

Dampak Intervensi Komunitas terhadap Kebersyukuran Orang Tua Anak Down Syndrome di Yayasan Persatuan Orang Tua Anak Dengan *Down Syndrome* (POTADS) Pejaten

Farah Salsabila Nazhifah¹, Artiarini Puspita Arwan, M.Psi

¹Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam FDIK UIN Syarif

Hidayatullah Jakarta

²Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi (FDIK) UIN Syarif Hidayatullah Jakarta

Abstrak – Ketika orangtua mengetahui anaknya didiagnosis Down Syndrome, maka akan terjadi konflik dalam diri masing-masing baik sang ayah maupun sang ibu. Konflik tersebut terkait dengan keinginan dan harapan yang mungkin tidak dapat terpenuhi untuk memiliki anak normal yang bisa dibanggakan dalam lingkungan sosialnya, maka pada saat itulah muncul kekecewaan yang mendalam. Karena hal tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti dampak intervensi komunitas yang diadakan oleh Yayasan POTADS terhadap kebersyukuran orang tua anak down syndrome. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Data penelitian ini dihasilkan dari pengumpulan data primer yaitu dari hasil wawancara, dan observasi dan dokumentasi, juga dari data sekunder yaitu hasil dari referensi dalam bentuk buku-buku yang relevan dengan tema penelitian untuk mendukung dan melengkapi data-data lapangan. Subjek dalam penelitian ini terdiri dari 1 orang Wakil Ketua 2 Yayasan POTADS, 1 orang Psikolog, dan 3 orang tua anak down syndrome yang tergabung di POTADS, dan untuk pengambilan sample, peneliti menggunakan purposive sampling. Adapun hasil temuan yang peneliti dapatkan mengenai intervensi komunitas yang diberikan oleh Yayasan POTADS kepada orang tua anak down syndrome dapat dilihat dari adanya peningkatan rasa bersyukur dan penerimaan dirinya semenjak awal bergabung dengan POTADS, dan semakin bertambah ketika mengikuti berbagai kegiatan intervensi komunitas seperti melalui self help group, seminar, dan kopdar. Hal ini ditandai dengan memperlakukan dan mendidik anak down syndromenya menjadi lebih baik dan percaya diri.

Kata Kunci: Intervensi Komunitas, Kebersyukuran, *Down Syndrome*

PENDAHULUAN

Setiap orang tua mendambakan memiliki anak yang sesuai dengan apa yang mereka dambakan, kehadiran anak menjadi sebuah kesempurnaan tersendiri bagi sebuah keluarga. Oleh karena itu memiliki anak

yang sehat secara fisik, mental, dan psikologis sangatlah diidamkan orangtua. Namun sayangnya, tak semua harapan dan doa yang dipanjatkan berjalan sesuai dengan harapan, tetapi pada kenyataannya dalam kehidupan tidak semua anak lahir dalam

keadaan yang sempurna baik secara fisik maupun mental. Harapan orang tua dapat hancur saat orangtua mengetahui bahwa anak yang dilahirkannya tidak sesempurna yang mereka bayangkan. Banyak diantara orang tua yang harus menerima kenyataan bahwa anaknya memiliki kebutuhan khusus dibandingkan dengan anak lainnya, seperti tunarungu, tunanetra, tunadaksa, gangguan kesehatan, *Down Syndrome* dan lainnya.

Kehadiran anak *Down Syndrome* di dalam sebuah keluarga akan mempengaruhi kehidupan keluarga tersebut, terlebih pada keadaan psikologis orangtua. Beberapa orangtua yang pada awalnya kurang memiliki informasi dan pengetahuan mengenai *Down Syndrome* akan mengalami kebingungan tentang masalah-masalah yang terjadi pada anaknya. Hal tersebut menyebabkan beberapa orangtua awalnya ragu pada gejala tertentu yang ditunjukkan anaknya.

Permasalahan yang terjadi pada orangtua dengan anak down syndrome dapat diminimalkan apabila ibu bersikap menerima dan bersyukur atas kondisi anak, sehingga ibu bisa lebih siap dalam memberikan perawatan dan pengasuhan yang tepat untuk mereka. Penerimaan diri pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus seperti *Down Syndrome* tidaklah mudah, karena seringkali banyak orangtua

masih beranggapan bahwa hadirnya anak yang mengalami down syndrome menjadi sisi negatif atau kekurangan dalam kehidupannya. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk membantu dirinya mengatasi keadaan yang sulit adalah dengan mengapresiasi hal positif yang dirasakan dalam hidup, yaitu dengan bersyukur. McCullough, Emmons, dan Tsang (2002) menyatakan bahwa kebersyukuran berhubungan dengan menikmati hal-hal yang telah didapatkan seseorang. Rasa Syukur dapat memengaruhi kesejahteraan fisik dan psikologis.

