

**PENYESUAIAN DIRI ORANG TUA DALAM KONTROL
EMOSI PADA ANAK AUTIS
(Studi Kasus di Desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan
Kabupaten Banjarnegara)**



SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri
Purwokerto Untuk Memenuhi Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Sosial (S.Sos)

Oleh:

IMAM MUSTAKIM
NIM. 2017101128

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT
FAKULTAS DAKWAH
UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI
PURWOKERTO
2024**

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Imam Mustakim

NIM : 2017101128

Jenjang : S1

Jurusan : Konseling dan Pengembangan Masyarakat

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa naskah skripsi dengan judul “Penyesuaian Diri Orang Tua dalam Kontrol Emosi pada Anak *Autis* (Studi Kasus di Desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara)” ini secara keseluruhan merupakan hasil penelitian atau karya yang saya susun sendiri. Kecuali hal-hal yang saya ambil dari berbagai sumber saya tujukan dalam bentuk citasi dan daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti bahwa pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia untuk menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya peroleh.

Purwokerto, 2 Januari 2024

Menyatakan,



Imam Mustakim

NIM.2017101128



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS DAKWAH**

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553, www.uinsaizu.ac.id

PENGESAHAN

Skripsi Berjudul

**PENYESUAIAN DIRI ORANG TUA DALAM MELAKUKAN KONTROL EMOSI PADA
ANAK AUTISME**

(Studi Kasus di Desa Jagangasari Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara)

Yang disusun oleh **Imam Mustakim NIM. 2017101128** Program Studi **Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)** Jurusan **Konseling dan Pengembangan Masyarakat** Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, telah diujikan pada hari Kamis tanggal **18 Januari 2024** dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar **Sarjana Sosial (S. Sos)** dalam **Bimbingan dan Konseling** oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Ketua Sidang Pembimbing

Agung Widodo, MA
NIP. 199306222019031015

Sekretaris Sidang/Penguji II

M. Rifqi Atsani, M. Kom
NIP. 199112222022031002

Penguji Utama

Dra. Amirotn Sholikhah, M. Si
NIP. 196510061993032002

Mengesahkan,
Purwokerto, **24-1-2024**
Dekan,



Dr. Mustakim Fuad, M. Ag.
NIP. 197412262000031001

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Pengajuan Munaqosah Pembimbing

Lamp : -

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Dakwah

UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri

Di Purwokerto

Assalamu'alaikum Warohmatullohi Wabarokatuh

Setelah melakukan bimbingan, telaah, arahan dan koreksi, maka saya sampaikan naskah skripsi saudara:

Nama : Imam Mustakim

NIM : 2017101128

Fakultas : Dakwah

Jurusan : Konseling dan Pengembangan Masyarakat

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Judul Skripsi : Penyesuaian Diri Orang Tua dalam Kontrol Emosi pada Anak *Autis* (Studi Kasus di Desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara).

Dengan naskah skripsi ini dapat diajukan pada Fakultas Dakwah, UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diajukan dalam rangka memperoleh gelar sarjana dalam Bimbingan dan Konseling Islam (S. Sos).

Demikian atas perhatiannya, kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Warohmatullohi Wabarokatuh.

Purwokerto, 2 Januari 2024
Pembimbing



Ageng Widodo, MA
NIP: 199306222019031015

PENYESUAIAN DIRI ORANG TUA DALAM KONTROL EMOSI PADA ANAK *AUTIS*

(Studi Kasus di Desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara)

ABSTRAK

Penyesuaian diri merupakan sebuah respon atas suatu keadaan yang baru terjadi melalui suatu proses yang melibatkan mentalitas seseorang dan perilaku-perilaku yang diusahakan supaya orang tersebut mampu keluar dari sebuah tekanan, ketegangan, frustrasi ataupun kebutuhan internal sehari-hari. Orang tua yang memiliki anak yang mengalami gangguan *autis* memiliki kadar emosi yang berubah-ubah. Mengingat perilaku anak yang mengalami gangguan tersebut terkadang sangat sulit diartikan oleh orang tuanya. Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana proses penyesuaian diri orang tua dalam melakukan kontrol emosi pada anak yang mengalami gangguan *autis*.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, sumber data dari penelitian ini adalah sumber data primer dan sekunder. Sumber data primer didapatkan dari observasi, wawancara sedangkan sumber data sekunder didapatkan dari literatur-literatur, buku, jurnal dan foto. Subjek dari penelitian ini adalah orang tua yang memiliki anak *autis* di Desa Jagangsari. Teknik yang digunakan untuk menganalisis data adalah pengumpulan data, reduksi data, penyajian data lalu dilakukanlah penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dalam proses penyesuaian diri orang tua dalam melakukan kontrol emosi pada anak *autis* memerlukan waktu yang relatif lama, membutuhkan kesabaran yang ekstra guna dapat memahami apa yang diinginkan oleh anak. Hal awal yang dirasakan orang tua yang mendapati bahwa anaknya mengalami gangguan *autis* adalah *shock*, malu, sedih, marah, tawar-menawar, merasa bersalah dan berdosa. Dalam melakukan kontrol emosi, orang tua memerlukan dukungan dari berbagai macam pihak, terutama antara suami istri, keluarga dan lingkungan sekitar tempat dimana mereka tinggal.

Key word: Penyesuaian Diri, Kontrol Emosi, Autis.

PARENTS' ADJUSTMENT IN CONTROLLING EMOTIONS IN AUTISTIC CHILDREN

(Case Study In Jagangsari Village, Pagedongan Subdistrict, Banjarnegara District)

ABSTRACT

Adjustment is a response to a new situation that occurs through a process that involves a person's mentality and behaviors that are attempted so that the person is able to get out of pressure, tension, frustration or daily internal needs. Parents who have children with autism disorder have emotional levels that fluctuate. Given the behavior of children who experience these disorders are sometimes very difficult for parents to interpret. The purpose of this study was to find out how the parents' adjustment process is in exercising emotional control in children with autism.

This study uses a descriptive qualitative approach, the data sources of this study are primary and secondary data sources. Primary data sources are obtained from observations, interviews while secondary data sources are obtained from literature, books, journals and photographs. The subjects of this study were parents who had children with autism in Jagangsari Village. The technique used to analyze the data is data collection, data reduction, data presentation and then conclusions are drawn.

The results of this research showed that in the process of adjustment for parents in exercising emotional control in children with autism requires a relatively long time, requiring extra patience in order to be able to understand what the child wants. The first thing parents feel when they discover that their child has autism is shock, ashamed, sad, angry, bargaining, feeling guilty and sinful. In exercising emotional control, parents need support from various parties, especially between husband and wife, family and the environment in which they live.

Key word: Adjustment, Emotional Control, Autism.

MOTTO

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri.”

(QS. Ar-Ra'd 13: Ayat 11)

“Jangan menaruh duri dijalanku, karena siapa tahu besok kamu mencariku tanpa alas kaki”

(Penulis)

“Jika kau menungguku menyerah, maka kau akan menungguku selamanya”

(Uzumaki Naruto)



PERSEMBAHAN

Tiada kata yang lebih agung terkecuali rasa syukur pada yang Maha Kuasa Allah SWT dan dengan ketulusan hati saya persembahkan karya sederhana ini kepada:

1. Bapak dan Ibu tercinta, bapak Abdul Muis dan Ibu Sumarni. Tiada kata yang mampu terucap kecuali berjuta-juta ucapan terimakasih atas segala pengorbanan, cinta dan kasih sayang yang sudah diberikan.
2. Almarhum bapak Sudarman, selaku orangtua yang begitu luarbiasa. Terimakasih yang terucap karena menjadi inspirasi untuk menggapai cita-cita.
3. Kakek dan Nenek, Bapak Suswanto dan Ibu Rochimah, selaku sosok yang begitu berjasa dalam mendidik, merawat serta menjaga manusia sederhana yang banyak kurangnya.
4. Kakak yang selalu mensupport dimanapun dan kapanpun, Mba Rini Listriani dan Mas Fauzi.
5. Lika Hawani selaku pendamping yang selalu menjadi tempat dimana pulang menjadi sebuah tujuan, terimakasih karena telah meluangkan banyak waktu untuk selalu menemani.
6. Almamaterku UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Aku bingkiskan karya sederhana ini untuk menjadi salah satu bukti bahwa aku pernah hidup.

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warohmatullohi Wabarokatuh.

Segala puji syukur terhaturkan kepada Allah SWT. atas berkah yang telah diberikan, sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul “Penyesuaian Diri Orang Tua dalam Kontrol Emosi pada Anak *Autis* (Studi Kasus di Desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara)”. Tidak lupa pula sholawat beserta salamnya yang selalu menjadi iringan disetiap perjalanan hidup, baginda Nabi Muhammad SAW. yang atas segala bimbingan. Skripsi ini disusun guna menjadi salah satu syarat dalam proses penyelesaian tugas akhir dalam jenjang pendidikan Sarjana Strata 1 (S1) untuk memperoleh gelar akademik Sarjana Sosial (S. Sos) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Penulisan dan penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari berbagai pihak yang terlibat didalamnya, maka dari itu ijinakan peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Rektor UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, Prof. Dr. H. Ridwan, M. Ag., beserta seluruh jajaran yang membawahinya.
2. Dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, Dr. Muskinul Fuad, M. Ag., beserta seluruh jajaran yang membawahinya.
3. Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, Nur Azizah, S. Sos. I., M. Si., beserta jajarannya.
4. Ageng Widodo, M.A., selaku dosen pembimbing skripsi yang dalam perjalanan penelitiannya telah membimbing peneliti dengan begitu baik, ketulusannya dalam menasehati peneliti dan memberikan waktu yang sangat berharga untuk memberikan arahan sehingga penelitian ini dapat terselesaikan tepat waktu.
5. Dosen Fakultas Dakwah, UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, yang telah memberikan ilmu dan pengalaman bagi peneliti selama masa kuliah.

6. Kepala, staff dan karyawan Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, yang telah memberikan pelayanan yang baik.
7. Bapak dan ibu tercinta (Alm. Bapak Sudarman, Bapak Abdul Muis dan Ibu Sumarni) yang telah begitu sabar dalam berbagai hal termasuk memiliki buah hati yang seperti peneliti ini.
8. Bapak Suswanto dan Ibu Rohimah selaku kakek dan nenek yang sudah merawat peneliti dengan baik, dan kakak tercinta, Mba Rini Listriani dan Mas Fauzi yang selalu mendukung apapun keputusan peneliti.
9. Keluarga besar Pondok Pesantren Nurul Huda Pagedongan, yang telah memberikan banyak sekali ilmu dan pengalaman bagi peneliti.
10. Keluarga besar Pondok Pesantren Al As'adiyah Madukara, yang telah memberikan ilmu, pengalaman hidup yang tidak bisa dibayar dengan apapun.
11. Keluarga besar Pondok Pesantren Darur Abror Watumas, yang telah banyak memberikan ilmu dan pengalaman yang luar biasa.
12. Teman-teman BKI C 2020, yang telah menjadi salah satu pendorong peneliti dalam menyelesaikan perkuliahan serta skripsi ini.
13. Lika Hawani, manusia super sabar yang menjadi salah satu motivasi terbesar dalam menggapai cita-cita serta pendamping dalam segala macam perjalanan yang sudah ditempuh dan yang akan ditempuh.

Kepada mereka semua, tiada hal yang bisa diberikan kecuali ribuan terimakasih yang dihaturkan, semoga apa yang sudah diberikan memberikan manfaat bagi peneliti khususnya dan bagi semua ummat manusia pada umumnya. Aamiin.

Wassalamualaikum warohmatullohi wabarokatuh.

Purwokerto, 2 Januari 2024



Imam Mustakim
NIM.2017101128

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERYATAAN KEASLIAN.....	ii
PENGESAHAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
MOTO	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR BAGAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Penegasan Istilah.....	7
C. Rumusan Masalah	9
D. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian	9
E. Kajian Pustaka.....	10
F. Sistematika Penulisan.....	17
BAB II KAJIAN TEORI	
A. <i>Autis</i>	18
B. Penyesuaian Diri Orang Tua	22
C. Kontrol Emosi	31
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	36
B. Subjek dan Objek Penelitian	37
C. Lokasi dan Waktu penelitian.....	37
D. Sumber Data.....	38
E. Teknik Pengumpulan Data.....	38
F. Teknik Analisis Data.....	40

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan 43
B. Deskripsi Informan Penelitian..... 44
C. Penyesuaian diri orang tua dalam kontrol emosi terhadap anak *autis* 46

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan 69
B. Saran..... 69

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Komponen Analisis Data	42
Bagan 2. Proses penyesuaian diri orang tua dalam kontrol emosi pada anak autis	46



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Memiliki seorang anak dalam lingkup keluarga adalah salah satu anugerah yang begitu besar sehingga tidak dapat dihitung jumlahnya. Anak merupakan salah satu faktor penting dalam terciptanya rasa harmonis dalam keluarga. Dari lahirnya anak yang sudah dinantikan tersebut, keluarga pastinya tidak akan pernah mau untuk melewatkan satu tahapan pun dalam perkembangan anak yang mereka cintai. Melihat perkembangan anak dari tahap awal sampai tahap akhir merupakan kebahagiaan tersendiri bagi keluarga tersebut. Namun kebahagiaan itu dapat hilang apabila anak yang mereka nanti-nantikan memiliki keistimewaan tersendiri.

Harapan akan lahirnya anak yang nantikan kehadirannya dengan sempurna oleh orang tua terkadang masih banyak celah kekurangannya. Harapan yang terlalu tinggi tersebut yang terkadang dapat membawa pada suatu permasalahan nantinya apabila hasil dari harapan yang ditunggu tidak terjadi.¹ Akan ada perasaan marah, benci serta tidak menerima apabila anak yang dinantikan kehadirannya tidak terlahir dengan sempurna. Walaupun pada kenyataannya setiap manusia tidak ada yang sama, namun penerimaan dan penyesuaian dengan keadaan yang tidak diharapkan terkadang susah untuk diterapkan di kehidupan sosial.

Alloh SWT mengatakan bahwa tidak akan ada diantara ciptaan-Nya yang ada dimuka bumi ini terlahir menjadi sia-sia. Alloh SWT berfirman dalam al-Qur'an surat Ali Imran ayat 191:

¹ Sulthon, *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus* (Depok: Raja Grafindo Perkasa, 2020). Hlm. 10.

رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا

Artinya: “.....Ya Tuhan kami, tidaklah Engkau menciptakan semua ini sia-sia”. (Q.S Ali Imron: 191).²

Proses tumbuh dan berkembangnya dari setiap anak jelas berbeda satu dengan yang lain, akan ada anak yang dalam pertumbuhan dan perkembangannya cepat ada pula yang terlambat bahkan terhambat. Hal ini sering terjadi di dalam kehidupan masyarakat, permasalahan yang timbul juga dapat bermacam-macam. Permasalahan-permasalahan yang muncul biasanya tentang gangguan terhadap perkembangan motorik anak, gangguan fisik, gangguan komunikasi dan bahasa, serta gangguan terhadap emosinya.³

Salah satu gangguan yang ditakuti orang tua adalah gangguan *autis*. Pada awalnya *autis* ini belum terlalu diketahui oleh kalangan orang tua pada umumnya, banyak dari orang tua yang menganggap *autis* ini sebagai anak yang nakal, tidak disiplin bahkan juga kerasukan mahluk halus atau jin. Namun dari pandangan-pandangan tersebut, sebenarnya *autis* memiliki beberapa ciri-ciri yang mampu untuk diidentifikasi permasalahannya sejak anak lahir. Biasanya ciri-ciri yang sering muncul pada anak yang terkena gangguan *autis* ini yakni tidak mampu berkomunikasi dengan baik, tidak bisa bersosialisasi, berbicara atau tertawa sendiri, asik dengan dunianya sendiri bahkan sampai tidak peduli dengan lingkungan sekitarnya.

Sosialisasi sangat penting dalam penyebaran informasi yang aktual bagi seluruh keluarga, mengingat pengetahuan tentang *autis* masih minim diketahui oleh masyarakat. Apalagi bagi sebagian orang tua yang mempunyai anak yang istimewa sangat dibutuhkan. Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) merupakan mereka yang menjadi penyandang dari masalah sosial yang memerlukan perhatian khusus dari orang sekitarnya, serta membutuhkan

² Departemen Agama RI, *Al-Quranulkarim Wa Tafsiruhu* (Jakarta: Departemen Agama RI, 2018).

³ Abubakar and Ngalimun, *Psikologi Perkembangan (Konsep Dasar Pengembangan Kreativitas Anak)*, ed. Hamdanah (Yogyakarta: K-Media, 2019). P. 126.

bantuan orang lain dalam melakukan aktifitas sosialnya.⁴ Menurut Kanner, *autis* memiliki arti hidup di dunianya sendiri.⁵ *Autis* merupakan salah satu gangguan yang terjadi pada salah satu syaraf penting pada individu yang mengakibatkan terjadinya hambatan pada fungsi sosial dan bahasanya.⁶ *Autis* itu sendiri juga dapat diartikan sebagai hambatan yang terjadi pada individu yang meliputi gangguan komunikasi dan pola perilakunya. Gangguan *autis* ini bisa terjadi pada siapapun, tanpa melihat latar belakang dari setiap individu tersebut.

Autis biasa diartikan suatu kumpulan kelainan yang sering kali terjadi pada proses perkembangan yang dapat ditandai dengan adanya kesulitan dalam berinteraksi, masalah komunikasi (verbal dan nonverbal), serta terjadinya pengulangan tingkah laku yang sama secara obsesif.⁷ *Autis* juga sering diartikan dengan kesendirian, penyendiri, sering melihat dunia dengan pandangan dan penglihatan sendiri, dan cenderung sibuk dengan fantasi dunianya sendiri.

Penyebab munculnya gangguan *autis* ini antara lain karena terjadinya keracunan semasa masih dalam kandungan, genetik dari orang tua, faktor lingkungan, gangguan sistem imun serta inflamasi.⁸ Penyebab yang muncul tersebut mengakibatkan beberapa permasalahan yang muncul seperti keterlambatan pada kognitif, bahasa, sosial, gangguan emosi dan sosialnya serta hambatan pada komunikasi verbal dan nonverbal. Permasalahan yang

⁴ Siti Maisarah, Julianto Saleh, and Nurul Husna, "Anak Berkebutuhan Khusus Dan Permasalahannya (Studi Di Kemukiman Pagar Air Kecamatan Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar)," *Jurnal Al-Ijtima'iyyah* 4, no. 1 (2018): 9–25, <https://doi.org/10.22373/al-ijtima'iyyah.v4i1.4781>.

⁵ Priscilla Titis Indarti and Puspita Puji Rahayu, "Penerimaan Ibu Yang Memiliki Anak *Autis*," *JURNAL PSIKOLOGI PERSEPTUAL* 5, no. 1 (2020): 34–54, <http://jurnal.umk.ac.id/index.php/perseptual>.

⁶ Rila Rahma Mulyani and Fuaddillah Putra, "Penyesuaian Diri Orang Tua Terhadap Anak Autisme (Studi Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Autisme)," *Jurnal Ilmu Pendidikan Wahana Didaktika* 16, no. 1 (2018): 19–28, <https://doi.org/10.31851/wahanadidaktika.v16i1.1922>.

⁷ Roedi Irawan, *Gangguan Metabolik Otak Dan Terapi Nutrisi Pada Anak Autis* (Surabaya: Airlangga University Press, 2019). Hlm. 5.

⁸ Alvina Putri Purnama Sari, Mohamad Amin, and Betty Lukiati, "Penyebab Gangguan *Autis* Melalui Jalur Neuroinflamasi," *Bioeksperimen* 3, no. 2 (2017): 1–9, <https://doi.org/10.23917/bioeksperimen.v3i2.5177>.

muncul tersebut, bagi anak yang mengalami gangguan *autis* ini akan merasa bahwa mereka sulit untuk mempunyai teman dan merasa hidup sendiri.

Kontrol diri sebagai pengaturan psikologis, proses fisik dan pola-perilaku seorang individu dengan rangkaian-rangkaian yang mampu membentuk diri sendiri.⁹ Setiap individu yang mempunyai perasaan dan pikiran, sebagai orang tua yang mendambakan kehadiran buah hati mereka sudah tentu menginginkan suatu yang paling baik. Perhatian, kasih sayang yang ingin dicurahkan kepada anak mereka dan fasilitas pendidikan yang terbaik serta hal lainnya sudah pasti akan mereka berikan dengan sepenuh hati pada buah hati mereka sendiri. Bagaimana dengan orang tua yang dikaruniai anak *autis*, bagaimana dengan mereka yang penuh dengan keterbatasan namun dikaruniai anak *autis*, itu tidak mudah bagi mereka. Membutuhkan proses yang panjang untuk menerima keadaan dan kondisi anak yang tidak dapat mereka kira-kira. Mereka rasakan saat menerima kondisi anak yang tidak normal seperti anak lainnya jelas mengalami tekanan batin, merasa *shock*, bahkan mencapai taraf stress. Biasanya dalam tahap penolakan (*denial*) ini orang tua akan mulai mencari tahu diagnosis dari para ahli untuk memastikan kembali apa yang terjadi apa anaknya, dan mampu memberikan pengobatan yang efektif bagi anaknya tersebut.

Tahap selanjutnya marah (*angry*), pada tahap ini orang tua akan meluapkan amarah dan emosinya pada diri mereka sendiri atau bahkan pada lingkungan sekitarnya. Setelah itu masuk pada tahap depresi (*depression*), dalam tahapan ini orang tua akan mulai merasa putus asa, kecewa pada diri sendiri, bahkan sampai pada perasaan bahwa dirinya telah gagal menjadi orang tua yang baik. Masuk pada tahap ke empat, tahap menawar (*bargaining*) orang tua mulai menenangkan pikirannya sendiri serta menghibur diri bahwa semua yang terjadi pada keluarganya memang sudah ditakdirkan sedemikian rupa, dan dari tahapan ini mereka mulai mendapat beberapa dukungan-dukungan yang positif dari beberapa orang terdekat. Tahap terakhir adalah

⁹ Ramadona Dwi Marsela and Mamat Supriatna, "Kontrol Diri : Definisi Dan Faktor," *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research* 3, no. 2 (2019): 65–67, http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling.

tahap penerimaan (*acceptance*), mulai dari sini orang tua sudah mulai menerima keadaan yang menimpa pada keluarganya dan bersyukur atas apa yang sudah terjadi, dan berfikir positif bahwa apa yang menimpa keluarganya adalah suatu anugerah yang luar biasa yang diberikan Allah SWT.¹⁰

Penyesuaian diri merupakan suatu kemampuan seseorang dalam menjalani kehidupan dengan wajar di dalam lingkungan kehidupannya. Penyesuaian diri tidak serta merta dapat dilaksanakan dengan baik dan cepat, memerlukan tahapan-tahapan yang perlu untuk dijalankan. Penyesuaian diri ini bertujuan untuk menghindari penyimpangan terhadap perilaku, baik perilaku moral, sosial atau bahkan emosional.¹¹

Suatu penyesuaian diri membutuhkan jangka waktu yang relatif lama. Dari hal itulah, peneliti melakukan observasi mengenai apa yang terjadi pada orang tua dengan anak *autis* tersebut. Mereka mengatakan bahwa proses penyesuaian diri orang tua memerlukan waktu yang lama, banyak sekali rintangan serta hambatan yang datang silih berganti dalam perjalanan menuju penyesuaian tersebut.¹² Permasalahan penyesuaian diri orang tua dalam menerima keadaan buah hati ini menjadi sebuah ujian dan juga anugerah yang sangat luar biasa serta melelahkan. Apalagi ditambah dengan kontrol emosi yang naik turun membuat segala yang terjadi semakin rumit.

