

**ORIENTASI *HAPPINESS* PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI  
ANAK RETARDASI MENTAL**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada  
Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang  
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam  
Menyelesaikan Program Strata Satu (S1)  
Dalam Ilmu Psikologi (S.Psi)



Oleh :

**FATIKA WULANDARI**  
**NIM. 1507016057**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
SEMARANG**

**2021**



**KEMENTERIAN AGAMA R.I.**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN**  
Jl. Prof. Dr. Hamka Kampus III Ngaliyan Semarang 50185

---

---

**PENGESAHAN**

Naskah skripsi berikut ini:

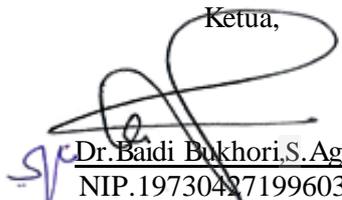
Judul : Orientasi *Happiness* Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Retardasi Mental  
Penulis : Fatika Wulandari  
NIM : 1507016057  
Program Studi : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang *munaqasyah* oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana (S1) dalam Ilmu Psikologi.

Semarang, 28 Desember 2020

**DEWAN  
PENGUJI**

Ketua,

  
Dr. Baidi Bukhori, S.Ag. M.Si  
NIP.197304271996031001

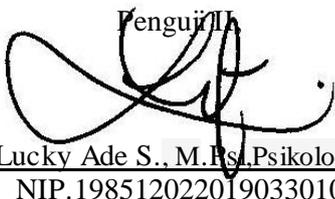
Sekretaris,

  
Hj. Siti Hikmah, S.Pd. M.Si  
NIP.197502052006042003

Penguji I,

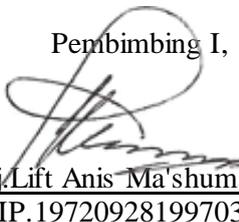
  
Dra. Hj. Maria Ulfah, M.Si  
NIP.196008071986122001

Penguji II,

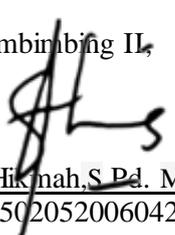
  
Lucky Ade S., M.Ps., Psikolog  
NIP.198512022019033010

Pembimbing

Pembimbing I,

  
Dr. Hj. Lift Anis Ma'shumah, M.Ag  
NIP.197209281997032001

Pembimbing II,

  
Hj. Siti Hikmah, S.Pd. M.Si  
NIP.197502052006042003

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fatika Wulandari

NIM : 1507016057

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

**Orientasi *Happiness* Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak  
Retardasi Mental**

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian / karya sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya

Semarang, 28 Desember 2020  
Pembuat Pernyataan,

Fatika Wulandari  
NIM.1507016057

## NOTA PEMBIMBING I

Semarang, 28 Desember 2020

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan  
UIN Walisongo  
di Semarang

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

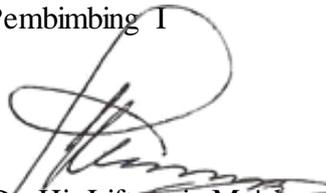
Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan;

Judul : Orientasi *Happiness* Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak  
Retardasi Mental  
Nama : Fatika Wulandari  
NIM : 1507016057  
Program Studi : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Sidang Munaqosah.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Pembimbing I



Dr. Hj. Lift Anis Ma'shumah, M.Ag  
NIP. 197209281997032001

## NOTA PEMBIMBING II

Semarang, 28 Desember 2020

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan  
UIN Walisongo  
di Semarang

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan;

Judul : Orientasi *Happiness* Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak  
Retardasi Mental  
Nama : Fatika Wulandari  
NIM : 1507016057  
Program Studi : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Sidang Munaqosah.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Pembimbing II



Hj. Siti Hikmah, S.Pd, M.Si  
NIP. 197502052005012001

## KATA PENGANTAR

### *Bismillahirrahmanirrahim*

Dengan menyebut nama Allah saya ucapkan rasa syukur kepadaNya yang selalu memberikan Nikmat, Rizki, serta Karunia kepada seluruh makhluk ciptaanNya khususnya kepada penulis sehingga karya ilmiah yang berjudul **“Orientasi Happiness Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Retardasi Mental”** mampu terselesaikan karena diberikan kekuatan oleh Nya sehingga penulis dapat melalui beberapa hambatan dan rintangan. Mudah-mudahan karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi peneliti serta bagi para pembaca. Shalawat dan salam semoga selalu terlimpah kepada baginda Nabi Muhammad SAW, semoga kelak di akhir zaman kita semua diakui sebagai ummatnya.

Teriring rasa terima kasih dan penghargaan yang tulus kepada semua pihak yang secara langsung maupun tidak langsung telah membantu penulis selama proses penulisan skripsi ini. Untuk itu, di dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih sebanyak-banyaknya kepada :

1. Rektor UIN Walisongo Semarang Prof. Dr. Imam Taufiq, M.Ag., beserta jajarannya.
2. Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang Prof. Dr. Syamsul Ma'arif, M.Ag., beserta jajarannya.
3. Ibu Wening Wihartati, S.Psi, M.Si selaku Ketua Jurusan Psikologi dan Ibu Dr. Nikmah Rochmawati, M.Si selaku Sekertaris Jurusan Psikologi.
4. Dr. Hj. Lift Anis Ma'shumah, M.Ag selaku pembimbing I dan Ibu Hj. Siti Hikmah, S.Pd, M.Si, selaku dosen pembimbing II yang telah banyak membantu, dengan meluangkan waktu dan tenaganya yang sangat berharga semata-mata demi mengarahkan dan membimbing penulis selama penyusunan skripsi ini.
5. Segenap Dosen Fakultas Psikologi dan Kesehatan yang telah banyak memberikan ilmunya kepada penulis dan senantiasa mengarahkan serta memberi motivasi selama penulis melaksanakan kuliah sehingga penulis mampu menyelesaikan penulisan skripsi ini.

6. Tidak lupa penulis mengucapkan terimakasih kepada keluarga terutama orang tua, kakak dan adik penulis.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.  
Amin Ya Rabbal Alamin.

Semarang, 28 Desember 2020  
Penulis

Fatika Wulandari  
NIM. 1507016057

## PERSEMBAHAN

Ungkapan rasa syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, nikmat dan anugerah-Nya kepada penulis yang telah selesai merampungkan skripsi ini. Oleh karena itu, skripsi ini didedikasikan kepada:

1. Almamater tercinta Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang yang memberikan kesempatan saya untuk menimba ilmu memperluas pengetahuan.
2. Orang tua tercinta, Bapak Mochamad Mundofa dan Ibu Ida Wahyuningsih yang sudah membesarkan penulis dengan penuh kasih serta mereka yang senantiasa tiada hentinya selalu mendo'akan kesuksesan penulis, dan sebagai inspirasi, semangat dalam hidup ini, semoga beliau-beliau senantiasa diberi maunah dan maghfiroh dari Allah SWT.
3. Kakak Fadhil Muhammad Alamsyah, Adik Lintang Hanindika dan Alisyah Shinta tersayang.
4. Teman seperjuangan angkatan 2015 khususnya jurusan Psikologi, terimakasih atas kebersamaannya dan nasehat serta motivasinya.
5. Semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan penulisan penelitian ini

## **MOTTO**

“Do the best to get the best. Allah selalu ada untuk orang-orang yang beriman, dibalik perjuangan dan kesedihan pasti ada kebahagiaan. Allah memberkati orang-orang beriman. Man Jadda Wa Jadda.”

(Fatika Wulandari)

Semarang, 28 Desember 2020

Kepada Yth ;  
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan  
UIN Walisongo, Semarang

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Setelah kami memberikan bimbingan penulisan skripsi kepada saudara ;

Nama : Fatika Wulandari

Nim : 1507016057

Jurusan : Psikologi

Judul : Orientasi *Happiness* Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak  
Retardasi Mental

Maka kami memberikan nilai sebagai berikut:

1. Proses bimbingan :
2. Kemampuan penulisan (metode dan materi) :
3. Nilai rata-rata:

Demikian surat nilai bimbingan dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Pembimbing I,



Dr. Hj. Lift Anis Ma'shumah, M.Ag

NIP : 197209281997032001

Semarang, 28 Desember 2020

Kepada Yth ;  
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan  
UIN Walisongo, Semarang

*Assalamu 'alaikum Wr. Wb.*

Setelah kami memberikan bimbingan penulisan skripsi kepada saudara ;

Nama : Fatika Wulandari

Nim : 1507016057

Jurusan : Psikologi

Judul : Orientasi *Happiness* Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak  
Retardasi Mental

Maka kami memberikan nilai sebagai berikut:

4. Proses bimbingan :
5. Kemampuan penulisan (metode dan materi) :
6. Nilai rata-rata:

Demikian surat nilai bimbingan dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

*Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.*

Pembimbing II,

Hj. Siti Hikmah, S.Pd, M.Si  
NIP. 197502052005012001

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN .....	iii
HALAMAN NOTA PEMBIMBING .....	iv
HALAMAN KATA PENGANTAR.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	viii
HALAMAN MOTTO .....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
HALAMAN ABSTRAK.....	xv
<b>BAB I       PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Signifikasi Penelitian .....	6
E. Kajian Pustaka .....	6
F. Sistematika Penulisan Skripsi.....	9
<b>BAB II       <i>HAPPINESS</i> DAN RETARDASI MENTAL</b>	
A. <i>Happiness</i> .....	11

	1. Pengertian <i>Happiness</i> .....	11
	2. Aspek-Aspek <i>Happiness</i> .....	12
	3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Happiness</i> .....	14
	4. Pengaruh <i>Happiness</i> .....	26
	5. Ciri-ciri Individu yang Bahagia .....	27
	B. Retardasi Mental.....	32
	1. Pengertian Retardasi Mental.....	32
	2. Penyebab Retardasi Mental.....	33
	3. Macam-Macam Retardasi Mental .....	38
<b>BAB III</b>	<b>METODE PENELITIAN</b>	
	A. Jenis Penelitian.....	40
	B. Sumber Data .....	41
	C. Teknik Pengumpulan Data.....	41
	D. Pengecekan Keabsahan Data .....	43
	E. Teknik Analisis Data.....	43
<b>BAB IV</b>	<b>ANALISIS ORIENTASI <i>HAPPINESS</i> PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK RETARDASI MENTAL</b>	
	A. Pola Orientasi <i>Happiness</i> Pada Orang Tua yang Memiliki Anak Retardasi Mental .....	45
	B. Analisis Pola Orientasi <i>Happiness</i> Pada Orang Tua yang Memiliki Anak Retardasi Mental.....	45
<b>BAB V</b>	<b>PENUTUP</b>	
	A. Simpulan.....	109

B. Saran .....	109
C. Penutup.....	110

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN-LAMPIRAN**

**DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

## ABSTRAK

Anak-anak yang memiliki keterbelakangan mental ini sering mengalami kesukaran dalam mengikuti pendidikan selayaknya anak normal, anak-anak tersebut harus mendapat pendidikan yang baik terutama dari keluarganya sehingga mereka lebih mandiri, minimal untuk aktivitas sehari-hari. Namun pada kenyataannya tidak semua keluarga yang dapat menerima kondisi kelainan yang dialami anaknya, Bagi keluarga yang ikhlas mengasuh anak retardasi mental memiliki orientasi kebahagiaan yang berbeda, arena terkadang Kebahagiaan memberikan efek yang positif pada manusia. Orientasi kebahagiaan dapat mempengaruhi tindakan dan pilihan aktivitas yang dilakukan individu dalam mengasuh anak retardasi mental.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pola orientasi happiness pada orang tua yang memiliki anak retardasi mental?. Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*) dengan pendekatan deskriptif, dengan sumber data dari orang tua memiliki anak retardasi mental yang sekolah di SLB N Blora dan sumber data lainnya dalam penelitian ini adalah buku, jurnal, dan artikel yang terkait dengan tema penelitian. Data di peroleh dengan menggunakan metode observasi, metode wawancara dan metode dokumentasi. Data yang telah terkumpul kemudian dianalisis data dengan metode analisis deskriptif.

Hasil penelitian menunjukkan: pola orientasi happiness pada orang tua yang memiliki anak retardasi mental adalah rasa syukur dengan dititipi anak meskipun dalam keadaan retardasi, perjalanan waktu dalam mengasuh menjadikan semakin bersyukur dan semakin sayang dengan anaknya, kekurangan yang dimiliki anak tersebut harus diterima dengan keikhlasan, setiap perkembangan yang dimiliki anaknya adalah kebahagiaan baginya. Kesabaran, kasih sayang merupakan faktor utama dalam mengasuh dan mendidik anak retardasi mental

**Kata kunci:** Orientasi *Happiness*, Orang Tua, Anak Retardasi Mental

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Memiliki anak dengan gangguan intelegensi merupakan salah satu hal yang berada diluar konsep anak idaman dari setiap pasangan suami istri. Anak-anak yang memiliki keterbelakangan mental ini sering mengalami kesukaran dalam mengikuti pendidikan selayaknya anak normal dan juga memiliki kesulitan dalam mengurus diri sendiri dalam masyarakat, sehingga dalam melakukan berbagai aktivitas ia harus dibantu oleh orang lain. Hal ini mengakibatkan anak memiliki anak dengan gangguan intelegensi merupakan salah satu hal yang berada diluar konsep anak idaman dari setiap pasangan suami istri. Anak-anak yang memiliki keterbelakangan mental ini sering mengalami kesukaran dalam mengikuti pendidikan selayaknya anak normal dan juga memiliki kesulitan alam mengurus diri sendiri dalam masyarakat, sehingga dalam melakukan berbagai aktivitas ia harus dibantu oleh orang lain. Hal ini mengakibatkan anak-anak tersebut memiliki rasa ketergantungan yang sangat tinggi(Somantri, 2007).

Salah satu gangguan intelegensi yang banyak terjadi disekitar kita adalah gangguan retardasi mental. Retardasi mental tergolong gangguan Aksis II yang didefinisikan dalam Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 4th Edition, Text Revision (DSM-IV-TR) sebagai fungsi intelektual yang sangat dibawah rata-rata, kurangnya prilaku adaptif, dan

terjadi sebelum usia 18 tahun(Davison, Gerald dan Neale, 2006).

Retardasi mental dapat diklasifikasikan menjadi retardasi mental ringan dengan IQ 50-55 hingga 70, retardasi mental sedang dengan IQ 35-40 hingga 50-55, retardasi mental berat dengan IQ 20-25 hingga 35-40, retardasi mental sangat berat dengan IQ di bawah 25. Anak – anak tersebut harus mendapat pendidikan yang baik terutama dari keluarganya sehingga mereka lebih mandiri, minimal untuk aktivitas sehari-hari. Namun pada kenyataannya tidak semua keluarga yang dapat menerima kondisi kelainan yang dialami anaknya.

Individu yang dapat menerima dirinya dengan baik, akan dengan mudah menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Individu yang tidak dapat menerima dirinya akan mengalami frustrasi yang menjadikan individu merasa tidak berdaya dan gagal sehingga tingkat penyesuaian dirinya buruk. Hal ini berhubungan dengan konsep harga diri orang tua.

Harga diri merupakan penilaian individu terhadap diri sendiri bertolak dari persepsinya terhadap penilaian lingkungan eksternal pada dirinya(Nurdin, 2010). Dalam pendidikan di keluarga ibu dipandang sebagai sosok yang paling dekat dengan anak (Cohen dan Volkmar, 1997). Ibu yang lebih sering menghadapi situasi-situasi yang tidak menyenangkan, seperti hubungan sosial anak yang terganggu, gangguan perkembangan dalam komunikasi dan lain sebagainya.

Kebahagiaan memberikan efek yang positif pada manusia. Puspitorini (2012: 20) menyampaikan bahwa kebahagiaan merupakan suatu keadaan

pikiran atau perasaan kesenangan dan ketentraman hidup secara lahir dan batin yang bermakna untuk meningkatkan fungsi diri. Individu yang bahagia mengalami ketenangan di kehidupannya, sehingga merasa berharga, baik bagi dirinya sendiri maupun orang lain.

Setiap individu pasti memiliki tujuan yang sama dalam hidupnya. Salah satu tujuan tersebut adalah tercapainya kebahagiaan. Richards (dalam Puspitorini, 2012: 1) menjelaskan bahwa tujuan hidup tertinggi yang diinginkan individu salah satunya adalah menjadi kaya dan bahagia. Kebahagiaan memberikan efek yang positif pada manusia. Puspitorini (2012: 20) menyampaikan bahwa kebahagiaan merupakan suatu keadaan pikiran atau perasaan kesenangan dan ketentraman hidup secara lahir dan batin yang bermakna untuk meningkatkan fungsi diri. Individu yang bahagia mengalami ketenangan di kehidupannya, sehingga merasa berharga, baik bagi dirinya sendiri maupun orang lain.

Setiap individu pasti memiliki tujuan yang sama dalam hidupnya. Salah satu tujuan tersebut adalah tercapainya kebahagiaan. Setiap faktor yang mempengaruhi kebahagiaan memiliki peran yang penting di setiap kehidupan manusia. Faktor-faktor tersebut memiliki kecenderungan tingkat kepuasan yang berbeda-beda. Rendahnya tingkat kepuasan yang dirasakan individu berakibat berkurangnya tingkat kebahagiaan sebagai bentuk emosi positif. Seligman (2005: 38) menyampaikan bahwa adanya perasaan positif tentang seseorang atau sesuatu benda membuat kita mendekatinya, sedangkan perasaan negatif membuat kita menghindarinya. Sehingga kebahagiaan

dirasakan tidak di sepanjang kehidupan atau hanya di beberapa faktor kehidupan saja.

Kebahagiaan seseorang tidak hanya ditentukan oleh faktor diri sendiri. Tidak semua faktor tersebut memiliki porsi yang sama dalam mempengaruhi kebahagiaan. Usaha atau aktivitas yang dilakukan dalam mencapai kebahagiaan dapat berbeda-beda pada setiap individu, karena berkaitan dengan pemahaman dan konsep orientasi kebahagiaan yang dimiliki oleh masing-masing individu tersebut.

Seligman (2002) menyatakan bahwa terdapat kecenderungan seseorang untuk bergantung pada satu orientasi kebahagiaan daripada yang lain. Selain itu, orientasi kebahagiaan juga dapat mempengaruhi tindakan dan pilihan aktivitas yang dilakukan individu (Peterson & Seligman, 2004). Adapun yang disebut sebagai orientasi kebahagiaan oleh Seligman (2002) adalah preferensi seseorang untuk mencapai kebahagiaan.

