutuhan khusus, anak mana yang berkebutuhan khusus, dll). Bagian kedua berisi pertanyaan untuk membantu menganalisis kesulitan yang dialami orang tua ketika mereka mengetahui bahwa mereka memiliki anak berkebutuhan khusus, orang-orang memberikan dukungan kepada orang tua anak berkebutuhan khusus ketika menghadapi kesulitan dan bagaimana mereka mengatasi masalah itu.

¹⁶ Patton.

PEMBAHASAN DAN ANALISA KESULITAN DALAM PROSES PENERIMAAN

Hasil penelitian ini memberikan beberapa respon dari orang tua anak berkebutuhan khusus. Awal mengetahui anak-anak mereka berkebutuhan khusus banyak perasaan yang dimunculkan oleh orang tua. Subjek 3 (S3) menggambarkan perasaan, “saya merasa tidak enak, sangat kecewa dan menangis berhari-hari.” Subjek 1 (S1) menjelaskan: “ketika saya diberi tahu bahwa anak saya mengalami keterlambatan perkembangan, saya tidak dapat menerimanya secara baik.” Subjek 5 (S5) menyatakan, “Saya tidak dapat membayangkan bahwa anak saya akan terlahir cacat. Sejujurnya, saya merasa putus asa karena saya mendambakan seorang anak yang lahir secara normal. Artinya impian saya selama ini tidak menjadi kenyataan” Dari waktu ke waktu, orang tua anak berkebutuhan khusus "menyalahkan diri sendiri" atas kecacatan anak mereka. Misalnya Subjek 4 (S4) menyatakan, “Saya mencari seseorang untuk disalahkan; Saya menyalahkan diri saya sendiri. Saya bertanya apa yang telah saya lakukan sehingga pantas mendapatkan ini? Maksud saya, kenapa?.” Subjek 5 (S5) mengungkapkan pengalamannya sebagai orang tua anak berkebutuhan khusus “Saya tidak dapat meneceritakan apa yang saya alami kepada orang lain. Saya sangat menderita; Saya tertekan dan merasa sendirian.” Subjek 1 (S1) mengungkapkan “kurangnya dukungan suami” dengan mengatakan, “Hanya suami saya yang ada di samping saya, tapi saya tidak tahu apakah dia mendukung saya atau tidak. Saya merasa sendirian.” Subjek 2 (S2) menggambarkan “pengaruh negatif dari lingkungan” dengan mengatakan, “Ada orang yang mengolok-olok anak saya, dengan berkata 'Mengapa tidak berbicara?', saya merasa kesal tetapi saya tidak bisa berkata apa-apa. Beberapa keluarga menggambarkan kecemasan mereka dengan menaikkan doa-doa, “Semoga mereka tidak sendirian ketika saya pergi,” dan “Saya berdoa kepada Tuhan lebih baik saya mati terlebih dahulu dari pada anak saya.”