Desa Jagangsari merupakan salah satu desa yang terletak di Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara. Desa ini merupakan salah satu desa yang terletak di pinggiran kota dan akses ke pusat kota relatif jauh. Pemilihan desa ini sebagai tempat penelitian dikarenakan tempat tersebut terpencil dan masyarakatnya dalam bermasyarakat masih rukun. Desa ini juga masih jauh dari kata maju dalam bidang pengetahuan sehingga memungkinkan peneliti menggali informasi yang diharapkan kedepannya

¹⁰ Athalia A. Aptanta Tumanggor, "Penerimaan Diri Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) Di Kota Medan" (UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA, MEDAN, 2021), <http://repository.uinsu.ac.id/id/eprint/12494>.

¹¹ Moh. Edy Musthofa, "Perilaku Over Protective Orang Tua Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di SMA Negeri 1 Wiradesa," *Indonesian Journal of Islamic Psychology* 2, no. 2 (2020): 242–66, <https://doi.org/10.18326/ijip.v2i2.242-266>.

¹² "Hasil Observasi Dan Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pagedongan Banjarnegara," 2022.

hasil dari penelitian tersebut dapat membantu masyarakat dalam mengenali dan memberikan pemahaman akan adanya anak *autis* tersebut.

Observasi yang peneliti lakukan, ada beberapa kondisi dari anak yang mengalami gangguan *autis* ini. Kondisi dalam hal kesehatan secara fisik anak sehat, namun dalam proses berkomunikasi dengan orang lain sangat jarang. Anak yang mengalami *autis* ini lebih senang bermain sendiri, menyendiri. Kesempatan yang lain ketika anak marah ataupun jengkel anak tersebut sering meloncat dan mengamuk. Di lain kesempatan apabila ada benda seperti potongan plastik ataupun botol akan langsung dimakan. Sedangkan untuk kondisi orang tua dalam hal ini lebih sering marah-marah, jengkel atau bahkan ketika anak sedang menangis orang tua ini sering memukul anak tersebut. Ibunya sering kali stress bahkan sering menangis sendiri, marah-marah sendiri. Kondisi tersebut juga didukung dengan adanya anggapan dari sebagian orang disekitar yang mengatakan bahwa orang tua tersebut telah gagal menjadi orang tua yang mendidik anaknya dengan baik.

Satu orang tua yang peneliti jadikan subjek dalam penelitian ini adalah ibu Rianti. Subjek ini memiliki anak yang terkena gangguan *autis* bernama Teguh yang sudah berusia 7 tahun. Permasalahan yang muncul dari yang sudah terlihat bahwa anak tersebut belum mampu untuk berkomunikasi padahal untuk dilihat dari segi usianya seharusnya sudah menginjak pendidikan di kelas 1 SD. Hal tersebut juga didukung dengan anak yang sukar untuk bersosialisasi dengan anak yang sebayanya, lebih banyak bermain sendiri dan asik dengan dunianya sendiri. Mengingat di desa tersebut hanya satu yang mengalami gangguan *autis* tersebut, memberikan tekanan tersendiri khususnya bagi orang tua anak yang mengalami gangguan *autis* tersebut.

Diharapkan dari apa yang nanti peneliti lakukan dalam proses penelitian ini akan membawa dampak yang baik untuk keluarga, orang tua, anak bahkan masyarakat sekitar bagaimana cara menyikapi dan menyesuaikan diri dalam melakukan kontrol emosinya yang berkaitan dengan anak yang mengalami gangguan *autis* tersebut.

Dari beberapa hal yang sudah disebutkan diatas memberi tantangan bagi peneliti untuk melakukan penelitian terhadap “Studi Kasus Penyesuaian Diri Orang Tua untuk Kontrol Emosi pada Anak *Autis* di Desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara”.

B. Penegasan Istilah

Dalam rangka menghindari dari kesalahan dalam memahami setiap istilah yang ada dalam penelitian ini dan untuk memfokuskan kajian yang dimaksudkan, maka dirasa perlu untuk diberi penjelasan atas istilah yang akan digunakan. Istilah yang dimaksudkan diatas antara lain:

1. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri ialah suatu respon terhadap proses-proses yang meliputi respons mentalitas seseorang dan perilaku yang diupayakan individu dalam menghadapi kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik serta menghasilkan keselarasan kualitas antara tuntutan dalam diri individu dengan tuntutan dunia luar atau lingkungan dimana individu tersebut.¹³ Penyesuaian diri juga dapat diartikan sebagai sebuah usaha dalam proses mempertahankan diri dari norma yang menjadi panduan. Penyesuaian diri juga merupakan sebuah proses dalam bergaul dan berinteraksi dengan sesama individu yang lain.

Adapun penyesuaian diri yang dimaksudkan didalam penelitian ini adalah kemampuan penyesuaian diri orang tua yang dihadapkan pada anak *autis* dan mengontrol emosi pada anak *autis*. Mengingat penyesuaian diri sangat penting dalam proses mengontrol emosional orang tua yang mempunyai anak *autis*. Dalam hal ini juga termasuk nantinya dihadapkan dengan proses yang berlangsung didalamnya.

2. Orang Tua

Orang tua merupakan mereka yang mendapatkan amanah dari Allah SWT. untuk merawat, mendidik anak dengan kasih sayang dan

¹³ Yudi Suharsono and Zainul Anwar, “Analisis Stres Dan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa,” *Jurnal Online Psikologi* 8, no. 1 (2020): 1–12.

tanggungjawab. Orang tua biasanya terdiri dari ayah dan ibu, mereka yang disebut orang tua yang terjalin dalam satu ikatan perkawinan yang sah menurut syara'.¹⁴ Orang tua juga bisa dikatakan mereka yang tinggal dalam satu rumah yang sama, yang saling menjaga satu dengan yang lainnya, yang mana mereka bisa sebagai bapak, ibu, kakek, ataupun nenek.

Maksud dari orang tua dalam penelitian ini adalah mereka yang menjadi pengasuh, yang merawat, yang membimbing serta membesarkan anak *autis*. Orang tua disini juga termasuk kakek dan nenek dari anak *autis* yang tinggal dalam satu atap rumah yang sama, yang saling mendukung antar anggota keluarga.

3. Kontrol Emosi

Emosi merupakan suatu luapan perasaan dari seseorang, baik itu marah, senang, kecewa, kesal atau lain sebagainya. Emosi juga bisa diartikan sebagai suatu hal yang sulit diukur dan tidak dapat dilihat.¹⁵ Pengertian lain dari emosi yaitu keadaan dari individu yang berupa jiwa yang tidak ditampakan pada perubahan-perubahan jasmaninya secara nyata dikehidupan. Sedangkan kontrol emosi atau biasa juga disebut dengan pengendalian emosi merupakan suatu kemampuan untuk mengatasi permasalahan yang ada kaitannya dengan emosi dan perasaan.

Adapun maksud dari kontrol emosi pada penelitian ini kemampuan dalam mengatasi permasalahan emosi dengan cara mengontrol emosi orang tua anak yang terkena gangguan *autis*. Dalam hal ini juga dapat dimaksudkan bahwa bagaimana cara orang tua mengendalikan segala bentuk emosinya pada saat menghadapi anaknya yang *autis* tersebut.

¹⁴ Efrianus Ruli, "Tugas Dan Peran Orang Tua Dalam Mendidik Anak," *Jurnal Edukasi Nonformal* 1, no. 1 (2020): 143–46, <https://ummaspul.e-journal.id/JENFOL/article/view/428>.

¹⁵ Rini Susanti, "Perkembangan Emosi Manusia," *Jurnal Teknodik* 4, no. 15 (2018): 170–81, <https://doi.org/10.32550/teknodik.v4i15.389>.

4. *Autis*

Autis merupakan suatu gangguan psikologis – sosial yang terjadi pada tumbuh kembangnya anak.¹⁶ *Autis* bukan suatu penyakit, melainkan suatu cacat perkembangan yang mempengaruhi bagaimana seseorang melihat, mendengar, serta ketidakmampuan dalam berinteraksi dengan dunia disekitarnya. Anak-anak yang mengidap gangguan *autis* memerlukan bantuan khusus dalam melakukan aktifitas kesehariannya. Karena mereka terhalang dengan adanya ketidakmampuan dalam berinteraksi dan bersosialisasi dengan orang lain.¹⁷

Adapun maksud *autis* didalam penelitian ini yaitu anak yang mengalami gangguan *autis* di Desa Jagangsari yang menjadi lokasi dalam penelitian ini.

C. Rumusan Masalah

Melihat latar belakang permasalahan di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana penyesuaian diri orang tua dalam kontrol emosi pada anak *autis* di Desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara?

D. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang disebutkan di atas, maka inti tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui penyesuaian diri orang tua dalam kontrol emosi pada anak *autis* di Desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara.

¹⁶ Tri Utami, Hermanu Jobagio, and Rita Benya Adriani, "Maternal Role in Guiding Social Communication to *Autistic* Children as a Quality of Life Determinant," *Journal of Maternal and Child Health* 3, no. 1 (2018): 25–32, <https://doi.org/10.26911/thejmch.2018.03.01.03%20>.

¹⁷ Devi Amelia, Yufitriana Amir, and Darwin Karim, "Kajian Fenomologi Tentang Peran Ayah Dalam Merawat Anak Dengan *Autis*," *Jurnal Ners Indonesia* 8, no. 2 (2018): 167–78, <https://doi.org/10.31258/jni.8.2.167-178>.

2. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian dari penyesuaian diri orang tua untuk kontrol emosi pada anak *autis* di Desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara adalah sebagai berikut:

a. Manfaat Teoritis

- 1) Untuk menambah pengetahuan serta wawasan yang lebih luas serta pengalaman tentang proses penyesuaian diri orang tua dalam mengontrol emosi pada anak yang mengalami gangguan *autis*.
- 2) Diharapkan dapat menjadi salah satu pertimbangan referensi dan bahan pertimbangan yang berguna untuk penelitian berikutnya serta memperkaya bahan pustaka di Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

b. Manfaat Praktis

1) Bagi orang tua

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi pengetahuan baru serta upaya menyadarkan kepada orang tua tentang bagaimana penyesuaian diri terhadap kontrol emosi pada anak yang mengalami gangguan *autis*.

2) Bagi masyarakat

Penelitian ini mampu menjadi sebuah pengetahuan baru tentang seberapa pentingnya penyesuaian diri dalam menghadapi anak dengan gangguan *autis*.

3) Bagi peneliti

Penelitian ini mampu menambah wawasan keilmuan serta pemahaman mendalam tentang seberapa pentingnya penyesuaian diri dalam melakukan kontrol emosi pada anak *autis*.

E. Kajian Pustaka

Kajian pustaka atau dikenal dengan sebutan *literature review* merupakan sebuah deskripsi atau *literature* yang relevan dengan penelitian yang sedang dilakukan. Kajian pustaka ini akan menjadi penjabar atas sumber

data yang relevansi dengan penelitian ini agar dalam proses penelitian ini punya dasar yang teguh dalam perjalanannya.

Pertama, penelitian dari *Mohammad Nayef Ayasrah, Akef Abdalla Al Khateeb, Mohammad. A. Beirat, dan Mohammad Abedrabbu Alkhawaldeh* yang berjudul “*Parental Adjustments to the Behaviour of Children with ASD*”. Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui bagaimana proses orang tua dalam melakukan adaptasi terhadap anak *autis*, lalu tentang bagaimana langkah yang tepat dalam melakukan pengakomodasian terhadap perilakunya serta untuk mencari apa saja yang menjadi unsur-unsur yang menjadi penghambat dan pendukung dari penyesuaian orang tua terhadap anak *autis* tersebut. Dari penelitian tersebut menghasilkan adanya sebuah temuan bahwa dalam upaya untuk melakukan penyesuaian diri terhadap perilaku anak *autis* yang hiperaktif disini membutuhkan rentan waktu yang relatif lama. Dalam upaya untuk menyesuaikan diri dengan perilaku anak *autis* tersebut, orang tua melakukan beberapa pengobatan. Diantara pengobatan yang dilakukan orang tua tersebut adalah dengan terapi perilaku dan modifikasi perilaku anak tersebut.¹⁸

Persamaan antara penelitian ini dan sebelumnya adalah bahwa dalam penelitiannya menggunakan jenis pendekatan kualitatif deskriptif dan juga membahas tentang anak *autis*. Lalu yang membedakan antara penelitian ini dan penelitian sebelumnya yaitu dalam penelitian ini lebih terfokus pada bagaimana penyesuaian diri orang tua dalam melakukan kontrol emosinya sedangkan pada penelitian sebelumnya terfokus bagaimana perilaku anak *autis*nya tersebut. Perbedaannya juga terletak pada lokasi penelitiannya, penelitian ini terletak di Desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara, sedangkan penelitian sebelumnya dilakukan di Irbid, Yordania.

Kedua, penelitian dari *Maria Efstratopoulou, Maria Sofologi, Sofia Giannoglou dan Eleni Bonti* yang berjudul “*Parental Stress and Children’s Self-Regulation Problems in Families with Children with Autis Spectrum*”

¹⁸ Mohammad Nayef Ayasrah et al., “Parental Adjustments to the Behaviour of Children with ASD,” *Clin Schizophr Relat Psychoses* 16, no. 2 (2022): 1–4, <https://doi.org/10.3371/CSRP.MMWY.100124>.

Disorder (ASD)”. Tujuan dari adanya penelitian ini adalah untuk menyelidiki bagaimana hubungan antara pengaturan diri dan stres dalam pola asuh orang tua terhadap anak *autis*. Dari penelitian ini menghasilkan bahwa korelasi menunjukkan bahwa stres pengasuhan berkorelasi positif dengan peningkatan skor pada subskala pengaturan diri anak-anak MBC. Di sisi lain, stres pengasuhan berkorelasi negatif dengan tingkat dukungan fungsional sosial yang dilaporkan.¹⁹

Persamaan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah sama-sama membahas tentang anak *autis*. Lalu yang membedakannya adalah pada penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, menggali informasi tentang bagaimana proses penyesuaian orang tua terhadap kontrol emosi pada anak *autis*, dan juga tempat dari penelitiannya yang terletak di Desa Jagangari Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara. Sedangkan penelitian sebelumnya menggunakan pendekatan kuantitatif, membahas tentang bagaimana hubungan pengaturan diri dan stres orang tuanya serta tempat penelitian yang terletak di Uni Emirate Arab (UEA).

Ketiga, penelitian Ais Rosita yang berjudul “Kecerdasan Emosi pada Shadow (pendamping) Anak *Autis*”. Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mencari tahu bagaimana tingkah laku yang dapat dilihat atas unsur emosi pada pendamping yang merawat anak *autis*. Metode penelitian yang digunakan yaitu menggunakan metode penelitian kualitatif dengan trigulasi data. Berdasarkan hasil yang dilakukan di Sekolah Kreatif Muhammadiyah 16 Surabaya tentang bagaimana kecerdasan emosi dari pendamping yang menangani *autis* didapatkan hasil bahwa dari tiga (3) sample yang digunakan dalam mencari informasi bahwa dari masing-masing sample tersebut terdapat *significant other* yang berbeda-beda. Dari ketiga partisipan tersebut ditemukan adanya unsur kecerdasan emosi diantaranya; kesadaran pada diri, empati, pengaturan diri, ketrampilan sosial yang terbilang baik serta motivasi pada diri yang tinggi. Masing-masing partisipan yang menjadi pendamping

¹⁹ Maria Efstratopoulou et al., “Parental Stress and Children’s Self-Regulation Problems in Families with Children with *Autis* Spectrum Disorder (ASD),” *Journal of Intelligence* 10, no. 4 (2022): 1–16, <https://doi.org/10.3390/jintelligence10010004>.

bagi anak *autis* tersebut memiliki kesadaran diri yang tinggi dan mampu menerima diri mereka sebagai pendamping bagi anak *autis*, mereka juga memiliki empati yang tinggi terhadap mereka yang menyandang *autis* dikarenakan memiliki kedekatan emosional dengan anak-anak *autis* tersebut, mereka juga sebagai seorang pendamping mampu mengatur diri mereka dengan baik dengan lebih mementingkan anak *autis* terlebih dahulu dari pada yang lainnya, dan juga mereka memiliki keterampilan sosial yang baik dikarenakan seringnya berinteraksi dengan orang tua anak *autis* dan dengan pihak sekolah serta memiliki motivasi yang tinggi dan berbeda-beda dari setiap partisipan yang menjadi pendamping anak *autis* tersebut.²⁰

Persamaan antara peneliti dan peneliti sebelumnya adalah dalam penelitiannya menggunakan metode kualitatif, sama-sama membahas tentang anak *autis*. Yang membedakan antara penelitian di atas dengan penelitian yang sedang peneliti lakukan adalah kontrol emosi dalam menghadapi anak *autis*, sedangkan penelitian sebelumnya adalah kecerdasan emosi bagi pendamping yang melakukan perawatan terhadap anak *autis*. Pada penelitian ini peneliti lebih spesifik kepada bagaimana kontrol emosi dalam menghadapi anak *autis*. Hal lain yang menjadi pembeda dari penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah bahwa dalam penelitian ini terfokus pada orang tua *autis* tersebut, sedangkan pada penelitian sebelumnya fokusnya pada pendamping dari anak *autis* di dalam sekolah.

Keempat, penelitian yang dilakukan Nengsih, yang berjudul “Hubungan Penyesuaian Diri Orang Tua terhadap Perilaku Temper Tantrum Anak *Autis*”. Penelitian ini terfokus untuk melihat ada atau tidaknya hubungan dari penyesuaian diri orang tua dengan tingkah laku temper tantrum anak *autis* di Yayasan BIMA Sumatra Barat. Metode yang digunakan yaitu metode kuantitatif dengan teknik yang digunakan dalam menganalisis datanya menggunakan teknik *product moment* dengan metode pengambilan sample menggunakan teknik *cluster sampling*. Penelitian ini menghasilkan data yang

²⁰ Ais Rosita, “Kecerdasan Emosi Pada Shadow (Pendamping) Anak *Autis*” (Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, Surabaya, 2019), <http://digilib.uinsby.ac.id/id/eprint/31659>.

menunjukkan bahwa hubungan negative yang signifikan dari penyesuaian orang tua dan perilaku anak *autis* ($r = -0.6623s$, $p = 0.000$ ($p < 0,01$)), dimana semakin tingginya penyesuaian diri dari orang tua maka semakin kecil pula amarah pada anak *autis* tersebut. Berbanding terbalik dari hal itu, semakin rendahnya penyesuaian diri orang tua tersebut maka perilaku temper tantrum anak *autis* tersebut semakin tinggi dengan frekuensi.²¹

Persamaan antara peneliti dengan penelitian sebelumnya adalah persamaan tentang penyesuaian diri orang tua terhadap anak *autis* serta objek dalam penelitian ini juga sama-sama anak *autis*. Perbedaan ada yaitu pada metode penelitiannya. Penelitian sebelum ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan analisis datanya menggunakan teknik product moment, sedangkan pada penelitian yang dilakukan ini penggunaannya dengan metode kualitatif. Perbedaan yang lain juga terletak pada lokasi penelitian dari penelitian ini dan penelitian sebelumnya juga berbeda.

Kelima, penelitian yang disusun Dessi dan Ayu yang berjudul “Bentuk Dukungan Sosial Orang Tua dan Penyesuaian Diri pada Anak *Austistic Spectrum Disorder* (ASD)”. Penelitian ini dilakukan atas dasar untuk mencari tahu informasi tentang dukungan sosial orang tua serta kemampuan dalam proses penyesuaian diri pada anak *autistic spectrum disorder* (ASD). Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus, menggunakan tipe penelitian kasus tunggal. Dalam memilih subyek pada penelitian ini menggunakan teknik *purpose sampling* dengan pengkriteriaan yang sudah ditentukan yang dimiliki oleh orang tua *autis*. Dalam proses pengumpulan data menggunakan metode wawancara dan observasi melalui sumber data primer dan sekunder. Analisis data yang sudah didapatkan lalu di analisis dengan menggunakan reduksi data, penyajian data lalu ditarik pada kesimpulan. Hasil dari penelitian ini ditemukan bahwa orang tua memberikan dukungan sosial kepada anak *autis* yang berupa kehangatan perasaan, rasa peduli yang tinggi dan empati,

²¹ Nengsih, “Hubungan Penyesuaian Diri Orangtua Terhadap Perilaku Temper Tantrum Anak *Autis*,” *Enlighten: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 2, no. 1 (2019): 9–17, <https://doi.org/10.32505/enlighten.v2i1.1214>.

penghargaan terhadap perilaku yang positif, serta mendukung secara langsung berupa pelayanan pendidikan dan materi. Dari dukungan orang tua tersebut membuat anak *autis* mampu untuk mengembangkan penyesuaian diri saat di sekolah inklusi maupun ditempat terapi.²²

Persamaan pada kedua penelitiannya adalah dengan penggunaan metode penelitian kualitatif dan menggali tentang penyesuaian diri, subjeknya sama-sama tentang anak *autis* serta orang tua dari anak tersebut. Sedangkan perbedaan pada penelitian ini yaitu membahas bagaimana penyesuaian diri orang tua dalam mengontrol emosi pada anak *autis*, sedangkan penelitian sebelumnya lebih pada bagaimana penyesuaian diri anak *autis*. Jadi letak perbedaan terdapat pada objek yang ingin diteliti.

Kenam, penelitian dari Nesi Wulandari yang berjudul “Penerimaan Diri Orang Tua dengan Anak *Autis* di Kota Malang”. Tujuan dari penelitiannya untuk mencari tahu tentang bagaimana proses penerimaan diri orang tua pada anak yang mengalami gangguan *autis* di kota Malang. Jenis penelitiannya menggunakan pendekatan kualitatif. Didalam penelitian ini menggunakan 2 subjek yang diteliti, dan dalam pengumpulan data menggunakan metode observasi, wawancara dan dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya suatu perbedaan dalam proses menuju penerimaan diri yang diinginkan.²³

Persamaan dari penelitiannya terletak pada penggunaan metode kualitatif dalam proses penelitiannya dan masih menyangkut tentang *autis*. Sedangkan letak perbedaannya ada pada aspek yang dibahas, penelitian sebelumnya membahas bagaimana proses penerimaan diri dari orang tua yang mempunyai anak *autis*, sedangkan penelitian ini pembahasannya pada penyesuaian diri orang tua dalam mengontrol emosi pada anak yang *autis*.

²² Anak Agung Istri Dessy Sri Wangi and I Gusti Ayu Putu Wulan Budisetyani, “Bentuk Dukungan Sosial Orangtua Dan Kemampuan Penyesuaian Diri Pada Anak Dengan *Autistic Spectrum Disorder (ASD)*,” *Jurnal Psikologi Udayana*, 2020, 207–15, <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/view/57844>.

²³ Nesi Wulandari, “Penerimaan Diri Orang Tua Dengan Anak *Autis* Di Kota Malang” (Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2020), <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/26184>.

Ketujuh, penelitian yang ditulis Athalia A. Aptanta Tumanggor yang berjudul “Penerimaan Diri Orang Tua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) di Kota Medan”. Penelitian ini terfokus untuk mencari tahu bagaimana proses penerimaan diri orang tua dan proses tahapannya yang memiliki anak berkebutuhan khusus, peranan serta tanggungjawabnya, serta apa saja faktor yang dapat menjadi pengaruh dalam proses penerimaan diri orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan pendekatan kualitatif dengan metodenya yaitu deskriptif. Hasil yang didapatkan dalam penelitiannya yaitu pada tahapan dan proses yang dilalui oleh orang tua adalah penolakan, marah, tawar-menawar, depresi dan penerimaan diri meskipun pada kenyataannya masih terlalu berat.²⁴

Persamaannya terletak pada penggunaan metode kualitatif dan membahas tentang anak *autis*. Perbedaan antara peneliti dengan penelitian sebelumnya adalah penelitian sebelumnya hanya memfokuskan pada bagaimana penerimaan diri orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, sedangkan yang peneliti lakukan dalam penelitian ini adalah bagaimana penyesuaian diri orang tua dalam memberikan kontrol diri pada anak *autis*. Jadi penelitian ini lebih spesifik pada ranah *autis*, walaupun anak *autis* juga merupakan salah satu anak yang berkebutuhan khusus.