Berdasarkan penelitian Peterson & Seligman (2004), terdapat tiga elemen orientasi kebahagiaan yaitu emosi positif, engagement, dan kebermaknaan. Orang-orang dengan orientasi kebahagiaan pada elemen emosi positif lebih berfokus pada mencapai kesenangan (*pleasure*) dan menghindari hal-hal yang menyakitkan atau berpotensi menimbulkan penderitaan. Orientasi terhadap elemen engagement dapat diperoleh dengan melibatkan diri dalam aktivitas-aktivitas yang sesuai dengan kompetensi dan minat, sehingga individu dapat menikmati setiap aktivitasnya dan memiliki keterlibatan dengan hal tersebut. Sedangkan elemen kebahagiaan *meaning*

menunjukkan kecenderungan seseorang untuk melakukan suatu hal berdasarkan kebermaknaan suatu hal tersebut bagi dirinya dan sesuatu yang lebih besar dari diri individu tersebut.

Orang yang sehat mentalnya tidak akan lekas merasa putus asa, pesimis/apatis. Karena sebagai suatu pelajaran yang akan membawa sukses nantinya. Apabila kegagalan itu dihadapi dengan tenang, akan dapatlah dianalisis, dicari sebab-sebab yang menimbulkannya. Dengan demikian akan dapat dijadikan pelajaran dalam usaha yang akan datang yaitu menghindari semua hal-hal yang membawa kegagalan pada waktu yang lain itu (Darajat, 2001: 9).

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk meneliti lebih jauh tentang orientasi happiness pada orang tua yang memiliki retardasi anakmental.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka permasalahan yang dikaji dalam penelitian yakni, bagaimana orientasi *happiness* pada orang tua yang memiliki anak retardasi mental?

## **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui secara empiris bagaimana orientasi *happines* pada orang tua yang memiliki anak retardasi mental.

## **D. Signifikasi Penelitian**

Dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis

maupun secara praktis:

#### 1. Secara Teoritis

Penelitian ini, secara teoritis memberikan masukan dan informasi secara teoritik, khususnya orientasi happiness pada orang tua yang memiliki anak retardasi mental.

#### 2. Secara Praktis

##### a. Kepada Orang Tua

Penelitian ini memberi masukan orang tua, tentang orientasi *happiness* pada orang tua yang memiliki anak retardasi mental.

##### b. Bagi Pendidik

Penelitian ini sebagai bahan dan masukan serta informasi bagi pendidik dalam menentukan kebijakan, terutama yang berkaitan dengan implikasi orientasi happiness pada orang tua yang memiliki anak retardasi mental bagi perkembangan mental anak.

##### c. Bagi Pembaca

Penelitian ini diharapkan dapat memberi gambaran tentang orientasi *happiness* pada orang tua yang memiliki retardasi mental.

### **E. Kajian Pustaka**

Peneliti untuk menghindari duplikasi atau pengulangan penelitian tesis ini, peneliti menyertakan telaah pustaka yang berkaitan dengan penelitian yang sedang peneliti lakukan.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Martaria Rizky Rinaldi, (2017) berjudul *Program “Mindful Parenting” untuk Menurunkan Afek Negatif*

*Pada Ibu Yang Memiliki Anak Retardasi Mental.* Hasil penelitian menunjukkan Program “Mindful Parenting” diikuti oleh sepuluh ibu yang memiliki anak retardasi mental. Partisipan mengikuti mengikuti delapan sesi program “Mindful parenting” dalam empat kali pertemuan. Analisis dengan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan hasil yang signifikan ( $Z = -2,312, p = 0,01$ ). Hal ini menunjukkan bahwa program “Mindful Parenting” dalam penelitian ini terbukti dapat menurunkan afek negatif pada ibu yang memiliki anak dengan retardasi mental.

Penelitian Martaria Rizky Rinaldi memiliki kesamaan dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu tentang anak retardasi mental, namun penelitian Martaria Rizky Rinaldi diarahkan pada proses *Program “Mindful Parenting*, sedangkan kajian peneliti lebih diarahkan pada pola happiness orang tua yang memiliki anak retardasi mental.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Fithria (2011) berjudul *Peran Keluarga Dengan Anak Retardasi Mental di SDLB Negeri Labui Banda Aceh Tahun 2011*. Hasil penelitian menunjukkan peran formal 58,2% serta informal 56,4% berada pada kategori kurang dan secara umum peran keluarga juga berada pada kategori kurang yaitu 54,5%. Hal ini menunjukkan keluarga masih perlu meningkatkan perannya agar lebih optimal. Penulis menyarankan kepada keluarga dengan anak retardasi mental agar lebih memberikan dukungan yang baik serta meningkatkan perannya sesuai dengan peran formal dan informal kepada anggota

keluarganya yang mengalami retardasi mental dalam membantu memenuhi kebutuhan anak retardasi mental.

Penelitian Fithria memiliki kesamaan dengan penelitian yang sedang peneliti kaji yaitu tentang orang tua dan anak retardasi mental, namun penelitian Fithria mengarah pada peran orang tua yang memiliki anak retardasi mental, sedangkan penelitian yang peneliti kaji lebih mengarah pada happiness yang dimiliki orang tua yang memiliki anak retardasi mental.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Diah Merdekawati dan Dasuki (2017), berjudul *Hubungan Pengetahuan Keluarga Dan Tingkat Retardasi Mental dengan Kemampuan Keluarga Merawat*. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan keluarga dan tingkat retardasi mental dengan kemampuan keluarga merawat anak retardasi mental. Penelitian ini menunjukkan bahwa perlunya mengevaluasi kembali perkembangan anak dan memberikan informasi tentang merawat anak retardasi mental.

Penelitian Diah Merdekawati dan Dasuki memiliki kesamaan dengan penelitian yang sedang peneliti lakukan yaitu tentang orang tua dan retardasi mental, namun penelitian Diah Merdekawati dan Dasuki mengarah pada pola hubungan pengetahuan keluarga sedangkan penelitian yang peneliti lakukan mengarah pada happiness orang tua yang memiliki anak retardasi mental, sehingga penelitian berbeda karena fokus juga berbeda.

## **F. Sistematika Penulisan Skripsi**

Secara garis besar urutan sistematika penelitian penelitian ini adalah sebagai berikut:

Bab pertama adalah Pendahuluan, yang merupakan gambaran secara umum dari penelitian ini, yaitu mencakup: latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, signifikansi, kajian pustaka, dan sistematika pembahasan.

Bab kedua adalah landasan teori yang merupakan konsep secara teoretik dari penelitian yang dilakukan. Landasan teori ini menunjukkan konsep-konsep teoritis yang akan membantu peneliti dalam merangkai penelitian. Bab ini terdiri dua yaitu: sub-bab pertama tentang happiness meliputi pengertian happiness, unsur-unsur happiness, prinsip-prinsip happiness dan faktor-faktor yang mempengaruhi happiness. Sub-bab kedua tentang retardasi mental meliputi pengertian retardasi mental, penyebab retardasi mental, macam-macam retardasi mental dan faktor yang mempengaruhi retardasi mental

Bab ketiga metode penelitian yang merupakan cara yang dilakukan peneliti untuk menjawab permasalahan dalam penelitian, bab ini terdiri dari meliputi jenis penelitian, sumber dan jenis data, teknik pengumpulan data, pengecekan keabsahan data dan teknik analisis data.

Bab keempat adalah analisis orientasi *happiness* pada orang tua yang memiliki anak retardasi mental.

Bab kelima merupakan kesimpulan dari seluruh uraian yang telah

dikemukakan dan merupakan jawaban terhadap permasalahan yang terkandung dalam penelitian ini, yang terdiri dari: kesimpulan, saran dan kata penutup.

Bagian akhir dari penelitian ini meliputi: daftar pustaka, lampiran-lampiran dan daftar riwayat pendidikan peneliti.

## **BAB II**

### ***HAPPINESS DAN RETARDASI MENTAL***

#### ***A. Happiness***

##### **1. Pengertian *Happiness***

Definisi kebahagiaan manusia adalah makhluk yang diciptakan dengan pikiran dan hati. Hal ini membuat manusia selalu berupaya untuk mencapai kebahagiaan. Hurlock (2007: 18) menyatakan bahwa, kebahagiaan timbul dari pemenuhan kebutuhan atau harapan, dan merupakan penyebab atau sarana untuk menikmati. Kebahagiaan dapat diraih apabila kebutuhan serta harapan dapat diraih. Melalui pemenuhan tersebut, individu akan mendapatkan kepuasan sebagai tanda kebahagiaan. Kepuasan yang dirasakan membuat individu dapat menikmati kehidupannya dengan tenang dan damai.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2005: 87), bahagia adalah suatu keadaan atau perasaan senang dan tenteram (bebas dari segala yang menyusahkan, baik di dunia dan akhirat); serta hidup yang penuh. Sedangkan kebahagiaan adalah kesenangan dan ketenteraman hidup (lahir dan batin) yang meliputi keberuntungan dan kemujuran yang bersifat lahir batin.

Puspitorini (2012: 20) menyatakan bahwa kebahagiaan merupakan suatu keadaan pikiran atau perasaan kesenangan dan ketenteraman hidup secara lahir dan batin yang bermakna untuk meningkatkan fungsi diri.

Kebahagiaan membuat individu memiliki kepribadian yang sehat. Suasana hati yang positif dapat membuat individu lebih obyektif menyikapi sesuatu, kreatif, toleran, tidak defensif, murah hati dan lateral atau mampu memecahkan masalah secara kreatif (Seligman, 2005: 50).

Dari beberapa uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa definisi kebahagiaan (*happiness*) dalam penelitian ini adalah kesenangan dan ketenteraman hidup secara lahir dan batin yang diraih melalui kepuasan pemenuhan kebutuhan dan harapan yang digunakan untuk meningkatkan fungsi diri. Kepuasan yang didapatkan individu merupakan suatu pertanda bahwa individu bahagia. Semakin individu merasa puas, maka individu semakin bahagia.

## **2. Aspek-Aspek *Happiness***

Terdapat beberapa aspek yang terkandung di dalam kebahagiaan. Shaver dan Feedman (dalam Hurlock, 2007: 19) berpendapat terdapat tiga dimensi kebahagiaan yang disebut dengan “tiga A kebahagiaan”, yaitu berupa:

### **a. Sikap Menerima (*Acceptance*)**

Shaver dan Feedman (dalam Hurlock, 2007: 19) mengatakan bahwa kebahagiaan adalah bagaimana individu memandang keadaan diri sendiri dan bukan membandingkan dengan milik orang lain. Kebahagiaan bergantung pada sikap menerima dan menikmati keadaan orang lain dan apa yang dimiliki, serta mempertahankan keseimbangan antara harapan dan prestasi.

b. Kasih Sayang (*Affection*)

Kasih sayang merupakan hal yang normal yang dialami manusia. Kasih sayang muncul dari sikap penerimaan orang lain terhadap diri sendiri. Semakin diterima baik oleh orang lain, maka semakin banyak kasih sayang yang diharapkan. Dengan semakin banyak kasih sayang yang dirasakan, maka semakin banyak pula kebahagiaan yang dialami individu.

c. Prestasi (*Achievement*)

Prestasi adalah ketercapaiannya sebuah tujuan seseorang. Kebahagiaan akan tercipta seiring dengan prestasi yang diraihinya. Jika individu memiliki tujuan yang kurang realistis, maka akan menimbulkan kegagalan yang berakibat timbulnya rasa tidak puas dan tidak bahagia.

Andrews dan McKennell (dalam Carr, 2004: 11) mengatakan bahwa hasil studi analitik terhadap ukuran kebahagiaan dan *subjective well-being* (SWB), menunjukkan bahwa kebahagiaan memiliki dua aspek, yaitu:

- a. Aspek Afektif yang berupa pengalaman emosional sukacita, kegembiraan, kepuasan dan emosi positif lainnya. Aspek afektif terbagi lagi menjadi dua, yaitu afek positif dan afek negatif
- b. Aspek Kognitif berupa kepuasan di berbagai bidang kehidupan, seperti kepuasan dalam bidang keluarga atau pekerjaan dan pengalaman kepuasan lainnya.

Berdasarkan beberapa uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek kebahagiaan terdiri dari 2, yaitu aspek afektif dan aspek kognitif. Aspek afektif berupa kepuasan dari pengalaman emosional akibat penerimaan, kasih sayang, dan prestasi. Aspek afektif mencakup afek positif dan afek negatif, yaitu pengalaman emosional yang berupa emosi positif dan negatif. Sedangkan aspek kognitif berupa kepuasan yang berasal dari sikap menerima, kasih sayang dan prestasi yang diperoleh dari berbagai bidang kehidupan seperti pada diri sendiri, keluarga, teman sebaya, kesehatan, keuangan, prestasi yang diraih, serta banyaknya waktu luang yang dapat dinikmati.

### **3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Happiness***

Kebahagiaan disebut juga sebagai upaya pemenuhan kebutuhan atau harapan dalam setiap faktor kehidupan (Hurlock, 2007: 18). Oleh sebab itu, individu selalu beraktivitas dan bekerja untuk meraih kebahagiaan. Beberapa aktivitas yang menyebabkan individu ini bahagia adalah kegiatan dalam hal yang positif, seperti: berupa kesehatan dan kemakmuran, adanya persahabatan, pengetahuan dan kebajikan (Puspitorini, 2012: 41).

Kebahagiaan timbul akibat faktor yang mempengaruhi emosi seseorang. Emosi yang mempengaruhi kebahagiaan adalah emosi positif Seligman (2005: 80) membagi emosi positif yang mempengaruhi kebahagiaan menjadi tiga jenis, yaitu emosi masa lalu, masa sekarang dan masa depan. Ketiga jenis emosi tersebut merupakan faktor internal dari

kebahagiaan. Selain itu terdapat pula faktor eksternal dari kebahagiaan yaitu faktor yang berasal dari lingkungan (Seligman, 2005: 66).

a. Faktor Internal

Seligman (dalam Carr, 2004: 1) mengklasifikasikan kebahagiaan dalam tiga kategori, yaitu masa lalu, masa depan, dan masa sekarang. Ketiga kategori ini berbeda dan tidak selalu saling berkaitan.

1) Masa Lalu

Kategori kebahagiaan ini merupakan suatu sikap seseorang dalam menanggapi kenangan masa lalu. Sikap positif dalam menanggapi masa lalu dapat menghasilkan emosi positif berupa kepuasan, kelegaan, kesuksesan, kebanggaan, dan kedamaian atau ketenangan (Seligman, 2005: 80). Kepuasan terhadap masa lalu dapat dicapai melalui tiga cara:

a) Melepaskan pandangan masa lalu sebagai penentu masa depan.

Kejadian buruk pada masa lalu tidak menentukan timbulnya permasalahan di saat dewasa. Sehingga, lebih baik membebaskan masa lalu yang tidak menguntungkan dan mengubah pemikiran tentang masa sekarang dan masa depan.

b) Bersyukur terhadap apa yang dimiliki dan dilalui dalam hidup.

Individu yang mampu bersyukur akan merasa lebih bahagia dan puas terhadap kehidupannya. Dengan bersyukur, individu tidak akan membanding-bandingkan hidup dan segala

yang dimiliki dengan milik orang lain.

c) Memaafkan dan melupakan. Salah satu cara untuk menata ulang pandangan individu mengenai emosi negatif pada kehidupan masa lalu yang buruk adalah dengan cara memaafkan. Memaafkan mengubah kepahitan menjadi kenangan yang netral dan positif sehingga kepuasan hidup akan lebih mudah didapatkan.

Untuk mengetahui kepuasan akan masa lalu, individu dapat mengukur kebahagiaan menggunakan Satisfaction with Life Scale yang disusun oleh Diener. Menurut Jarden (2011: 5) skala tersebut mengukur penilaian pendapat individu secara umum dari beberapa komponen kepuasan hidup. Selain itu Subjective Happiness Scale yang dibuat oleh Sonja Lyumbormirsky juga digunakan untuk mengukur kebahagiaan, namun berdasarkan komponen kebahagiaan secara keseluruhan (Jarden, 2011: 9). Subjective Happiness Scale dapat digunakan tidak hanya untuk mengukur kebahagiaan berdasarkan kepuasan masa lalu.

## 2) Masa Depan

Kategori kebahagiaan ini mengandung optimisme, harapan, keyakinan, dan kepercayaan seseorang. Optimisme dan harapan memberikan kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi depresi, meningkatkan kinerja, serta meningkatkan kesehatan. Carr mendefinisikan optimisme sebagai pandangan bahwa akan terjadi

lebih banyak hal baik dibandingkan hal buruk di masa mendatang.

Untuk meningkatkan optimisme, kita dapat menggunakan model ABCDE, yaitu A untuk *adversity* (kesusahan), B untuk *belief* (kepercayaan) yang terbentuk secara otomatis, C untuk *consequence* (konsekuensi) yang muncul akibat persangkaan, D untuk *disputation* (penyanggahan) terhadap persangkaan, dan E untuk *energization* (energisasi) untuk melawan untuk menciptakan kesuksesan.

### 3) Masa Sekarang

Kategori kebahagiaan pada masa sekarang mencakup kegembiraan, ketenangan, keriang, semangat yang meluap-luap, rasa senang dan flow. Selain itu menurut Seligman (2005: 132), kebahagiaan masa sekarang melibatkan dua hal, yaitu:

- a) Kenikmatan (*Pleasure*) yaitu kesenangan yang memiliki komponen sensori dan emosional yang kuat, sifatnya sementara dan melibatkan sedikit pemikiran. Kenikmatan diperoleh setelah satu motif terpenuhi. Kenikmatan terbagi menjadi dua, yaitu kenikmatan ragawi yaitu kenikmatan yang didapat melalui indera dan sensori, dan kenikmatan yang lebih tinggi yang didapat melalui aktivitas yang lebih rumit. Terdapat tiga hal yang dapat meningkatkan kebahagiaan sementara, yaitu menghindari habituasi dengan cara memberi selang waktu cukup panjang antar kejadian menyenangkan; *savoring*

(meresapi) yaitu menyadari serta dengan sengaja memperhatikan sebuah kenikmatan; serta *mindfulness* (kecermatan) yaitu mencermati dan menjalani segala pengalaman dengan tidak terburu-buru karena terpaku pada masa depan.

b) Gratifikasi (*Gratification*) adalah kegiatan yang sangat disukai individu, namun tidak selalu melibatkan perasaan dasar, serta memiliki durasi yang lebih lama dibandingkan pleasure. Gratifikasi merupakan keadaan menyenangkan yang mengikuti pencapaian hasrat. Kegiatan yang memunculkan gratifikasi umumnya memiliki komponen tantangan, membutuhkan keterampilan dan konsentrasi, memiliki tujuan, serta terdapat umpan balik secara langsung, sehingga individu dapat tenggelam di dalamnya.

b. Sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi kebahagiaan, yaitu:

1) Uang

Banyak individu berpendapat bahwa uang adalah salah satu alasan seseorang hidup dengan bahagia. Individu yang menempatkan uang di atas tujuan hidupnya akan cenderung menjadi kurang puas dengan kehidupannya secara keseluruhan.