STRATEGI KOPING

Seperti yang telah dipaparkan diatas bahwa keluarga menghadapi begitu banyak kesulitan dalam proses memiliki anak berkebutuhan khusus dimulai dari menerima fenomena tersebut, kesulitan merawat dan mencari cara untuk mengatasi kesulitan-kesulitan ini. Salah satu metode koping yang dapat dipakai yaitu dukungan dari keluarga dan lingkungan di sekitar. Sebagai contoh Subjek 1 (S1) menggambarkan dukungan yang diberikan oleh pasangannya dengan berkata, “Faktor terbesar yang membuat saya menerima anak saya adalah ketika pasangan saya mendukung saya. Kami adalah keluarga yang sangat mendukung satu dengan yang lain, dan mungkin itu sebabnya kami dapat mengatasi masalah kami dengan mudah.” Subjek 5 (S5) menunjukkan dukungan yang diberikan oleh ibunya, berkata, “ibu saya selalu mendukung saya ketika saya merasa sedih.” Mengenai hal ini, Subjek 3 (S3) mengatakan, “kemanapun saya pergi, Puji Tuhan, tidak ada yang membedakan anak saya dengan anak-anak mereka. Mereka memperlakukan anak saya selayaknya anak-anak mereka.” Subjek 4 (S4) menyatakan, “semua tetangga dan kerabat saya juga mendukung saya. Mereka selalu memperlakukan saya dan keluarga saya dengan baik. Semoga Tuhan memberkati mereka semua.” Seperti yang tersirat dalam kutipan di atas, dukungan dari keluarga dan lingkungan ditemukan memiliki fungsi penting dalam kehidupan orang tua anak berkebutuhan khusus dalam hal ini dapat membantu mereka untuk tidak merasa sendirian dan dapat mengatasi kesulitan dalam melalui proses sebagai orang tua anak berkebutuhan khusus. Beberapa subjek dapat merasionalisasi hidup mereka dengan menerima kenyataan memiliki anak berkebutuhan khusus. Mengenai hal ini, subjek 1 (S1) berkata, “Saya pikir itu mungkin saja terjadi pada semua orang tua. Inilah hidup, apa pun bisa terjadi pada siapa pun dan kapan pun. Kita hanya perlu belajar bagaimana menghadapinya.” Terkait erat dengan kesejahteraan psikologis, harapan adalah salah satu konsep yang paling banyak dibicarakan dalam wawancara dengan subjek. Tentang konsep ini, subjek 6 (S6) berkata “Saya masih percaya anak saya akan sembuh. Mungkin ada orang lain yang dapat

membantu agar anak saya akan sembuh. Saya berharap Tuhan akan memberikan sesuatu yang baik terjadi dalam hidup saya.

KOPING SPIRITUAL

Untuk mengatasi kesulitan yang dihadapi saat memiliki anak berkebutuhan khusus, orang tua anak berkebutuhan khusus menggunakan strategi koping spiritual. Konsep coping religious yang digunakan orang tua anak berkebutuhan khusus adalah “menerima apa yang berasal dari Tuhan” dan “takdir”, yang tertuang dalam konsep penerimaan orang tua anak berkebutuhan khusus. Tentang menerima apa yang berasal dari Tuhan, subjek 1 (S1) berkata, “Kami adalah orang-orang yang beriman, dan karena keyakinan kami, kami menerima apa yang telah Tuhan berikan kepada kami. Saya adalah orang yang mampu atau kuat, maka Tuhan menganggap saya pantas untuk merawat anak berkebutuhan khusus.” Subjek 4 (S4) menyatakan, “Saya berkata pada diri sendiri, 'Ya Tuhan, jangan ambil anak saya dari saya. Saya akan menjaga dan merawatnya walaupun dia memiliki kekurangan.' Saya berdoa seperti itu.” Subjek 2 (S2) mengatakan, “Saya tidak mempersalahkan siapapun atas kejadian yang dialami oleh saya. Saya mengaku bahwa semuanya berasal dari Tuhan. Itu adalah takdir saya. Tuhan memberikan anak saya ke dalam takdir saya.” Kata-kata ini menunjukkan bahwa mereka melihat anak-anak berkebutuhan khusus sebagai sebuah takdir dari Tuhan untuk mereka dan menerima apa yang telah Tuhan berikan kepada mereka. Orang tua anak berkebutuhan khusus seringkali “memberikan makna spiritual” pada fenomena yang terjadi dalam hidup mereka. Orang tua anak berkebutuhan khusus sering melihat fenomena ini sebagai ujian atau berkat dari Tuhan kepada mereka. Subjek yang melihat ini sebagai ujian, subjek 4 (S4) mengatakan, “Saya bertanya, kenapa Tuhan memberikan anak ini kepada saya. Saya akan menerimanya. Tuhan memberikan anak ini karena saya bisa memikul beban ini.” Subjek 1 (S1) menyatakan, “memiliki anak berkebutuhan khusus adalah ujian bagi saya. Terima kasih Tuhan telah memberikan anak ini untuk saya. Tuhan menganggap saya pantas untuk merawat dan membesarkannya.” Melihat anak berkebutuhan khusus sebagai titipan dari Tuhan merupakan makna spiritual yang kedua bagi orang tua.