Berdasarkan penelitian yang relevan diatas dengan apa yang akan peneliti lakukan, maka peneliti memberikan simpulan bahwa apa yang peneliti lakukan berbeda dengan apa yang sudah diteliti sebelumnya oleh para peneliti terdahulu. Perbedaan tersebutlah yang membawa peneliti untuk terus melakukan penelitian ini agar dapat menghasilkan penelitian yang mampu menjawab dari permasalahan yang sedang terjadi. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian-penelitian sebelumnya adalah dalam penelitian ini terfokus pada bagaimana proses yang terjalin dari orang tua *autis* dalam penyesuaian diri dalam mengontrol emosi dari orang tua tersebut.

²⁴ Tumanggor, “Penerimaan Diri Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) Di Kota Medan.”

F. Sistematika Penulisan

Untuk memberi kemudahan serta merinci apa saja yang ada didalam penelitian ini, maka dari itu, penulis menyusun sistematika pembahasan ke dalam pokok-pokok bahasan yang terbagi menjadi lima BAB, yaitu:

BAB I Pendahuluan, Latar Belakang Masalah, Penegasan istilah, Rumusan Masalah, Tujuan penelitian, Manfaat Penelitian, Kajian Pustaka dan Sistematika Penulisan.

BAB II Kajian Teori yang berisi: 1. *Autis*, 2. Penyesuaian Diri Orang Tua, 3. Kontrol Emosi.

BAB III Metodologi penelitian yang berisi Pendekatan dan Jenis Penelitian, Lokasi dan Waktu Penelitian, Objek dan Subjek Penelitian, Sumber Data, Teknik Pengumpulan Data dan Teknik Analisis Data.

BAB IV Penyajian Data dan Pembahasan tentang Studi Kasus Penyesuaian Diri Orang Tua untuk Kontrol Emosi pada Anak *Autis* di Desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara.

BAB V Penutup yang berisi Simpulan dan Saran.



BAB II

KAJIAN TEORI

A. *Autis*

1. Pengertian *Autis*

Autis adalah penderita *autis*. *Autis* merupakan salah satu gangguan yang terjadi pada seseorang yang terjadi pada perkembangan neurobiologis seseorang yang kompleks yang mengakibatkan gangguan terhadap interaksi sosialnya, bahasa dan komunikasi serta hambatan pada emosi bahkan juga pada gangguan motoriknya. Gejala *autis* biasanya terjadi sebelum usia menginjak 3 tahun. *Autis* dapat diartikan suatu bentuk ketidakmampuan serta gangguan pada tingkah laku yang mengakibatkan pada penderita gangguan ini menjadi lebih menjadi pribadi yang penyendiri.²⁵

Menurut Kanner mendefinisikan *autis* sebagai suatu gangguan yang terjadi pada saat proses perkembangan anak, yang memungkinkan anak untuk lebih cenderung menikmati kehidupan sesuai dengan perspektifnya sendiri, melalui gambaran kehidupan sesuai dengan fantasi yang ada pada pikiran anak *autis* tersebut. Gangguan yang terjadi ini mengakibatkan suatu hal yang berlainan antara hal yang harusnya terjadi secara normalnya individu menjadi suatu hal yang lebih pada suatu hal-hal yang relatif jarang terjadi.²⁶

Sedangkan Maenner dkk menyebutkan bahwa *autis* merupakan kecacatan yang terjadi pada saat perkembangan anak yang mampu menyebabkan berbagai tantangan terkait interaksi sosial, komunikasi verbal maupun non verbal dan terganggunya perilaku. Adanya gangguan

²⁵ Ni'matuzahroh et al., *Psikologi Dan Intervensi Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus* (Malang: UMM Press, 2021). Hlm. 15.

²⁶ Leo Kanner, "Problem Of Nosology and Psychodynamics Of Early Infantile *Autis*," *The American Journal of Orthopsychiatry* 19, no. 3 (1949): 419–26, <https://doi.org/10.1111/J.1949.TB05441.X>.

tersebut menjadikan anak dengan gangguan *autis* ini lebih banyak bermain sendiri.²⁷

Autis menurut perkembangannya dibagi menjadi dua jenis, diantaranya sebagai berikut:

a. *Autis* Klasik

Disebut sebagai *autis* klasik dikarenakan anak tersebut mengalami gangguan sejak anak tersebut lahir. Jenis *autis* ini lebih sering disebut sebagai *autis* infantil atau *autis* awal, yang mana istilah tersebut dipergunakan sebelum perkembangan tentang pemahaman yang lebih mendalam terkait anak yang mengalami gangguan perkembangan *autis*. Seiring berjalannya waktu, pemahaman mengenai permasalahan perkembangan *autis* terus berjalan dan konsep tentang spektrum *autis* atau gangguan perkembangan *autis* diperkenalkan secara lebih luas.

Spektrum *autis* mencakup rentang yang lebih luas antara karakteristik, tingkat keparahan serta variasi gejala yang ditimbulkan. Oleh karena itu, istilah *autis* klasik tidak lagi secara umum digunakan dalam berbagai literatur medis dan kesehatan mental. Sebaliknya, lebih umum digunakan istilah spektrum *autis* yang kegunaannya untuk mencerminkan segala hal yang berkaitan dengan gejala dan tingkat fungsi yang dapat ditemui pada anak yang mengalami gangguan perkembangan *autis*.

b. *Autis* Regresi

Autis regresi ini merupakan sebuah fenomena yang mana seorang anak yang sebelumnya secara perkembangan berjalan dengan normal namun seiring berjalannya waktu tiba-tiba mengalami

²⁷ Matthew J. Maenner et al., "Prevalence and Characteristics of *Autis* Spectrum Disorder Among Children Aged 8 Years - *Autis* and Developmental Disabilities Monitoring Network, 11 Sites, United States, 2018," *MMWR Surveillance Summaries* 70, no. 11 (2021): 1–16, <https://doi.org/10.15585/mmwr.ss7011a1>.

kehilangan keterampilan yang dimiliki sebelumnya. Disebut sebagai *autis* regresi dikarenakan adanya suatu tanda bahwa anak mengalami gangguan *autis* ketika menginjak usia 1,5 sampai 2 tahun didalam masa perkembangannya.²⁸

Hal ini sering terjadi pada anak-anak yang pada kemudian hari didiagnosis dengan spektrum *autis*. Gejala hilang ini dapat melibatkan berbagai macam keterampilan yang sudah dimiliki oleh anak, termasuk kemampuan bahasa, keterampilan dalam hal sosial atau kemampuan motorik anak. Penyebab pasti dari *autis* regresi ini belum sepenuhnya dapat dipahami, dan fenomena ini tidak sering terjadi pada semua anak yang mengalami gangguan perkembangan *autis*. Beberapa penelitian mendukung beberapa ide bahwasanya faktor genetik dan lingkungan mampu berkontribusi pada perkembangan *autis* regresi ini.

Tahun 1970 menjadi awal dilakukan penelitian mengenai ciri khusus *autis* yang terjadi pada anak yang menghasilkan temuan bahwa ditemukan kriteria akan mengdiagnosis yang kemudian sering digunakan didalam DSM-III. Gangguan *autis* ini diartikan sebagai suatu gangguan pada perkembangan yang memiliki setidaknya tiga (3) ciri utamanya, adalah gangguan berinteraksi sosial, gangguan berkomunikasi dan keterbatasan akan minat serta kemampuan imajinasi pada anak.²⁹ Seorang anak yang mengalami gangguan perkembangan *autis* ini sering kali menunjukkan suatu kepekaan yang unik, yang mana mampu melibatkan respons yang berlebihan ataupun kurang terhadap suatu keadaan lingkungan sekitar seperti suara, cahaya ataupun sentuhan. Karena hal itu, pendekatan terhadap terapi yang mampu memunculkan stimulus terhadap

²⁸ Ni Luh Drahati Ekaningtyas, "Parenting Education Guna Meningkatkan Parenting Self-Efficacy Pada Orang Tua Dari Anak Dengan Gangguan *Autis*," *Pratama Widya: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 4, no. 1 (2019): 30–39, <https://doi.org/10.25078/pw.v4i1.1066>.

²⁹ Stanley Santoso and Soleman Kawangmani, "Model Konseling Holistik Al Kitabah Kepada Anak *Autis*," *Jurnal Gamaliel: Teologi Praktika* 1, no. 1 (2019): 41–51, <https://doi.org/10.38052/gamaliel.v1i1.13>.

sensorik anak dilakukan agar mampu menciptakan lingkungan yang nyaman.

2. Gejala pada Anak *Autis*

Didalam DSM-IV-R, kriteria untuk diagnosis pada gangguan *autis* diringkas setidaknya sebagai berikut:

- a. Gangguan kualitatif pada pelaksanaan interaksi sosial umpan balik:
 - 1) Dalam hal ini gangguan yang nyata terjadi dari berbagai tingkah laku non verbal.
 - 2) Kegagalan pada pengembangan yang menghubungkan antara teman seumuran yang sesuai dengan suatu tingkat perkembangan anak.
 - 3) Adanya kekurangan dalam pemerataan pada pembagian kesenangan, prestasi ataupun minat.
 - 4) Sulit dalam bersosialisasi dan menjalin hubungan kedekatan yang mampu menimbulkan umpan balik.
- b. Gangguan kualitatif pada komunikasi:
 - 1) Tertinggalnya proses perkembangan bahasa atau ketidakmampuan berbicara.
 - 2) Pada anak yang bisa berbicara, terdapat hambatan terhadap kemampuan memulai percakapan ataupun melanjutkan pembicaraan dengan yang lain.
 - 3) Penggunaan gaya bahasa yang stereotip, repetitif atau sulit dimengerti.
 - 4) Kurang mampu memainkan permainan drama.
- c. Model repetitif dan juga setereotip yang terbilang normatif yang terjadi pada tingkah laku, minat serta aktivitas sehari-hari:
 - 1) Preokopasi pada lebih dari satu minat.
 - 2) Ketidakluwesannya pada kegiatan rutin yang lebih khusus dan non-fungsional.
 - 3) Aktivitas motorik yang setereotip dan repetitif.³⁰

³⁰ Adriana Soekandar Ginanjar, "Memahami Spektrum *Autistik* Secara Holistik," *Makara Sosial Humaniora* 11, no. 2 (2007): 87–99, <https://doi.org/10.7454/mssh.v11i2.121>.

3. Faktor Penyebab *Autis*

Faktor penyebab perkembangan *autis* masih menjadi salah satu kajian dalam bidang penelitian yang masih terus berkembang hingga saat ini dan secara sains belum bisa secara penuh memahami akar dari penyebab adanya gangguan perkembangan ini. Meskipun demikian, beberapa faktor yang telah teridentifikasi dapat mempengaruhi perkembangan *autis*. Faktor genetik menjadi salah satu kontributor utama yang menjadi salah satu penyebab adanya gangguan perkembangan *autis* ini yang mana memiliki resiko yang lebih tinggi terjadi pada individu yang di dalam keluarganya memiliki riwayat *autis* ataupun gangguan perkembangan lainnya.

Dengan semakin banyaknya kasus yang muncul saat-saat ini tentang gangguan anak *autis* diberbagai wilayah, maka para peneliti semakin gencar melakukan penelitian terkait apa saja yang menjadi penyebab gangguan anak *autis* tersebut. Awal mula munculnya gangguan *autis* ini memberikan pandangan pada peneliti bahwa penyebab dari gangguan tersebut dikarenakan adanya faktor hereditas, biologis dan neurobiologis, namun ada beberapa teori yang menyatakan bahwa respon orang tua yang dingin terhadap anak bisa menjadi penyebab gangguan *autis* pada anak.³¹

B. Penyesuaian Diri Orang Tua

1. Pengertian Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri merupakan suatu kemampuan seseorang dalam proses beradaptasi dan berjalan efektif dalam berbagai macam situasi dan kondisi. Penyesuaian diri ini mencakup berbagai macam aspek seperti kesehatan mental, keterampilan seseorang dalam bersosial, fleksibilitas serta kemampuan dalam mengatasi sebuah tantangan. Seseorang yang mampu melakukan penyesuaian diri cenderung mampu mengelola stres,

³¹ Dinie Ratri Desiningrum, *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus* (Yogyakarta: Psikosain, 2016).

memecahkan permasalahan yang sedang dihadapi dan mempertahankan keseimbangan secara emosional. Schneiders menyatakan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses dimana seseorang berusaha keras dalam mengatasi suatu problem yang terjadi dalam dunianya. Penyesuaian diri ini lebih bersifat relatif karena dari segi kualitas yang berubah-ubah.³² Menurut Holland mendefinisikan penyesuaian diri sebagai suatu proses belajar bertindak atau suatu kelakuan yang baru dalam menghadapi suatu persoalan hidup. Penyesuaian diri juga sering diartikan sebagai reaksi atas suatu kejadian yang menimbulkan suatu rangsangan dalam diri seseorang maupun terhadap lingkungan sosialnya.³³ Penyesuaian diri ini juga diartikan sebagai suatu kemampuan seseorang dalam beradaptasi dengan lingkungan dan kondisi yang baru dialami dan berfungsi secara efektif. Hal ini mencakup beberapa kemampuan untuk mengatasi tantangan, menyesuaikan diri dengan suatu perubahan serta mempertahankan keseimbangan psikologis serta sosial.³⁴

Proses penyesuaian diri menurut Schneiders harus melibatkan tiga unsur di antaranya; 1) Motivasi, adalah satu diantara kekuatan didalam diri seseorang yang mampu meningkatkan ketegangan serta tidak seimbang pada individu. Dengan adanya motivasi ini dapat meningkatkan terjadinya penyesuaian diri lebih cepat. 2) sikap terhadap realitas, dalam proses terjadinya penyesuaian diri yang baik didalamnya terdapat sikap-sikap yang realitas. Sikap-sikap tersebutlah yang mampu untuk meningkatkan proses penyesuaian diri lebih cepat. 3) pola dasar terhadap penyesuaian diri. Pola dasar disini dimaksudkan untuk mencari celah agar dalam berjalannya proses penyesuaian ini ada suatu hambatan, dapat terus

³² Wangi and Budisetyani, "Bentuk Dukungan Sosial Orangtua Dan Kemampuan Penyesuaian Diri Pada Anak Dengan *Autistic Spectrum Disorder* (ASD)."

³³ Irene and Greogorius Banbang Nugroho, "Penyesuaian Diri Tiga Alumni Penyandang Disabilitas Netra Selama Masa Perkuliahan Di Fakultas Pendidikan Dan Bahasa Universitas Katholik Indonesia Atma Jaya Jakarta," *Jurnal Pendidikan, Psikologi, Dan Konseling* 19, no. 1 (2021): 23–38.

³⁴ Yuke Riana Dewi and Endang Fourianalistyawati, "Hubungan Antara Self Esteem Dengan Penyesuaian Diri Sebagai Peran Ibu Rumah Tangga Pada Ibu Berhenti Bekerja Di Jakarta," *Jurnal Psibernetika* 11, no. 1 (2018): 9–20, <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v11i1.1154>.

dijalankan dengan mencari jalan alternatif yang lain sebagai suatu langkah yang diharapkan memberi jawaban dari proses penyesuaian diri.³⁵

2. Karakteristik Penyesuaian Diri

Hurlock mengemukakan bahwa karakteristik penyesuaian diri dibagi menjadi sebelas yaitu:

- a. Mampu menilai diri dengan realistis. Bagi individu yang punya pemikiran yang baik akan mampu memberi nilai pada dirinya sesuai dengan apa adanya, baik dari segi kekurangan maupun kelebihan serta mampu untuk menilai dari segi fisiknya.
- b. Mampu menilai situasi secara realistis. Dalam hal apapun seorang individu harus mampu menghadapi segala kondisi yang tidak terduga sekalipun serta mampu untuk menerima apa yang sudah terjadi dalam kehidupannya.
- c. Mampu menilai prestasi secara realistis. Setiap individu harus mampu menilai atas keberhasilan dalam hidupnya namun tidak merubah kepribadiannya menjadi angkuh dan sombong atas pencapaian yang sudah diraihinya.
- d. Menerima tanggung jawab. Dalam menghadapi suatu persoalan hidup, bagi individu yang baik harus mempunyai tanggungjawab yang besar untuk membawa tanggung jawab dari apa yang terjadi dalam kehidupannya.
- e. Kemandirian (autonomi). Setiap individu pasti memiliki setidaknya sifat mandiri dalam hak bertindak maupun berfikir. Mampu mengambil suatu keputusan dan menyesuaikan diri terhadap lingkungan yang bersifat konstruktif dan norma yang berlaku.
- f. Mampu mengontrol emosi. Individu mampu mengontrol emosi dalam dirinya serta mampu untuk menghadapi segala macam situasi yang menimpa pada kehidupannya.

³⁵ Yusandi Rezki Fadhli, "Remaja Perempuan Yang Menikah Melalui Perjudohan: Studi Fenomenologis Tentang Penyesuaian Diri," *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 8, no. 2 (2020): 153–59, <https://doi.org/10.22219/jipt.v8i2.11301>.

- g. Berorientasi pada tujuan. Setiap manusia pasti memiliki suatu tujuan hidup yang ingin dicapai. Individu yang memiliki pemikiran sehat akan mampu untuk merumuskan tujuannya berdasarkan pada kemampuan yang dimilikinya.
 - h. Berorientasi keluar. Menjadi manusia yang memiliki sifat ekstrovert mampu untuk mengembangkan dirinya menjadi lebih baik, walaupun seseorang yang memiliki kepribadian introvert juga mampu untuk melakukannya. Orang yang memiliki orientasi terhadap sekelilingnya akan mampu untuk memunculkan sikap respek, simpati dan empati terhadap orang lain serta mempunyai kepedulian yang tinggi terhadap lingkungannya.
 - i. Memiliki filsafat hidup. Individu yang mempunyai filsafat hidup dalam kehidupannya mampu untuk mengendalikan dirinya dari akar pemahamannya.
 - j. Berbahagia. Kebahagiaan sangat penting bagi setiap individu yang hidup. Individu yang sehat dalam kehidupannya akan selalu ada kebahagiaan. Kebahagiaan dapat berupa banyak hal diantaranya prestasi diri, penerimaan dari orang lain dan lain sebagainya.³⁶
3. Ciri-ciri Penyesuaian Diri

Dalam konteks penyesuaian diri ini, setidaknya Schneiders mengemukakan ada beberapa ciri-ciri seseorang dapat dikatakan sudah mencapai penyesuaian diri dengan baik, diantaranya;

- a. Mengetahui tentang kekurangan dan kelebihan yang ada pada dirinya.
- b. Objektivitas diri dan penerimaan diri.
- c. Mampu mengontrol dan mengembangkan diri.
- d. Memiliki integrasi diri yang relatif baik.
- e. Memiliki tujuan yang tertata dengan konsisten.
- f. Menunjukkan kematangan berfikir, bertindak yang baik.
- g. Mampu bekerja sama dengan baik.

³⁶ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, Edisi Kelima (Jakarta: Penerbit Erlangga, 1980).

h. Mempunyai pemikiran yang bersifat realistik.³⁷

4. Aspek Penyesuaian Diri

Menurut Hariadi, mengemukakan setidaknya dalam proses penyesuaian diri harus didukung dengan minimal ada empat aspek didalamnya. Aspek-aspek tersebut diantaranya;

a. *Self Knowledge and Self Insight*

Aspek ini atau biasa dikenal dengan kemampuan untuk mengetahui kelebihan dan kekurangan pada diri sendiri sangat berpengaruh pada proses penyesuaian diri individu. Atas dasar tersebut maka untuk membangkitkan kemampuan ini harus didasarkan pada kesadaran diri yang kompleks.

b. *Self Objectivity and Self Acceptance*

Mengenal diri dengan baik akan membuat seorang individu mampu untuk melalui proses penyesuaian diri dengan baik pula. Seorang individu yang sudah terbiasa dengan mampu mengenal dirinya dengan baik akan mampu berfikir secara realistik akan apa yang terjadi dikehidupannya saat itu.

c. *Self Development and Self Control*

Pengendalian diri terhadap pemikiran, emosi, sikap dan kebiasaan mampu menjadikan individu merasa lebih baik. Pengendalian diri yang baik akan melahirkan suatu kematangan dalam berfikir sehingga mampu untuk meminimalisir pikiran-pikiran yang bersifat negatif.

d. *Satisfaction*

Disebut *satisfaction* dikarenakan bahwa dengan pengalaman hidup yang sudah dijalani dan berbagai permasalahan sudah pernah dihadapi akan melahirkan suatu perasaan puas sehingga dengan demikian akan melahirkan penyesuaian diri dengan baik.³⁸

³⁷ Alexander A. Schneiders, *Personal Adjustment and Mental Health* (New York: Holt Rinehart and Winston, 1955).

³⁸ Hariadi Ahmad, Ahmad Zainul Irfan, and Dedi Ahlufahmi, "Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Dengan Penyesuaian Diri Siswa," *Jurnal Realita* 5, no. 1 (2020): 899–905.

5. Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Setiap individu memiliki kemampuan yang berbeda-beda dalam proses penyesuaian diri. Maka hal tersebut juga dapat terjadi karena adanya beberapa hal yang mampu mempengaruhi individu tersebut. Schneiders mengemukakan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri, diantaranya;

a. Kondisi Fisik

Setiap individu memiliki kondisi fisik yang relatif berbeda antara satu dengan yang lain. Kondisi fisik menjadi salah satu faktor yang dapat menjadi suatu penyebab mampu tidaknya individu dalam melakukan penyesuaian dirinya terhadap suatu hal terkait dengan kehidupannya. Dengan kondisi fisik yang baik akan memudahkan individu dalam melakukan penyesuaian diri, hal tersebut berbanding terbalik apabila kondisi fisik mengalami kecacatan ataupun dalam kondisi sakit kronis maka proses penyesuaian dirinya akan terhambat dengan skala yang tidak bisa ditentukan.

b. Kematangan dan Perkembangan Pikiran

Kematangan menjadi salah satu unsur yang mampu menjadi pengaruh atas penyesuaian diri seorang individu dari segi intelektual, emosi, moral bahkan sosialnya. Sedangkan perkembangan pada setiap individu akan berjalan berbeda-beda, dari hal itulah menjadi salah satu faktor yang mampu menjadi hal yang bisa mempengaruhi proses penyesuaian diri.

c. Lingkungan

Tempat tinggal, sekolah atau bahkan tempat bekerja selalu menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi individu dalam melakukan penyesuaian dirinya, lingkungan yang baik akan mampu membawa pada cepat lambatnya seseorang berhasil melakukan penyesuaian diri. Hal tersebut sangat berpengaruh pada jalan proses penyesuaian individu. Lingkungan yang baik, tenang, damai dan kondusif akan menjadi salah satu faktor yang mampu mendukung

proses seorang individu dalam menyesuaikan diri. Sedangkan lingkungan yang buruk, *toxic*, tidak aman dan tidak damai akan menjadi penghambat seseorang individu dalam melakukan proses penyesuaian diri.

d. Psikologis

Kesehatan mental individu dalam menjalani kehidupan antar satu dengan yang lain memiliki taraf yang berbeda. Hal tersebut menjadi satu diantara banyaknya faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian diri. Kesehatan mental yang baik akan melahirkan penyesuaian diri yang baik pula. Adanya suatu tekanan, depresi, pikiran cemas yang berlebihan akan menjadi beberapa hal yang menghambat proses penyesuaian diri individu.

e. Keyakinan atau agama

Keyakinan atau agama menjadi salah satu elemen penting bagi setiap individu. Tingkatan keyakinan akan sangat mempengaruhi bagaimana individu mampu berfikir secara rasional. Dengan keyakinan mampu meredakan konflik batin, kecemasan dan frustrasi serta ketegangan psikis yang membuat seorang individu mampu berfikir dengan baik.

f. Budaya

Faktor penting lain yang mampu mempengaruhi penyesuaian diri adalah kebudayaan. Kebudayaan disetiap daerah akan selalu berbeda-beda. Maka dari itu kebudayaan mampu membentuk suatu *habbits* yang mampu menjadi pendorong seorang individu dalam melakukan penyesuaian diri.³⁹

Dari hal tersebutlah, maka faktor yang mampu menjadi pengaruh akan proses penyesuaian diri seseorang meliputi; kondisi fisik, kematangan dan perkembangan pikiran, lingkungan, psikologis, keyakinan atau agama dan budaya.