Kebersyukuran pada ibu dari anak berkebutuhan khusus salah satunya dapat ditunjukkan dengan apresiasi terhadap kondisi anak dan fokus pada sisi positif di balik kesulitan pengasuhan anak. Bersyukur adalah penting bagi ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus karena orang yang bersyukur cenderung puas akan hidupnya dan terhindar dari emosi kecewa, frustrasi, dan juga meningkatkan kesehatan dan kebahagiaan subjektif (Emmons & Shelton, 2002).

Unsur yang mendasari kerelaan dan kebersyukuran merupakan suatu bentuk sikap penerimaan dari orang tua karena dengan bersyukur, orangtua akan lebih sabar dan ikhlas dalam memperhatikan perkembangan kemampuan anak dan

memberikan kasih sayang serta perhatian yang besar pada anak. Sehingga orangtua yang memiliki anak down syndrome hendaknya merasa bersyukur agar apabila terjadi peristiwa yang kurang menyenangkan maka individu tersebut akan mampu berfikir logis tentang baik buruknya masalah yang terjadi tanpa menimbulkan perasaan, permusuhan, perasaan rendah diri, malu, dan rasa tidak aman. Namun, permasalahan sering dirasakan oleh para ibu yang memiliki anak down syndrome, seperti masalah keluarga dalam memperlakukan anak, masalah pandangan dari lingkungan, masalah dalam mendidik anak dan kekhawatiran untuk masa depan anaknya kelak.

Kebersyukuran pada ibu dari anak berkebutuhan khusus salah satunya dapat ditunjukkan dengan apresiasi terhadap kondisi anak dan fokus pada sisi positif di balik kesulitan pengasuhan anak. Bersyukur adalah penting bagi ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus karena orang yang bersyukur cenderung puas akan hidupnya dan terhindar dari emosi kecewa, frustrasi, dan juga meningkatkan kesehatan dan kebahagiaan subjektif (Emmons & Shelton, 2002). Hambali dkk. (2015) menyebutkan manfaat nyata dari kebersyukuran pada orangtua ialah mereka menjadi lebih

puas, berpikir positif, dan optimis serta membangkitkan harapan dalam memandang hidup dan membantu individu untuk dapat melihat kebaikan dalam situasi yang sulit.

Relevansi dan manfaat penelitian ini bagi ilmu bimbingan dan penyuluhan islam yaitu seorang penyuluh harus mampu memasuki berbagai kalangan dan menghadapi permasalahan sosial yang ada di masyarakat sekitar, Penyuluh agama Islam berperan dalam pengembangan dan intervensi yang ada di masyarakat, Intervensi komunitas merupakan suatu upaya pemberdayaan terhadap suatu kelompok masyarakat atau komunitas tertentu. Di balik semua masalah yang dialami oleh orang tua anak down syndrome, Penyuluh agama juga dapat memainkan peran sebagai *consultee* yang menghubungkan kebutuhan masyarakat berkolaborasi dengan pihak-pihak terkait, sehingga orang tua anak *down syndrome* dapat menyelesaikan masalah yang ada didalam dirinya, terutama terhadap rasa syukur mereka.

METODOLOGI PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan oleh peneliti adalah menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang dimaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh

subyek peneliti misalnya: perilaku, persepsi, motivasi serta tindakan lainnya. Menurut Nana Syaodih Sukmadinata (2009 : 60) bahwa penelitian kualitatif bersifat induktif, yang peneliti membiarkan masalah muncul dari data dan terbuka untuk semua interpretasi. Selanjutnya data dihimpun dengan pengamatan yang seksama, mencakup deskripsi serta catatan-catatan hasil wawancara serta hasil analisis dokumen dan catatan-catatan.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif deskriptif. Penelitian jenis deskriptif ini akan digunakan untuk mendeskripsikan mengenai dampak intervensi komunitas terhadap kebersyukuran orang tua yang memiliki anak down syndrome di yayasan POTADS. Teknik yang digunakan dalam penelitian kualitatif ini adalah *Purposif Sampling* yang digunakan untuk menentukan subjek yang sesuai dengan tujuan.

Subjek dalam penelitian ini adalah orang tua yang memiliki anak *Down Syndrome* dan tergabung dalam Yayasan POTADS Jakarta, sedangkan objek penelitian ini adalah intervensi komunitas terhadap kebersyukuran orang tua ADS di Yayasan POTADS. Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari 2020-Juni 2020. Penelitian dilakukan di Rumah Ceria Anak

Down Syndrome by POTADS yang berlokasi di Griya Patria, Jalan Pejaten Barat, Pasar Minggu, Jakarta Selatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian di Yayasan Persatuan Orang Tua Anak dengan Down Syndrome (POTADS), peneliti menemukan bahwa ada ketakutan yang dirasakan oleh orang tua anak down syndrome akan tantangan merawat anak berkebutuhan khusus bukan hanya disebabkan oleh keterbelakangan fisik dan mental yang dialami sang anak saja, sehingga menuntut orangtua untuk memberikan perlakuan khusus, melainkan juga pengakuan dari lingkungan sekitar.