Subjek 5 (S5) berkata “Saya merasa anak saya berasal dari Tuhan, anak saya adalah sebuah titipan dari Tuhan. Saya akan menjaga anak saya dan memberikan yang terbaik baginya.” Subjek 3 (S3) berkata, “Jadi Tuhan memberi saya anak ini, dan saya bisa menunjukkannya kepada semua orang dengan bangga. Subjek 2 (S2) mengungkapkan kedamaian batinnya dengan mengatakan, “Selama Tuhan memberi saya kekuatan saya akan menjaga berkat yang Tuhan titipkan kepada saya.”

Wawancara mendalam dilakukan terhadap lima orang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang bertujuan untuk menganalisis kesulitan yang dihadapi selama proses penerimaan memiliki anak berkebutuhan khusus dan dukungan yang diperoleh. Data analisis yang diperoleh dalam penelitian fenomenologis dibagi menjadi tiga kategori: kesulitan proses, strategi koping, dan koping spiritual. Kesulitan proses penerimaan dan strategi koping dibahas untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang penanganan secara spiritual dari orang tua anak berkebutuhan khusus. Kesulitan proses penerimaan meliputi rasa syok, rasa takut kehilangan, kecewa, menyalahkan diri sendiri, kesepian, dan keputusasaan. Strategi koping meliputi dukungan keluarga dan dukungan lingkungan sekitar. Dalam penelitian ini ditemukan orang tua dari anak berkebutuhan khusus yang menggunakan koping religius dapat mengatasi kesulitan yang dihadapi selama proses pengasuhan anak-anak mereka. Agama dinyatakan sebagai hal yang penting dalam mengatasi peristiwa kehidupan yang penuh tekanan.¹⁷ Bererapa penelitian tentang koping religius telah memberikan hasil untuk menurunkan depresi. Selain itu, menggunakan sumber-sumber agama

¹⁷ Bei-hung Chang, Anne E Noonan, and Sharon L Tennstedt, “The Role of Religion / Spirituality in Coping With Caregiving for Disabled Elders” 38, no. 4 (1998): 463–70.

merupakan hal penting yang dapat dilakukan untuk meningkatkan spiritual keluarga anak berkebutuhan khusus.¹⁸

Koping spiritual yang menjadi pusat penelitian ini, telah dianalisis dalam tiga bagian besar. Pertama, penerimaan diri yang menjelaskan tentang takdir dan menerima pemberian Tuhan. Kedua, makna spiritual menjelaskan tentang ujian dan berkat dari Tuhan. Ketiga, kepercayaan pada Tuhan menjelaskan tentang berpasrah kepada Tuhan, bersyukur, dan berdoa. Semua orang tua yang diwawancarai menyatakan bahwa mereka telah menerima kondisi anak-anak mereka. Keyakinan mereka bahwa semua ini diberikan oleh Tuhan dan mesti diterima. Mereka memahami semua kesulitan yang mereka hadapi merupakan sebuah bagian dari nasib mereka yang mesti mereka terima. Sejalan dengan penelitian, Herken dkk.,¹⁹ dan Kara²⁰ menyatakan bahwa memiliki anak-anak yang terlahir cacat adalah sebuah takdir bagi mereka. Kara juga mendefinisikan bahwa orang tua dari anak-anak cacat tidak menganggap Tuhan tidak adil terhadap mereka tetapi Tuhan mencintai mereka.²¹ Penelitian ini juga menemukan bahwa proses penerimaan diri orang tua dapat terjadi dengan menganggap anak berkebutuhan khusus sebagai titipan dari Tuhan agar dapat mengatasi kesulitan pengasuhan yang mereka hadapi. Orang tua juga menafsirkan proses merawat dan melindungi anak berkebutuhan khusus merupakan sebuah amanat dari Tuhan untuk menghadapi kesulitan dalam penerimaan atas kondisi anak dan menunjukkan motivasi yang tinggi dalam proses pengasuhan dan mendidik anak. Demikian pula, penelitian Gören menemukan bahwa orang tua dari anak-anak cacat menganggap bahwa anak-anak mereka adalah titipan dari Tuhan.²² Dalam penelitian ini juga melihat salah konsep penting koping religious yaitu takut akan

¹⁸ Bret A. Glass & Richard E. Oliver Brick Johnstone, "Religion and Disability: Clinical, Research and Training Considerations for Rehabilitation Professionals," *Disability and Rehabilitation* 29:15, 115 (2007).