³⁹ Schneiders, *Personal Adjustment and Mental Health*.

6. Pengertian Orang Tua

Patmonodewo menyatakan bahwa orang tua adalah orang yang memiliki kepercayaan dari Allah SWT. untuk membimbing anak dengan rasa tanggung jawab yang besar disetiap perkembangan dan pertumbuhan anak itu sendiri.⁴⁰ A.H Hasanuddin berpendapat bahwa orang tua adalah ibu dan bapak yang dikenal pertama kali oleh anak tersebut. Orang tua adalah pendidik pertama bagi anak-anaknya, karena berawal dari mereka anak-anak memulai pendidikan pertamanya. Orang tua atau ibu dan ayah memiliki peran yang begitu penting didalam mendidik anak-anak mereka, mereka juga akan sangat berpengaruh terhadap pola pikir mereka.

Dari pengertian diatas, orang tua merupakan keluarga. Keluarga merupakan sekumpulan ayah ibu serta anak. Apabila dikerucutkan kedalam pengertian yang lebih sederhana keluarga merupakan mereka yang terhubung dengan adanya pertalian darah, ikatan pernikahan ataupun hal yang dibolehkan oleh hukum.

Ciri dasar dari keluarga dibagi menjadi dua kelompok yaitu keluarga secara umum dan keluarga secara khusus.

- a. Ciri keluarga secara umum
 - 1) Memiliki ikatan perkawinan
 - 2) Adanya hubungan darah
 - 3) Keluarga juga merupakan salah satu tata nama termasuk didalamnya garis keturunan
 - 4) Keluarga merupakan tempat tinggal bersama dalam keadaan apapun, suka ataupun duka.
- b. Ciri keluarga secara khusus
 - 1) Adanya suatu kebersamaan antar anggota yang lain
 - 2) Adanya dasar emosional yang kuat
 - 3) Pengaruh perkembangan
 - 4) Ukurannya terbatas

⁴⁰ Nur Ika Fatmawati and Ahmad Sholikin, "Literasi Digital, Mendidik Anak Di Era Digital Bagi Orang Tua Milenial," *Jurnal Politik Dan Sosial Kemasyarakatan* 19, no. 2 (2019): 119–38, <https://doi.org/10.52166/madani.v11i2.3267>.

5) Tanggungjawab antar anggota.⁴¹

7. Peran Orang Tua

Menjadi orang tua bukan suatu hal yang mudah apalagi dengan berbagai tanggung jawab yang diemban. Berikut beberapa peran orang tua terhadap anak diantaranya;

- a. Mendampingi dan mencintai anak dengan tulus.
- b. Menjalin Komunikasi yang baik dengan anak.
- c. Memberikan Kesempatan untuk mengeksplor diri.
- d. Mengawasi tingkah laku anak agar mampu menjadi pribadi yang baik.
- e. Mendorong atau Memberikan Motivasi
- f. Mengarahkan anak pada perilaku yang baik sesuai dengan norma.⁴²

Selain itu, peranan orang tua dalam kehidupan anak sangat sentral dalam memberikan pedoman nilai dan moral terlebih pada anak yang memiliki gangguan perkembangan *autis*. Orang tua menjadi role model dalam peran utama bagi anak, membimbing tentang etika, mloral integritas serta tanggung jawab. Pendidikan juga menjadi peran kunci orang tua, memberikan mereka pembelajaran yang tidak hanya dilakukan di dalam lingkup sekolah namun juga di rumah. Melalui interaksi sehari-hari, orang tua dapat memfasilitasi eksplorasi intelektual, mempromosikan keingintahuan anak dan memberikan dukungan untuk segala kebutuhan anak.

Selain itu, peran orang tua juga sebagai pemberi lingkungan yang ramah bagi kehidupan anak, orang tua menciptakan atmosfer yang mendukung dan merangsang perkembangan anak secara berkala. Memastikan bahwa rumah menjadi tempat yang aman dan nyaman bagi anak, memberikan kasih sayang yang dibutuhkan. Secara keseluruhan, peranan orang tua sangat kompleks karena mengkombinasikan antara

⁴¹ Khairuddin, *Sosiologi Keluarga* (Yogyakarta: Liberty Yogyakarta, 1997).

⁴² Septi Irmalia, "Peran Orang Tua Dalam Pembentukan Karakter Anak Usia Dini," *Jurnal El-Hamra (Kependidikan Dan Kemasyarakatan)* 5, no. 1 (2020): 31–37, <https://ejournal.amertamedia.co.id/index.php/elhamra/article/view/64/56>.

kasih sayang, pendidikan, bimbingan nilai nilai moral, manajemen lingkungan temoat tinggal serta pembentukan karakter anak itu sendiri.

Jadi penyesuaian diri orang tua merupakan suatu proses membiasakan diri dalam suatu hal yang baru yang dapat mengakibatkan terbiasanya orang tua dalam menghadapi anak yang mengalami gangguan *autis*.

C. Kontrol Emosi

1. Pengertian Kontrol Emosi

Emosi merupakan suatu luapan perasaan yang berkembang dalam diri seorang individu. Definisi emosi diartikan secara variasi oleh beberapa psikolog. Emosi sendiri memiliki arti suatu perasaan yang muncul secara intens kepada seseorang yang ditujukan pada seseorang juga. Emosi juga merupakan suatu keadaan dimana keadaan tersebut dapat memicu rangsangan pada organisme yang menimbulkan suatu perubahan yang mendasar. Emosi sering disamakan dengan perasaan, namun pada dasarnya keduanya adalah suatu hal yang berbeda. Jika dibandingkan antara emosi dan perasaan, emosi sifatnya lebih intens dari pada perasaan yang pada dasarnya apabila terjadi suatu perubahan pada seseorang, emosi lebih dapat terlihat dari pada perasaan.⁴³

Kontrol emosi diartikan sebagai usaha yang menfokuskan kepada tekanan emosi yang terlihat pada suatu hal yang mengakibatkan emosi dan mengarahkannya ke dalam bentuk tertentu yang memberikat manfaat dan dapat diterima didalam lingkungan kehidupannya. Kontrol emosi setidaknya dilakukan secara setabil dikarenakan kontrol emosi berhubungan erat dengan individu dalam beradaptasi dengan psikologisnya.⁴⁴

Kontrol emosi diartikan menjadi salah satu fase penting dalam hidup seseorang. Karena dalam kontrol emosi ini terdapat pengendalian

⁴³ Shinta Mutiara Puspita, "Kemampuan Mengelola Emosi Sebagai Dasar Kesehatan Mental Anak Usia Dini," *Jurnal Program Studi PGRA* 5, no. 1 (2019): 85–92, <https://doi.org/10.29062/seling.v5i1.434>.

⁴⁴ Nurintan Muliani Harahap, "Pencegahan Kecenderungan Narsistik Melalui Kontrol Diri," *Al - Irsyad* 3, no. 2 (2021): 311–24, <https://doi.org/10.24952/bki.v3i2.4668>.

emosi dan pengelolaan emosi yang didalamnya akan menentukan bagaimana dalam lingkungan kemasyarakatannya ada atau tidaknya nilai-nilai, cita-cita ataupun prinsip dari seseorang tersebut. Sigmund Freud menjelaskan bahwa beradab atau tidaknya seseorang dapat terlihat dari bagaimana seseorang tersebut mengendalikan emosi pada dirinya sendiri.⁴⁵

2. Aspek-aspek Kontrol Emosi

Dalam melakukan kontrol emosi menurut konsep Averil tidak bisa serta merta terjadi begitu saja, ada beberapa hal yang menjadi aspek terjadinya kontrol emosi yang stabil, diantaranya;

a. Kontrol Perilaku

Kontrol perilaku merupakan suatu keadaan yang mana mampu tidaknya seorang individu dalam menyelesaikan permasalahan yang kurang mengenakan dalam hidup. Kontrol perilaku juga dapat diartikan sebagai kemampuan individu dalam mengatur dan mengendalikan tindakan atas sebuah respon dari lingkungan sekitar. Kemampuan kontrol perilaku ini mencakup kemampuan menahan impuls, membuat suatu keputusan yang bijak serta menjaga perilaku yang sesuai dengan norma sosial dan nilai-nilai yang terkandung di dalam kehidupan dilingkungan.

Kontrol perilaku memainkan sebuah peranan penting dalam kehidupan sehari-hari. Bagi seorang individu yang memiliki kontrol perilaku yang baik cenderung lebih efektif dalam melakukan interaksi dengan orang sekitar, mampu mengelola stres serta menjaga keseimbangan emosi mereka. Proses pengembangan kontrol perilaku ini melibatkan setidaknya ada pemahaman pada diri sendiri, pengelolaan emosi yang stabil serta kemampuan dalam mengidentifikasi dan mengatasi sebuah permasalahan yang sedang terjadi.

⁴⁵ Hariadi Ahmad, "Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama," *Jurnal Realita Bimbingan Dan Konseling (JRbk)* 6, no. 2 (2021): 1354 – 1364.

b. Kontrol Kognitif

Kontrol kognitif merupakan suatu kemampuan yang mampu untuk mengelola suatu informasi yang tidak menyenangkan dengan cara melihat lebih dalam tentang kebenaran informasi sehingga mampu menginterpretasikan, membuang atau mengambil informasi tersebut dengan skala yang baik dengan sebuah tujuan untuk mengurangi tekanan secara psikologis. Kontrol kognitif merujuk pada kemampuan seseorang dalam mengelola dan mengarahkan proses kognitif mereka. Hal tersebut meliputi perhatian, persepsi memori ataupun pemecahan masalah.

Kemampuan kontrol kognitif ini mencakup kemampuan dalam mengatasi permasalahan-permasalahan yang kompleks, tantangan kognitif ataupun dalam menjaga konsentrasi. Proses pengembangan kontrol kognitif ini membutuhkan latihan dan pengalaman yang terfokus pada pengaturan pikiran, perencanaan dan evaluasi diri. Dalam lingkup orang tua, kontrol kognitif berperan penting dalam menghadapi permasalahan kehidupan yang bervariasi. Yang mana dengan meningkatkan kontrol kognitif tersebut individu dapat lebih efektif dalam mengelola sumber daya demi tercapainya kemampuan dalam beradaptasi dan memecahkan masalah.

c. Kontrol Keputusan

Kontrol keputusan merupakan suatu kemampuan untuk mengambil sebuah keputusan dalam hidup yang baik buruknya keputusan tersebut sesuai dengan apa yang diyakininya. Kontrol keputusan merujuk pada dimana kemampuan seseorang dalam pengambilan keputusan yang bijak dan tepat, serta mengelola proses pengambilan keputusan. Kemampuan kontrol terhadap keputusan ini dapat mencakup kemampuan untuk mengevaluasi informasi, memahami konsekuensi dari berbagai macam opsi serta memilih alternatif keputusan yang paling tepat dalam menghadapi permasalahan.

Bagi seorang individu yang mempunyai kemampuan kontrol keputusan yang baik cenderung dapat membuat sebuah keputusan yang efisien, mempertimbangkan berbagai macam faktor yang relevan dan resiko yang nantinya akan timbul setelah pengambilan keputusan dilakukan. Kemampuan ini juga berkesinambungan dengan kemampuan yang mana melibatkan emosional yang seimbang, dimana individu mampu mengendalikan emosi yang mungkin saja mempengaruhi pengambilan keputusan.⁴⁶

3. Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Emosi

Menurut Grita, setidaknya ada dua hal yang mempengaruhi kontrol emosi, diantaranya;

a. Faktor Internal

Faktor internal merupakan faktor yang terdapat pada individu. Diri sendiri menjadi salah satu faktor yang menjadikan sukses tidaknya seseorang dalam melakukan kontrol emosi. Seseorang yang sudah mampu untuk melakukan kontrol emosi menjadikan mengontrol dirinya dengan baik.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang dipengaruhi dari lingkungan sekitar, keluarga, masyarakat, dan faktor lain yang mampu menjadi pemicu seseorang mampu melakukan kontrol emosi.⁴⁷

Sedangkan penjelasan yang lainnya, menyatakan bahwa kontrol emosi dapat dipengaruhi oleh berbagai macam faktor yang lebih kompleks yang mampu melibatkan adanya interaksi diantaranya:

a. Faktor Psikologis.

Faktor psikologis menjadi salah satu faktor yang mampu mempengaruhi kontrol emosi pada individu. Kematangan emosional dan pemahaman akan emosi yang timbul dari suatu permasalahan

⁴⁶ Ahmad.

⁴⁷ Grita Ratriana Melinda, "Kontrol Emosi Pada Mahasiswa Yang Memiliki Tipe Kepribadian Introvert Di Yogyakarta" (Universitas Negeri Yogyakarta, 2017).

mampu menjadi salah satu faktor yang menjadi pengaruh seseorang mampu melakukan kontrol emosi dengan baik.

b. Faktor Sosial.

Dukungan sosial dan norma sosial yang ada di dalam masyarakat menjadi faktor bagi seseorang dalam melakukan kontrol emosi secara signifikan, lingkungan sosial yang mana di dalamnya termasuk keluarga, teman ataupun masyarakat sekitar memiliki peranan yang sangat penting dalam membantu individu dalam menjaga segala macam kondisi yang mampu menjadi salah satu melakukan kontrol emosi secara berkala.

c. Faktor Biologis.

Secara biologis atau lebih tepatnya secara genetika dapat memberikan kontribusi pada kecenderungan individu dalam kontrol emosi atau reaksi emosi tertentu. Selain itu keseimbangan kimia pada otak seperti serotonin dan dopamin dapat mempengaruhi kestabilan otak.

d. Kondisi Kesehatan mental.

Adanya sebuah gangguan mental yang terjadi pada individu menjadi salah satu hal yang mampu mempengaruhi individu dalam melakukan kontrol emosi. Gangguan seperti kecemasan, stres ataupun gangguan mood mampu menjadi pengaruh kontrol emosi dan memerlukan penanganan secara khusus.

e. Pengalaman Hidup dan Trauma.

Pengalaman masa lalu termasuk trauma atau bisa disebut stres kronis dapat meninggalkan dampak yang buruk bagi individu dalam mengelola emosinya. Masa lalu yang pahit serta kejadian yang tidak menyenangkan dapat menjadi penyebab individu tidak bisa mengontrol emosi dengan baik.⁴⁸

⁴⁸ N. Ramdani and R. Thiomina, *Mengenal Pola Emosi Anak-Anak Autis* (Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada, 2009).

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Jenis penelitian kualitatif digunakan dalam penelitian ini yaitu suatu cara dalam penelitian yang biasa digunakan dalam penelitian untuk meneliti pada suatu kondisi obyek yang bersifat alamiah, dimana peneliti menjadi instrument penting dalam penelitiannya. Penelitian kualitatif didefinisikan sebagai sebuah penelitian yang berfungsi untuk mendeskripsikan serta menganalisis suatu peristiwa, kejadian, aktifitas sosial budaya, sikap, kepercayaan dan manusia secara individual maupun berkelompok.⁴⁹

Dalam pendekatan penelitian kualitatif ini, setelah peneliti mendapatkan hasil awal dalam prosesnya akan dilakukan suatu proses analisis serta penambahan-penambahan bahan-bahan yang didapatkan dari sumber data yang telah didapatkan.

2. Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan yaitu penelitian secara langsung di lapangan. Penelitian lapangan ini merupakan salah satu pengumpulan data pada penelitian kualitatif. Dalam penelitian lapangan ini terdapat beberapa tahap pelaksanaannya. Tahapan pertama disebut tahap orientasi. Pada tahapan ini peneliti memberi deskripsi tentang apa yang peneliti dengar dan dilihat di lapangan.⁵⁰ Tahapan kedua adalah focus atau mereduksi. Pada tahapan ini peneliti mulai menfokuskan apa saja data yang telah didapatkan dalam pada tahapan pertama. Lalu tahapan ketiga disebut dengan tahap *selection*.⁵¹

⁴⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan : Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2021).hlm. 19.

⁵⁰ Andra Tersiana, *Metode Penelitian* (Bandung: Anak Hebat Indonesia, 2018). Hlm. 25.

⁵¹ Zaenal Arifin, "Metodologi Penelitian Pendidikan Education Research Methodology," *Al Hikmah Way JKanan* 1, no. 1 (2020): 1–5.

Peneliti pada tahapan ini lebih memfokuskan apa yang sudah dijadikan focus pada tahapan ke dua menjadi lebih rinci. Setelah tahapan tadi terlewati, peneliti melakukan analisis yang lebih dalam pada informasi yang diperoleh tersebut, maka setelah itu peneliti mampu untuk menentukan temanya dengan menggunakan konstruksi informasi yang telah diperoleh sebagai suatu jembatan pengetahuan, hipotesis ataupun ilmu yang baru.

B. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subyek

Subjek dalam penelitian ini adalah 3 orang yang memiliki kapasitas untuk dijadikan sumber data dalam penelitian ini, yaitu:

- a. Fahreza (34 tahun) merupakan bapak dari anak yang mengalami gangguan *autis*.
- b. Rianti (29 tahun) merupakan ibu dari anak yang mengalami gangguan *autis*.
- c. Teguh (7 tahun) merupakan anak yang mengalami gangguan *autis*.
- d. Tukiman (57 tahun) merupakan kakek dari anak yang mengalami gangguan *autis*.
- e. Rodiyah (54 tahun) merupakan nenek dari anak yang mengalami gangguan *autis*.
- f. Kinem (61 tahun) merupakan nenek dari anak yang mengalami gangguan *autis*.

2. Obyek

Obyek dari penelitian ini adalah Penyesuaian Diri Orang Tua dalam Kontrol Emosi pada Anak *Autis* di Desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara.

C. Lokasi dan Waktu penelitian

Lokasi pada penelitian ini bertempat di Jagangsari Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara. Sedangkan penelitian ini

dilaksanakan pada tanggal 27 September 2022 sampai 27 Februari 2023. Alasan peneliti melakukan penelitian ini dikarenakan lokasi penelitiannya terletak didesa yang terpencil, jauh dari pusat kota serta masyarakatnya masih kental dalam kultur kebudayaannya.

D. Sumber Data

Sumber data penelitian ini dibagi setidaknya menjadi dua macam, yaitu data primer dan data sekunder.

1. Sumber Data Primer

Data primer ini dapat berupa suatu pendapat dari orang yang menjadi subjek baik berupa perorangan maupun kelompok. Data primer ini didapat dengan cara survey dalam observasi.⁵²

Adapun yang dijadikan sumber primer dalam penelitian ini yaitu hasil wawancara orang tua yang memiliki anak *autis* di desa Jagangsari Pagedongan ini.

2. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder ini menjadi data pelengkap dari data sekunder yang telah didapatkan dari data primer. Data sekunder dapat diperoleh dari referensi lain yang berupa bahan pustaka, jurnal, buku, penelitian-penelitian sebelumnya yang relevan, serta yang lainnya yang dapat mendukung penelitian ini.

Adapun yang dijadikan sebagai sumber data sekunder dalam penelitian ini berupa buku, jurnal, literatur, buku online maupun hal lain yang bisa dijadikan tambahan penguata data dari penelitian ini.

E. Teknik Pengumpulan Data

Dalam pengumpulan data yang sesuai dengan tema penelitian ini maka peneliti menggunakan teknik pengumpulan data dengan metode sebagai berikut:

⁵² Asman, "Sumber Data, Populasi Dan Sampel Penelitian Hukum Islam," *Academia*, 2019, 2.

1. Observasi

Lexy J. Moleong mengartikan observasi sebagai suatu metode penelitian yang menggunakan suatu pengamatan objek secara sistematis dan sengaja dilakukan dengan penggunaan indera penglihatan dan pendengaran sebagai alat untuk mengungkap suatu peristiwa.⁵³ Observasi yang dilakukan peneliti merupakan observasi secara langsung. Peneliti melihat suatu gambaran secara langsung bagaimana proses penyesuaian diri orang tua dalam menangani anak *autis*.

2. Wawancara

Dalam penelitian ini peneliti melakukan wawancara secara langsung dengan orang tua dari anak *autis* tersebut. Wawancara yang digunakan yaitu menggunakan teknik wawancara tidak terstruktur. Menurut Mita wawancara didefinisikan sebagai satu diantara banyak bentuk pengumpulan data yang sering digunakan dalam sebuah penelitian. Wawancara adalah suatu pelaksanaan yang harus ada dalam suatu penelitian, apalagi penelitian yang bersifat kualitatif.⁵⁴

Pada penelitian ini nantinya peneliti akan melakukan wawancara terhadap semua pihak yang kiranya mampu dijadikan tambahan informasi yang penting guna dijadikan bahan pertimbangan data agar analisis datanya nanti bisa dilakukan. Wawancara ini dilakukan kepada orang tua anak, kakek dan nenek dari anak yang mengalami gangguan *autis*.

3. Dokumentasi

Dokumentasi diartikan suatu teknik dalam pengumpulan data kualitatif kegunaannya untuk melihat serta memberikan penilaian pada dokumen penting yang telah diperoleh yang didapatkan dari subyek

⁵³ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2018).

⁵⁴ Indra Maryanti et al., "Pengembangan Pembelajaran Matematika Berbasis Pendekatan Pembelajaran Mengalami Interaksi Komunikasi Dan Refleksi (MIKIR)," *Jurnal Basicedu* 5, no. 6 (2021): 6385–6400, <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i6.1814>.

ataupun orang lain tentang subyek tersebut. Dokumentasi merupakan satu dari banyaknya jalan yang dapat ditempuh dalam penelitian untuk mendapatkan gambaran yang diinginkan melalui pandangan dari subyek dengan menggunakan media maupun dokumen yang ada yang ditulis secara langsung oleh subjek yang bersangkutan.⁵⁵

Dokumentasi dalam penelitian ini bertujuan untuk memperkuat data tentang penyesuaian diri orang tua dalam melakukan kontrol emosi berupa buku, jurnal, skripsi, tesis maupun dokumen-dokumen yang relevan.

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan yaitu menggunakan analisis kualitatif. Analisis kualitatif merupakan analisis yang dilakukan secara inter-aktif dan biasanya terjadi secara terus menerus hingga pada titik jenuh. Analisis data diartikan sebagai suatu proses penganalisan dan penyusunan secara sistematis dari informasi data yang telah diperoleh melalui wawancara dan observasi, catatan lapangan ataupun bahan yang telah diperoleh dari manapun. Dari hal tersebut maka data yang diperoleh dapat memberikan pemahaman serta bisa dibagikan kepada khalayak. Dengan demikian metode analisis data yang peneliti gunakan adalah observasi, wawancara serta dokumentasi.

1. Reduksi Data

Reduksi data memiliki arti menulis kembali yang pokok, memisah hal yang sifatnya penting, hal yang pokok difokuskan, pencarian tema dan pola. Setelah data yang direduksikan didapatkan hal tersebut dapat memberi gambaran pokok yang lebih jelas dan memudahkan peneliti dalam proses pengumpulan data.

Dalam penelitian ini, setelah data yang didapatkan dari hasil observasi, wawancara dan dokumentasi terkumpul, maka akan

⁵⁵ A.A. Ngr Agung Gd Parmadi, "Mplementasi Kebijakan Program Rumah Bersubsidi Di Kecamatan Banjar Kabupaten Buleleng," *Public Inspiration: Jurnal Administrasi Publik* 3, no. 1 (2018): 34–45, <https://doi.org/10.22225/pi.3.1.2018.34-45>.

dilanjutkan dengan merangkum hal-hal yang penting. Setelah itu maka nantinya akan lebih jelas karena gambaran pokoknya sudah terlihat.