2) Pernikahan/Perkawinan

Individu yang menikah cenderung lebih bahagia daripada yang tidak menikah. Lebih bahagianya individu yang telah menikah dapat disebabkan karena pernikahan menyediakan keintiman psikologis dan fisik, konteks untuk memiliki anak, membangun rumah tangga, dan mengafirmasi identitas serta peran sosial sebagai pasangan dan orangtua (Carr, 2004: 23).

### 3) Kehidupan Sosial

Orang-orang yang sangat berbahagia paling sedikit menghabiskan waktu sendirian dan lebih sering bersosialisasi. Argyle (Carr, 2004: 26) berpendapat bahwa, mempertahankan beberapa hubungan dekat dipercaya telah ditemukan berkorelasi dengan kebahagiaan dan kesejahteraan subjektif.

### 4) Kesehatan

Kesehatan yang dikatakan berpengaruh terhadap kebahagiaan adalah kesehatan yang dipersepsikan oleh individu terhadap seberapa sehat diri kita. Selain itu, orang yang bahagia memiliki masa hidup yang lebih lama karena kebahagiaan melindungi kesehatan fisik manusia (Veenhoven, 2006: 14).

### 5) Agama

Terdapat hubungan positif antara religiusitas dengan kebahagiaan, yaitu orang yang religius lebih bahagia dan lebih puas dengan kehidupannya dibandingkan individu yang tidak religius (Aulia, dkk, 2012). Orang yang beragama akan lebih

merasa tenang dibandingkan yang kurang beragama. Hal tersebut dikarenakan dengan adanya agama, individu memiliki pegangan hidup yang jelas, sehingga tidak mudah terpuruk dengan masalah yang dihadapi.

#### 6) Emosi Negatif

Untuk memperoleh emosi positif, individu harus lebih mampu menghadapi emosi negatif, yaitu dengan mengurai peristiwa buruk di kehidupan. Individu yang mengalami banyak emosi negatif akan mengalami sedikit emosi positif, dan sebaliknya. Lafreniere (dalam Aulia,dkk, 2012: 6-7) menyatakan bahwa emosi positif merupakan emosi yang diinginkan individu, seperti: gembira, rasa ingin tahu, cinta, dan bangga.

#### 7) Usia

Kepuasan hidup sedikit meningkat sejalan dengan bertambahnya usia. Perasaan mencapai puncak dan terpuruk dalam keputusasaan di kehidupan individu menjadi berkurang seiring bertambahnya usia dan pengalaman.

#### 8) Pendidikan, Iklim, Ras dan Gender

Keempat aspek ini memiliki pengaruh yang tidak cukup besar terhadap tingkat kebahagiaan individu. Pendidikan dapat sedikit berpengaruh dalam meningkatkan kebahagiaan pada mereka yang berpenghasilan rendah karena pendidikan merupakan sarana untuk mencapai pendapatan yang lebih baik. Iklim di daerah

di mana seseorang tinggal dan ras juga tidak memiliki pengaruh terhadap kebahagiaan. Sedangkan gender, antara pria dan wanita tidak terdapat perbedaan pada keadaan emosinya, namun pada wanita cenderung lebih bahagia sekaligus lebih sedih dibandingkan pria.

Menurut Hurlock (2007: 22), kebahagiaan dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu sebagai berikut:

a. Kesehatan

Kesehatan yang baik memungkinkan individu untuk melakukan apa yang diinginkan. Namun, hal yang sebaliknya terjadi jika kesehatan buruk terjadi. Hal tersebut akan berdampak pada kepuasan hidup dan kebahagiaannya.

b. Daya Tarik Fisik

Daya tarik fisik merupakan salah satu alasan seseorang individu diterima oleh orang lain. Melalui daya tarik fisik, prestasi dapat diraih.

c. Tingkat Otonomi

Semakin besar otonomi yang dapat dicapai, semakin besar kesempatan untuk memperoleh kebahagiaan. Adanya kesempatan, merupakan bentuk beraktualisasi dalam upaya pencapaian harapan dan meraih kebahagiaan.

d. Kesempatan-Kesempatan Interaksi di Luar Keluarga

Individu akan merasa lebih bahagia jika dapat berinteraksi dengan orang-orang di luar lingkungan keluarga. Individu yang berbahagia memiliki lebih banyak teman dibandingkan dengan mereka yang tidak bahagia. Melalui interaksi, akan terjadi hubungan timbal balik, sehingga timbul eksistensi individu di masyarakat.

e. Jenis Pekerjaan

Semakin rutin sifat pekerjaan dan semakin sedikit kesempatan untuk otonomi dalam pekerjaan, maka akan semakin kurang memuaskan atau kurang membahagiakan.

f. Status Kerja

Dalam sebuah pekerjaan, semakin berhasil melaksanakan tugasnya, maka akan semakin mendekati prestasi yang akan diraih. Hal tersebut akan menimbulkan kepuasan dan kebahagiaan.

g. Kondisi Kehidupan

Kondisi kehidupan yang memungkinkan seseorang mengadakan interaksi yang baik dengan orang lain. Adanya interaksi memberikan kepuasan untuk kebutuhan manusia sebagai makhluk sosial. Kondisi kehidupan yang sesuai juga akan membuat seseorang merasa nyaman dan bahagia.

h. Pemilikan Harta Benda

Kebahagiaan tidak hanya dari banyaknya harta yang dimiliki, namun dapat berasal dari rasa kepemilikan atas apa yang dimiliki. Selain itu adanya rasa bersyukur dengan apa yang dimiliki akan

semakin membuat bahagia seseorang.

i. Keseimbangan Antara Harapan Dan Pencapaian

Kebahagiaan akan tercapai apabila harapan-harapan yang realistis dapat tercapai tujuannya.

j. Penyesuaian Emosional

Individu yang dapat menyesuaikan diri dan bahagia akan lebih mampu menahan emosi negatifnya.

k. Sikap Terhadap Periode Usia Tertentu

Perasaan bahagia yang akan dialami pada usia tertentu sebagian ditentukan oleh pengalaman sendiri bersama orang lain pada waktu kanak-kanak dan pengaruh stereotip budaya.

l. Realisme Dari Konsep Diri

Individu yang memiliki keyakinan lebih, namun ternyata gagal dalam pencapaian suatu tujuan, akan lebih mungkin mengalami ketidakbahagiaan.

m. Realisme Dari Konsep-Konsep Peran

Individu cenderung menginginkan peran yang akan dimainkan pada usia tertentu di masa depan. Jika peran tersebut tidak tercapai di masa mendatang, maka akan mungkin terjadi ketidakbahagiaan. Selain itu, pada masa kanak-kanak dan remaja, mereka cenderung menginginkan peran yang kurang realistis. Sehingga pada masa-masa tersebut akan menimbulkan perasaan kurang bahagia.

Selain itu Lyubomirsky (dalam Puspitorini, 2012: 41) juga

menjelaskan beberapa faktor yang mempengaruhi kebahagiaan seseorang, yaitu:

a. Pekerjaan dan kualitas kerja

Individu cenderung mendapatkan kebahagiaan jika memperoleh suatu pekerjaan yang sesuai dengan harapan serta tujuan hidupnya. Hal ini juga berdampak positif pada kualitas kerja yang memuaskan.

b. Penghasilan

Secara umum, individu yang memperoleh penghasilan yang cukup atau bahkan lebih, akan merasakan kebahagiaan. Adanya penghasilan juga membuat individu merasa berharga.

c. Keterlibatan Organisasi

Keterlibatan dalam organisasi yang diminati secara spontan ternyata dapat memberi dampak positif bagi individu. Adanya keterlibatan dalam suatu organisasi adalah suatu bentuk aktualisasi individu di dalam pergaulannya.

d. Keterlibatan Dalam Komunitas Sosial

Orang bahagia lebih terlihat pada relawan dan kelompok pelayanan masyarakat, termasuk agama, politik, pendidikan, dan organisasi kesehatan terkait. Keterlibatan ini merupakan bentuk kegiatan prososial di masyarakat, yaitu tolong menolong sebagaimana manusia adalah makhluk sosial.

e. Hubungan Sosial

Dalam suatu penelitian, Ed Diener (Seligman, 2005: 72) mengungkapkan bahwa, individu yang berbahagia paling sedikit menghabiskan waktu untuk sendirian dan kebanyakan dari mereka bersosialisasi.

f. Persahabatan dan Dukungan Sosial

Seligman (2005: 55) dalam *Authentic Happiness* menjelaskan bahwa individu yang berbahagia memiliki lebih banyak teman dan lebih sering terlibat dalam kegiatan berkelompok dibandingkan dengan mereka yang tidak bahagia.

g. Pernikahan

Individu yang memiliki lebih banyak teman akan lebih mungkin untuk menikah. Pernikahan menganugerahkan berbagai manfaat pada orang-orang yang membuat mereka bahagia. Pernikahan memberikan efek psikologis dan fisik berupa keintiman, keinginan memiliki anak dan membangun rumah, peran sosial sebagai pasangan dan orang tua, dan konteks di mana untuk menegaskan identitas dan membuat cucu (Carr, 2004: 23).

h. Kesehatan (fisik dan mental)

Kondisi kesehatan, baik secara fisik maupun mental cenderung berpengaruh pada kebahagiaan manusia. Seligman (2005: 75) berpendapat jika suatu masalah ringan dalam kesehatan tidak lantas menyebabkan berkurangnya kebahagiaan, tetapi sakit yang parah memang menyebabkan ketidakbahagiaan.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan (*happiness*) terdiri dari faktor internal yaitu yang berasal dari diri individu dan eksternal yang berasal dari pengaruh interaksi lingkungan dan orang sekitar.

#### **4. Pengaruh *Happiness***

Kebahagiaan tidak dapat dibuang seperti suatu hal yang harus dihindari dan yang dianggap tidak penting (Veenhoven, 2011: 32). Kebahagiaan sebagai emosi positif memiliki dampak terhadap individu yang merasakannya. Berdasarkan teori kebahagiaan Seligman dalam *Authentic Happiness* (2015: 45), terdapat beberapa pengaruh yang dihasilkan oleh kebahagiaan (*happiness*), yaitu:

- a. Suasana hati yang positif membuka individu untuk menerima gagasan dan pengalaman baru.
- b. Kebahagiaan memperluas sumber-sumber intelektual, fisik, dan sosial yang dimiliki.
- c. Emosi positif membuat individu menjadi lebih kreatif, toleran, konstruktif, murah hati dan tidak defensif.
- d. Individu yang bahagia lebih mungkin tidak realistis terhadap kemampuan dirinya sendiri.
- e. Individu yang bahagia lebih banyak mengingat peristiwa yang menyenangkan.
- f. Kebahagiaan memanjangkan usia dan meningkatkan kesehatan.
- g. Lebih mudah mendapatkan teman dalam bergaul.

- h. Lebih mudah memperoleh pasangan hidup dan menikah.
- i. Menciptakan hubungan yang lebih baik dengan orang lain.

Berdasarkan penjelasan di atas, pengaruh kebahagiaan (*happiness*) adalah perasaan positif yang membuat individu memiliki hubungan yang baik terhadap diri sendiri dan orang lain, serta membuat diri pribadi menjadi lebih kritis dalam menjalani kehidupan.

### **5. Ciri-ciri Individu yang Bahagia**

Hasil penelitian yang dilakukan Gail & Seehy (dalam Puspitorini, 2012: 33-36) mengenai kebahagiaan, terdapat sepuluh ciri atau tanda orang yang dapat dikatakan bahagia, yaitu:

- a. Hidup yang memiliki arti dan arah

Individu dapat bahagia ketika individu tersebut mampu menentukan tujuan hidupnya. Selain itu individu tersebut juga dapat berinteraksi dengan dunia luar.

- b. Mampu berfikir dewasa dan kreatif

Individu yang bahagia dicirikan dengan kemampuannya menjalankan rencana yang telah dibuat secara berkesinambungan, namun juga menggunakan waktu-waktu tertentu untuk menerima kekurangan dan kelebihan yang dimiliki.

- c. Jarang merasa diperlakukan secara tidak adil atau dikecewakan oleh kehidupan

Individu yang bahagia adalah orang yang mampu menerima

keadaan yang ada dirinya. Hal tersebut erat kaitannya dengan kepuasan dan kemampuan bersyukur yang dimiliki.

d. Mencapai beberapa tujuan hidup yang penting

Individu yang berbahagia disini dicirikan dengan terpenuhinya semua tujuan jangka panjang kehidupannya yang penting. Misalnya kehidupan yang nyaman, keluarga yang aman dan perasaan pemenuhan.

e. Peduli dengan pertumbuhan dan perkembangan pribadi

Individu yang berbahagia, selalu menggambarkan dirinya sebagai pribadi positif, seperti pribadi yang jujur, penuh cinta dan bertanggung jawab. Individu yang memiliki penilaian yang positif terhadap dirinya sendiri akan lebih mampu dalam menghadapi realita di kehidupannya.

f. Memiliki keadaan hubungan mencintai dengan yang dicintai secara mutualisme

Individu yang berbahagia mempunyai hubungan yang baik dengan diri sendiri maupun orang lain. Selain itu hubungan yang baik adalah hubungan yang saling menguntungkan satu sama lain.

g. Memiliki banyak teman

Individu yang bahagia memiliki banyak teman-teman yang mampu memberikan perasaan nyaman karena adanya hubungan timbal

balik, seperti adanya perasaan saling mendukung.

h. Individu yang menyenangkan dan bersemangat

Individu yang bahagia akan terlihat selalu senang dan bersemangat. Hal ini dapat menimbulkan ketertarikan pada orang di sekitarnya, sehingga dapat terjalin kehidupan emosional dan hubungan yang intim.

i. Tidak melihat kritik sebagai serangan pribadi yang menurunkan harga diri Individu yang bahagia memiliki harga diri yang cukup sehingga merasa cukup aman ketika mendapatkan kritik dari orang lain. Melalui kritik yang diberikan orang lain, individu akan berbenah diri dan akan lebih cepat bangkit dari keterpurukan.

j. Tidak memiliki ketakutan-ketakutan yang umumnya dimiliki orang lain Individu yang berbahagia tidak memiliki ketakutan atau kecemasan yang pada umumnya dimiliki orang lain, seperti takut hidup sendirian, takut mengalami sakit, dan lain-lain. Hal tersebut disebabkan karena orang bahagia adalah orang yang mampu bersyukur.

Sedangkan dalam *Authentic Happiness*, Seligman (2015: 182-207) menjelaskan bahwa terdapat enam kebajikan atau tindakan mulia (karakteristik psikologis) yang dilakukan individu ketika bahagia, yaitu:

a. Kearifan dan pengetahuan.

Individu yang berbahagia, arif dalam bertingkah laku akan merespon positif segala pengetahuan dan pengalaman yang dialami

individu di dunia. Individu yang bahagia terbuka dan fleksibel terhadap pengalaman dan pengetahuan yang baru. Individu ini selalu memiliki rasa keingintahuan yang tinggi dan tertarik untuk membedah ilmu baru yang didupatkannya. Selain itu orang yang berbahagia sangat mencintai belajar. Hal tersebut dilakukan demi pengetahuan itu sendiri.

Pengetahuan yang didapat nantinya akan diamati dan dipikirkan secara kritis sehingga akan muncul inteligensia praktis atau kecerdasan sehari-hari. Kecerdasan ini nantinya kan membantu individu dalam melaksanakan aktivitasnya. Individu yang berbahagia juga memiliki kecerdasan sosial dan pribadi. Kecerdasan ini membantu individu dalam memahami diri sendiri dan orang lain. Sehingga tercipta tolong menolong dan mampu menempatkan diri secara tepat di lingkungan masyarakat.

b. Keberanian.

Individu yang bahagia tidak akan takut ketika menghadapi suatu ancaman, tantangan, kepedihan atau kesulitan.

c. Kemanusiaan dan cinta

Individu yang bahagia mampu memperlihatkan interaksi yang positif dengan orang lain baik teman, kenalan, anggota keluarga maupun orang lain.

d. Keadilan.

Individu yang bahagia mengerti tentang kedudukannya dalam masyarakat atau dalam tim serta mampu menjunjung tinggi keadilan.

Dalam hidup bermasyarakat, individu ini tidak mementingkan perasaannya sendiri serta mampu mengorganisasi dan mengawasi jalannya kegiatan dalam kelompok masyarakat tersebut.

e. Kesederhanaan.

Individu yang bahagia mampu mengendalikan diri, yaitu dengan menahan nafsu, keinginan dan dorongan pada saat yang tepat. Individu ini pandai menahan dorongan hati yang bertujuan jangka pendek demi kesuksesan jangka panjang dengan kemampuannya mempertimbangkan segala sesuatu. Individu yang bahagia juga memiliki kerendahan hati dan bersahaja, sehingga banyak orang yang mengakui dan menghargainya.

f. Transendensi.

Transendensi adalah kekuatan emosi yang menjangkau ke luar diri untuk menghubungkan individu ke sesuatu yang lebih besar dan lebih permanen kepada orang lain, masa depan, evolusi, ketuhanan, atau alam semesta. Individu yang mampu bahagia adalah individu yang mampu menghargai keindahan alam beserta isinya, seni dan sains. Selain itu juga mampu bersyukur dalam situasi tersulit sekalipun, karena mampu melihat hal positif dari apa yang dialaminya. Ia memiliki semangat dan gairah jiwa dalam menjalani aktivitas, dan ketika menghadapi situasi sulit, ia tetap optimis dan berpengharapan di masa depan. Hal ini dipengaruhi pula oleh tujuan dan keyakinan yang jelas dari individu tersebut. Kesadaran diri yang dimiliki individu

tersebut memungkinkan individu untuk menjadi orang yang pemaaf. Individu ini juga memiliki rasa humor sebagai upaya membuat orang lain tersenyum dan melihat sisi kehidupan yang positif yang membuatnya terus semangat menjalani hidup.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri seseorang bahagia adalah memiliki sikap yang positif bagi diri sendiri maupun lingkungan sekitar.