¹⁹ Herken, H., Turan, M., Şenol, Ş., & Karaca, "Coping Strategies and Depression Levels of Mothers and Fathers of down's Syndrome Children."

²⁰ Elif Kara, "The Parents Having Mentally Retarded Children and Their Assesment of Their Children's Situation in Terms of Religion."

²¹ Elif Kara.

²² Gören, "Assessing the Needs and Sources of Support of Mothers with down Syndrome Child."

Tuhan. Takut Tuhan merupakan salah satu unsur penting yang mesti melekat pada diri orang tua anak berkebutuhan khusus agar dapat menerima dan memberikan perawatan secara baik kepada anak cacat. Setiap individu cenderung menggunakan coping religious untuk mencari perlindungan pada Tuhan atau otoritas yang kuat dalam kondisi tak berdaya dan putus asa. Individu yang takut akan Tuhan tidak akan goyah sekalipun mengalami kondisi yang paling sulit karena mereka berpikir peristiwa yang mereka alami semua datang dari Tuhan dan hanya itu adalah sebuah ujian.²³

Penelitian ini telah menemukan bahwa orang tua yang telah mengalami berbagai kesulitan sejak pertama kali menghadapi situasi memiliki anak berkebutuhan khusus mencari perlindungan kepada Tuhan melalui berdoa dan menaikan pujian (yakni berpasrah kepada Tuhan) sehingga proses penerimaan diri dapat diterima. Orang tua siapa menunjukkan ketergantungan ditemukan mengalami kedamaian batin dan berkurangnya kecemasan masa depan karena mereka melakukan yang terbaik. Pujian digunakan dalam arti menunjukkan rasa terima kasih dan merasa puas dengan kebaikan dan berkat dari Tuhan. Pujian berkaitan erat dengan kesadaran akan kondisi yang dialami, dengan pujian memungkinkan individu untuk menjaga perasaannya supaya tetap senang dalam kondisi sulit sekalipun. penelitian ini telah menemukan bahwa meskipun memiliki anak berkebutuhan khusus, orang tua tidak berhenti menaikan pujian kepada Tuhan.²⁴ Doa merupakan salah satu strategi coping yang aktif.²⁵ Individu mencari perlindungan dalam kondisi hidup yang sulit atau dalam situasi tidak berdaya. Dengan bantuan doa, orang tua mencari perlindungan kepada Tuhan untuk menyampaikan keputusasaan, kekecewaan, dan kecemasan atas kondisi yang dialami. Dalam penelitian Kara²⁶, 96% orang tua penyandang disabilitas menyatakan bahwa berdoa berdampak positif pada keadaan psikologis mereka;

²³ Süleyman Altintas, "Depresyon İle Dinsel Başa Çıkmak Mümkün Mü?," *The Journal of Academic Social Science Studies*, 2015, 403–28.

²⁴ Altintas.

²⁵ Kenneth I.Pargament Curtis R.Brant, *Religion and Coping*, In H. G. K (San Diego: Academic Press., 1998).

²⁶ Elif Kara, "The Parents Having Mentally Retarded Children and Their Assesment of Their Children's Situation in Terms of Religion."