2. Penyajian Data

Didalam suatu penelitian kualitatif, penyajian data dapat berupa uraian yang dipersingkat, tabel, hubungan antara kategori dan sejenisnya. Miles dan Huberman berpendapat bahwa dalam menyajikan data penelitian kualitatif dengan teks yang bersifat lebih narasi. Penyajian datanya berupa kesimpulan informasi yang memberikan pegangan untuk menarik kesimpulan serta pengambilan data.

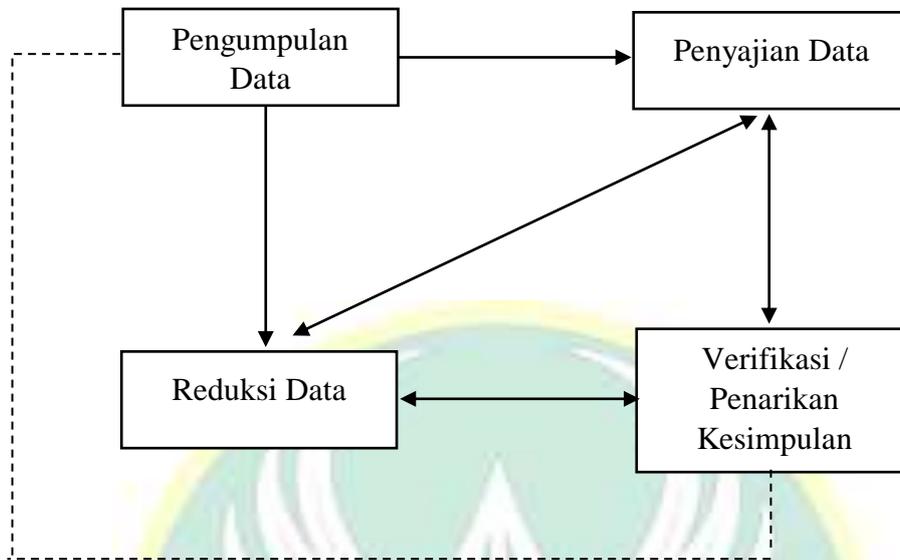
Dalam penelitian ini, setelah tahap mereduksi data maka dilanjutkan dengan penyajian data yang telah diperoleh tersebut. Data yang telah diperoleh disajikan dengan cara pendeskripsian data dengan model arasi agar lebih jelas tentang informasi yang sudah didapatkan.

3. Verifikasi

Tahap setelah penyajian data adalah menarik kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan yang didapatkan diawal masih memiliki sifat sementara dan dapat berubah apabila tidak ditemukan pada tahapan awal, disokong dengan bukti-bukti yang benar dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan untuk mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang sudah final.

Kesimpulan dari suatu penelitian kualitatif harus berupa suatu temuan yang bersifat baru yang belum ditemukan sebelumnya. Temuan yang dimaksud dapat berupa deskripsi atau suatu gambaran dari obyek yang sebelum itu masih belum diketahui sehingga diteliti agar ditemukannya kejelasan didalamnya. Dari hal tersebut dapat berupa hubungan kausal, interaktif, hipotesis ataupun teori.

Bagan 1
Komponen Analisis Data



BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan

1. Kondisi Geografis

Desa Jagangsari merupakan salah satu desa yang masuk pada wilayah pemerintahan Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara Provinsi Jawa Tengah. Desa Jagangsari masuk pada wilayah yang terletak dipinggir desa yang berbatasan dengan kelurahan Kebutih Duwur sehingga akses jalan masih sangat sulit dan untuk transportasi masih sangat sepi, keadaan yang demikian itu membuat masyarakat Desa Jagangsari masih begitu kental dengan budaya gotong royong dan kerukunan didalamnya masih sangat terjaga. Batas wilayah desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan berbatasan dengan desa Pakisaji disebelah selatan, sedangkan disebelah timur bersebelahan dengan desa Sikudi, sedangkan disebelah barat ada desa Wanarasa dan disebelah utara ada kelurahan Kebutih Duwur. Desa Jagangsari yang terletak dipinggir memiliki jarak ke pusat pemerintahan relatif jauh. Hal tersebut dapat terlihat didata yang tertera dibawah ini yang menunjukkan bahwa desa Jagangsari dengan pusat pemerintahan terjarak sebagai berikut. Berikut rincian jarak yang harus ditempuh untuk sampai dipusat pemerintahan. Jarak tempuh dari desa Jagangsari ke Kelurahan Pagedongan sekitar 2,6 km, lalu jarak tempuh dari desa Jagangsari ke Kecamatan Pagedongan sekitar 5,1 km, lalu dari desa Jagangsari ke Kabupaten Banjarnegara sekitar 11 km, lalu jarak desa Jagangsari ke Kota Provinsi sekitar 140 km, lalu jarak tempuh dari desa Jagangsari ke Pusat Ibu Kota Negara sekitar 453 km.

2. Keadaan Pendidikan

Di Desa Jagangsari hanya ada beberapa lembaga pendidikan yang berdiri sampai saat ini. 1 lembaga Taman kanak-kanak (TK), 1

Lembaga Madrasah Ibtidaiyah (MI), 1 lembaga Madrasah Tsanawiyah (MTs) dan 1 Pondok Pesantren. Pendidikan di desa ini relatif lengkap hanya saja masih kurang satu lembaga yang belum terbangun. Namun melihat dari berbagai macam kalangan masyarakat bahwa masyarakat di desa ini tidak buta dengan pendidikan, karena banyak dari anak-anak desa yang melanjutkan pendidikan di pusat kota Kabupaten Banjarnegara.

3. Deskripsi Lokasi Dusun Jumbleng

Jumbleng merupakan nama dusun yang ada di desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara. Dusun ini merupakan dusun paling pinggir yang berbatasan dengan hutan (*alas/wana*) yang mayoritas penduduknya berprofesi sebagai seorang petani atau buruh.

Menurut penuturan dari ketua RT bahwasanya masyarakat dusun Jumbleng desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan ini setidaknya dihuni oleh kurang lebih 120 orang yang terdiri dari anak-anak / balita, remaja, orang tua. Tidak banyak rumah yang berdiri di desa ini, karena lokasi yang dipinggir juga banyak masyarakat yang lebih memilih untuk pergi merantau untuk mencari pekerjaan yang lebih menghasilkan.

B. Deskripsi Informan Penelitian

Informan dalam penelitian ini merupakan sepasang suami istri yang memiliki anak yang mengalami gangguan *autis*. Berdasarkan hasil observasi tersebut bahwasanya informan tersebut yaitu:

1. Fahreza merupakan informan dari penelitian ini. Beliau berumur 34 tahun yang berprofesi sebagai buruh. Kesehariannya beliau bekerja untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari dari keluarga kecil tersebut. Latar pendidikan dari bapak Fachreza ini hanya lulus SMP, namun pendidikan secara non formal bahwasanya bapak Fachreza pernah menimba ilmu di pondok pesantren, sehingga ilmu tentang agama

sedikitnya sudah ada untuk pegangan. Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti bahwasanya Fachreza yang menjadi kepala keluarga terlihat begitu putus asa mendapati bahwa anak yang dinanti-nantikan kehadirannya mengalami keistimewaan dalam proses perkembangannya. Dengan bermodalkan pekerjaan buruh yang tidak tentu besar kecil hasilnya yang didapat membuat beliau hanya mampu berusaha untuk kesembuhan anaknya dengan batas kemampuannya sendiri.

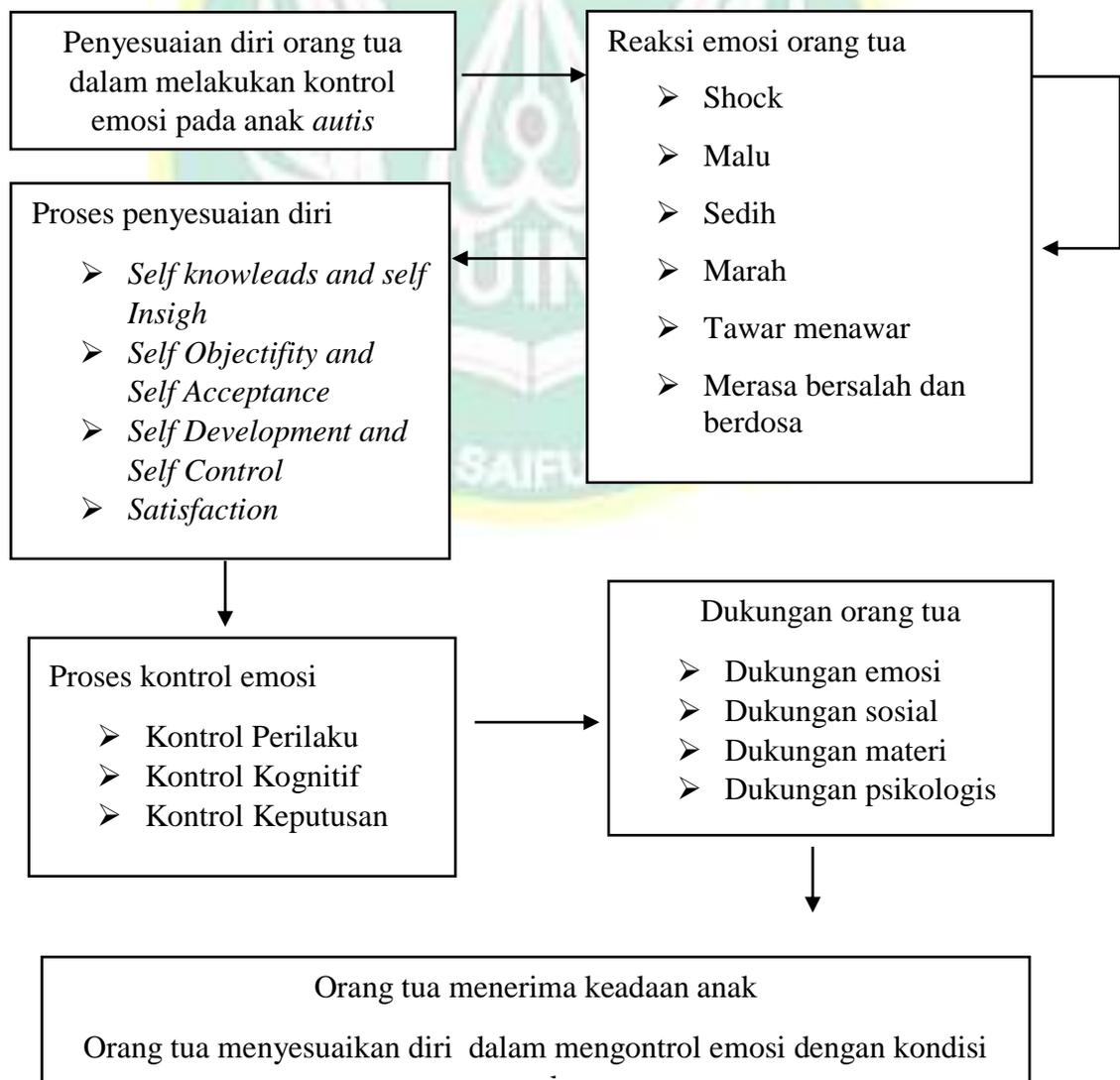
2. Rianti merupakan ibu dari anak yang mengalami gangguan *autis*. Beliau berumur 29 tahun dengan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga. Latar belakang pendidikan ibu Rianti ini juga merupakan tamatan MTs, yang setidaknya sudah ada bekal secara ilmu agama meskipun bukan di pesantren. Beliau pernah mengatakan bahwa sudah ingin menyerah untuk mengurus buah hatinya tersebut, namun meskipun berkata seperti itu beliau tetap memberikan kasih sayang kepada anaknya itu.
3. Teguh merupakan anak yang mengalami gangguan perkembangan berupa *autis*. Usia saat ini sudah menginjak 7 tahun, namun belum menjalani pendidikan sekolah karena masih terkendala dengan biaya dan lain-lain. Awal mula perkembangan informan ini terlihat normal sama dengan anak-anak usia yang lain, namun menginjak umur 1 tahun mulai terlihat bahwa perkembangannya mulai melambat, informan sering menunjukkan ketidak tertarikannya pada hal yang umumnya disukai oleh anak yang seusia dengannya. Informan sering kali terlihat memakan barang-barang aneh seperti plastik, pecahan kaca dan lain-lain.
4. Tukiman merupakan kakek dari jalur ibu anak yang mengalami gangguan *autis*. Secara pendidikan, bapak Tukiman merupakan tamatan SD, sehingga apa yang diketahui oleh bapak Tukiman sebatas pengalaman hidup yang sudah didapatkannya selama hidup.

5. Rodiyah merupakan nenek dari jalur ibu anak yang mengalami gangguan *autis*. Latar belakang pendidikan informan merupakan tamatan SD yang secara akademis apa yang diketahui informan merupakan pengalaman hidup yang sudah dilewati, sehingga data-data yang diperoleh sebatas pengalaman.
6. Kinem merupakan nenek dari jalur ayah yang mengalami gangguan *autis*. Informan merupakan lulusan SD, dari hasil yang diperoleh diawal bahwa informan tinggal bersama bapak Fachreza, ibu Rianti dan Teguh.

C. Penyesuaian diri orang tua dalam kontrol emosi terhadap anak *autis*

Bagan 2

Proses penyesuaian diri orang tua dalam kontrol emosi pada anak *autis*



Penyesuaian diri merupakan suatu proses dimana kemampuan individu dalam mengatasi suatu kondisi yang baru terjadi dalam kehidupannya. Proses penyesuaian ini banyak memakan waktu yang relatif lama dengan berbagai pembiasaan yang harus dilakukan ketika menghadapi suatu hal yang jauh dari hal yang diinginkan dalam hidup. Situasi yang muncul menyebabkan suatu kondisi dimana orang tua harus mendapatkan berbagai macam tekanan dari berbagai situasi yang terdapat dilingkungan tempat tinggal.

Orang tua yang memiliki anak *autis* dengan orang tua yang memiliki anak normal dalam tanggung jawab mengurus buah hatinya terbilang sama. Anak yang mengalami gangguan *autis* memiliki hak untuk diperhatikan, diberi kasih sayang dan diberi finansial serta fasilitas pendidikan yang sama seperti anak normal lainnya.

Pada observasi yang dilakukan dilapangan bahwasanya proses penyesuaian diri orang tua dalam melakukan kontrol emosi terhadap anak *autis* setidaknya memiliki beberapa tahapan, diantaranya:

- 1. Reaksi ketika mendapati bahwa anaknya mengalami gangguan perkembangan *autis*.**

Semua orang tua mengharapkan kehadiran buah hatinya lahir dengan keadaan normal. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bahwa reaksi pertama yang orang tua keluarkan ketika mendapati anaknya mengalami gejala *autis* adalah *shock*. Perasaan *shock* tersebut berasal dari ketidakpercayaanya terhadap realita yang dihadapi bahwasanya anaknya yang sudah dikandungnya dengan sepenuh hati dan dilahirkan dengan penuh pengorbanan nyawa harus menerima kenyataan bahwa anaknya memiliki kelainan perkembangan *autis*.

Reaksi emosi yang muncul ketika mendapati anak yang mengalami gangguan perkembangan *autis* sebagai berikut:

a) *Shock*

Shock sendiri merupakan suatu perasaan terkejut yang disebabkan adanya suatu hal yang terjadi diluar dari harapan yang sudah ditunggu-tunggu. Orang tua yang mendapati bahwa anaknya mengalami gangguan perkembangan *autis* akan mengalami perasaan *shock* dan tidak percaya atas apa yang sedang terjadi.

“Jelas ya mas, kami sebagai orang tua terkejut dengan apa yang kami dapati saat mengetahui bahwa anak kami mengalami gangguan perkembangan autis ini. Kami shock saat tahu bahwa anak kami seperti itu. Harapan yang sudah kami bangun selama masa kehamilan terasa seperti pupus”.⁵⁶

Perasaan shock itu sendiri dapat berdampak buruk bagi psikologis orang tua, tekanan mental, serta dapat membuat badan lemas. Orang tua juga terkadang didapati termenung, memikirkan hal-hal yang sedang terjadi sehingga sampai pada titik orang tua mengkhawatirkan kondisi anaknya dimasa yang akan datang.

“Kami merasa khawatir nanti waktu anak kami sudah dewasa, bagaimana kalau anak kami selalu dibully bahkan yang kami takutkan anak kami tidak bisa mendapatkan apa yang selayakna dia dapatkan. Jika saja ini bisa disembuhkan, atau paling tidak kami ada biaya untuk melakukan terapi yang terus menerus, mungkin kami bisa sedikit lega dengan hal itu”.⁵⁷

b) *Malu*

Perasaan malu yang timbul akibat melihat keadaanya yang tidak sesuai dengan harapan terkadang membuat orang

⁵⁶ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

⁵⁷ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

tua tidak mampu lagi untuk berfikir jernih. Perasaan malu tersebut akan muncul ketika dihadapkan dengan lingkungan sekitar dimana orang tua tersebut tinggal.

“Malu lah mas, dengan keadaan anak kami yang seperti itu. Apalagi tetangga tetangga selalu bertanya gimana si ini (menyebutkan anaknya) apa udah bisa ngomong. Hal yang kaya gitu yang bikin kami malu, juga dengan hal-hal lain yang biasanya anak kami yang biasa kalo lagi main ke luar kalo nemu beling (pecahan kaca) atau plastik-plastik tuh dimakan, jadi rasanya kaya mereka ngeliat ini anak kok kaya gini banget, gitu mas”.⁵⁸

Perasaan malu ini dapat membuat seseorang merasa rendah diri atau tidak nyaman. Yang dengan adanya perasaan tidak nyaman tersebut juga dijelaskan oleh ibu Rianti dalam wawancaranya:

“Kami sebenarnya tidak nyaman dengan keadaan yang seperti ini, malu kalau harus keluar rumah bertemu dengan tetangga dan ngobrol dengan mereka. Karena biasa mas, yang mereka obrolin ya seputar anak kami, tanya ini itu sehingga bikin ngga nyaman dan lebih tenang kalo berdiam diri aja di rumah”.⁵⁹

c) Sedih

Perasaan sedih merupakan perasaan yang timbul akibat suatu hal yang terjadi tanpa adanya keinginan didalamnya. Orang tua yang mendapati bahwa anaknya mengalami gangguan *autis* sudah pasti akan merasakan kesedihan yang mendalam. Perasaan sedih tersebut akan berakibat fatal apabila orang tua tidak mampu menyikapi perasaan tersebut dan menjadi suatu hal yang berkepanjangan. Biasanya orang tua tersebut akan kehilangan nafsu makannya dan berakibat pada

⁵⁸ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

⁵⁹ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

badan yang lemas dan tidak semangat menjalani kehidupan sehari-hari.

*“Sedih mas, dengan keadaan anak kami yang seperti itu. Apalagi anak yang tdak bisa diajak ngobrol, kalo nangis bingung mas kami untuk ngadepinnya karna tidak tahu apa yang dia pengen. Ingin rasanya anak saya kaya anak yang lain yang udah bisa minta ini itu buat kesenengannya”.*⁶⁰

Disampaikan juga oleh bapak fachreza dalam wawancara yang dilakukan:

*“Ya gimana ya mas, dengan keadaan anak yang seperti itu, kadang kami sampe ngga nafsu makan. Kepikiran anak yang keadaannya masih belum membaik. Sedih kami kalo liat anak yang dijauhi teman-temannya juga, kadang dinakali oleh teman-temannya dan ngga mau mbales, malah kadang anak kami yang lebih baik minggir dan main sendiri karena teman-teman yang lain nakal”.*⁶¹

d) Marah

Perasaan marah akibat mendapati anaknya mengalami gangguan perkembangan *autis* sering kali membuat orang tua lebih sensitif apabila disinggung perihal perkembangan anak. Perasaan marah tersebut apabila dibiarkan berkepanjangan akan menjadi hal yang negatif sehingga ketika didapati pada perkara yang sebenarnya tidak terlalu besar namun karena masih terbawa rasa marah pada keadaan hidupnya membuat perasaan tersebut semakin besar. Orang tua yang mempunyai anak dengan gangguan *autis* terkadang kehilangan semangat dalam beribadah dan mendekatkan diri pada Allah SWT.

“Kami sering marah sama anak kami, apalagi waktu kelakuannya yang terlalu ya kalo bahasa medisnya tantrum tuh sering bikin emosi. Makanya karena

⁶⁰ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

⁶¹ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

kadang kami tidak sadar ngadepinnya suka nabok anak, ya meskipun setelah itu kami merasa bersalah pada anak kami.”⁶²

Hal lain juga disampaikan oleh ibu Rianti dalam wawancara sebagai berikut:

“Gimana ya mas, kami selaku orang tua anak tuh emang ngga habis fikir sama tetangga-tetangga yang suka nanya perkembangan anak kami. Makanya sering kali mereka tanya, saya malah langsung marah. Mungkin karena saking capenya sedang keadaan kami yang seperti ini sehingga menimbulkan perasaan tersebut. Ya sebenarnya kami tidak ingin tiba-tiba marah saat ditanya seperti itu, tapi mungkin karna sudah terlalu sering sehingga hal itu muncul. Dan emang mungkin saja niat mereka hanya ingin bertanya mengenai perkembangan anak kami, namun kami yang terlalu sensitif dengan hal tersebut sehingga menimbulkan marah itu sendiri”⁶³

e) Tawar menawar

Penawaran terhadap apa yang terjadi dalam hidup terkadang menjadi salah satu hal yang terjadi pada setiap individu. Ada penyesalan yang menyelimuti orang tua apabila mendapati anaknya tidak normal seperti anak-anak lainnya.

“Kadang ya mas malah mungkin sering sih, saat lagi ngalamun suka mikir andai semua bisa diulang mungkin waktu ngandung saya ngga bakalan aneh-aneh, ngga bakalan terlalu stres mikirin hal yang emang ngga perlu banget dipikirn. Kalo lagi sholat juga suka doa sama Alloh, minta semoga semua dilancarkan, minta nanti si adek bisa sembuh dan normal seperti anak-anak yang lain. Tapi ya namanya kami masih manusia biasa sering ngeluh sama yang diatas, suka berfikir bahwa Alloh tuh kaya ngga adil banget sama hidup yang kami jalani”⁶⁴

⁶² “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

⁶³ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

⁶⁴ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

Hal serupa juga disampaikan oleh bapak Fachrea dalam wawancara tersebut:

*“Gimana ya mas, ya kami tidak pernah meminta hal yang kaya gini sama yang diatas, tapi ya kami mau bagaimana lagi. Kadang kalo saya lagi kerja tuh suka mikir ngelamun, bilang sama yang diatas bisa ngga ya semua diatur ulang biar kami bisa memperbaiki apa yang sekarang terjadi. Tapi ya namanya takdir kami seperti ini ngga bakalan bisa dirubah sebegitu aja”*⁶⁵

f) Merasa bersalah dan berdosa

Terlepas dari berbagai macam emosi yang timbul akibat takdir yang terjadi pada orang tua yang mempunyai anak *autis* adalah merasa bersalah dan berdosa pada anak tersebut. Mengingat masa depan yang menanti anak tersebut. Anak yang mengalami gangguan *autis* akan memiliki tantangan yang lebih besar dari pada anak normal pada umumnya, oleh karena itu perasaan bersalah dari orang tua sering kali membuat orang tua menjadi tidak realistis dalam berfikir.

*“Ya setelah saya emosi dan marah bahkan kadang sampe nabok anak tuh ya nyesel mas ngrasa salah aja gitu sama anak. Dan mungkin itu emang salah kami sebagai orang tua yang dalam hal apapun tidak bisa memahami kemauan anak itu seperti apa. Kadang suka mikir mas, dosa apa yang sudah kami lakukan sampe sampe ujian kaya gini bisa menimpa keluarga kami”*⁶⁶

Keterkejutannya tersebut terus menerus semakin menjadi dalam keseharian orang tua yang merawat anaknya dengan emosi-emosi yang terkadang mampu menimbulkan bahaya bagi anak *autis* tersebut. Reaksi yang ditimbulkan tidak serta merta terjadi sehari dua hari atau satu bulan, bahkan emosi yang terus berkembang itu sampai pada titik bertahun-tahun karena perasaan

⁶⁵ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

⁶⁶ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

kecewa yang tidak bisa ditolelir lagi. Seperti yang dikatakan oleh ibu Rianti dalam wawancara.