Kondisi sabar dapat digunakan sebagai suatu bentuk usaha untuk memecahkan masalah. Sabar disini memiliki peranan penting dan merupakan kebutuhan utama dalam menjalani hidup. Semakin kuat dan mantap keyakinan serta kesabaran, maka semakin tabah dalam menghadapi segala kesulitan yang ada. Dari pemahaman tersebut orang tua anak *down syndrome* mengintrospeksi dirinya sehingga dapat bersyukur karena telah diberi diberi nikmat oleh Allah SWT. Dari rasa syukur tersebut munculah rasa sayang terhadap anak down syndromenya.

Upaya orang tua ADS untuk mewujudkan kesabaran yaitu dengan

mencari sebuah komunitas yaitu POTADS yang didalamnya terdapat anggota-anggota yang dirasa mengalami hal yang sama, potensi-potensi untuk mengurangi dampak-dampak dari penolakan tersebut, dapat merubah dari kesabaran menjadi sebuah kebersyukuran.

Bertemu dengan orang tua lain yang juga memiliki anak *down syndrome* bahkan dengan gangguan yang lebih parah, menyadarkan orang tua bahwa meskipun anak yang dilahirkan menderita *Down Syndrome*, namun anaknya masih dikaruniai fisik yang sempurna serta tidak mengalami gangguan tambahan lain. Hal ini menimbulkan rasa syukur dalam diri orang tua. Bryant (1989) & Langston (1994) mengatakan bahwa rasa syukur merupakan kecenderungan untuk menghargai dan menikmati setiap peristiwa dan pengalaman (dalam Snyder & Lopez, 2007)

Salah satu faktor meningkatnya kebersyukuran orang tua anak yang memiliki anak Down Syndrome adalah dengan mengikuti kegiatan-kegiatan intervensi yang diadakan oleh POTADS. Adapun kegiatan intervensi komunitas yayasan POTADS memiliki tujuan untuk pemberdayaan, pengembangan dan sosialisasi para orang tua dan Anak dengan Down Syndrome (ADS), dan merupakan salah satu bentuk cara untuk merealisasikan

tujuan utama POTADS adalah memberdayakan orang tua ADS agar selalu bersemangat dalam membantu tumbuh kembang anak spesialnya secara maksimal, sehingga mereka mampu menjadi pribadi mandiri dan berprestasi.

Kebersyukuran sebagai konstruksi kognitif ditunjukkan dengan mengakui kemurahan dan kebaikan hati atas berkah yang telah diterima dan fokus terhadap hal positif di dalam dirinya saat ini. Sebagai konstruksi emosi, kebersyukuran ditandai dengan kemampuan mengubah respon emosi terhadap suatu peristiwa sehingga menjadi lebih bermakna (Rosenberg dalam McCullough, Tsang, & Emmons, 2004).

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat perubahan dalam dirinya terutama pada faktor kebersyukuran, segala jenis intervensi yang ada di Yayasan POTADS mampu meningkatkan rasa syukur. Dengan adanya program intervensi yang dituangkan dalam bentuk seminar, kopdar maupun self help group, tanpa disadari dapat berdampak pada rasa penerimaan diri dan rasa syukurnya.

Manfaat nyata dari kebersyukuran pada orang tua ADS menjadi hal penting bagi mereka. Mereka menjadi lebih berpikir positif, dan optimisme serta harapan dalam memandang hidup. Ini sejalan dengan

Emmons, 2002 yang melihat bahwa orang yang bersyukur cenderung puas akan hidupnya dan terhindar dari emosi kecewa, frustrasi, dan juga meningkatkan kesehatan dan *Subjective Well-being*.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis penelitian yang dilakukan, maka simpulan dari penelitian ini adalah orang tua anak down syndrome merasakan adanya peningkatan rasa bersyukur semenjak awal bergabung dengan POTADS, dan semakin bertambah ketika mengikuti berbagai kegiatan intervensi komunitas seperti melalui *self help group*, yaitu mendapat dukungan dan semangat langsung dari sahabat-sahabat POTADS melalui WhatsApp Group, dan program MLM Hati, mendapatkan banyak informasi mengenai tumbuh kembang anak, dan juga mendapat motivasi terhadap sisi emosional dan spriritual orang tua yang mereka dapatkan di seminar-seminar maupun kopdar. Hal ini di tandai dengan memperlakukan dan mendidik anak down syndromenya menjadi lebih baik dan percaya diri.

DAFTAR PUSTAKA

Basrowi dan Suwandi. 2008. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Jakarta: PT Rineka Cipta

Jeffrey S. Nevid, dkk., 2003. *Psikologi Abnormal* edisi kelima jilid 2. Jakarta : Erlangga

McCullough, M. E., Tsang, J. A., & Emmons, R. A. *Gratitude in Intermediate Affective Terrain* : Journal of Personality and Social Psychology

Nura,Ajran. 2008. Kebersyukuran Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. Jurnal: Ecopsy

Robert A. Emmons and Michael E. McCullough.2004. *The Psychology of Gratitude: Series in Affective science*. New York: Oxfort University Press

Snyder, C.R., Lopez, Shane. 2007. *J.,PositivePsychology(The Scientific and Practical Explorationsof Human Strength)*. California: Sage Publications, Inc.