94,7% menyatakan bahwa mereka mencari bantuan dari Tuhan dengan berdoa pada saat mengalami kesulitan. Konsep berdoa sering disebutkan secara berulang selama melakukan wawancara dengan orang tua. Orang tua yang berbicara dengan Tuhan melalui doa dapat mengurangi kecemasan, menumbuhkan harapan mereka, dan mengembalikan kepercayaan mereka kepada Tuhan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Subjek penelitian ini terdiri dari orang tua anak berkebutuhan khusus. Namun, penelitian ini juga memungkinkan untuk menjadi bahan refleksi bagi orang tua lainnya. Penelitian ini menggunakan pendekatan coping religious untuk mengatasi kesulitan dalam proses perawatan anak berkebutuhan khusus. Beberapa Coping religious yang digunakan orang tua adalah dengan mengubah cara pandang mereka dari yang negative ke positif dengan memaknai pemberian Tuhan serta diaktualisasikan dengan perilaku yakni berdoa dan memuji Tuhan. Berdasarkan kesimpulan diatas maka saran yang dapat diberikan untuk penelitian selanjutnya yaitu untuk menggali fenomena orang tua anak berkebutuhan khusus dapat menggunakan pendekatan konseling spiritual. Konseling spiritual merupakan sebuah bidang terapi yang dapat membantu orang tua anak berkebutuhan dalam menagatasi kesulitan yang dihadapi karena temuan dipangan banyak peneliti yang menggunakan pendekatan psikologi agama untuk menggali fenomena orang tua anka berkebutuhan khusus.

DAFTAR PUSTAKA

- Altıntaş, S. (2015). it possible religious coping with depression?. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 36, 403–428
- Ayten, A., Göcen, G., Sevinç, K., & Öztürk, E. E. (2012). The relations of religious coping, gratitude and life satisfaction: A case study on patients, patient relatives and hospital staff. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 12(2), 45–79.

- Chang, B., Noonan, A. E., & Tennstedt, S. L. (1998). The Role of religion/spirituality in coping with caregiving for disabled elders. *The Gerontologist*, 38(4), 463–470.
- Endler, N. S., & Parker, J. D. A. (1992). Interactionism revisited: Reflections on the continuing crisis in the personality area. *European Journal of Personality*, 6, 177–198.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An Analysis of coping in a middle-aged community sample, *Journal of Health and Social Behavior*, 21(3), 219–239
- Gören, A. B. (2015). Assessing the needs and sources of support of mothers with down syndrome child]. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(3), 651–673.
- Herken, H., Turan, M., Şenol, Ş., & Karaca, S. (2000). Coping strategies and depression levels of mothers and fathers of down's syndrome children. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 7, 143–152.
- Johnstone, B., Glass, B. A., & Oliver, R. E. (2007). Religion and disability: Clinical, research and training considerations for rehabilitation professionals. *Disability and Rehabilitation*, 29(15), 1153–1163
- Kara, E. (2008). The Parents having mentally retarded children and their assesment of their children's situation in terms of religion. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 26(26-27), 317–331.
- Muller, L., & Spitz, E. (2002). Multidimensional assessment of coping: Validation of the Brief COPE among French population. *L'encéphale*, 29(6), 507–518.
- O'Connell, T., O'Halloran, M., & Doody, O. (2013). Raising a child with disability and dealing with life events: A mother's journey. *Journal of Intellectual Disabilities*, 17(4), 376–386.
- Pargament, K. I. (2001). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. New York, NY: Guilford Press.
- Patton, M. Q. (2001). *Qualitative research and evaluation methods* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Method)*. Bandung: Alfabeta.

- Uğuz, Ş., Toros, F., İnanç, B. Y., & Çolakkadioğlu, O. (2004). Assessment of anxiety, depression and stress levels of mothers of handicapped children. *Klinik Psikiyatri*, 7(1), 42–47.
- Utami, Muhana Sofiati. 2012. Religiusitas, Koping Religius, dan Kesejahteraan Subjektif. *Jurnal Psikologi*, 39(1): 46-66.
- Vikawati, N. E., Destiana. A. L., Wahyuningsih, H. (2018). Tingkat depresi keluarga dengan anak berkebutuhan khusus (ABK) di sekolah luar biasa (SLB) Kabupaten Kendal. *Jurnal Kedokteran Yarsi*, 26(3), 152-162.
- Wijayanti, Dian. (2015). Subjective well being dan penerimaan diri ibu yang memiliki anak down syndrome. *Journal Psikologi*, 4(1), 120-130.