“Jelas ya mas, kami sebagai orang tua terkejut dengan apa yang kami dapati saat mengetahui bahwa anak kami mengalami gangguan perkembangan autis ini. Kami shock saat tahu bahwa anak kami seperti itu. Harapan yang sudah kami bangun selama masa kehamilan terasa seperti pupus.”⁶⁷

Perasaan putus asa mulai tumbuh menjadi hal yang lebih spesifik bahwasanya perasaan hampir menyerah ditunjukkan oleh pasangan Fachreza dan Rianti dalam merawat anaknya tersebut. Hal-hal yang ditunjukkan tersebut merupakan reaksi bahwa dalam pemikiran-pemikiran mereka menyatakan bahwa memiliki anak yang memiliki gangguan perkembangan *autis* adalah aib bagi keluarga mereka.

“Kami putus asa saat hari-hari yang sudah kami jalani saat merawat anak kami. Bahkan saya pernah ngomong bahwa ingin membunuh anak saya sendiri saking capeknya mengurus anak. Bagi kami anak kami tersebut menjadi aib bagi keluarga, apalagi banyak anak yang seumuran dengannya sudah pintar ini itu”⁶⁸

Dalam proses penyesuaian diri dalam melakukan kontrol emosi orang tua yang merawat dan membesarkan anak *autis* tersebut harus diawali dari diri mereka sendiri. Proses menerima kenyataan bahwasanya anaknya memiliki keistimewaan tersendiri menjadi bekal bagi mereka untuk bisa bertahap menyesuaikan diri terhadap kontrol-kontrol emosinya tersebut.

2. Penyesuaian diri terhadap lingkungan tempat tinggal

Dalam proses penyesuaian diri orang tua banyak sekali hal yang menjadi faktor pendukung dan faktor penghambatnya. Sehingga peranan lingkungan tempat dimana orang tua yang

⁶⁷ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB,” 2022.

⁶⁸ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

memiliki anak *autis* tersebut tinggal sangat memiliki pengaruh yang sangat tinggi. Keadaan lingkungan yang mendukung dan kondusif memiliki peranan penting dalam proses cepat lambatnya orang tua dalam menyesuaikan diri dengan kondisi anaknya yang istimewa tersebut.

Peranan lingkungan tempat dimana orang tua tinggal menjadi salah satu kunci bagaimana orang tua mampu bersikap secara dewasa dalam mendidik, merawat dan menjaga anak *autis* tersebut dengan baik. Keluarga menjadi salah satu faktor yang harus mampu membantu orang tua menghadapi kenyataan dan menerima keadaan anaknya sehingga orang tua mampu memahami, menerima setiap takdir yang diberikan pada anak tersebut. Seperti yang disampaikan oleh bapak Fachreza dalam wawancara:

*“Awalnya ya gini mas, mas tahu sendiri bahwa tinggal di desa itu ada enak tidak enakunya. Apalagi waktu anak kami dalam pertumbuhannya tidak seperti anak pada umumnya, hal itu menjadi pembicaraan tetangga. Mereka yang hobi membicarakan kami dan anak kami, terkadang membuat istri saya merasa muak dengan tempat tinggal ini. Apalagi anak kami yang susah buat diajak ngobrol, kadang dijadikan mereka cemoohan, bahwa anak kami bodoh lah, oon lah. Itu membuat hati kami selaku orang tua sakit hati dengan pernyataan mereka”.*⁶⁹

Dukungan-dukungan dari keluarga maupun masyarakat dengan cara tidak menyepelkan hal tersebut mampu meningkatkan moral orang tua dalam proses penyesuaian diri. Dukungan masyarakat sekitar seperti tetap mau bermain, menjalin komunikasi dengan baik antar orang tua maupun anak mampu mempercepat proses penyesuaian diri orang tua tersebut.

“Sebenarnya kami hanya butuh dukungan dari keluarga kami secara khusus, dan juga dari tetangga-tetangga

⁶⁹ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

sekitar. Harusnya tidak usahlah ngomongin anak kami yang tidak-tidak, apalagi mereka tidak merasakan apa yang kami rasakan. Makanya sebenarnya kami sudah tidak betah tinggal disini. Rasanya ingin pergi saja, saking muaknya dengan perlakuan mereka terhadap anak kami yang kondisinya masih seperti itu saja”⁷⁰.

Dalam upaya penyesuaian diri ini, orang tua memiliki peran yang sangat besar terkait bagaimana orang tua mampu mendidik anak *autis* sehingga lingkungan sekitar mampu untuk memahami dan menerima anak di lingkungan tempat tinggal, karena tidak jarang terjadi bagi orang tua yang mendapatkan tekanan yang tidak mengenakan dari lingkungan tempat tinggal karena adanya perbedaan yang ditimbulkan oleh anak.

3. Penyesuaian diri orang tua dengan tingkah laku anak yang sulit dipahami

Tingkah laku anak yang mengalami gangguan perkembangan *autis* sering kali membuat orang tua bingung dan frustrasi. Melihat bagaimana cara berkomunikasi anak yang memiliki gangguan anak *autis* sangat sulit untuk dipahami karena dalam berkomunikasi mereka tidak bisa berbicara selayaknya anak normal lainnya.

Tingkah laku yang tidak wajar sering kali anak *autis* tunjukkan untuk meminta sesuatu sering kali membuat orang tua merasa kebingungan sendiri. Menangis, marah-marah, mengamuk tanpa sebab ditunjukkan anak *autis* untuk mengekspresikan keinginannya. Namun terkadang kesalahpahaman dalam memahami tingkah laku anak tersebut seringkali membuat anak semakin marah dan merusak barang yang ada disekelilingnya.

Proses penyesuaian diri orang tua dalam menghadapi tingkah laku anak yang tidak wajar tersebut membutuhkan waktu

⁷⁰ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

yang lama bahkan terbilang sulit. Kesulitan tersebut timbul akibat ketidakbiasaannya dalam menghadapi perilaku anak tersebut. Sehingga dalam keadaan tersebut, orang tua harus berusaha lebih ekstra dalam menangani tingkah laku anak yang tidak menentu sehingga dengan seiring berjalannya waktu orang tua mampu terbiasa dengan kondisi anak tersebut.

Aspek yang sering kali menjadi salah satu mampu tidaknya orang tua dalam melakukan kontrol emosi adalah sebagai berikut:

a. Self knowledge and self insight

Orang tua bagi anak yang mengalami gangguan perkembangan *autis* sering kali tidak sadar dengan apa yang terjadi dalam kehidupannya. Kemampuan untuk mengetahui kelebihan dan kekurangan yang ada pada diri orang tua menjadi salah satu aspek yang mempercepat proses penyesuaian diri tersebut. Refleksi diri secara konsisten mampu emunculkan pemahaman pada nilai-nilai, kekuatan serta kelemahan pada diri mereka sehingga memunculkan penyesuaian diri yang baik. Dengan penuh kesadaran, orang tua secara perlahan mampu menyesuaikan pola fikir, perilaku serta menciptakan lingkungan yang memudahkan orang tua dalam proses penyesuaian diri dengan perilaku anak *autis* yang sulit untuk dipahami.

Seperti yang dikatakan oleh ibu kinem selaku nenek bagi anak yang mengalami gangguan perkembangan *autis* tersebut:

“jadi saya itu sering mas, ngeliat anak saya dalam mengasuh anak itu, ya waktu awal-awal ya emang tidak tahu harus seperti apa, tapi setelah lama udah ngerawat ya mereka paham bahwa mereka selaku orang tua tahu kelemahan dan kelebihan mereka dalam merawat anak. Ya meskipun tidak setiap waktu mereka paham dengan apa yang anak inginkan, tetapi sampai saat ini terus ada kemajuan yang baik”.

b. *Self objectivity and self acceptance*

Perjalanan dalam membesarkan anak dengan gangguan *autis*, orang tua harus mampu menunjukkan kebijaksanaan melalui pengendalian emosi yang kuat, berlandaskan pada *self objectivity and self acceptance*. Orang tua secara objektif mampu menghadapi tantangan dalam mendukung perkembangan anak tanpa terjebak dalam perasaan frustrasi yang berkelanjutan atau kesedihan yang timbul dari suatu kondisi yang kompleks. Dengan menerima kondisi anak secara sepenuh hati, orang tua akan memperoleh kekuatan untuk mengatasi rintangan bersama dalam merawat dan menjaga anak, menciptakan lingkungan yang anak dan menyenangkan bagi anak. Sikap *self acceptance* akan memberikan contoh yang positif, menginspirasi anak untuk tumbuh dan berkembang dalam suasana cinta dan dukungan tanpa syarat.

c. *Self development and self control*

Menghadapi anak dengan gangguan *autis* bukanlah perkara yang mudah. Orang tua harus memperlihatkan keteladanan yang luar biasa melalui pengendalian diri terhadap pemikiran, emosi yang negatif. Orang tua harus mampu mengembangkan secara terus-menerus dan berkala untuk mengembangkan bagaimana cara memahami kondisi perilaku anak yang susah untuk dipahami, meningkatkan keterampilan dalam berkomunikasi dengan anak dan mendalami strategi untuk mendukung perkembangan anak tersebut. Dengan pengendalian diri yang baik serta penguasaan emosi, orang tua mampu memberikan respons yang tenang dan pengertian terhadap tingkah laku anak, serta mampu menciptakan lingkungan yang stabil dan terstruktur. Melalui upaya pengendalian diri yang berkelanjutan, mereka tidak hanya membantu anak mengatasi tantangan, tetapi menjadi model

peran yang memberikan inspirasi dan harapan bagi tumbuh kembang anak.

d. Satisfaction

Pengalaman orang tua dalam menjalani kehidupan dan perjalanan yang penuh tantangan namun berhasil menyesuaikan diri dalam mengendalikan emosi dan perilaku anak mereka. Melalui kesabaran dan dedikasi, orang tua menemukan sebuah kepuasan dalam setiap kemajuan kecil yang dicapai oleh anak mereka. Dengan fokus pada pengalaman yang sudah dilewati, orang tua tidak hanya mampu menerima keunikan pada anak, namun juga menemukan sebuah kegembiraan dalam memberikan dukungan yang dibutuhkan. Keterampilan orang tua dalam menyesuaikan diri terhadap perilaku anak dan situasi yang lebih kompleks memperlihatkan kepuasan tersendiri bagi orang tua dalam melihat perkembangan anak yang lebih positif meskipun secara perlahan-lahan.

Menangani dan merawat anak *autis* bukanlah suatu perkara yang mudah untuk dilakukan, butuh kesabaran yang tinggi, mental yang kuat serta energi yang cukup besar. Hal tersebut disampaikan oleh bapak Fachreza dan ibu Rianti dalam wawancara yang berada di kediaman beliau:

“Anak kami seringkali memperlihatkan tingkah laku yang kadang membuat kami bingung, apalagi pas anak sedang meminta sesuatu tapi kami tidak faham apa yang sedang diminta. Terkadang karena anak kami berperilaku hiperaktif kami terkadang merasa khawatir, makanya anak jarang sekali keluar rumah karena takut nanti akan menyakiti anak tetangga kami. Belum lagi omongan tetangga yang terkadang sering membandingkan anak kami dengan anak mereka yang sudah bisa ini itu. Hal tersebut sering kali membuat kami minder sendiri.”⁷¹

⁷¹ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

Anak dengan gangguan *autis* sering kali memiliki tingkat respon yang sangat kecil, dengan kurangnya respon terhadap orang lain dapat menimbulkan gangguan komunikasi sehingga respon masyarakatpun terkadang mengatakan bahwa anak tersebut sombong. Hal tersebut disampaikan oleh orang tua anak *autis* tersebut,

“Sering kali kalau anak saya sedang keluar rumah main sendiri terkadang tetangga itu nyapa anak saya, namun karena anak saya dengan kondisi tersebut tidak mampu menjalankan komunikasi secara normal seperti anak yang lainnya sehingga tidak mampu merespon sapaan dari mereka. Dengan kondisi tersebut sering kali tetangga mengatakan bahwa anak saya mberung.”⁷²

Pada umumnya, orang tua yang memiliki anak dengan gangguan perkembangan *autis* akan mengalami stres, mau stres ringan ataupun berat. Perasaan stres tersebut sering kali dapat membuat orang tua akan lebih sering marah-marah. Mau ayah ataupun ibu dalam hal ini sama saja, perasaan stres sering kali menjadi sebuah hambatan dalam proses penyesuaian. Dalam hal ini ibu akan lebih rentan mengalami perasaan stres tersebut, mengingat peran seorang ibu sangat fatal dan seorang ibu juga yang mengalami proses kehamilan serta melahirkan.

Pada umumnya seorang ibu yang memiliki anak yang mengalami gangguan perkembangan *autis* sering kali merasa stres, bersalah dan merasa gagal menjadi seorang ibu bagi anaknya. Perasaan tersebut sering kali terjadi akibat perilaku-perilaku yang tantrum, hiperaktif, tidak mampu berinteraksi dengan teman sebaya, berkomunikasi dan lain sebagainya. Sedikit berbeda dengan seorang ayah bagi anak *autis*, meskipun mengalami stres namun masih bisa disembunyikan karena seorang ayah yang mempunyai anak *autis* tetap

⁷² “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

saja harus pergi bekerja untuk mencukupi kebutuhan keluarga sehingga pikiran stres tersebut masih bisa diminimalisir.⁷³

Dari beberapa hal tersebut, orang tua bahwa apa yang menimpa pada anaknya merupakan sebuah mimpi. Beberapa reaksi-reaksi yang muncul akibat hal tersebut sering kali menjadi sebuah permasalahan yang lebih rumit. Seperti apa yang disampaikan oleh orang tua yang mengalami gangguan *autis* dalam wawancara:

*“Waktu itu kami berfikir bahwa apa yang menimpa kami hanyalah sebuah mimpi semata. Namun mendapati setiap harinya perkembangan anak kami semakin menurun, bahkan anak yang harusnya sudah mampu untuk sekedar berbicara memanggil kami selaku orang tua saja belum terlihat. Disitu perasaan kami kalut, frustrasi dan marah. Apalagi banyak omongan tetangga yang membuat hati kami semakin perih, bahwa kami telah gagal mendidik anak kami, mereka beranggapan bahwa kami tidak pernah mengajarkan bagaimana anak kami berbicara, bagaimana anak kami bisa makan sendiri dan lain sebagainya”*⁷⁴

Dalam proses penyesuaian diri orang tua dalam melakukan kontrol emosi pada anak yang mengalami gangguan perkembangan *autis* merupakan salah satu proses penyesuaian diri yang lama. Melihat bagaimana orang tua memiliki tanggung jawab yang begitu besar dalam mendidik, merawat serta menjaga anak mereka. Orang tua yang memiliki pengaruh yang begitu besar terhadap proses perkembangan anak tersebut, kasih sayang yang diberikan orang tua yang mengalami gangguan perkembangan *autis* itu dapat menjadi energi positif bagi kehidupan anak tersebut.

Penyesuaian diri orang tua dalam lingkungan tempat tinggal sebagaimana mestinya menjadikan orang tua mampu melakukan penyesuaian diri yang baik apabila orang tua sudah mampu menerima

⁷³ Sance Mariana Tameon and Talita Tlonaen, “Analisis Penerimaan Orang Tua Terhadap Anak *Autis* Di Kecamatan Kelapa Lima Kota Kupang,” *Jurnal Ilmiah Religiosity Entity Humanity (JIREH)* 1, no. 2 (2019): 139–48, <https://doi.org/10.37364/jireh.v1i2.23>.

⁷⁴ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

keadaan anak dengan ikhlas, kondisi lingkungan kondusif dan kondisi-kondisi dimana orang tua sudah tidak lagi merasa malu untuk memiliki anak yang memiliki gangguan perkembangan *autis* tersebut. Dalam proses penyesuaian diri orang tua dalam melakukan kontrol emosi tersebut, perlu adanya penerimaan atas keadaan yang sedang dihadapi pada saat itu, diantara proses penyesuaian diri orang tua tersebut maka perlu adanya beberapa aspek, diantaranya:

- (1) Memperkaya ilmu agama. Ilmu agama sangat dibutuhkan dalam proses penyesuaian diri orang tua dalam menerima keadaan anak yang mengalami gangguan perkembangan *autis* tersebut. Dengan bekal keagamaan yang cukup dan pengetahuan tentang bagaimana harus memposisikan diri sebagai orang tua yang baik bagi buah hatinya tersebut akan menambah ketakwaan pada Allah SWT. dan juga dengan lebih mendekatkan pada Allah SWT. proses penyesuaian diri dalam melakukan kontrol emosi akan lebih cepat dilakukan karena paham dengan apa yang sudah ditakdirkan oleh Allah SWT. merupakan kehendakNya dan sudah menjadi hal yang wajib untuk dilaksanakan dengan penuh perasaan ikhlas dan takwa.
- (2) Penerimaan dari keluarga kedua belah pihak dengan mampu menerima keadaan anak *autis* tersebut. Dengan adanya dorongan-dorongan positif dari semua anggota keluarga, mampu memberikan semangat yang lebih tinggi bagi orang tua dalam melakukan kontrol emosi dan proses penyesuaian diri orang tua dalam menghadapi kenyataan bahwa anaknya mengalami gangguan *autis*.
- (3) Pengambilan hikmah. Banyak hikmah yang bisa diambil dari setiap takdir yang telah Allah SWT. berikan pada setiap hambanya. Banyak orang tua yang akhirnya mampu menerima mau bagaimanapun keadaan anaknya, karena telah menyadari bahwa apa yang sudah terjadi dalam keluarganya merupakan

titik dimana orang tua mampu lebih banyak bersyukur dan lebih bersemangat untuk mencari rezeki untuk kepentingan keluarga. Dengan pemahaman yang lebih dalam, mampu memberikan efek yang positif dalam proses penyesuaian diri orang tua dalam melakukan kontrol emosinya tersebut dan paham bahwa apa yang sudah terjadi pada keluarganya merupakan titipan dari Allah SWT. yang harus dijaga dengan baik.

4. Proses Penyesuaian Diri bagi Orang Tua dalam Kontrol Emosi

Proses penyesuaian diri orang tua merupakan perjalanan yang penuh tantangan serta hambatan. Orang tua sering kali akan dihadapkan dengan kondisi dimana kondisi dan situasi anak yang tidak mudah dipahami menjadi salah satu masalah yang sulit untuk teratasi. Anak *autis* sering kali mengekspresikan perasaan dan tingkah lakunya secara unik yang bagi sebagian besar orang tidak mudah untuk dipahami dengan mendalam. Hal itu sering kali menjadi salah satu kesalahan pemahaman bagi orang tua terhadap anak sehingga orang tua perlu belajar membaca tanda-tanda yang dikeluarkan oleh anak tersebut.

Penting bagi orang tua yang dalam proses penyesuaian diri terhadap anak *autis* untuk memahami bahwasanya mengontrol emosi terhadap segala hal terkait dengan anak tidak akan selalu berjalan sesuai dengan norma-norma yang ada di masyarakat. Oleh karena itu, perlu adanya keterlibatan kemampuan orang tua untuk bisa menerima segala keunikan yang ditimbulkan oleh anak tersebut serta belajar bagaimana orang tua mampu belajar berkomunikasi dengan anak *autis* secara efektif dan efisien.

Secara keseluruhan, proses penyesuaian diri ini merupakan kolaborasi antara orang tua dengan anak, yang mana orang tua harus bisa menghormati segala hal terkait dengan keunikan anak *autis* yang didasari oleh ketekunan serta cinta yang mendalam dari

orang tua serta membantu menciptakan segala macam kondisi yang mana mampu menjadi salah satu faktor perkembangan emosi dan membangun hubungan yang harmonis dengan anak.

Proses penyesuaian diri orang tua dalam melakukan kontrol emosi setidaknya memerlukan beberapa aspek. Aspek yang melibatkan orang tua dalam melakukan kontrol emosinya tersebut. Awalnya pasti penuh dengan tantangan, tetapi dengan kesabaran dan pemahaman, orang tua belajar menyesuaikan pendekatan yang sesuai dengan kebutuhan unik yang dialami anak. Setidaknya beberapa aspek yang mampu menjadi salah satu jalan orang tua dalam proses penyesuaian diri dalam kontrol emosi sebagai berikut:

a. Kontrol perilaku

Orang tua yang memiliki anak dengan gangguan perkembangan *autis* sering kali dalam berperilaku menurut emosinya yang negatif. Orang tua anak yang mengalami gangguan *autis* akan mengalami transformasi dalam mengelola kontrol perilakunya dan emosional anak mereka. Kontrol perilaku disini menjadikan setiap perilaku orang tua yang mendapati anaknya mengalami gangguan *autis* lebih baik lagi.

Hal tersebut dikatakan oleh ibu Kinem:

*“Ya untuk dulu emang pasti ya sebagai orang tua mereka banyak tidak sabarnya. Dalam merawat anak juga kadang-kadang suka kasar mungkin saking udah capeknya mengurusnya. Namun kalo sekarang-sekarang ya mungkin udah terbiasa dengan kondisi anak jadi ya paling cuman ngomel-ngomel tidak sampe main tangan ke anak. Ya itu juga membutuhkan waktu yang lama ya mas, tidak bisa dilakukan secara tiba-tiba”.*⁷⁵

⁷⁵ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak Autisme Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

b. Kontrol kognitif

Orang tua anak autis merintis perjalanan penyesuaian diri yang signifikan dalam mengelola kontrol kognitif mereka. Kemampuan orang tua dalam mengontrol kognitif tersebut menjadikan jalan yang lebih baik dalam mengatasi permasalahan-permasalahan yang sedang terjadi. Proses ini membuahkan dedikasi yang dalam. Proses ini akan memunculkan kepekaan terhadap kebutuhan intelektual anak yang memungkinkan perkembangan kognitif berjalan lebih baik. Hal tersebut dijelaskan oleh bapak fachreza dalam wawancaranya:

“Masalah yang sering kali kami dapatkan ya emang seputar itu saja mas, sehingga ya mau tidak mau kami selaku orang tua harus lebih peka terhadap apa kemauan anak kami. Terbiasa tidaknya kami memang membutuhkan waktu yang tidak cepat, apalagi usia anak kami semakin hari semakin bertambah sehingga ya mau tidak mau kami harus bisa mengimbangi dengan cara-cara yang paling efektif”.⁷⁶

c. Kontrol keputusan

Orang tua anak autis menjalani proses penyesuaian dalam mengelola kontrol keputusan anak mereka. Secara cermat, orang tua memahami preferensi dan kebutuhan anak, membuka jalur komunikasi secara terbuka. Melalui pendekatan kolaboratif, orang tua harus bisa membuat keputusan yang terbaik bagi anak. Seperti yang dikatan oleh nenek anak yang mengalami gangguan autis:

“Untuk sekarang ya mereka (Fachreza dan rianti) sudah mending ya mas dari pada dulu awal-awal tahu bahwa si anak mengalami gangguan autis. Kalo sekarang udah lebih baik, ya mungkin sesekali dibawa terapi buat proses anak bisa diajak bicara, ya perlahan-lahan

⁷⁶ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak Autisme Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

*setidaknya sekarang ada lah perkembangan anak yang udah bisa ngomong ayah mama om gitu”.*⁷⁷

Bagi orang tua yang mendapati anaknya mengalami gangguan *autis* dalam proses penyesuaian dirinya akan memakan waktu yang lama, maka dari itu perlu dukungan secara materil dan non materil yang dibutuhkan oleh keluarga tersebut. Diantara dukungan-dukungan tersebut diantaranya;

- Dukungan emosi. Bagi keluarga yang mempunyai seorang anak *autis*, secara emosi mereka akan sangat rapuh dan mudah untuk tersinggung. Maka dari itu, dukungan emosional bagi keluarga yang mempunyai anak *autis* sangat dibutuhkan dalam proses penyesuaian diri orang tua dalam mengontrol emosinya. Dukungan-dukungan tersebut bisa didapatkan dari keluarga, teman dekat, tetangga ataupun pihak-pihak yang ada disekelilingnya.