## **B. Retardasi Mental**

### **1. Pengertian Retardasi Mental**

American Association on Mental Deficiency (AAMD) membuat definisi retardasi mental yang kemudian direvisi oleh Rick Heber (1961) sebagai suatu penurunan fungsi intelektual secara menyeluruh yang terjadi pada masa perkembangan dan dihubungkan dengan gangguan adaptasi sosial. Ada 3 hal penting yang merupakan kata kunci dalam definisi ini yaitu penurunan fungsi intelektual, adaptasi sosial, dan masa perkembangan. Penurunan fungsi intelektual secara umum menurut definisi Rick Heber diukur berdasarkan tes intelegensia standar paling sedikit satu deviasi standar (1 SD) di bawah rata-rata. Periode perkembangan mental menurut definisi ini adalah mulai dari lahir sampai umur 16 tahun. Gangguan adaptasi sosial dalam definisi ini dihubungkan dengan adanya penurunan fungsi intelektual. Menurut definisi ini tidak ada kriteria bahwa retardasi mental tidak dapat diperbaiki seperti definisi retardasi mental sebelumnya (Prasadio, 2006: 45).

Banyak pakar menyatakan bahwa definisi ini terlalu liberal, karena dengan batasan tes intelegensia di bawah satu deviasi standar (1 SD)terdapat hampir 16% dari populasi dapat digolongkan sebagai retardasi mental (Payne dan Patton, t.th.: 6).

Pada tahun 1973 melalui *Manual on Terminology and Classification in Mental Retardation* Grossman merevisi definisi Heber tersebut. Menurut Grossman retardasi mental adalah penurunan fungsi intelektual yang menyeluruh secara bermakna dan secara langsung menyebabkan gangguan adaptasi sosial, dan bermanifestasi selama masa perkembangan. Menurut definisi ini penurunan fungsi intelektual yang bermakna berarti pada pengukuran uji intelegensia berada pada dua deviasi standar di bawah rata-rata. Berdasarkan kriteria ini ternyata kurang dari 3% populasi yang dapat digolongkan sebagai retardasi mental. Periode perkembangan menurut definisi ini adalah mulai dari lahir sampai umur 18 tahun. Gangguan adaptasi sosial menurut definisi ini secara langsung disebabkan oleh penurunan fungsi intelektual (Prasadio, 2006: 45).

## **2. Penyebab Retardasi Mental**

Menelaah sebab terjadinya retardasi mentalpada seseorang menurut kurun waktu terjadinya yaitu dibawa sejak lahir (faktor endogen) dan faktor dari ruang seperti penyakit atau keadaan lainnya (faktor eksogen) (Efendi, 2009: 91).

Faktor kultural kebudayaan menyangkut kehidupan sosial psikologis, agama, pendidikan, dan adat istiadat, kebiasaan, dan lain-lain.

Kalau ada seorang bayi setelah lahir dibuang ke hutan sehingga jauh dari masyarakat, jauh dari perkembangan kebudayaan dan hanya diasuh oleh kera, maka bayi itu walaupun masih hidup tidak mungkin dapat tumbuh normal. Anak pasti mengalami hambatan dalam segala hal dan kecenderungan tidak dapat berkembang dengan baik (Efendi, 2006: 93).

Terjadinya retardasi mental tidak dapat dipisahkan dari tumbuh kembang seorang anak. Seperti diketahui faktor penentu tumbuh kembang seorang anak pada garis besarnya adalah faktor genetik/heredokonstitusional yang menentukan sifat bawaan anak tersebut dan faktor lingkungan. Yang dimaksud dengan lingkungan pada anak dalam konteks tumbuh kembang adalah suasana (*milieu*)dimana anak tersebut berada. Dalam hal ini lingkungan berfungsi sebagai penyedia kebutuhan dasar anak untuk tumbuh kembang(Lumbantobing, 2007: 28).

Kebutuhan dasar anak untuk tumbuh kembang ini secara garis besar dapat digolongkan menjadi 3 golongan(Sularyo dan Kadim, 2000: 172), yaitu:

- a. Kebutuhan fisis-biomedis (asuh)
  - 1) Pangan (gizi, merupakan kebutuhan paling penting)
  - 2) Perawatan kesehatan dasar (Imunisasi, ASI,penimbangan bayi secara teratur, pengobatan sederhana, dan lain lain)
  - 3) Papan (pemukiman yang layak)
  - 4) Higiene, sanitasi
  - 5) Sandang

- 6) Kesegaran jasmani, rekreasi
- b. Kebutuhan emosi/kasih sayang (asih). Pada tahun-tahun pertama kehidupan hubungan yang erat, mesra dan selaras antara ibu dan anak merupakan syarat mutlak untuk menjamin suatu proses tumbuh kembang yang selaras, baik fisis, mental maupun sosial.
  - c. Kebutuhan akan stimulasi mental (asah). Merupakan cikal bakal proses pembelajaran (pendidikan dan pelatihan) pada anak. Stimulasi mental ini membantu perkembangan mental-psikososial (kecerdasan, ketrampilan, kemandirian, kreativitas, kepribadian, moral-etika dan sebagainya). Perkembangan ini pada usia balita disebut sebagai perkembangan psikomotor.

Kelainan/penyimpangan tumbuh kembang pada anak terjadi akibat gangguan pada interaksi antara anak dan lingkungan tersebut, sehingga kebutuhan dasar anak tidak terpenuhi. Keadaan ini dapat menyebabkan morbiditas anak, bahkan dapat berakhir dengan kematian. Walaupun kematian dapat diatasi, sebagian besar anak yang telah berhasil tetap hidup ini mengalami akibat menetap dari penyimpangan tersebut yang dikategorikan sebagai kecacatan, termasuk retardasi mental. Jelaslah bahwa dalam aspek pencegahan terjadinya retardasi mental praktek pengasuhan anak dan peran orangtua sangat penting.

Etiologi retardasi mental dapat terjadi mulai dari fase pranatal, perinatal dan postnatal. Beberapa penulis secara terpisah menyebutkan lebih dari 1000 macam penyebab terjadinya retardasi mental, dan banyak

diantaranya yang dapat dicegah. Ditinjau dari penyebab secara langsung dapat digolongkan atas penyebab biologis dan psikososial. Penyebab biologis atau sering disebut retardasi mental tipe klinis mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Pada umumnya merupakan retardasi mental sedang sampai sangat berat
- b. Tampak sejak lahir atau usia dini
- c. Secara fisik tampak berkelainan/aneh
- d. Mempunyai latar belakang biomedis baik pranatal, perinatal maupun postnatal
- e. Tidak berhubungan dengan kelas sosial (Valente, 2004: 8-14)

Penyebab psikososial atau sering disebut tipe sosio-kultural mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Biasanya merupakan retardasi mental ringan
- b. Diketahui pada usia sekolah
- c. Tidak terdapat kelainan fisis maupun laboratorium
- d. Mempunyai latar belakang kekurangan stimulasi mental (asah)
- e. Ada hubungan dengan kelas sosial

Melihat struktur masyarakat Indonesia, golongan sosio ekonomi rendah masih merupakan bagian yang besar dari penduduk, dapat diperkirakan bahwa retardasi mental di Indonesia yang terbanyak adalah tipe sosio-kultural.

Etiologi retardasi mental tipe klinis atau biologikal dapat dibagi dalam:

a. Penyebab Prenatal

- 1) Kelainan Kromosom
- 2) Kelainan Genetik /Herediter
- 3) Gangguan Metabolik
- 4) Sindrom Dismorfik
- 5) Infeksi Intrauterin

b. Penyebab Perinatal

- 1) Prematuritas
- 2) Asfiksia
- 3) Kernikterus
- 4) Hipoglikemia
- 5) Meningitis
- 6) Hidrosefalus
- 7) Perdarahan intraventrikular

c. Penyebab postnatal

- 1) Infeksi (meningitis, ensefalitis)
- 2) Trauma
- 3) Kejang lama
- 4) Intoksikasi (timah hitam, merkuri)(Sularyo dan Kadim, 2000: 172-173)

Mengingat besarnya beban yang ditanggung oleh penderita retardasi mental, keluarga, dan masyarakat maka pencegahan terhadap timbulnya retardasi mental dan diagnosis dini merupakan pilihan terbaik

### 3. Macam-Macam Retardasi Mental

Berdasarkan The ICD-10 Classification of Mental and Behavioral Disorders, WHO, Geneva tahun 1994 retardasi mental dibagi menjadi 4 golongan yaitu:

a. Retardasi Mental Ringan (*Mild retardation* IQ 50-69)

Retardasi mental ringan dikategorikan sebagai retardasi mental dapat dididik (*educable*). Anak mengalami gangguan berbahasa tetapi masih mampu menguasainya untuk keperluan bicara sehari-hari dan untuk wawancara klinik. Umumnya mereka juga mampu mengurus diri sendiri secara independen (makan, mencuci, memakai baju, mengontrol saluran cerna dan kandung kemih), meskipun tingkat perkembangannya sedikit lebih lambat dari ukuran normal. Kesulitan utama biasanya terlihat pada pekerjaan akademik sekolah, dan banyak yang bermasalah dalam membaca dan menulis. Dalam konteks sosiokultural yang memerlukan sedikit kemampuan akademik, mereka tidak ada masalah.

Tetapi jika ternyata timbul masalah emosional dan sosial, akan terlihat bahwa mereka mengalami gangguan, misal tidak mampu menguasai masalah perkawinan atau mengasuh anak, atau kesulitan menyesuaikan diri dengan tradisi budaya (WHO, 1998: 8).

b. Retardasi Mental Sedang (*Moderate retardation* IQ 35-49)

Retardasi mental sedang dikategorikan sebagai retardasi mental dapat dilatih (*trainable*). Pada kelompok ini anak mengalami

keterlambatan perkembangan pemahaman dan penggunaan bahasa, serta pencapaian akhirnya terbatas. Pencapaian kemampuan mengurus diri sendiri dan ketrampilan motor juga mengalami keterlambatan, dan beberapa diantaranya membutuhkan pengawasan sepanjang hidupnya. Kemajuan di sekolah terbatas, sebagian masih bisa belajar dasar-dasar membaca, menulis dan berhitung (WHO, 1998: 8).

c. Retardasi Mental Berat (*Severe retardation* IQ 20-34)

Kelompok retardasi mental berat ini hampir sama dengan retardasi mental sedang dalam hal gambaran klinis, penyebab organik, dan keadaan-keadaan yang terkait. Perbedaan utama adalah pada retardasi mental berat ini biasanya mengalami kerusakan motor yang bermakna atau adanya defisit neurologis (WHO, 1998: 8).

d. Retardasi Mental Sangat Berat (*Profound retardation* IQ<20)

Retardasi mental sangat berat berarti secara praktis anak sangat terbatas kemampuannya dalam mengerti dan menuruti permintaan atau instruksi. Umumnya anak sangat terbatas dalam hal mobilitas, dan hanya mampu pada bentuk komunikasi nonverbal yang sangat elementer (WHO, 1998: 8).

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **1. Jenis Penelitian**

Penelitian ini tergolong sebagai penelitian lapangan (*field research*). Oleh karena itu, objek penelitiannya adalah berupa lapangan yang mampu memberikan informasi tentang kajian penelitian. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif yaitu penelitian yang bersifat atau memiliki karakteristik, bahwa datanya dinyatakan dalam keadaan sewajarnya atau sebagaimana adanya (*natural setting*) dengan tidak merubah bentuk simbol-simbol atau bilangan (Nawawi dan Martini, 2006: 174). Dalam penelitian ini peneliti menggambarkan peristiwa maupun kejadian yang ada di lapangan tanpa mengubahnya menjadi angka maupun simbol.

Pendekatan penelitian merupakan suatu prinsip dasar atau landasanyang digunakan untuk mengapresiasi sesuatu. Dalam hal ini teori dasar yang dipakai adalah pendekatan deskriptif yang menggambarkan gejala aspek subjektivitas dari perilaku orang (Nawawi dan Martini, 2006: 10). Dengan pendekatan deskriptif ini peneliti mencoba memahami dan menggambarkan keadaan atau fenomena subjek yang diteliti, yakni orientasi *happiness* pada orang tua yang memiliki anak retardasi mental dengan menggunakan logika-logika serta teori-teori yang sesuai dengan lapangan.

## 2. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini yaitu orang tua memiliki anak retardasi mental yang sekolah di SLB N Jepon Blora, guru dan sumber data lainnya dalam penelitian ini adalah buku, jurnal, dan artikel yang terkait dengan tema penelitian.

## 3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data digunakan untuk memperoleh data yang diperlukan, baik yang berhubungan dengan studi literatur maupun data yang dihasilkan dari data empiris. Dalam studi literatur peneliti menelaah buku-buku, karya tulis, karya ilmiah maupun dokumen-dokumen yang berkaitan dengan tema penelitian untuk selanjutnya dijadikan sebagai acuan dan alat utama bagi praktek penelitian lapangan. Adapun untuk data empirik, peneliti menggunakan beberapa metode sebagai berikut :

### a. Observasi

Observasi adalah “Studi yang disengaja dan sistematis tentang fenomena sosial dan gejala-gejala psikis dengan jalan pengamatan dan pencatatan” (Kartono, 2003: 159). Jenis observasi dalam penelitian ini adalah *non participant observer*, yakni peneliti tidak turut aktif setiap hari berada di sekolah tersebut, hanya pada waktu penelitian (Margono, 2000: 162).

Teknik ini untuk mendapatkan data tentang orientasi *happiness* pada orang tua yang memiliki anak retardasi mental, data ini diambil untuk

menjawab permasalahan tentang orientasi *happiness* pada orang tua yang memiliki anak retardasi mental.

b. Teknik Wawancara

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya sedikit/kecil (Sugiyono, 2008: 137).

Penelitian yang dilakukan peneliti adalah wawancara bebas terpimpin, yakni wawancara yang dilakukan secara bebas dalam arti informan diberi kebebasan menjawab akan tetapi dalam batas-batas tertentu agar tidak menyimpang dari panduan wawancara yang telah disusun (Nawawi dan Nini, 1996: 23).

Teknik wawancara ini dilakukan untuk mendapatkan data yang berkaitan dengan pola orientasi *happines* pada orang tua yang memiliki anak retardasi mental. Objek untuk diwawancarai adalah orang tua dan guru.

Data yang diambil dalam wawancara ini untuk menjelaskan orientasi *happines* pada orang tua yang memiliki anak retardasi mental.

c. Dokumentasi

Teknik dokumentasi digunakan untuk mengungkap data gambaran umum dan dokumen perangkat pembelajaran. Data yang diambil dengan teknik ini adalah data tentang gambaran umum lokasi penelitian.

#### **4. Pengecekan Keabsahan Data**

Pengecekan keabsahan data yang peneliti gunakan adalah teknik triangulasi yaitu teknik pemeriksaan keabsahan data, yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembandingan terhadap data itu (Moleong, 2009: 179). Denzin (dalam Moleong, 2009: 178) membedakan empat macam triangulasi sebagai teknik pemeriksaan yang memanfaatkan penggunaan sumber, metode, penyidik dan teori. Penggunaan pengecekan keabsahan data digunakan agar menjadikan kevaliditasan data yang diperoleh yang tidak hanya dari satu sumber saja yaitu orang tua tetapi juga berasal dari sumber lain yaitu guru.

#### **5. Teknik Analisis Data**

Analisis data adalah mengatur urutan data, mengorganisasikannya kedalam satu pola, kategori dan satuan uraian dasar. Sehingga dapat ditemukan tema, dan ide kerja seperti yang disarankan data (Moleong, 2009: 103). Langkah-langkah analisis data sebagai berikut:

##### **a. Penyaringan Data**

Data yang peneliti pilih adalah data dari hasil pengumpulan data lewat metode observasi, metode wawancara dan metode dokumen. Seperti data hasil observasi mulai dari orientasi *happiness* pada orang tua yang memiliki anak retardasi mental. Semua data dari hasil wawancara dipilih mana data yang berkaitan dengan masalah penelitian dan mana yang bukan. Semua data wawancara itu dipilih yang sangat mendekati dengan masalah penelitian.

#### b. Penyajian Data

Data yang peneliti sajikan adalah data dari hasil reduksi, seperti data tentang orientasi *happiness* pada orang tua yang memiliki anak retardasi mental yang sudah dipilih sesuai tujuan penelitian.

#### c. Menyimpulkan Data

Data yang didapat merupakan kesimpulan dari berbagai proses dalam penelitian kualitatif, seperti pengumpulan data kemudian dipilih-pilih data yang sesuai, kemudian disajikan, setelah disajikan ada proses menyimpulkan, setelah menyimpulkan data, ada hasil penelitian yaitu temuan baru berupa deskripsi, yang sebelumnya masih kurang jelas tetapi setelah diadakan penelitian masalah tersebut menjadi jelas. Verifikasi dalam penelitian kualitatif adalah merupakan temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada. Temuan dapat berupa deskripsi atau gambaran suatu objek yang sebelumnya masih kurang jelas sehingga setelah diteliti menjadi jelas (Sugiyono, 2005: 99), yaitu implikasi orientasi *happiness* pada orang tua yang memiliki anak retardasi mental bagi perkembangan mental anak.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Subjek

Sebelum pelaksanaan penelitian, ada beberapa tahap yang dilakukan oleh peneliti, yaitu melakukan survey awal pada bulan Januari-Februari tahun 2020 dengan melakukan observasi dan wawancara dengan anak retardasi mental dan guru anak retardasi mental. Hal tersebut guna mengetahui latar belakang dan permasalahan apa yang dialami oleh informan. Informan pada penelitian ini ada 8 dan guru untuk triangulasi data. Berikut profil informan penelitian:

Tabel.

No	Subjek	Usia	Usia Anak	Aktifitas	Kode verbatim
1	SP	48 tahun	14 tahun	rumah tangga	S1
2	SM	45 tahun	15 tahun	rumah tangga	S2
3	SA	54 tahun	13 tahun	Pedagang	S3
4	DK	37 tahun	11 tahun	rumah tangga	S4
5	SW	43 tahun	16 tahun	Ketua BPD	S5
6	KN	44 tahun	15 tahun	rumah tangga	S6
7	SK	37 tahun	8 tahun	Guru	S7
8	EK	34 tahun	7 tahun	rumah tangga	S8

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa informan penelitian memiliki usia di atas 40 tahun dan pekerjaan sebagai rumah tangga. Sedangkan usia anak-anak informan rata-rata 8-15 tahun, sehingga dapat disimpulkan bahwa subjek penelitian berada di usia dewasa madya.