*“Sebenarnya kami sangat butuh dukungan secara emosi dari keluarga kami mas. Apalagi pas anak lagi rewel, lagi tantrum, cukuplah mereka tahu kondisi keluarga kami yang emang lagi kaya gini. Jangan terlalu suka tanya gimana si anak udah bisa ini belum itu belum. Jangan. Kalo ditanya kaya gitu emang bikin nyesak dan akhirnya pelampiasannya ke anak.”*⁷⁸

- Dukungan sosial. Keadaan dimana orang tua yang memiliki anak dengan gangguan perkembangan *autis* sangat menentukan bagaimana orang tua mampu untuk menyesuaikan diri terhadap kontrol emosinya. Maka dari itu butuh dukungan sosial dari lingkungan sekitar agar dalam proses penyesuaian diri orang tua tersebut dapat berjalan dengan baik.

⁷⁷ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak Autisme Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

⁷⁸ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

“ya kalo soal itu sih, kami sebagai keluarga cuman minta ke orang tua kami, ke tetangga-tetangga kami buat bisa ngelewatin ini semua. Ya emang kadang ada tetangga yang tau kalo keluarga kami lagi dapat ujian kaya gini ya mereka cuma bisa bilang kamu yang sabar ya, nanti juga bisa. Paling kaya gitu dan sebenarnya hal-hal yang kaya gitu yang kami butuhkan mas”.⁷⁹

- Dukungan materi. Tidak semua orang yang mempunyai anak dengan gangguan *autis* merupakan keluarga yang secara finansial tergolong diatas. Maka dari itu dukungan serta bantuan dari berbagai macam pihak dalam proses penyesuaian diri dan penyembuhan anak tersebut sangat dibutuhkan.

“Kadang yang jadi masalah di uangnya aja mas, sebenarnya kami ingin secara rutin buat terapi anak. Tapi mas liat sendiri kondisi ekonomi kami saja sangat kekurangan, sedangkan untuk sekali terapi saja udah mahal. Jadi kami merasa sangat terbebani mas dengan nominal uang yang harus dikeluarkan untuk satu kali terapi. Apalagi tempatnya juga jauh dari desa”.⁸⁰

- Dukungan psikologis. Secara mental, orang tua yang memiliki anak *autis* pasti akan terpuruk karena ketidakpercayaannya terhadap takdir yang terjadi pada keluarganya. Maka dari itu, dukungan psikologis dari berbagai macam pihak sangat menentukan bagaimana kondisi keluarga kedepannya. Dukungan yang mampu menumbuhkan penerimaan diri orang tua terhadap kondisi anaknya tersebut akan melahirkan penyesuaian diri orang

⁷⁹ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

⁸⁰ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

tua dalam proses penyesuaian diri orang tua dalam mengontrol emosinya.

“Ya pada intinya kami hanya butuh didukung mas, apapun itu. Jangan menyudutkan kami dengan banyak pertanyaan yang emang bisa buat kami tambah sakit hati. Karena mau gimanapun emosi kami belum matang, karena itu ya diharapkan kaya orang tua kami saudara kami sama tetangga jangan lah terlalu julid, setidaknya kalo emng ga bisa bantu, ya doain yang baik aja udah cukup mas”.⁸¹

Dengan memperkaya ketakwaan dan ketabahan dalam menerima segala takdir yang telah ditetapkan, orang tua akan mampu menerima segala hal terkait dengan apa yang terjadi dalam kehidupannya, tidak terkecuali bagi orang tua yang mempunyai anak dengan kondisi dimana anak tersebut memiliki gangguan *autis*. Meskipun dapat diketahui bahwa memiliki anak *autis* merupakan salah satu hal yang tidak pernah dipikirkan dan tersebut akan menjadi salah satu beban pikiran yang apabila tidak ditangani dengan baik akan memiliki berbagai macam dampak negatif.

Dengan kondisi tersebut orang tua pasti awalnya akan menolak bagaimanapun kondisi anak dan perasaan kecewa tidak akan pernah mudah untuk segera dihilangkan. Namun dengan seiring berjalannya waktu dengan ikhlas dan memahami bagaimana kodrat manusia maka penyesuaian diri orang tua tersebut akan semakin terbentuk. Dengan menerima segala yang telah terjadi pada anaknya, maka orang tua akan mampu untuk menerima takdir yang menimpa keluarganya. Seperti yang ditunjukkan oleh orang tua yang memiliki anak dengan gangguan *autis*, lambat laun dengan berjalannya waktu penyesuaian diri mampu terbentuk dengan keadaan yang sedang dialami. Ikhlas dan menerima segala hal yang telah terjadi meskipun kecewa dengan

⁸¹ “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak *Autis* Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB.”

keadaan, akan mendorong orang tua dalam proses penyesuaian diri dalam melakukan kontrol emosi pada keadaan yang telah terjadi.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari penelitian yang dilakukan dilapangan dan setelah dilakukan analisis terkait penemuan tersebut, maka ditemukan hasil atas permasalahan yang menjadi topik utama rumusan masalah yang ada pada penelitian ini, berikut jawaban yang diperoleh yang ditemukan dilapangan bahwa proses penyesuaian diri orang tua dalam melakukan kontrol emosi terhadap anak *autis* memerlukan waktu yang cukup panjang, butuh kesabaran yang ekstra besar dalam melakukan kontrol emosi guna mengerti apa yang diinginkan oleh anak *autis*. Perilaku *tantrum* yang sering kali ditunjukkan oleh anak *autis* tersebut sering membuat orang tua merasa putus asa dalam memahami apa keinginan anak *autis* tersebut. Hal yang pertama kali dirasakan oleh orang tua yang mengalami gangguan perkembangan *autis* adalah shock, malu, sedih, marah, tawar-menawar, merasa bersalah dan berdosa. Kontrol emosi orang tua dalam menyesuaikan diri dengan anak *autis* butuh dukungan dari berbagai macam pihak, terutama antara suami istri, orang tua, tetangga dan lingkungan sekitar tempat tinggal keluarga tersebut. Selain itu orang tua juga membutuhkan dukungan secara emosi, sosial materi dan psikologis guna melawati proses penyesuaian diri yang panjang. Dengan adanya beberapa aspek tersebut menjadikan langkah orang tua dalam melakukan kontrol emosi semakin membaik.

B. Saran

Skripsi yang membahas tentang penyesuaian diri orang tua dalam melakukan kontrol emosi pada anak *autis* di Desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara ini memiliki beberapa saran untuk pembaca yang ingin membacanya, diantaranya:

1. Orang tua yang memiliki anak dengan gangguan perkembangan *autis*

Bagi orang tua yang memiliki anak dengan gangguan perkembangan *autis* ini diharapkan terus menyayangi anaknya tersebut selayaknya anak-anak normal lainnya, karena mau bagaimanapun mereka tetaplah makhluk yang butuh kasih sayang dan cinta dari orang tuanya. Berbagai macam dukungan sangat dibutuhkan bagi anak *autis* tersebut guna menopang kehidupan dimasa yang akan datang.

2. Bagi masyarakat tempat dimana terdapat anak dengan gangguan *autis*. Dukungan moral dan psikologis sangat dibutuhkan bagi anak *autis* tersebut dan juga orang tuanya. Jadi sangat dianjurkan bagi setiap elemen masyarakat untuk mampu menjadi pemicu positif dan energi yang mampu tersalurkan dengan baik guna masa depan anak dengan gangguan perkembangan *autis* tersebut.
3. Bagi Sekolah Luar Biasa
Guna mendukung berbagai pendidikan anak *autis* maka perlu kiranya bagi tenaga pendidik memberikan kasih sayang yang lebih pada anak tersebut, karena dapat menjadi nilai-nilai tersendiri bagi anak yang mengalami gangguan perkembangan *autis* ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abubakar, and Ngalimun. *Psikologi Perkembangan (Konsep Dasar Pengembangan Kreativitas Anak)*. Edited by Hamdanah. Yogyakarta: K-Media, 2019.
- Ahmad, Hariadi. "Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama." *Jurnal Realita Bimbingan Dan Konseling (JRbk)* 6, no. 2 (2021): 1354 – 1364.
- Ahmad, Hariadi, Ahmad Zainul Irfan, and Dedi Ahlufahmi. "Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Dengan Penyesuaian Diri Siswa." *Jurnal Realita* 5, no. 1 (2020): 899–905.
- Amelia, Devi, Yufitriana Amir, and Darwin Karim. "Kajian Fenomologi Tentang Peran Ayah Dalam Merawat Anak Dengan Autis." *Jurnal Ners Indonesia* 8, no. 2 (2018): 167–78. <https://doi.org/10.31258/jni.8.2.167-178>.
- Arifin, Zaenal. "Metodologi Penelitian Pendidikan Education Research Methodology." *Al Hikmah Way JKanan* 1, no. 1 (2020): 1–5.
- Asman. "Sumber Data, Populasi Dan Sampel Penelitian Hukum Islam." *Academia*, 2019, 2.
- Ayasrah, Mohammad Nayef, Akef Abdalla AL Khateeb, Mohammad.A. Beirat, and Mohammad Abedrabbu Alkhalwaldeh. "Parental Adjustments to the Behaviour of Children with ASD." *Clin Schizophr Relat Psychoses* 16, no. 2 (2022): 1–4. <https://doi.org/10.3371/CSRP.MMWY.100124>.
- Desiningrum, Dinie Ratri. *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Psikosain, 2016.
- Dewi, Yuke Riana, and Endang Fourianalistyawati. "Hubungan Antara Self Esteem Dengan Penyesuaian Diri Sebagai Peran Ibu Rumah Tangga Pada Ibu Berhenti Bekerja Di Jakarta." *Jurnal Psibernetika* 11, no. 1 (2018): 9–20. <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v11i1.1154>.
- Efstratopoulou, Maria, Maria Sofologi, Sofia Giannoglou, and Eleni Bonti. "Parental Stress and Children's Self-Regulation Problems in Families with Children with Autism Spectrum Disorder (ASD)." *Journal of Intelligence* 10, no. 4 (2022): 1–16. <https://doi.org/10.3390/jintelligence10010004>.
- Ekaningtyas, Ni Luh Drajadi. "Parenting Education Guna Meningkatkan Parenting Self-Efficacy Pada Orang Tua Dari Anak Dengan Gangguan Autisme." *Pratama Widya : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 4, no. 1 (2019): 30–39. <https://doi.org/10.25078/pw.v4i1.1066>.
- Fadhli, Yusandi Rezki. "Remaja Perempuan Yang Menikah Melalui Perjudohan: Studi Fenomenologis Tentang Penyesuaian Diri." *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 8, no. 2 (2020): 153–59. <https://doi.org/10.22219/jipt.v8i2.11301>.
- Fatmawati, Nur Ika, and Ahmad Sholikin. "Literasi Digital, Mendidik Anak Di

- Era Digital Bagi Orang Tua Milenial.” *Jurnal Politik Dan Sosial Kemasyarakatan* 19, no. 2 (2019): 119–38.
<https://doi.org/10.52166/madani.v11i2.3267>.
- Ginanjari, Adriana Soekandar. “Memahami Spektrum Autistik Secara Holistik.” *Makara Sosial Humaniora* 11, no. 2 (2007): 87–99.
<https://doi.org/10.7454/mssh.v11i2.121>.
- Harahap, Nurintan Muliani. “Pencegahan Kecenderungan Narsistik Melalui Kontrol Diri.” *Al - Irsyad* 3, no. 2 (2021): 311–24.
<https://doi.org/10.24952/bki.v3i2.4668>.
- “Hasil Observasi Dan Wawancara Dengan Orang Tua Anak Autisme Di Desa Jagangsari Pagedongan Banjarnegara,” 2022.
- “Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Anak Autisme Di Desa Jagangsari Pada Tanggal 21 Desember 2022 Jam 16.00-17.00 WIB,” 2022.
- Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan*. Edisi Keli. Jakarta: Penerbit Erlangga, 1980.
- Indiarti, Priscilla Titis, and Puspita Puji Rahayu. “Penerimaan Ibu Yang Memiliki Anak Autis.” *JURNAL PSIKOLOGI PERSEPTUAL* 5, no. 1 (2020): 34–54.
<http://jurnal.umk.ac.id/index.php/perseptual>.
- Irawan, Roedi. *Gangguan Metabolik Otak Dan Terapi Nutrisi Pada Anak Autisme*. Surabaya: Airlangga University Press, 2019.
- Irene, and Gregorius Banbang Nugroho. “Penyesuaian Diri Tiga Alumni Penyandang Disabilitas Netra Selama Masa Perkuliahan Di Fakultas Pendidikan Dan Bahasa Universitas Katholik Indonesia Atma Jaya Jakarta.” *Jurnal Pendidikan, Psikologi, Dan Konseling* 19, no. 1 (2021): 23–38.
- Irmalia, Septi. “Peran Orang Tua Dalam Pembentukan Karakter Anak Usia Dini.” *Jurnal El-Hamra (Kependidikan Dan Kemasyarakatan)* 5, no. 1 (2020): 31–37. <https://ejournal.amertamedia.co.id/index.php/elhamra/article/view/64/56>.
- Khairuddin. *Sosiologi Keluarga*. Yogyakarta: Liberty Yogyakarta, 1997.
- Leo Kanner. “Problem Of Nosology and Psychodynamics Of Early Infantile Autisme.” *The American Journal of Orthopsychiatry* 19, no. 3 (1949): 419–26. <https://doi.org/10.1111/J.1949.TB05441.X>.
- Maenner, Matthew J., Kelly A. Shaw, Amanda V. Bakian, Deborah A. Bilder, Maureen S. Durkin, Amy Esler, Sarah M. Furnier, et al. “Prevalence and Characteristics of Autism Spectrum Disorder Among Children Aged 8 Years - Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network, 11 Sites, United States, 2018.” *MMWR Surveillance Summaries* 70, no. 11 (2021): 1–16. <https://doi.org/10.15585/mmwr.ss7011a1>.
- Maisarah, Siti, Julianto Saleh, and Nurul Husna. “Anak Berkebutuhan Khusus Dan Permasalahannya (Studi Di Kemukiman Pagar Air Kecamatan Ingin

- Jaya Kabupaten Aceh Besar).” *Jurnal Al-Ijtimaiyyah* 4, no. 1 (2018): 9–25. <https://doi.org/10.22373/al-ijtimaiyyah.v4i1.4781>.
- Marsela, Ramadona Dwi, and Mamat Supriatna. “Kontrol Diri : Definisi Dan Faktor.” *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research* 3, no. 2 (2019): 65–67. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling.
- Maryanti, Indra, Nur 'Afifah, Ismail Saleh Nasution, and Sri Wahyu. “Pengembangan Pembelajaran Matematika Berbasis Pendekatan Pembelajaran Mengalami Interaksi Komunikasi Dan Refleksi (MIKIR).” *Jurnal Basicedu* 5, no. 6 (2021): 6385–6400. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i6.1814>.
- Melinda, Grita Ratriana. “Kontrol Emosi Pada Mahasiswa Yang Memiliki Tipe Kepribadian Introvert Di Yogyakarta.” Universitas Negeri Yogyakarta, 2017.
- Moloeng, Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2018.
- Mulyani, Rila Rahma, and Fuaddillah Putra. “Penyesuaian Diri Orang Tua Terhadap Anak Autisme (Studi Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Autisme).” *Jurnal Ilmu Pendidikan Wahana Didaktika* 16, no. 1 (2018): 19–28. <https://doi.org/10.31851/wahanadidaktika.v16i1.1922>.
- Musthofa, Moh. Edy. “Perilaku Over Protective Orang Tua Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di SMA Negeri 1 Wiradesa.” *Indonesian Journal of Islamic Psychology* 2, no. 2 (2020): 242–66. <https://doi.org/10.18326/ijip.v2i2.242-266>.
- Nengsih. “Hubungan Penyesuaian Diri Orangtua Terhadap Perilaku Temper Tantrum Anak Autis.” *Enlighten: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 2, no. 1 (2019): 9–17. <https://doi.org/10.32505/enlighten.v2i1.1214>.
- Ni'matuzahroh, Sri Retno Yuliani, Soen, and Mein-Woei. *Psikologi Dan Intervensi Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*. Malang: UMM Press, 2021.
- Parmadi, A.A. Ngr Agung Gd. “Mplementasi Kebijakan Program Rumah Bersubsidi Di Kecamatan Banjar Kabupaten Buleleng.” *Public Inspiration: Jurnal Administrasi Publik* 3, no. 1 (2018): 34–45. <https://doi.org/10.22225/pi.3.1.2018.34-45>.
- Puspita, Shinta Mutiara. “Kemampuan Mengelola Emosi Sebagai Dasar Kesehatan Mental Anak Usia Dini.” *Jurnal Program Studi PGRA* 5, no. 1 (2019): 85–92. <https://doi.org/10.29062/seling.v5i1.434>.
- Ramdani, N., and R. Thiomina. *Mengenal Pola Emosi Anak-Anak Autis*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada, 2009.
- RI, Departemen Agama. *Al-Quranulkarim Wa Tafsiruhu*. Jakarta: Departemen

Agama RI, 2018.

- Rosita, Ais. "Kecerdasan Emosi Pada Shadow (Pendamping) Anak Autisme." Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, Surabaya, 2019. <http://digilib.uinsby.ac.id/id/eprint/31659>.
- Ruli, Efrianus. "Tugas Dan Peran Orang Tua Dalam Mendidik Anak." *Jurnal Edukasi Nonformal* 1, no. 1 (2020): 143–46. <https://ummaspul.e-journal.id/JENFOL/article/view/428>.
- Santoso, Stanley, and Soleman Kawangmani. "Model Konseling Holistik Al Kitabah Kepada Anak Autis." *Jurnal Gamaliel: Teologi Praktika* 1, no. 1 (2019): 41–51. <https://doi.org/10.38052/gamaliel.v1i1.13>.
- Sari, Alvina Putri Purnama, Mohamad Amin, and Betty Lukiati. "Penyebab Gangguan Autis Melalui Jalur Neuroinflamasi." *Bioeksperimen* 3, no. 2 (2017): 1–9. <https://doi.org/10.23917/bioeksperimen.v3i2.5177>.
- Schneiders, Alexander A. *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Holt Rinehart and Winston, 1955.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2021.
- Suharsono, Yudi, and Zainul Anwar. "Analisis Stres Dan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa." *Jurnal Online Psikologi* 8, no. 1 (2020): 1–12.
- Sulthon. *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*. Depok: Raja Grafindo Perkasa, 2020.
- Susanti, Rini. "Perkembangan Emosi Manusia." *Jurnal Teknodik* 4, no. 15 (2018): 170–81. <https://doi.org/10.32550/teknodik.v4i15.389>.
- Tameon, Sance Mariana, and Talita Tlonaen. "Analisis Penerimaan Orang Tua Terhadap Anak Autis Di Kecamatan Kelapa Lima Kota Kupang." *Jurnal Ilmiah Religiosity Entity Humanity (JIREH)* 1, no. 2 (2019): 139–48. <https://doi.org/10.37364/jireh.v1i2.23>.
- Tersiana, Andra. *Metode Penelitian*. Bandung: Anak Hebat Indonesia, 2018.
- Tumanggor, Athalia A. Aptanta. "Penerimaan Diri Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) Di Kota Medan." UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA, MEDAN, 2021. <http://repository.uinsu.ac.id/id/eprint/12494>.
- Utami, Tri, Hermanu Joebagio, and Rita Benya Adriani. "Maternal Role in Guiding Social Communication to Autistic Children as a Quality of Life Determinant." *Journal of Maternal and Child Health* 3, no. 1 (2018): 25–32. <https://doi.org/10.26911/thejmch.2018.03.01.03%20>.
- Wangi, Anak Agung Istri Dessy Sri, and I Gusti Ayu Putu Wulan Budisetyani. "Bentuk Dukungan Sosial Orangtua Dan Kemampuan Penyesuaian Diri Pada

Anak Dengan Autistic Spectrum Disorder (ASD).” *Jurnal Psikologi Udayana*, 2020, 207–15.
<https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/view/57844>.

Wulandari, Nesi. “Penerimaan Diri Orang Tua Dengan Anak Autis Di Kota Malang.” Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2020.
<http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/26184>.





LAMPIRAN

Lampiran 1

PEDOMAN OBSERVASI

Penyesuaian Diri Orang Tua dalam Melakukan Kontrol Emosi pada Anak *Autis* di
Desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara

No	Aspek yang diamati	Keterangan
1	Lokasi	
2	Waktu Observasi	
3	Kapan orang tua mengetahui anaknya <i>autis</i>	
4	Perilaku anak <i>autis</i>	
5	Reaksi orang tua ketika mengetahui anaknya <i>autis</i>	
6	Proses penyesuaian diri orang tua dalam melakukan kontrol emosi pada anak <i>autis</i>	

Lampiran 2

PEDOMAN/ PANDUAN WAWANCARA

1. Kapan bapak/ibu mengetahui bahwa anaknya mengalami gangguan *autis*?
2. Apa reaksi yang bapak/ibu tunjukkan ketika mengetahui anak tersebut *autis*?
3. Bagaimana perilaku anak ketika awal mula diketahui mengalami *autis*?
4. Bagaimana bapak/ibu menyikapi perilaku anak yang susah untuk dipahami?
5. Bagaimana proses penyesuaian bapak/ibu dalam mengontrol emosi pada anak kalian yang mengalami *autis*?



Lampiran 3

KODE/CODING

Code	Keterangan	Penjelasan
Pros PD	Proses Penyesuaian Diri	Proses penyesuaian diri orang tua dalam melakukan kontrol emosi pada anak <i>autis</i> dari awal sampai akhir



Lampiran 4

TABEL KODE WAWANCARA

Proses penyesuaian diri orang tua dalam melakukan kontrol emosi pada anak *autis*

No	Code	Keterangan	Penjelasan
1	Pros.awal	Proses awal	Proses awal penyesuaian diri orang tua dalam melakukan kontrol emosi pada anak <i>autis</i>
2	Pros.akhir	Proses akhir	Proses akhir penyesuaian diri orang tua dalam melakukan kontrol emosi pada anak <i>autis</i>
3	DLL		



Lampiran 5

TRANSKIP WAWANCARA

Penyesuaian Diri Orang Tua dalam Melakukan Kontrol Emosi pada Anak *Autis* di
Desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara

Informan 1

Nama : F (inisial/samaran)

Umur : 34 Tahun

Pekerjaan : Buruh

Alamat : Desa Jagangsari RT 05 RW 06 Pagedongan Banjarnegara

Hari/tanggal : Rabu / 21 Desember 2022

Waktu : 16.00 – 17.00 WIB

Ket :

P : Peneliti

I : Informan

	Teks Wawancara	Coding
P:	Kapan bapak mengetahui bahwa anak bapak mengalami gangguan <i>autis</i> ?	
I:	sebenarnya gini mas, awal mula saat anak kami lahir itu ya terlihat normal-normal aja kaya anak-anak lain yang baru lahir, untuk kapan kami mengetahui bahwa anak kami mengalami gangguan <i>autis</i> itu malah saat usia anak sudah menginjak umur 3 tahunan kalo ngga ya 3 tahun setengah. Sebenarnya waktu itu kami selaku orang tua tidak pernah berfikiran bahwa anak kami mengalami gangguan <i>autis</i> seperti ini. Ya maklum ya mas kami hidup di desa yang mas tahu sendiri banyak sekali hal yang belum kami	Pros.awal gejala <i>autis</i>

	<p>ketahui tentang hal semacam itu, kami berfikir awalnya anak kami ya hanya sebatas emang dalam perkembangannya itu <i>lendog</i> (lambat) aja. Karena memang didesa kami ada juga yang seperti itu perkembangan anak dalam hal bicara, berdiri dan lainnya itu memang terlambat.</p>	
P:	<p>Bagaimana reaksi bapak setelah mengetahui bahwa anak tersebut mengalami <i>autis</i>?</p>	
I:	<p>Ya waktu awal tau kalo anak kami mengalami <i>autis</i> ya jelas kaget dong, ngga percaya sama apa yang dikatakan oleh terapis, apalagi kami baru mempunyai anak. Jelas ada rasa ngga percaya aja, orang dari keluarga kami aja ngga ada yang mengalami hal tersebut. Jadi kaya ngga mungkin aja gitu. Apalagi istri saya, kecewa berat, namanya perempuan kan emosinya gampang banget berubah-ubah, ya pasti marah dong ujung-ujungnya. Nyalahin ini itu segala macem.</p>	<p>Pros. awal meng. anak <i>autis</i></p>
P:	<p>Bagaimana perilaku anak setelah diketahui mengalami gangguan <i>autis</i> ini pak?</p>	
I:	<p>Sebenarnya untuk perilaku dari awal didiagnosis sampai sekarang tidak terlalu jauh berbeda ya mas, dulu waktu awalnya itu anak sering marah-marah sambil nangis gitu, pasti kalo lagi kaya gitu kami selaku orang tua sering kali bingung buat ngadepinnya apalagi anak itu nangis sambil lari-larian</p>	

	<p>muter tuh sambil ngamuk terkadang. Anak kami seringkali memperlihatkan tingkah laku yang kadang membuat kami bingung, apalagi pas anak sedang meminta sesuatu tapi kami tidak faham apa yang sedang diminta. Terkadang karena anak kami berperilaku hiperaktif kami terkadang merasa khawatir, makanya anak jarang sekali keluar rumah karena takut nanti akan menyakiti anak tetangga kami. Belum lagi omongan tetangga yang terkadang sering membandingkan anak kami dengan anak mereka yang sudah bisa ini itu. Hal tersebut sering kali membuat kami minder sendiri.</p>	
P:	<p>Bagaimana perilaku anak bapak untuk sekarang ini diluar ataupun didalam rumah?</p>	
I:	<p>Untuk sekarang si yah udah ngga kaya awal-awal dulu sih mas, kalau dulu tuh kaya yang tadi saya sampaikan, sering ngamuk, nangis ngga jelas dan lainnya. Kalo sekarang udah mendingan, kalo mau makan contohnya langsung ambil kecap sendiri nah tangan ibunya tuh ditarik suruh ambil makanan, kalo minum air putih udah pinter ambil sendiri di galon yang penting disitu ada gelasny aja. Cuman ya namanya anak kecil kalo ambil air tuh suka kelabasan, kebanyakan sampe tumpah-tumpah dilante. Kalo masalah perilaku yang gimana-gimana ngga sih, sekarang udah banyak perubahan,</p>	<p>Per. Anak <i>autis</i></p>

	cuman emang sekarang tiap hari tuh ketawa-ketawa ngga tau ketawa karna apa aja, beda sama yang dulu sukanya ngamuk terus.	
P:	Bagaimana bapak menyikapi perilaku anak yang susah dipahami?	
I:	Jujur ya kalau saya sendiri sebagai ayah kan lebih banyak bekerja diluar rumah, jadi ya walaupun tetap sama-sama merawat anak kami, waktunya banyakan istri saya. Jadi kalau dibilang menyikapi anak yang kondisinya dan perilakunya susah dipahami ya kami belajar dari perilaku anak setiap harinya. Kalau anak kok tiba-tiba ngamuk nangis sambil lari-larian kalo ngga pengen makan ya minta keluar rumah jalan-jalan pake motor. Yang paling bikin pusing terkadang kalau kondisi anak sedang sakit, tapi kaya kami tidak tau letak sakitnya dimana.	
P:	Bagaimana proses penyesuaian bapak dalam mengontrol emosi pada anak kalian yang mengalami gangguan <i>autis</i> ?	
I:	Untuk penyesuaian dengan kondisi anak itu sebenarnya sulit mas, mengingat kami belum memiliki pengalaman sebagai orang tua, apalagi kondisi mental kami juga belum stabil pasti emosi masih sangat tinggi. Jadi proses penyesuaian kami untuk bisa mengontrol emosi ya harus banyak-banyak bersabar dan ikhlas dengan semua yang udah	Pros. PD

	<p>terjadi aja si. Apalagi proses ini ngga bisa satu bulan dua bulan berhasil kan, waktunya lama. Dan karena hal itulah kami merasa kecewa pada diri sendiri, merasa bersalah pada anak karena kami merasa bahwa kami selaku orang tua gagal dalam mendidik anak apalagi dengan kondisi anak yang seperti itu.</p>	
--	--	--



Lampiran 6

TRANSKIP WAWANCARA

Penyesuaian Diri Orang Tua dalam Melakukan Kontrol Emosi pada Anak *Autis*
Di Desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara

Informan 2

Nama : R (inisial/samaran)

Umur : 28 Tahun

Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

Alamat : Desa Jagangsari RT 05 RW 06 Pagedongan Banjarnegara

Hari/tanggal : Rabu / 21 Desember 2022

Waktu : 16.00 – 17.00 WIB

Ket :

P : Peneliti

I : Informan

	Teks Wawancara	Coding
P:	Kapan ibu mengetahui bahwa anak ibu mengalami gangguan <i>autis</i> ?	
I:	Untuk pastinya si ya sekitar anak umur 3 tahunan, ya walaupun saya selaku ibu merasa ada yang tidak beres dengan semua perkembangan anak saya. Sekitar anak 1 tahunan juga sudah berasa bahwa perkembangan anak saya yang tidak normal seperti anak pada umumnya.	Pros.awal gejala <i>autis</i>
P:	Bagaimana reaksi ibu setelah mengetahui bahwa anak tersebut mengalami <i>autis</i> ?	
I:	Kalo ditanya gimana reaksi saya si ya jelas shock ya mas, apalagi ini merupakan awal saya menjadi seorang ibu. Yang jelas waktu	Pros.awal meng. anak <i>autis</i>

	<p>saya mendapati bahwa anak saya seperti itu juga kecewa dengan diri saya sendiri, ingin rasanya marah pada semuanya. Bahkan saya juga hampir putus asa tatkala mendengar hal tersebut. Apalagi tau sendiri kalau didesa tuh kadang mulut tetangga tuh ga abis fikir, ga bisa direm itu mulut pas nyinyir. Itu menjadikan saya tambah merasa bahwa saya telah gagal menjadi sosok ibu yang baik bagi anak saya.</p>	
P:	<p>Bagaimana perilaku anak setelah diketahui mengalami gangguan <i>autis</i> ini bu?</p>	
I:	<p>Untuk anak sendiri si memang ya seperti itu la ya mas. Secara keseluruhan saya tidak mampu menjelaskan secara rinci, namun yang selalu saya dapati bahwa anak saya memang dalam perkembangannya relatif lambat, apalagi dalam hal berbicara. Awalnya saya sudah merasa ada yang aneh waktu anak baru menjelas satu tahu kalo ngga salah itu ada hal yang aneh. Tatkala biasa tuh kan ya mas anak seusia tersebut sudah bisa apa gitu kan, nah anak saya itu belum, namun ya gimana ya mas waktu itu saya juga sudah mulai khawatir dan mencoba buat bilang ke suami dan orangtua saya terkait hal tersebut, namun hanya mendapatkan jawaban yang emang ga memuaskan, yang katanya emang setiap anak perkembangannya berbeda-beda, jadi cuman disuruh sabar doang.</p>	<p>Per. Anak <i>autis</i></p>

P:	Bagaimana perilaku anak ibu untuk sekarang ini diluar ataupun didalam rumah?	
I:	Kalau untuk sekarang si ya mas sudah mendingan dari pada yang dulu-dulu. Kalau dulu itu sering tantrum tiap hari, kalau sekarang sudah mendingan, sudah lebih <i>manut</i> ya. Sudah ngga sering tantrum kaya dulu, cuman ya kadang masih sering nangis dan ketawa tanpa sebab aja gitu.	
P:	Bagaimana ibu menyikapi perilaku anak yang susah dipahami?	
I:	Untuk menyikapi perilaku anak saya ya memang dari kebiasaan anak sehari-hari. Kalau biasanya contohnya tuh dijam 12 an lah ya anak rewel jadi saya nyoba buat ngasih makan karena biasanya yang saya perhatikan dijam jam segitu kan waktunya anak-anak makan, ya meskipun terkadang anak saya juga ngga mau makan. Terus nyoba buat lebih sabar aja sih mas, apalagi ya seperti yang diketahui bahwa menjadi ibu itu bukan perkara yang mudah apalagi dengan kondisi anak yang begini.	
P:	Bagaimana proses penyesuaian ibu dalam mengontrol emosi pada anak kalian yang mengalami gangguan <i>autis</i> ?	
I:	Kalau masalah bagaimana saya mencoba menyesuaikan diri dalam hal mengontrol emosi pada anak ya sebenarnya susah-susah gampang mas. Apalagi anak suka tingkah	Pros. PD

lakuknya susah dipahami, minta apapun juga ga bisa bilang, sakit juga paling cuman bisa nangis. Awal mula ya waktu saya belum terlalu terbiasa dengan kondisi tersebut saya sering ikut marah dengan kondisi anak, sering kali juga saya saking sudah capeknya mengurus anak kalau anak lagi nangis ngga cuman saya marahin kadang saya *teplak*, tapi biasanya kalau hati saya sudah mendingan kadang saya nangis sambil meluk anak saya saking menyesalnya udah berlaku kasar sama dia. Tapi hal tersebut sering kali berulang dulu. Kalau masalah kecewa ya jelas saya kecewa berat dengan diri saya, bahkan saya juga pernah saking tidak terimanya kondisi saya dan anak saya, saya sampai menganggap bahwa Alloh itu ngga adil sama kehidupan saya. Tapi ya itu dulu waktu awal-awal saya mengetahui bahwa anak saya seperti itu. Untuk sekarang saya udah lumayan bisa megontrol emosi saya dengan lebih sabar ngadepin anak saya yang seperti itu dan itu juga atas support suami juga yang sering menenangkan saya sering ngehibur saya. Dan pada titik sekarang ya alhamdulillah udah sedikit demi sedikit menerima kondisi anak, ya sekalian nyoba ikhti'ar buat kesembuhana anak saya.

Lampiran 7

PEDOMAN HASIL OBSERVASI

Penyesuaian Diri Orang Tua dalam Melakukan Kontrol Emosi pada Anak *Autis* di Desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara

No	Aspek Yang Diamati	Keterangan
1.	Lokasi	Dusun Jumbleng Desa Jagangsari Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara.
2.	Waktu observasi	Tanggal 27 September 2022
3.	Kapan orang tua mengetahui anaknya <i>autis</i>	Sejak usia 3 tahun
4.	Reaksi orang tua saat mengetahui bahwa anaknya <i>autis</i>	Shock, kecewa, marah, malu, menyalahkan diri sendiri, tidak menerima kondisi anak.
5.	Perilaku anak <i>autis</i> di rumah	Perilaku anak <i>autis</i> dibagi menjadi dua; perilaku yang berlebihan (<i>exsesif</i>) dan perilaku yang kekurangan (<i>difisit</i>). Perilaku yang berlebihan diantaranya; hiperaktif/tantrum (sering mengamuk, menangis yang berlebihan, menjerit, menyakiti diri sendiri, melompat-lompat yang berlebihan dan menggigit. Sedangkan yang perilaku kekurangan diantaranya dapat ditandai dengan kesulitan berbicara, kesulitan dalam bersosial dan bermain dengan teman sebaya, emosi anak yang tidak stabil/tepat.

6.	Proses penyesuaian diri orang tua dalam melakukan kontrol emosi	<p>Proses penyesuaian diri orang tua dalam mengontrol emosi membutuhkan waktu yang lama, butuh kesabaran yang ekstra dan dukungan yang memadai. Apalagi emosi orang tua yang kadang tidak stabil memberikan banyak kendala dalam kurun waktu yang tidak sebentar. Apalagi bagi orang tua seperti kami yang belum paham betul tentang bagaimana mengurus anak dengan baik. Dengan kondisi kami dan anak yang begitu membuat proses penyesuaian diri dalam mengontrol emosi jadi berjalan lambat. Namun dengan demikian jalannya waktu yang terus berputar kami sadar bahwa apa yang telah ditakdirkan kepada kami menjadi salah satu bentuk bahwa Alloh percaya bahwa kami mampu melewati semuanya bersama.</p>
----	---	--

Lampiran 8

Informed Consent
(Lembar Persetujuan)

RAHASIA

LEMBAR PERSETUJUAN INFORMASIDAN WAWANCARA

Kami yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Jahara
Tanggal Lahir : 03 Desember 1992
Alamat : Jember, Jember, Jawa Timur
Pekerjaan : Belum

Menyatakan kesediaan dengan sukarela untuk menjadi responden penelitian untuk melakukan penelitian yang telah dijelaskan oleh dosen pembimbing saya, Prof. E. H. Sutisna, S.Kel. Paralegal, dan penelitian ini akan dipublikasikan pada jurnal ilmiah dan hasil dipertimbangkan sebagai data penelitian.

Nama : Tina Mardiana
NIM : 2017101128
Program Studi : Hubungan Keperawatan

Jember, 03 Desember 2022
Korban

Jahara

Peneliti

Tina Mardiana

RAHASIA

LEMBAR PERSETUJUAN INFORMASIDAN WAWANCARA

Kami yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Jahara
Tanggal Lahir : 03 Desember 1992
Alamat : Jember, Jember, Jawa Timur
Pekerjaan : Belum

Menyatakan kesediaan dengan sukarela untuk menjadi responden penelitian untuk melakukan penelitian yang telah dijelaskan oleh dosen pembimbing saya, Prof. E. H. Sutisna, S.Kel. Paralegal, dan penelitian ini akan dipublikasikan pada jurnal ilmiah dan hasil dipertimbangkan sebagai data penelitian.

Nama : Tina Mardiana
NIM : 2017101128
Program Studi : Hubungan Keperawatan

Jember, 03 Desember 2022
Korban

Jahara

Peneliti

Tina Mardiana

Lampiran 10.

Tabel Wilayah Administrasi Kabupaten Banjarnegara

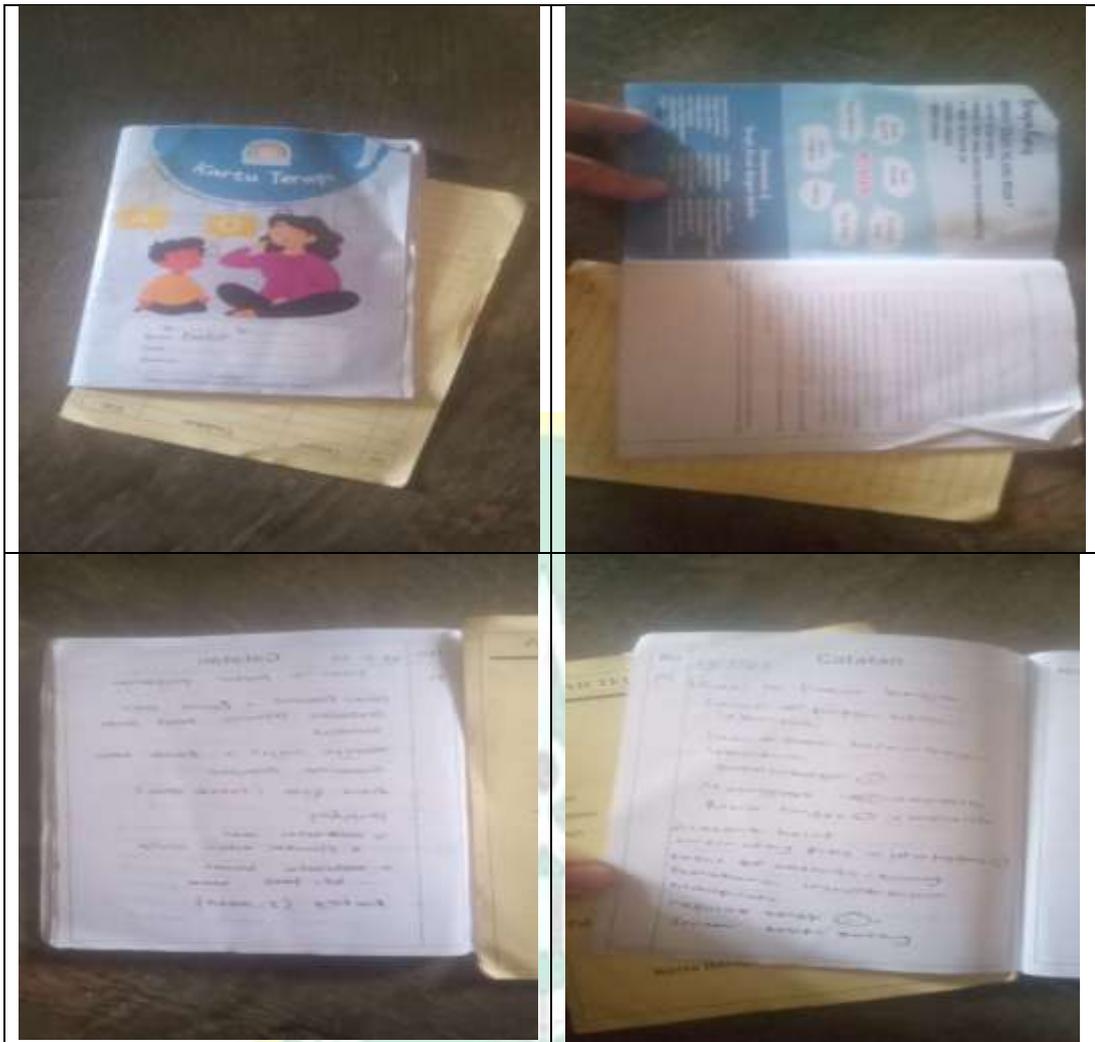
No	Kecamatan	Banyaknya		Daftar Desa atau kelurahan
		Desa	Kelurahan	
(1)	(2)	(3)	(4)	(7)
1	Banjarmangu	17		Banjarkulon, Banjarmangu, Beji, Gripit, Jenggawur, Kalilunjar, Kendaga, Kesenet, Majatengah, Paseh, Pekandangan, Prendengan, Rejasari, Sigeblok, Sijenggung, Sijeruk, Sipedang.
2	Banjarnegara	4	9	Ampelsari, Cendana, Sokayasa, Tlagawera. Argasoka, Karangtengah, Krandegan, Kutabanjarnegara, Parakancangah, Semampir, Semarang, Sokaandi, wangon.
3	Batur	8		Bakal, batur, Dieng Kulon, Karangtengah, Kepakistan, Pasurenan, Pekasiran, Sumberejo.
4	Bawang	18		Bandingan, Bawang, Binorong, Blambangan, Depok, Gemuruh, Joho, Kebondalem, Kutayasa, Majalengka, Mantrianom, Masaran, Pucang, Serang, Wanadri, Watuurip, Winong, Wimastra.
5	Kalibening	18		Asinan, Bedana, Gununglangit, Kalibening, Kalibombong, Kalisat Kidul, Karang Ayar, Kasinoman,

				Kertasari, Majatengah, Plorengan, Sembawa, Sidakangen, Sikumpul, Sirukem, Sirukun.
6	Karangkobar	13		Ambal, Binangun, Gumelar, Jlegong, karanggondang, Karangkobar, Leksana, Pagerpelah, Pasuruan, Paweden, Purwodadi, Sampang, Slati.
7	Madukara	16	2	Bantarwaru, Blitar, Clapar, Dawuhan, Gununggiana, Kaliurip, Karanganyar, Kutayasa, Limbangan, Madukara, Pagelak, Pakelen, Pekauman, Penawangan, Patembakan, Rakitan, Sered, Talunamba. Kenteng, Rejasa.
8	Mandiraja	16		Banjengan, Blimbing, Candiwulan, Glempang, Jalatunda, Kaliwungu, Kebakalan, Kebanaran, Kertayasa, Mandirajakulon, Mandirajawetan, Panggisari, Purwasaba, Salamerta, Simbang, Somawangi.
9	Pagedongan	9		Duren, Gentansari, Gunungjati, Kebutuh Duwur, Kebutuh Jurang, Lebakwangi, Pagedongan, Pesangkalan, Twelagiri.
10	Pagentan	16		Aribaya, Babadan, Gumingsir, Kalitlaga, Karangnangka, Karekan, Kasmaran, Kayuares, Larangan,

				Majasari, Metawana, Nagasari, Pagentan, Plumbungan, Sokaraja, Tegaljeruk.
11	Pandanarum	8		Beji, Lawen, Pandanarum, Pasegeran, Pingit Lor, Pringamba, Sinduaji, Sirongge.
12	Pejawaran	17		Beji, Biting, Condong Campur, Darmayasa, Gembol, Giritirta, Grogol, Kalilunjar, Karangasari, Panusupan, Pagundungan, Pejawaran, Ratamba, Sarwodadi, Semangkung, Sidengok, Tlahap.
13	Punggelan	17		Badakarya, Bondolharjo, Danakerta, Jembangan, Karangasari, Kecepat, Klapa, Mlaya, Petuguran, Punggelan, Purwasana, Sambong, Sawangan, Sidarata, Tanjungtirta, Tlaga, Tribuana.
14	Purwanagara	13		Danareja, Gumiwang, Kaliajir, Kalipelus, Kalitengah, karanganyar, Kutawuluh, Merden, Mertasari, Parakan, Petir, Pucungbedug, Purwonegoro.
15	Purworejo Klampok	8		Kalilandak, Kalimandi, Kaliwinasuh, Kecitran, Klampok, Pagak, Purworejo, sirkandi.
16	Rakit	11		Adipasir, Badamita, Bandingan, Gelang, Kincang, Lengkong, Luwung, Pingit, Rakit, Situwangi, tanjunganom.

17	Sigaluh	14	1	Bandingan, Bojonegara, Gembongan, Karangmangu, Kemiri, Penawaren, Prigi, Pringamba, Randegan, Sawal, Sigaluh, Singomerto, Tunggara, wanacipta. Kalibenda.
18	Susukan	15		Berta, Brengkok, Derik, Dermasari, Gumelem Kulon, Gumelem Wetan, Karangjati, Karangsalam, Kedawung, Kemranggon, Pekikiran, Penerusan Kulon, Penerusan Wetan, Piasa Wetan, Susukan.
19	Wanadadi	11		Gumingsir, Kandangwangi, Karangjambe, Karangkemiri, Kasalib, Lemahjaya, Linggasari, Medayu, Tapen, Wanadadi, Wanakarsa
20	Wanayasa	17		Balun, Bantar, Dawuhan, Jatilawang, Karantengah, Kasimpar, Kubang, Legoksayem, Pegergunung, Pandansari, Penanggungan, Kalideres, Susukan, Suwidak, tempuran, Wanaraja, Wanayasa.

Lampiran 10



K.H. SAIFUDDIN Z

Lampiran 11



OF K.H. SAIFUDDIN ZUL

RIWAYAT HIDUP

Nama : Imam Mustakim

Tempat, tanggal lahir : Banjarnegara, 26 Agustus 1998

Agama : Islam

Alamat : Desa Jagangsari Pagedongan Banjarnegara

Jenis Kelamin : Laki-laki

Email : imammustakim2621@gmail.com

Riwayat Pendidikan Formal

1. TK tahun 2005
2. MI Ma'arif Jagangsari tahun 2011
3. MTs Nurul Huda Pagedongan tahun 2014
4. MA As'adiyah Madukara Banjarnegara 2017
5. UIN Saizu Purwokerto

Riwayat Pendidikan Non Formal

1. Pondok Pesantren Nurul Huda Pagedongan
2. Pondok Pesantren As'adiyah Madukara Banjarnegara
3. Pondok Pesantren Darul Abror Watumas Purwokerto