#### B. Proses Penelitian

Sebelum pelaksanaan penelitian, ada beberapa tahap yang dilakukan oleh peneliti, yaitu melakukan survey awal pada bulan November-Desember 2019. Hal ini dilakukan dengan melakukan perizinan kepada

pihak sekolah untuk dapat melakukan penelitian di sekolah.

Setelah survey awal dan mendapatkan subjek, maka langkah selanjutnya peneliti menyusun pedoman wawancara yang akan di gunakan untuk penelitian berdasarkan tema yang akan diungkap pada penelitian ini. Pada waktu pengambilan data, peneliti menggunakan metode kualitatif dengan melakukan wawancara sebagai data utama, selanjutnya triangulasi yang dilakukan dengan mewawancarai guru di sekolah. Triangulasi dilakukan untuk mengetahui validitas dari wawancara subjek.

Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari-Februari 2020 dengan mewawancara subjek saat di sekolah bersama anaknya. Wawancara dilakukan peneliti di kantor sekolah hanya dengan subjek. Sebelumnya peneliti sudah melakukan perizinan dan menyerahkan *inform consent* kepada subjek. Setelah melakukan pengambilan data, peneliti melakukan analisis dari data-data yang dikumpulkan.

### **C. Hasil Pengumpulan Data**

#### **a. Subjek 1**

SP pada awalnya tidak mengetahui kalau anaknya mengalami retardasi mental. SP mengetahui kondisi anaknya saat memeriksakan anaknya ke dokter anak pada saat umur satu tahun. Anaknya memiliki kelainan dan perkembangannya lambat, meskipun secara fisik anaknya gemuk. Awalnya SP merasa anaknya normal seperti anak yang lain meskipun ketika usia satu tahun setengah baru bisa berjalan, anaknya hanya mengalami batuk dan pilek ketika masih kecil seperti anak yang lain. Akan tetapi anak SP mengalami keterlambatan dalam berbicara dan menurut dokter ada kelainan pada anaknya.

Selama masa mengasuh dan merawat anaknya SP menyatakan bahwa dalam mengasuh anaknya diperlukan kesabaran, lembut, dan penuh kasih sayang, apabila anak dididik dengan keras atau kasar ketika melakukan kesalahan, maka anak akan memberontak. Karakter anaknya ketika tidak cocok cenderung mengamuk, ketika ditegur

orang yang tidak cocok dengannya maka akan langsung mengamuk, untuk meredakan kemarahannya maka harus dirayu dan dielus-elus.

SP dalam mengatasi tekanan dan memperoleh kesenangan dalam menghindari stress dilakukan dengan cara mengajak anaknya refreasing dan jalan-lan ke Rowo Embung, anaknya dibelikan sosis sudah senang, kalau anaknya senang, maka hati SP ikut senang. Tetapi ketika lagi stres menghadapi anaknya SP langsung memohon dan berdoa kepada Allah SWT. Jadi SP menyemangati dirinya sendiri. Meskipun dahulu SP malu dan minder ketika memiliki anak retardasi mental karena dat bahan pembicaraan atau gosip tetangga tentang keberadaan anaknya, tetapi sekarang SP tidak begitu memperdulikan, karena anaknya adalah bagian darinya dan merupakan anugerah, jika tetangga tadi mendapatkan anak seperti anaknya belum tentu sesabar dan menerima seperti yang SP alami.

SP menginginkan memiliki kesibukan di luar, seperti aktif dalam PKK dan sebagainya, namun pengasuh dan mendidik anaknya membutuhkan waktu yang intens sehingga kalau aktif dalam kegiatan sosial akan menjadikan anaknya terbengkalai dan tidak ada yang mengasuh.SP memiliki aktifitas yang membuat bahagia dengan jalan-jalan sama anak untuk refreshing bareng, membeli jajan. Mengajak anaknya

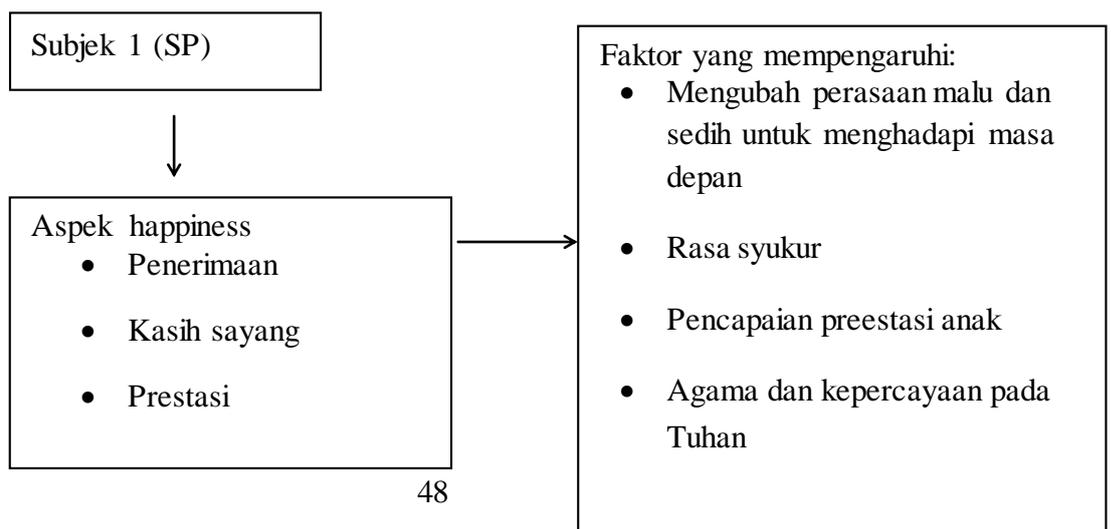
SP ketika menghadapi anaknya rewel, maka dirayu dengan ucapan yang baik atau membelikan anak makanan kesukaan. SP yang merasa sudah tua, dan anak-anaknya yang lain sudah berkeluarga, orientasi kebahagiaannya adalah bersyukur dan menikmati atas keberadaan anaknya yang retardasi mental. Bagi SP kebahagiaan adalah kesehatan dan kesabaran yang diberikan Allah SWT.

SP pada dasarnya secara hati nurani, menginginkan dapat memiliki anak yang normal dan sempurna, namun SP memahami bahwa anak adalah pemberian dan kehendak Allah SWT maka harus diterima dengan hati dan ikhlas. SP tetap bersyukur karena masih ada anak yang

lebih parah kondisinya daripada anaknya, sehingga ketika ada yang bertanya anaknya sekolah di mana dan kelas berapa, maka SP menjawab sejujurnya tanpa ada yang ditutupi. SP sepenuhnya memberikan kasih sayang kepada anaknya. SP menginginkan anaknya menjadi anak yang sehat, namun ternyata memiliki keterbatasan, sehingga SP merasa memiliki Dosa kepada Allah SWT dan meminta ampun kepada Allah SWT. SP memohon kesabaran dalam merawat anaknya. SP hanya berharap ketika nanti sudah tua bahkan meninggal kakaknya mau merawat.

SP bersyukur dengan keberadaan anaknya yang mengalami perkembangan sedikit demi sedikit menjadi hal yang sangat disyukuri oleh SP. anaknya yang awalnya tidak bisa diatur tetapi sekarang bisa diatur dan lebih nurut. Menurut SP, tidak ada sesuatu yang tidak berguna yang diberikan Allah SWT kepada setiap manusia, rasa syukur akan melebihi rezki yang miliki. SP merasa ada kebahagiaan, ada kesedihan dengan kehidupan yang sekarang, ketika memiliki anak retardasi mental, namun semua dianggap positif. SP bangga dengan perkembangan anaknya yang lebih baik dibanding temannya yang lain. SP menganggap semuanya ada hikmah yang bisa di petik, apapun yang terjadi semua sudah menjadi tanggung jawab SP sepenuhnya, SP mengajak anaknya kemana saja tanpa rasa malu. SP bangga dengan kehidupannya dan bangga dengan anaknya.

Makna Happiness subjek 1



## **b. Subjek 2**

SM yang memiliki anak retardasi mental. Awalnya SM tidak mengetahui bahwa anaknya mengalami kondisi seperti itu. Pada awalnya ketika SM melahirkan anaknyaberbadan putih seperti kapuk, namun anaknya tidak bisa menangis ketika dilahirkan, meskipun sudah ditepuk-tepuk, dan dicubit bidan tetapi tidak bisa menangis, namun waktu itu SM tidak berpikiran apa-apa dan yakin anaknya normal. Ketika berumur 36 hari, anak setiap satu minggu mengalami panas, sehingga setiap seminggu dua kali SM memeriksakan anaknya ke puskesmas. Penyakit tersebut mempengaruhi tumbuh kembang anak yang sampai berumur dua tahun belum bisa jalan.

Anaknya memiliki nafsu makan yang banyak namun badannya tetap kurus, sehingga dokter puskesmas menyarankan untuk membawa anaknya ke rumah sakit. Hasil pemeriksaan di rumah sakit menyatakan ada flek di paru-paru dan akan mengalami keterlambatan fisik dan mental. SM mengetahui kondisi anaknya setelah diperiksa dokter.

Anaknya agak susah diberitahu dan ketika menginginkan sesuatu tidak bisa dicegah. SM pada dasarnya tidak tertekan, namun terkadang SM berada titik kesabaran yang rendah, sehingga ketika stres menghadapi anaknya SM menakut-nakuti anaknya akan pergi meninggalkan anaknya sehingga anaknya takut dan menurut apa yang dikatakan SM. Butuh kesabaran untuk menghadapi anak yang memiliki retardasi mental. SM yang mencoba mendapatkan kesenangan dan menghindari stres sering dengan curhat kepada tetangga tentang perilaku anaknya, dan perasaan SM agak lega ketika sudah bercerita dengan tetangganya.

SM yang tidak bisa mengikuti kegiatan PKK atau pengajian. SM hanya ikut arisan sebulan sekali dan ngobrol dengan tetangga, waktu untuk anaknya sudah sangat banyak menyita waktu, lebih penting mengurusinya karena anak retardasi mental membutuhkan waktu yang lebih dibanding anak biasa. Sedangkan aktifitas yang membuat SM bahagia adalah saat kumpul-kumpul di sekolahan, karena ketemu dengan banyak - lain yang sedang menunggu anaknya di sekolah, SM bisa saling curhat, tukar pikiran dan membesarkan hati satu sama lain.

Ketika anaknya rewel SM mengajak anaknya jalan-jalan membeli makanan kesukaan anak. SM memiliki orientasi kebahagiaan dengan bersyukur atas keberadaan anaknya yang retardasi mental, karena semua pemberian Allah SWT butuh dijaga dan disyukuri. SM menerima apa adanya keberadaan anaknya, karena putrinya merupakan pemberian dan titipan dari Allah SWT, hal terpenting bagi SM adalah sabar dan tawakkal dalam menghadapi ujian. SM juga sangat sayang dengan anaknya. SM memberikan perhatian penuh dan sabar menghadapi setiap sikap dan tingkah laku.

SM awalnya merasa Allah SWT tidak adil, namun seiring perjalanan waktu hal tersebut tidak ada, SM bersyukur dan pasrah atas ketentuan Allah SWT. SM bahkan mengarahkan pola pendidikan anaknya ke arah kemandirian dengan cara merawat dan mengurus dirinya sendiri seperti caranya mencuci baju yang benar, menyapu atau cuci piring.

SM menganggap keberadaan anaknya yang retardasi mental menjadikan Allah SWT telah melancarkan rezekinya, Semenjak ada putrinya rezeki datangnya dari manapun pasti ada. Banyak orang yang mendonasikan bantuan kepada anaknya melalui kakaknya yang ada di di Jogjakarta, sehingga kehadiran anaknya memiliki makna tersendiri bagi SM.

#### Makna happiness subjek 2

Subjek 2 (SM)

Faktor yang mempengaruhi:

- Rasa syukur
- Rezeki yang lancar
- Agama dan kepercayaan pada Tuhan



### c. Subjek 3

SA mengetahui bahwa akan memiliki anak retardasi mental waktu dulu awal ketika di Rumah Sakit setelah anaknya lahir. Dokter mengatakan kalau anaknya akan mengalami keterlambatan perkembangan, hal ini terbukti tidak bisa miring ketika berumur tiga bulan dan waktu umur satu tahun belum bisa duduk bahkan sampai umur tiga tahun belum bisa bicara. Perkembangan yang lambat tersebut menjadikan SA memahami bahwa anaknya membutuhkan penanganan khusus. Perkembangan yang lambat tersebut menjadikan SA mengalami kesedihan dan kebingungan pada awalnya.

SA ketika memiliki anak retardasi mental yang susah diberitahu dan suka memberontak terhadap sesuatu dan tidak bisa diganti dengan yang lain. Anaknya mengalami obesitas, sehingga menjadi masalah tersendiri dalam mendidik dan mengasuh. kebiasaan anaknya akan rewel ketika minta makan, padahal kalau makan terus tidak baik untuk tubuhnya. Oleh karena itu, butuh kesabaran yang tinggi untuk menghadapi anaknya. SA dalam menghindari stres dilakukan dengan jalan-jalan naik motor, terkadang juga mengajak anaknya yang sangat bahagia kalau naik motor. Melihat anaknya bahagia SA juga bahagia.

Di sela kesakan mengurus anaknya SA dapat memiliki kegiatan di masyarakat dengan mengisi workshop tentang handycraft, sedangkan untuk aktif PKK atau pengajian tidak bisa, karena anaknya hiperaktif, jadi tidak bisa setiap saat ditingal-tinggal. Dengan meluangkan waktu

yang lebih pada anaknya SA yang melakukan aktifitas yang membuat bahagia dengan berkreasi handycraft, kesukaan terhadap handycraft terjadi karena di sela waktu merawat anaknya.

SA juga punya warung kopi, sehingga bungkus kopi kapal api yang sudah tidak terpakai itu dianyam untuk kerajinan seperti yang ada di sosial media. SA belajar handycraft secara otodidak dari youtube. Warung-warung lainpun juga diminta tolong untuk bungkus kopinya disendirikan agar bisa diambil daripada di buang. Kegiatan ini membuat SA bahagia disela mengasuh anaknya yang retardasi mental.

Anak SA biasanya rewel karena masalah makanan karena dalam masa program diet, jadi dibatasi makannya dan itu membuat anak marah. Saat marah anaknya menakutkan, suka membanting barang, ketika anak sedang marah SA memberi sedikit makanan dan mengelus- mengelus anaknya atau di kasih telepon buka youtube langsung diam dan tenang. Sebenarnya SA takut kalau anaknya sakit mata karena banyak nonton youtube, maka SA membatasi intensitas menonton youtube dengan cara dimatikan datanya dan dialihkan untuk menonton televisi.

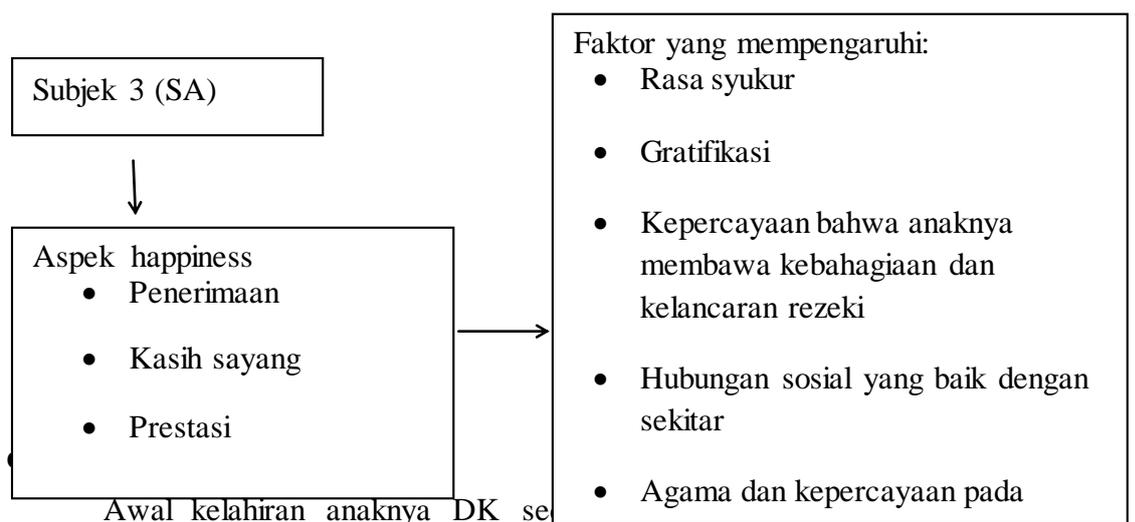
SA menerima keberadaan anaknya karena merupakan hadiah dari Allah SWT, meskipun terkadang jengkel dan bingung karena ada tetangga yang marah-marah ketika menangis karena tangisan anaknya berisik dan teriak-teriak, sehingga SA sering bertengkar dengan tetangganya tersebut. Lebih dari itu keberadaan anaknya merupakan anugerah yang perlu dijaga dan sayangi dengan keikhlasan, karena memahami bahwa semua ada hikmahnya. SA awalnya berfikir Allah SWT tidak adil padanya, namun sekarang pikiran tersebut sudah tidak ada. SA lebih bersyukur kepada Allah SWT dan ketetapan Allah ada hikmah dibalikannya.

SA meskipun memilikianak retardasi mental tetap mampu mengembangkan prestasi dari bakat yang dimilikinya yaitu dengan menjadi ahli *handycraft*, SA sering mengisi workshop, terakhir mengisi workshop di SMK N 2 Blora. Pernah juga dapat undangan

acara ulang tahun Sampoerna dengan mengisi pameran di Bali. Ketika adanya artikel koran Jawa Pos dan masuk dalam pemberitaan di RCTI , order *handycraft* buatan SA semakin banyak. Selain itu, SA membangun pola pendidikan dengan mengajarkan disiplin seperti membatasi dalam main HP dan tepat waktu dalam makan. SA juga mengembangkan bakat anaknya dengan mengajari pembuatan kerajinan daur ulang dan handycraft.

SA bahagia dengan keadaan sekarang karena kehadiran anaknya hadiah dari Allah SWT dan wujud kebahagiaan yang tak terhingga, karena kehadiran anaknya menjadikan rezekinya bertambah lancar. Pernah suatu kali ketika SA jengkel sama anaknya dan SA memukul anaknya pasti warung kopinya sepi, tetapi kalau SA adem ayem pasti warungnya ramai.

### Makna Happiness Subjek 3



Awal kelahiran anaknya DK mengalami retardasi mental. DK mengetahui anaknya mengalami retardasi mental ketika anaknya disekolahkan di SD biasa, tetapi gurunya merekomendasikan pindah di SLB, karena anaknya tidak bisa mengikuti pelajaran seperti temannya yang lain, selain itu anaknya juga sering kejang-kejang. Perkembangan anaknya tersebut

menjadikan DK sedih namun diterima dengan ikhlas

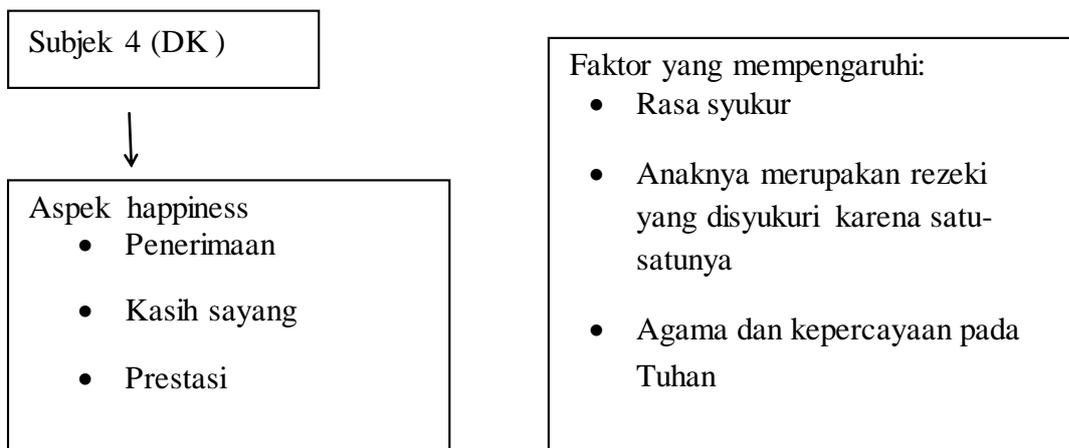
DK merasa kesulitan ketika anaknya rewel sangat susah untuk beritahu dan nasihati, seperti ketika disuruh mandi sangat susah, sehingga terkadang membuat DK jengkel dan stres. Untuk mengatasi anaknya yang rewel DK diam saja dan tidak mau bicara, sampai anaknya menghampiri.

DK memiliki cara untuk bahagia dan menghindari stres dengan main keluar rumah atau terkadang ke tetangga untuk sekedar cerita-cerita, ketika ke rumah tetangga pasti anaknya mencari DK. Selain itu, DK hanya bisa berkegiatan dengan masyarakat dengan kumpulan sama tetangga tidak bisa mengikuti PKK atau pengajian karena waktu sudah banyak tersita untuk mengasuh anaknya. DK juga melakukan aktifitas yang membuat bahagia dengan kerja, menyapu, masak, dan bersih-bersih, kegiatan tersebut stres yang dialami DK hilang dengan sendirinya DK juga bersyukur telah diberi anaknya yang retardasi mental karena anak satu-satunya, harus diterima dengan bersyukur dan tawakkal. DK menerima kehadiran anaknya karena merupakan anugerah dan titipan dari Allah.

Anak DK pernah dibius oleh dokter untuk rekam otak, namun yang terjadi anaknya tidak tidur dan malah muntah-muntah sehingga mengganggu perkembangan. Anaknya juga sering sering kejang-kejang. Berbagai peristiwa yang dialami anaknya menjadikan DK tidak pernah mengeluh karena empat belas tahun menikah baru dikaruniai anak.

DK menunjukkan kasih sayang dengan memberikan pembelajaran di rumah seperti mewarnai buku dari sekolahan, mengajari anak membaca dan menulis dengan penuh perhatian. DK yang juga bahagia dengan kehidupan yang sekarang ketika memiliki anak retardasi mental karena kasih sayang dan kedekatan dengan anak semakin kuat.

Dinamika Psikologi Subjek 4



**e. Subjek 5**

SW yang memiliki anak retardasi mental menyatakan dulu waktu anaknya berumur dua tahun SW sudah mulai curigakarena belum berbicaradan berjalan. Berbeda dengan kakaknya yang umur satu tahun sudah bisa berjalan dan berbicara. Keterlambatan perkembangan terjadi karena waktu akan melahirkan SW pingsan dan anak dalam kandungan sudah keracunan kawah, sehingga lahir dalam keadaan biru dan tidak bisa menangis sampai berjam-jam. Anaknya juga mengalami batuktidak berhenti sampai berbulan-bulan sampai akhirnya dibawa ke rumah sakit. Dokter spesial anak mengatakan kalau berumur setahun belum bisa berbicara seperti teman-temannya yang lain, responnya lambat, dan bahkan sampai umur empat tahun belum bisa berjalan maka kondisinya mungkin anak akan mengalami retardasi mentalSW sangat sedih dengan keadaan anaknya.

SW mengalami kesulitan ketika memiliki anak retardasi mental, karena anaknya sangat susah diberitahu dan lebih cenderung semaunya sendiri.Terkadang SW sering bertengkar dengan tetangga, karena anak tetangga tersebut sering menghina dan menjadikan anaknya marah.Anaknya yang badannya besar, tubuhnya tinggi besar pasti langsung melawan anak yang menghinanya. Oleh karena itu, SW sering bertengkar dengan tetangga gara-gara anaknyadipukul. Namun

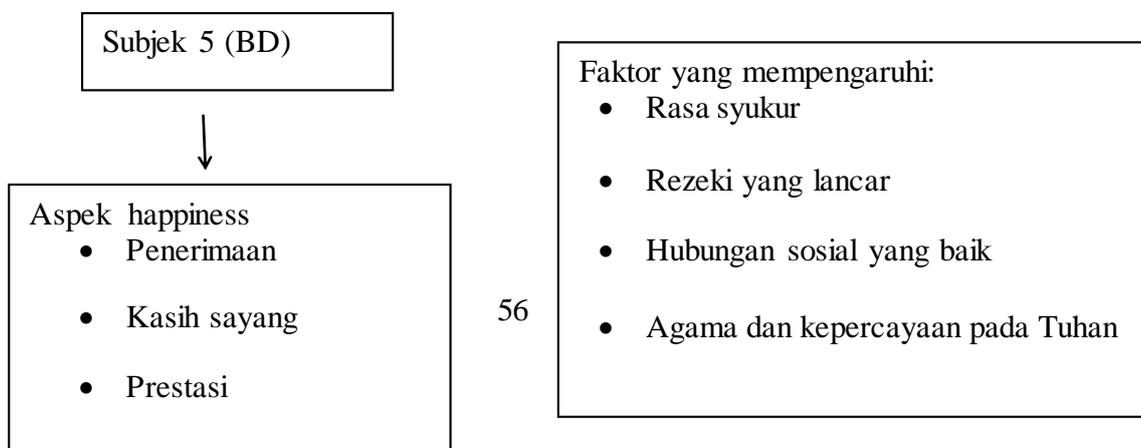
sejak anaknya masuk SMP sudah mulai bisa meredakan emosi.

Butuh kesabaran, kelembutan untuk mengasuh anak yang memiliki retardasi mental, bukan penghinaan. Terkadang SW pergi dengan sepeda motor dan makan mie ayam atau bakso sendirian dalam waktu yang lama untuk meredakan stres. Ketika sampai di rumah anaknya sudah menunggu di depan pintu dan meminta maaf karena merasa membuat SW marah.

Selain aktifitas tersebut SW terlibat aktif dalam aktivitas sosial di masyarakat dengan menjadi ketua BPD dan KPM, dan Kader Pembangunan Masyarakat. Namun prioritas utama adalah mengasuh anaknya. Ketika ada kegiatan sosial maka diasuh kakaknya atau saudara yang tinggal dekat rumah. SW juga terkadang ke rumah tetangga yang memiliki anak yang sama dengan anaknya untuk bercengkrama, saat SW melihat anak tetangganya dan anak tetangganya tidak bisa mengurus diri sendiri, sedangkan anaknya bisa, menjadikan SW bersyukur dan bahagia dengan keberadaan anaknya

SW bersyukur telah diberi anak yang retardasi mental yang merupakan titipan Allah SWT. SW sudah mengetahui anaknya bermasalah dengan perkembangannya, jadi SW juga merancang cara pengasuhan anaknya di masa depan. SW menerima keberadaan anaknya dengan ikhlas dengan tetap ikhtiar agar perkembangan fisik dan mental menjadi lebih baik melalui terapi-terapi. SW menunjukkan sikap kasih sayangnya dengan menemani anaknya ketika main air, anaknya suka mencuci baju bahkan SW membuka usaha *laundry* untuk mengembangkan kesenangan anaknya, sehingga setiap hari anaknya dengan suka hati membantu usaha *laundry*.

#### Makna Happiness subjek 5





**f. Subjek 6**

KN yang memiliki anak yang mengalami retardasi mental. Anaknya tidak bisa berkembang normal seperti temannya yang lain. Namun, meskipun sedih, KN tetap ikhlas menerima dan mendidik anaknya. KN tidak berfikir untuk mencari kesenangan atau menghilangkan stres ketika memiliki anak retardasi mental, karena pada dasarnya apa yang dialami masih ada yang orang lain yang lebih berat mengalaminya. KN menerima dengan ikhlas keberadaan anaknya, mengasuhnya adalah kebahagiaan yang tak terhingga dan wujud rasa syukur.

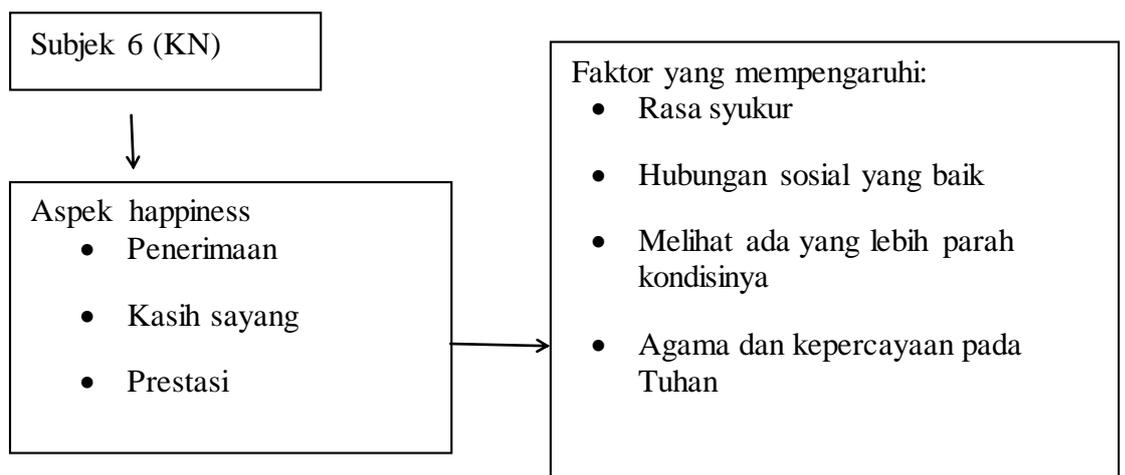
Karakter anaknya seperti anak yang lain, hanya saja komunikasinya yang susah. Sekarang saja anaknya masih susah dalam menulis dan membaca tapi suka dalam mewarnai, menyukai hewan seperti kambing, dan lembu. Anaknya sudah bisa menggosok gigi, mandi sendiri, makan sendiri, dan naik sepeda juga bisa. Tidak mudah marah, namun hanya mengalami kesulitan dalam belajar sehingga butuh kesabaran untuk terus membimbingnya.

KN terlibat aktif dalam pengajian ketika masih tinggal di Sawahan dan hanya ikut PKK ketika bertempat tinggal di rumah barunya, karena kegiatan PKK tersebut tidak setiap hari jadi tidak mengganggu waktu untuk mengasuh anaknya yang retardasi mental. KN juga memiliki orientasi kebahagiaan yaitu bersyukur telah diberi anak yang retardasi mental, meskipun pada awal-awal kehadiran tidak bisa menerima dan sering menyalahkan diri sendiri, tetapi seiring berjalan waktu menjadikan KN tambah bersyukur dan menerima

dengan ikhlas bahkan semakin sayang dengan anaknya.

KN juga menerima anaknya dengan ikhlas karena merupakan titipan dari Allah SWT. Selain itu keberaan anaknya adalah kesalahannya, Dokter sudah melarang untuk tidak hamil lagi karena anaknya sudah dua, KN termasuk terlambat memiliki anak, delapan tahun setelah menikah baru memiliki anak. Anak pertama lahir tahun 1998 dan anak kedua lahir 2001 dan yang terakhir lahir 2005. Selain bersyukur atas keberadaan anaknya, KN juga melakukan ikhtiyar dengan melakukan terapi bagi dari usia dua bulan sampai lima tahun di Magelang. Dalam perkembangannya, setelah bergaul dengan - lain yang menyekolahkan anaknya di SLB, menjadikan KN lebih menerima karena masih banyak masalah yang dihadapi setiap orang dan mereka menerima dengan ikhlas. Hal ini didukung juga dengan keikhlasan suaminya yang menerima sejak awal dengan sabar dan penuh keikhlasan dalam mengasuh.

#### Makna Happiness subjek 6



## Subjek 7

SK yang memiliki anak FR merupakan hasil adopsi dari adiknya, ketika adiknya bercerai dengan suaminya, adopsi dilakukan secara resmi pengadilan ketika berumur tiga bulanan. Sebelum SK adopsi, suami SK sudah mengingatkan SK, bahwa untuk berfikir ulang untuk mengadopsi karena ayah kandung FR punya depresi kambuhan, tetapi SK memiliki prinsip anak itu suci sejak lahir dan juga nanti tergantung bagaimana didikannya.

SK mengetahui adanya kelainan pada FR ketika duduk di bangku TK karena berbeda dengan teman seumurnya, bicaranya agak susah, meskipun masalah jalan tidak telalu terlambat. FR disekolahkan di TK Favorit tetapi ternyata tidak seperti yang diharapkan, akhirnya FR dipindah di SLB sesuai saran Paman SK. Awalnya SK takut memindahkan FR ke SLB, takut di SLB tidak bias berkembang, tetapi ternyata di SLB FR malah lebih baik dan FR sudah mulai bisa membaca sedikit-sedikit. Meskipun sedih dengan perkembangan yang dialami FR, namun SK tetap bersyukur pemberian Allah SWT .

SK mengalami kesulitan ketika memiliki anak retardasi mental dan sering stress menghadapi perilaku anaknya. Suami SK yang sangat berperan dalam menenangkan SK, tetapi karena keterbatasan mentalnya yang seperti itu. SK ketika capek terkadang menangis sendiri, untuk menghilangkan stres dan memperoleh kebahagiaan dengan cara tidur .

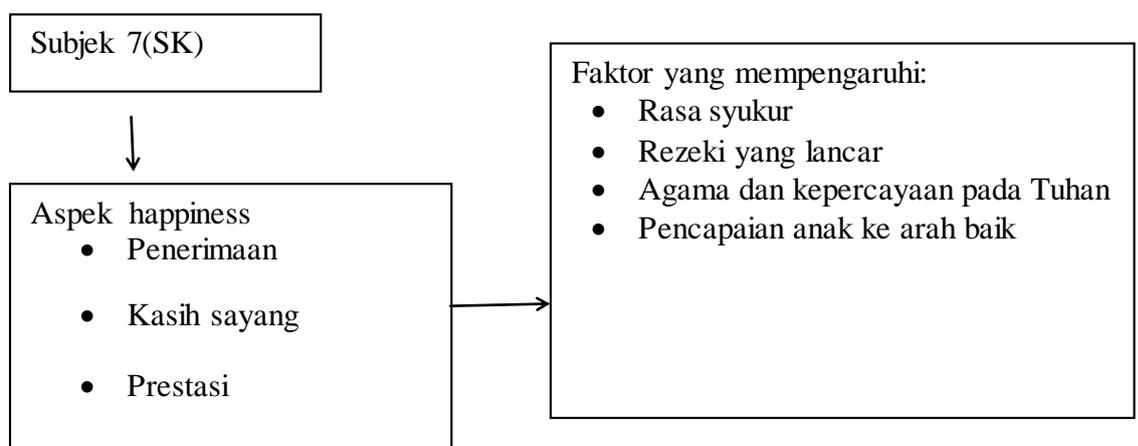
SK yang merupakan seorang pengajar di pagi hari dan terkadang menjadi guru les di siang hari mengajak anaknya di sekolah, ketika tidak ada jadwal les maka SK pulang untuk mengajak anaknya tidur siang, sehingga aktivitas kegiatan sosial seperti PKK dan pengajian tidak bisa datang secara teratur.

SK juga menerima dengan ikhlas karena anaknya merupakan rizki

yang diberikan kepada SK. SK yang menginginkan memiliki anak sendiri sampai sekarang tidak memiliki anak kandung, sehingga kehadiran FR adalah anugerah yang harus disyukuri. Begitu juga SK yang menunjukkan sikap kasih sayang dengan perhatian terus menerus terhadap perkembangan, sikap dan perilaku FR. SK mengajarkan untuk mengatakan terima kasih jika menerima sesuatu dan meminta maaf jika bersalah, agar menjadi kebiasaan dalam hidup FR.

SK merasa yakin Allah SWT punya rencana, tidak boleh suudzon dengan Allah SWT, kehadiran FR terdapat makna tersendiri dalam keluarganya. Perkembangan yang dimiliki FR adalah anugerah yang dapat membuat kehidupan keluarga SK berarti, selain itu kehadiran FR membuat rizki keluarga SK semakin berlimpah dari mana saja datangnya. SK yang sudah komitmen dari awal tidak mengadopsi anak sembarangan, sehingga ketika mengadopsi FR, dilakukan melalui proses ke pengadilan. Keberadaan FR adalah kebahagiaan bagi SK, meskipun ada kekurangan namun kehadiran FR begitu berarti bagi SK.

#### Makna Happiness subjek 7



#### h. Subjek 8

EK yang memiliki anak retardasi mental bernama. EK memiliki

kelainan ketika berumur satu tahun, karena perkembangannya tidak seperti kakak-kakaknya, saat berdiri biasanya gemetar, hal ini yang membuat EK sedih. Begitu juga ketika masih sekolah di TK umumbicara masih sulit, akan tapi semenjak dimasukkan di SLB mulai ada perkembangan, anaknya sudah bisa mewarnai dan menempel gambar.

Meskipun EK sedih namun tetap bersyukur, karena anaknya adalah anugerah Tuhan yang harus dijaga dan disayangi EK juga mengalami kesulitan ketika memiliki anak retardasi mental, karena anaknya karakternya susah diatur dan diberitahu. Ketika EK mengalami stres dalam menangani anaknya, EK berpura-pura mengambil tas dan memasukkan baju satu Meskipun anaknya susah dikasih tahu namun EK sangat sayang, memang dtuhkan kesabaran menghadapi anak yang memiliki retardasi mental.

EK dalam mendapatkan kesenangan dan menghindari stres dengan cara menonton TV atau bersih-bersih rumah, karena ketika keluar rumah, akan menjadikan anaknya rewel, karena anaknya tidak suka ditinggal, ketika EK terlihat capek dan marah, maka wajah EK kelihatan marah dan anaknya tahu kondisinya, sehingga anaknya mendekatinya dan migitin EK, anaknya pintar mengambil hati EK, itu sudah membuat EK bahagia.

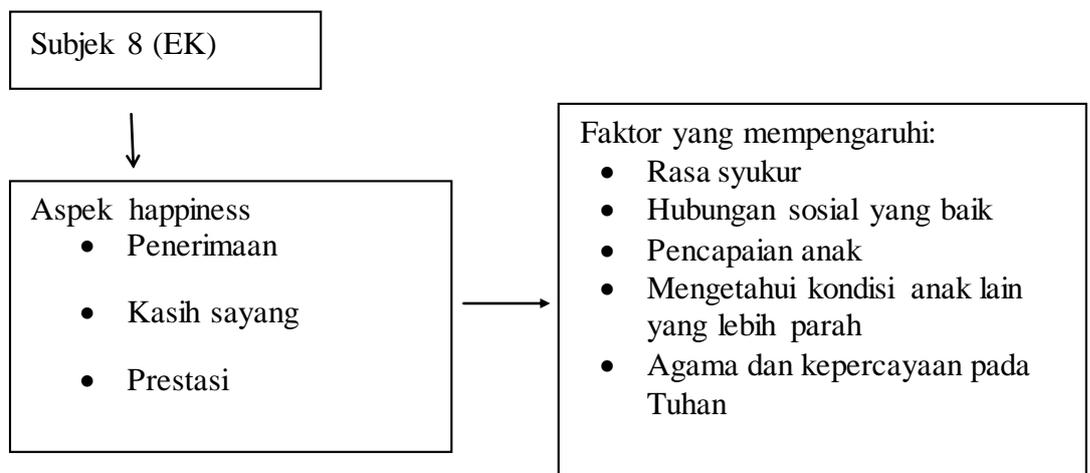
EK juga tidak aktif dalam kegiatan kemasyarakatan dan banyak di rumah saja menjadi rumah tangga, dan hanyamain ke tempat tetangga. Namun terkadang ikut pengajian seperti tahlilan yang dilakukan setiap dua minggu sekali, anaknya susah kalau ditinggal EK melakukan aktifitas yang membuat bahagia dengan jalan-jalan, ketika di rumah nonton TV dan ke tempat tetangga untuk bercengkrama.

EK juga bersyukur dengan keberadaan anaknya karena titipan dan anugerah Allah SWT, selain itu juga setelah masuk di SLB Negeri Blora, EK melihat masih banyak anak yang lebih parah kondisinya dalam hal perkembangan mental, sehingga EK semakin bersyukur atas

keberadaan anaknya dan menyayangi anaknya dengan sepenuh hati.

EK dulunya merasa Allah SWT tidak adil karena diberikan anak yang berbeda dengan kakak-kakaknya, padahal kakak-kakaknya normal tidak bermasalah, tetapi anaknya yang retardasi mental adalah pemberian yang tentunya ada hikmahnya dan harus diterima dengan ikhlas. EK berusaha merasa bahagia dengan kehidupan yang sekarang ketika memiliki anak retardasi mental, anaknya memiliki empati yang bagus yang membuat EK sangat bahagia.

#### Makna Happiness subjek 8



### 1. Perasaan Awal Orang Tua yang Memiliki Anak Retardasi Mental

Awalnya SP merasa anaknya normal seperti anak yang yang lain. Akan tetapi anak SP mengalami keterlambatan dalam berbicara. Hal ini membuat SP sangat sedih di awal kelahiran anak. SP mengetahui bahwa anak memiliki perkembangan yang lambat dan melakukan coping religius dengan memasrahkan kepada Tuhan.

*“Masa perkembangan baik badannya ya gemuk ya sehat tapi berjalan lambat saya timang-timang itu ya baik paling batuk pilek biasa lagi jenenge perkembangan anak ya mbak, terus saya itu sedih banget*

*seolah-olah piye iki kaleh bapak e kaleh mbak-mbak e nggeh kan.... Hati saya deg gitu, Pak Dokter bilang gitu saya jadi kepikiran, sedih mbak”(W.S1.1)*

Hal yang sama juga dialami oleh SM yang memiliki anak retardasi mental. SM bingung dan pasrah karena mengetahui kondisi anaknya yang sering sakit dan lambat dalam perkembangan. Subjek mengetahui kondisi anak setelah lahir. Setelah mengetahui kondisi perkembangan anak yang lambat subjek coping religius

*“Anak saya ternyata ada flek di paru-paru terus juga dokter nya bilang kalo perkembangannya anak saya lambat, ya sa ya waktu itu cuma bisa pasrah dan berdoa mbak” (W.S2.1)*

Begitu juga yang dialami SA yang memiliki anak retardasi mental menyatakan bahwa, perkembangan yang lambat tersebut menjadikan SA pengertian bahwa anaknya membutuhkan penanganan khusus. Hal ini membuat perasaan SA sangat sedih dan bingung.

*“Dokter bilang anak saya nanti perkembangannya akan terlambat Mulai waktu itu lebih saya telatni lebih saya perhatikan lagi kenapa bisa telat. Tapi sebenarnya waktu dari kandungan udah keliatan mbak, umur sembilan bulan itu belum lahir waktu lahir itu badannya hitam terus juga gak nangis.. ya saya nangis terus juga bingung saat itu kenapa anak nya seperti ini.” (W.S3.1)*

DK yang memiliki anak retardasi mental juga sedih ketika mengetahui anaknya mengalami retardasi mental. Terlebih DK mengetahui tentang kondisi anaknya setelah masuk SD. Perkembangan anaknya yang lambat menjadikan DK sedih namun diterima dengan ikhlas.

*“Ya sedih mbak, awalnya kan sekolah di SD biasa tapi gurunya nyuruh pindah di SLB saja karena tidak bisa mengikuti pelajaran ini di sini juga yang biayain guru SD nya dulu itu mbak, ini juga masih berobat jalan kan dia punya kejang-kejang gitu” (W.S4.1)*

Dari berbagai informasi yang diberikan oleh orang tua yang

memiliki anak retardasi mental merasa sedih dan tidak menyangka apa yang dialami oleh anaknya, kekurangan yang dimiliki anaknya menjadikan setiap orang tua pada awalnya tidak menerima, namun seiring berjalannya waktu kekurangan tersebut dapat diterima oleh orang tua dengan ikhlas dan lebih mendahulukan kasih sayang karena anak merupakan anugerah dari Tuhan. Mereka pada akhirnya menerima kekurangan yang dimiliki anak tersebut dengan keikhlasan.

## **2. Kesulitan yang Dialami Orang Tua yang Memiliki Anak Retardasi Mental**

Merawat anak retardasi mental tidaklah mudah. Ada kesulitan yang dialami oleh yang memiliki anak retardasi mental. Di bawah ini peneliti jabarkan kesulitan yang memiliki anak retardasi mental:

SP dalam mengasuh anaknya dengan penuh kesabaran, lembut, dan penuh kasih sayang. SP mampu mengatasi kondisi anak yang sering tantrum. Hal ini merupakan aspek kasih sayang dari happiness.

*“Ngurusin anak ini pertama harus sabar, lembut, kalo dia dikerasin malah berontak mbak.. dielus.. ketiga keempat e semisal gak cocok bakal ngamuk, semisal melangkah apa harus ditegur disapa nek gak cocok ngamuk tapi dengan sendirinya dengan orangtua ya bisanya gak ngamuk ya dirayu malih, kulo ngoten mbak.. jadi itu harus mempunyai sabar sabar dan sabar sepenuhnya”*(W.S1.2)

SM memiliki kesulitan mengatur anaknya agar mau mendengarkan SM. SM pada dasarnya tidak tertekan, namun terkadang SM berada titik kesabaran yang rendah, sehingga ketika stres menghadapi anaknya SM memilih untuk mengancam akan meninggalkan anaknya. SM masih memiliki kesulitan dalam berkomunikasi dengan anaknya.

*“Anaknya ngotot mbak kalo udah ngomong A ya A. Kalo merasa tertekan sih engga ya mbak tapi kalo udah stres apa saya ngerasa budreg saya giniin, hayo jangan nakal nanti ditinggal loh kamu biar di rumah sendiri, terus saya kan keluar nah dia itu nyariin saya sambil teriak gitu*

*mbak*”(W.S2.2)

Kesulitan yang dialami SA ketika memiliki anak retardasi mental yang juga menderita obesitas, sehingga menjadi masalah tersendiri dalam mendidik dan mengasuh anaknya yang suka makan. Ketika mengontrol makanan anaknya akan marah dan tantrum.

*“Kesulitannya ya itu karena mereka itu kan di bilangin ngeyel gitu ya. Terus juga sulitnya kadang saya bingung harus mendidiknya seperti apa lagi. Dia kan obesitas badannya gede banget lebih gede dari saya karena dia suka makan”* (W. S3.2)

Kesulitan yang dialami DK ketika memiliki anak retardasi mental adalah saat tantrum sangat susah untuk dinasihati. Anak juga sangat susah disuruh mandi, sehingga terkadang membuat DK sangat tertekan.

*“Ya itu mbak kalo dia lagi rewel apa susah di bilangin, semisal dia di suruh mandi gitu tapi nggak mau mbak. Jadinya kadang saya jengkel sendiri saya diemin ntar dia tiba-tiba nyamperin saya sendiri”*(W.S4.2)

SW juga mengalami kesulitan ketika memiliki anak retardasi mental karena anaknya sering bertengkar dengan tetangga saat marah anaknya langsung memukul anak yang menghina dan menggangukannya. Jadi tindakan itu membuat SW sering bertengkar sama tetangga dan hubungan SW dengan tetangga tidak baik.

*“Ya kadang itu mbak susah di bilangin, terus juga saya itu sering bertengkar sama tetangga saya, kan anaknya ngehina ya marah, dia itu paham kalo dihina apa diejek gitu dia marah. kan badannya besar. Jadi saya itu sering bertengkar sama tetangga saya. Tetangga saya sering ngelabrak saya karena anaknya di pukul jotos sampe nangis mbak. Tapi itu dulu mbak, sejak masuk SMP sudah mulai bisa meredakan emosi.”*(W.S5.2)

KN memiliki anak yang masih sulit diajak berkomunikasi. Meskipun begitu, anaknya memiliki kontrol emosi yang baik dan kecerdasan emosi yang baik.

*“Sementara waktu kecil itu ya biasa, ndak ada masalah cuman*

*komunikasi yang susah.”(W.S6.3)*

SK mengalami kesulitan dalam mengasuh anak retardasi mental dan sering stres menghadapi perilaku anaknya. Suami SK sangat berperan dalam menenangkan SK saat stres. meskipun kondisi anak seperti itu, FR merupakan anak yang jarang rewel.

*“FR jarang rewel kok mbak, dia itu nangis kalo sakit hati kalo jatuhpun itu cuma bilang haduh gitu aja tidak nangis tidak apa.” (W.S7.6)*

EK juga mengalami kesulitan ketika memiliki anak retardasi mental karena anaknya susah diatur dan diberitahu. Ketika EK mengalami stres dalam menangani anaknya, EK berpura-pura mengambil tas dan memasukkan baju satu dan bilang sama anaknya kalau EK akan pergi meninggalkan anaknya.

*“Dia susah dibilangin mbak, kadang kalo saya ikutan kesel juga saya ambil tas terus baju satu, nek ndak bisa di bilangin ikut mbak yana aja, saya bilang gitu ke dia mbak, ojo buk ojuo aku gak nakal maneh buk, dia bilang gitu yaudah diem”(W.S8.2)*

Orang tua yang memiliki anak retardasi mental, secara umum mengalami kesulitan dalam mengasuh dan membimbing, karena anak memiliki keterbatasan pemahaman jadi kurang mampu untuk menyampaikan masalah, sehingga hal ini menyebabkan sering tertekan. Selain itu, ketika menginginkan sesuatu harus dituruti sesuai kemauannya sehingga menjadikan setiap orang tua stress, namun kasih sayang dan kesabaran menjadi modal berharga dalam mengasuh dan mendidik anak yang memiliki retardasi mental, sehingga anaknya dapat tumbuh dengan baik.

### **3. Cara Orang Tua Menghindari Stres Ketika Memiliki Anak Retardasi Mental**

Setiap orang tua yang memiliki anak retardasi mental tentunya memiliki cara untuk menghindari stres dan berbahagia, dapat peneliti gambarkan cara setiap orang tua sebagai berikut:

SP dalam menghindari stress dengan melakukan coping religius dan menunjukkan kasih sayang pada anak dan memotivasi diri sendiri untuk dapat berdamai dengan stres

*“ngajak diarefreshing jalan-jalan udah gitu aja, dia saya belikan sosis gitu udah seneng, kalau dia seneng saya atine seneng mbak.. Tapi kalo semisal budrek lagi kumat ya saya nek nuju ngeten Ya Allah paringono sabar lan kuat momong anak e kulo teng atine kulo piambak dari mbak-mbak mas bapak udah nggak mau tau mbak.jadi saya ya nyemangatin diri sendiri mbak.”(W.S1.3)*

Berbeda dengan yang dilakukan oleh SM yang curhat kepada tetangga tentang perilaku anaknya.SM memiliki hubungan yang baik dengan tetangganyasehingga ketika SM sedih akan menceritakan masalahnya ke tetangganya.

*“saya itu bicara sama tetangga saya, curhat anak nakal gitu, terus tetangga saya bercanda gitu”(W.S2.3)*

DK memiliki cara untuk mendapatkan kesenangan dan menghindari stres dengan main keluar rumah, refresing, terkadang juga ke tetangga untuk sekedar cerita-cerita, ketika rewel pasti anaknya mencari DK untuk meminta sayang, cium pipi dan manja. Hal itu yang membuat DK sayang dan bahagia.

*“Ya saya jalan-jalan naik motor kadang saya ngajak dia juga. Dia itu happy kalo naik motor”(W.S3.3)*

Cara SW untuk mendapatkan kesenangan dan menghindari stres adalah pergi dengan sepeda motor dan makan mie ayam atau bakso sendirian dalam waktu yang lama menjadi. Ketika sampai dirumah anaknya sudah menunggu di depan pintu dan meminta maaf karena merasa SW marah. Cara ini mampu membuat hati SW lega dan merasa terlepas dari tekanan sejenak.

*“Saya pergi mbak bawa seperda motor nge-mie apa beli bakso sendirian luamaa banget baru pulang. Terus kalo nyampe rumah itu dia bilang gini mbak, ojo minggat a, saya pergi gitu mbak udah mau naik*

*sepeda motor itu dia melas banget mbak saya di tungguin di depan pintu sambil dia nangis gitu pas saya nyampe rumah gitu dia minta maaf mbak”(W.S5.3)*

Berbeda dengan yang dialami oleh KN yang merasa bahagia saat melakukan aktifitas sehari-hari. Berjualan dan beraktifitas membuat KN tidak merasa tertekan selain itu, KN terkadang mengajak anaknya jalan-jalan.

*“Saya jalan keluar kadang sendiri kadang ngajak anak.. kalo pas saya kerja gitu kan saya jualan baju itu stres nya hilang sendiri mbak”(W.S6.5)*

Lain halnya dengan SK yang melakukan coping stres dengan bercerita kepada suami

*“Kalo pas saya sedang stres itu mbak suami saya nenangin saya, bilang, malah suami yang mengingatkan saya”(W.S7.2).*

EK dalam mendapatkan kesenangan dan menghindari stres dengan cara menonton TV atau bersih-bersih rumah, karena ketika keluar rumah, akan menjadikan anaknya rewel, karena anaknya tidak suka ditinggal sendirian, ketika EK terlihat capek dan marah, anaknya pintar mengambil hati EK dan hal itu sudah membuat EK bahagia.

*“paling nonton tv apa bersih-bersih, soalnya kalo saya keluar itu pasti dia malah rewel, dia ndak suka di tinggal mbak.. terus kalo semisal saya lagi capek apa marah gitu kan keliatan wajah saya itu dia juga tau mbak, dia ngerasa, terus kadang dia itu deketin saya mijetin saya gitu mbak, dia itu bisa ngambil hati”(W.S8.3)*

Orang tua yang memiliki anak retardasi mental memiliki cara yang berbeda dalam mendapatkan kebahagiaan dan menghindari stres, ada yang pergi jalan-jalan keluar, makan, tidur dan curhat dengan tetangga, semua dilakukan orang tua pada dasarnya untuk menghilangkan kepenatan dan stres, namun kebahagiaan yang utama bagi orang tua yang memiliki anak retardasi mental adalah penerimaan terhadap keberadaan anaknya, ketika

anaknyanya mengikuti aturan dan bimbingannya adalah kebahagiaan yang tidak terhingga dan langsung menghilangkan stres.

#### **4. Keterlibatan dalam Aktivitas Sosial Orang Tua yang Memiliki Anak Retardasi Mental**

Orang tua yang memiliki anak Retardasi Mental tidak semua terlibat dalam aktivitas sosial di masyarakat. Terlebih anak retardasi mental membutuhkan penanganan khusus yang menyita waktu orang tua. Sebagaimana peneliti gambarkan sebagai berikut:

SP ingin aktif dalam PKK namun mengasuh dan mendidik anaknya membutuhkan menyita waktu sehingga kalau aktif dalam kegiatan sosial akan menjadikan anaknya terbengkalai. SP lebih mementingkan memperhatikan perkembangan anak daripada mengikuti kegiatan sosial.

*“saya pengen punya gerakan apa keskan sendiri yo kepingin tapi engko anakku terus piye nek di titip di titipno sopo, di pasrahke sopo.”(W.S1.4)*

Berbeda dengan SA yang dapat berkegiatan di masyarakat dengan mengisi *workshop* tentang *handycraft*, sedangkan untuk aktif PKK atau pengajian tidak bisa, karena anaknya *hyperaktif*, jadi tidak bisa ditinggal. Dengan meluangkan waktu yang lebih pada anaknya SA merasakan adanya kemajuan atas perkembangan anaknya.

*“Paling saya ngisi workshop tentang handycraft, kalo untuk kumpul PKK yang aktif atau pengajian enggak bisa mbak, karena anak ini kan juga hyperaktif jadi enggak bisa kalo di tinggal-tinggal. Dulu waktu awal masuk SLB, masuknya dia itu hyperaktif, autis, dan tunagrahita.”(W.S3.4)*

DK juga bisa berkegiatan dengan masyarakat dengan berkumpul dengan tetangga. Sedangkan kalau PKK atau pengajian tidak bisa mengikuti, karena waktu sudah banyak tersita untuk mengasuh anaknya.

*“Paling nggeh kumpul sama tetangga. Kalo PKK apa pengajian gitu ndak ikut mbak, di sana PKK nya nggak begitu aktif kok”(W.S4.4)*

Berbeda dengan SW yang terlibat aktif dalam aktivitas sosial di masyarakat dengan menjadi ketua BPD, KPM di desa, dan Kader Pembangunan Masyarakat. Namun prioritas utama adalah mengasuh anaknya. Ketika ada kegiatan sosial maka pengasuhan dititipkan pada saudara sekitar SW.

*“Kebetulan kan saya di sana jadi ketua BPD mbak, terus yang KPM itu di desa juga saya, Kader Pembangunan Masyarakat itu lho mbak itu juga saya, itu kegiatannya kalo di desa ya gitu”*(W.S5.4)

KN terlibat aktif dalam kegiatan PKK karena kegiatan tidak setiap hari jadi tidak mengganggu waktu untuk mengasuh anaknya.

*“Ikut pengajian waktu masih tinggal di Sawahan tapi ini di tempat baru saya ikutnya PKK”*(W.S6.6)

SK yang merupakan seorang guru dan terkadang menjadi guru les di siang hari. Ketika tidak ada jadwal les maka SK pulang untuk merawat dan mengurus anaknya, sehingga aktivitas kegiatan sosial seperti PKK dan pengajian tidak bisa datang secara teratur.

*“Saya pagi ngajar mbak, kadang kalo saya ngelesi kalo engga ya pulang saya ajak tidur siang itu pasti”*(W.S7.4)

EK tidak aktif dalam kegiatan kemasyarakatan dan banyak di rumah saja menjadi rumah tangga. Terkadang EK ke rumah tetangga atau ikut pengajian seperti tahlilan yang dilakukan setiap dua minggu sekali.

*“Di rumah saja rumah tangga biasa mbak, paling ya maen ke tempat tetangga gitu. Oiya kalo malem jumat itu ya kadang ikut pengajian apa tahlilan gitu mbak, soalnya Salwa agak susah kalo di tinggal”*(W.S8.4)

Keterlibatan orang tua dalam aktivitas sosial di masyarakat ketika memiliki anak retardasi mental menjadi sangat susah, karena anak-anak retardasi mental membutuhkan waktu yang lebih dalam membimbing dan mengasuhnya, sehingga menjadikan orang tuanya tidak sempat aktif dalam kegiatan sosial, meskipun ada beberapa yang tetap aktif, namun waktu utama diperuntukkan untuk anaknya.

## 5. Sikap Orang Tua Anak Retardasi Mental ketika Anak Tantrum

Orang tua yang memiliki anak retardasi mental tentunya akan mengalami anaknya rewel atau tantrum, berikut kegiatan yang dilakukan oleh orang tua ketika menghadapi anaknya yang rewel:

SP menghadapi anaknya dengan dirayu dengan ucapan halus dan memberikannya makanan yang disukai. Hal ini merupakan aspek penerimaan dengan menunjukkan kasih sayang pada anak.

*“Nek anak ribet utowo purik niku kulo rayu mbak, sakno mak e yo le kowe nyuwun opo e le nyuwun opo ngomong, tak pundutke duit terus tumbas jajan kaleh kulo mbak” (W.S1.5)*

SM ketika anaknya rewel mengajak anaknya jalan-jalan membeli roti bakar, karena roti bakar adalah kesukaan anaknya.

*“Ya kalo lagi rewel apa purik ya saya ajak jalan gitu mba kan kesukaannya roti bakar, duduk di rondan di gardu saya bilang gitu kan dia terus duduk sambil liat air, dirayu langsung mau, tapi ya susah-susah gampang mbak” (W.S2.5)*

anak SA rewel karena masalah makanan karena anaknya dalam program diet. SA kadang hanya memberi sedikit makanan dan mengelus-ngelus atau di kasih HP buka youtube langsung diam dan tenang.

*“Dia sering rewel kalo masalah makanan mbak, kan dia ini diet ya kalo marah kan serem, suka mbanting-banting barang ya akhirnya saya kasih dikit sambil saya elus-elus pundaknya, kalo engga gitu ya saya kasih hape buka nyoutube gitu langsung anteng, tapi kan kasihan matanya jadi saya batasin juga main hapenya saya matikan datanya terus saya alihkan dia ke tv tapi dia nggak marah karena sudah ada jam nya. Yang sering marah itu masalah makan” (W.S3.6)*

DK ketika anaknya rewel didiamkan saja sambil nanti lama-lama anaknya mendekati DK dan minta jajan.

*“Kalo rewel kulo diamke, nanti lama-lama dia deketin saya gitu nyamperin saya sambil senyum-senyum gitu mbak, terus kadang abis*

*ngambek gitu minta uang buat jajan”(W.S4.6)*

SW ketika anaknya Anaknya rewel, hal yang dilakukan adalah dengan bertanya kepada Anaknya kenapa rewel, SW merayu Anaknya mau minta apa, atau Anaknya diajak jalan-jalan.

KN mengatasi anaknya yang rewel dengan memarahi agar anak langsung diam.

*“Ya gitu paling saya marahi, tapi kadang langsung diem gitu. Nek nakal ndak mbak cuman kadang-kadang malah yang misah kalo lagi berantem”(W.S6.8)*

EK yang menghadapi anaknya ketika rewel dengan merayu dan ditanyakan mau minta apa. Jika anaknya mau jajan, maka diberikan jajan, kalau ingin main di alun-alun maka EK mengajak anaknya ke alun-alun. Setelah keinginan anaknya terpenuhi, maka biasanya anaknya langsung senang dan tidak rewel

*“Ya saya rayu.. saya tanyain mau minta apa.. kalo mau jajan ya saya belikan jajan.. pengen main di alun-alun ya saya ajak kesana”(W.S8.6)*

Orang tua yang memiliki anak retardasi mental, ketika anaknya tantrum atau rewel, telah mengetahui kelemahan dan cara mengatasinya sesuai dengan keadaan keseharian anak-anaknya, semua orang tua tahu kegiatan apa yang harus dilakukan agar anaknya tidak rewel baik diajak jalan-jalan, jajan, dirayu dan bahkan dinasehati, semuanya didasarkan atas prinsip kasih sayang dan lemah lembut agar anaknya tidak rewel.

## **6. Orientasi Kebahagiaan Orang Tua yang Memiliki Anak Retardasi Mental**

Orang tua meskipun memiliki anak retardasi mental tentunya memiliki orientasi kebahagiaan, dengan beban berat yang ditanggungnya karena perkembangan anak yang lambat, berikut oreintasi kebahagiaan pada orang tua:

SP yang merasa sudah tua dan anak-anaknya yang lain sudah

berkeluarga. Orientasi kebahagiaan SP adalah bersyukur dan menikmati atas keberadaan anaknya yang retardasi mental. Bagi SP kebahagiaan adalah kesehatan dan kesabaran yang diberikan Allah SWT.

*“saya sudah tua, bapak sudah tua, mbak-mbak sudah berkeluarga sudah mempunyai anak sendiri-sendiri, , ya dinikmati saja yang penting sehat dan di beri Allah kesabaran mbak”*(W.S1.6)

SM yang orientasi kebahagiaannya bersyukur atas keberadaan anaknya yang retardasi mental, karena SM berpikir bahwa semua pemberian Allah SWT butuh dijaga dan disyukuri. Selain itu keberadaan anaknya melancarkan rezeki

*“Alhamdulillah bahagia-bahagia saja mbak.. ya di syukuri saja”*(W.S2.11)

*“Ya semenjak ada anak memang Allah telah melancarkan rezeki saya itu udah keliatan benget itu, kerasa banget mbak, jadi semenjak ada anak rezeki datangnya dari manapun pasti ada, apalagi semenjak kakaknya lagi ada di Jogja kan banyak orang yang menolong lewat kakaknya itu tadi, bantu ngasih uang bilanginya buat jajan”*(W.S2.12)

Hal senada juga dikatakan oleh SA yang orientasi kebahagiaannya adalah bersyukur telah diberi anak yang retardasi mental. Bagi SA kehadiran anaknya sudah jalan yang terbaik yang Allah SWT berikan.

*“Saya berpikir bahwa ini sudah jalan terbaik yang Allah kasih buat saya, saya yakin semuanya pasti ada hikmah di baliknya, saya juga menerima”* (W.S3.7)

*“Saya menerima ya mbak yang namanya juga hadiah dari Gusti Allah. Tapi kadang saya jengkel itu ada tetanggnya saya suka marah-marah kalo pas lagi nangis kan berisik teriak-teriak, tetangga saya itu marah ya saya juga bingung yang namanya anak kayak gini gak bisa kayak anak yang lainnya terus juga dibilangin susah.”*(W.S3.8)

DK juga orientasi kebahagiaannya adalah bersyukur telah diberi anak yang retardasi mental karena anak satu-satunya jadi harus diterima dengan syukur dan tawakkal.

*“Apa ya.. ya saya bersyukur mbak, ini kan anak satu-satunya. Dikasihnya gini ya harus di terima opo enek e.”(W.S4.7)*

SW orientasi kebahagiaannya adalah bersyukur telah diberi anak yang retardasi mental. SW jarang mengeluh dan menerima dengan ikhlas kehadiran anaknya.

*“Saya mikirnya karena udah dikasih gini yasudahlah diterima saja orang ini kan juga titipan dari Allah. Saya juga jarang mengeluh yang gimana-gimana ya menerima saja di syukuri” (W.S5.5)*

KN juga memiliki orientasi kebahagiaan yaitu bersyukur telah diberi anak yang retardasi mental, meskipun pada awal-awal kehadiran tidak bisa menerima dan sering menyalahkan diri sendiri, tetapi seiring berjalan waktu menjadikan KN tambah bersyukur dan menerima dengan ikhlas bahkan semakin sayang dengan anaknya.

*“Saya berpikir bahwa ini titipan Allah, saya bersyukur mbak, juga ada anaknya yang kayak gitu mbak dulu waktu pertama saya tidak bisa menerima, saya ya Allah gusti kenapa gini gini gini gitu. kesalahan saya apa gitu waktu itu. tapi saya mulai menerima saat mulai masuk sekolah sekitar umur 7 tahunan” (W.S6.8)*

SK orientasi kebahagiaannya adalah bersyukur telah diberi anak yang retardasi mental, meskipun dari hasil adopsi. SK berfikir kalau memasuki masa tua kelak yang menjaga siapa, namun SK memasrahkan semuanya kepada Allah SWT.

*“Ya saya bersyukur mbak, meski di kasih anak seperti ini saya tetap bersyukur mbak, ini juga bukan dari orang lain ini dari adik saya sendiri, saya juga mikirnya nek aku tuo nanti bisa jaga aku.. gitu mbak” (W.S7.7)*

EK juga orientasi kebahagiaannya adalah bersyukur dengan kehadiran anaknya yang retardasi mental dan menyemangati diri sendiri untuk lebih sabar

*“Saya sering menyemangati diri saya sendiri mbak.. harus lebih sabar lagi harus sehat terus pokoknya pikirannya di bawa nyantai*

saja”(W.S8.7)

Orientasi kebahagiaan yang lakukan orang tua yang memiliki anak retardasi mental secara keseluruhan adalah rasa syukur dengan dititipi anak meskipun dalam keadaan retardasi, perjalanan waktu dalam mengasuh menjadikan semakin bersyukur dan semakin sayang dengan anaknya.

## **7. Sikap Orang Tua dalam Menerima Anak Retardasi Mental**

Orang tua ketika memiliki anak yang dalam keadaan retardasi mental tentunya memiliki sikap yang berbeda di antaranya:

SP pada dasarnya menginginkan dapat memiliki anak yang normal dan sempurna, namun anak adalah pemberian dan kehendak Allah SWT maka harus diterima dengan hati dan ikhlas. SP bersyukur karena masih ada anak yang lebih parah dari anaknya, sehingga SP sudah ikhlas dan juga bangga dengan kehadiran anaknya.

*“Saya di beri anugerah titipan itu saya terima dengan hati, dengan ikhlas, (SLB) malah ada yang lebih-lebih (parah) ada juga yang kurang-kurang. Kalo ada yang nanya ini kelas berapa sekolah dimana nggeh saya jawab ndak saya tutup-tutupi mbak. Saya sudah ikhlas saya juga bangga, ...capek ya istirahat kalo ndak capek ya berangkat lagi.”(W.S1.7)*

SM menerima apa adanya keberadaan anaknya karena merupakan pemberian dan titipan dari Allah SWT.

*“Menerimanya ya menerima karena memang sudah pemberian dari Allah diberi anak seperti itu ya diterima apa adanya gitu aja. Ayahnya ya sama saja yang penting sabar itu ujian gitu aja”(W.S2.7)*

SA yang menerima keberadaan anaknya karena merupakan hadiah dari Allah SWT. Meskipun terkadang jengkel dan bingung karena ada tetangga yang marah-marah ketika anaknya menangis, karena tangisannya berisik dan teriak-teriak. Sehingga SA sering bertengkar dengan tetangganya tersebut. Namun keberadaan anaknya merupakan anugerah yang perlu dijaga dan sayangi dengan keikhlasan.

*“Saya berpikir bahwa ini sudah jalan terbaik yang Allah kasih buat saya, saya yakin semuanya pasti ada hikmah di baliknya, saya juga menerima”*(W.S3.7)

SW menerima apa adanya keberadaan anaknya dengan ikhlas karena merupakan pemberian Allah SWT. SW sudah mengetahui anaknya bermasalah dengan perkembangannya, jadi SW sudah bersiap merancang cara pengasuhan anaknya.

*“Ketika lahir kan sudah langsung tau bermasalah dengan perkembangannya jadi saya juga sudah ada bayangan ke depannya seperti apa. Jadi saya ya menerima. Dari kecil juga saya sudah sering ikut terapi-terapi gitu”*(W.S5.7)

KN juga menerima anaknya dengan ikhlas, karena merupakan titipan dari Allah SWT. Selain bersyukur atas keberadaan anaknya, KN juga melakukan ikhtiyar dengan melakukan terapi dari usia dua bulan sampai lima tahun di Magelang. Dalam perkembangannya. Setelah bergaul dengan lain yang menyekolahkan anaknya di SLB, menjadikan KN lebih menerima anaknya, karena masih banyak masalah yang di hadapi setiap orang dan mereka menerima dengan ikhlas. Hal ini didukung juga dengan keikhlasan ayahnya yang menerima sejak awal dengan sabar dan penuh keikhlasan dalam mengasuh.

*“Saya berpikir bahwa ini titipan Allah, saya bersyukur mbak, juga ada anaknya yang kayak gitu mbak dulu waktu pertama saya tidak bisa menerima, saya ya Allah gusti kenapa gini gini gini gitu. kesalahan saya apa gitu waktu itu. tapi saya mulai menerima saat mulai masuk sekolah sekitar umur 7 tahunan”*(W.S6.8)

*“Karena yang pertama memang kesalahan saya juga mbak, dari dokter kan sudah dikasih tau kalo ndak usah hamil lagi kan anak sudah dua cukup, Saya menerima mulai anak saya terapi kan ternyata banyak anak-anak yang seperti itu tidak hanya orang umum, anak dokter-pun juga ada yang gitu.. jadi saya menerima.. yaudah lah itu titipan dari Allah gitu.. Tapi setelah bergaul dengan - lain di sekolahan sini juga lebih*

*menerima oowh ternyata banyak masalah yang di hadapi masing-masing kan ndak sama jadi yaudah lah saya ikhlas toh ini juga perkembangannya bagus mbak jalannya meski terlambat berapa bulan bisa jalan."(W.S6.9)*

*"Ayahnya malah dari awal menerima mbak.. sabar banget ayahnya itu"(W.S6.10)*

SK juga menerima dengan ikhlas karena anaknya merupakan rizki yang diberikan kepadanya. SK yang menginginkan memiliki anak sendiri sampai sekarang tidak memiliki anak kandung, sehingga kehadiran anaknya adalah anugerah yang harus disyukuri. Anak juga memiliki perkembangan lebih baik dibanding yang lainnya.

*"Ya saya bersyukur mbak, meski di kasih anak seperti ini saya tetap bersyukur mbak, ini juga bukan dari orang lain ini dari adik saya sendiri, saya juga mikirnya nek aku tuo nanti bisa jaga aku.. gitu mbak"(W.S7.7)*

*"Ya kan dari bapak kandungnya begitu, ya saya mikirnya mungkin itu sudah rezeki saya. Saya saja pengen punya anak sendiri saya saja belum dikasih kok, saya di karuniai ini ya saya terima kok, ibaratnya mungkin meski tidak lahir dari rahim saya karena support dari suami mungkin saya selalu di ingatkan, saya ke SLB sini jadi merasa Anaknya ini masih lebih bagus, saya disini melihat banyak yang lebih di bawahnya Anaknya gitu loh mbak, ada yang down syndrome parah juga disini."(W.S7.8)*

EK juga bersyukur dengan keberadaan anaknya karena titipan dan anugerah Allah SWT, selain itu juga setelah masuk di SLB Negeri Blora. EK juga melihat masih banyak anak yang di bawah dalam hal perkembangan mental, sehingga EK semakin bersyukur.

*"Ya setelah masuk di SLB sini saya lihat owh masih banyak yang di bawah anak saya, gitu mbak"(W.S8.8)*

Sikap orang tua pada dasarnya adalah menerima anaknya yang mengalamiretardasi mental, karena anak adalah anugerah dan titipan Allah SWT yang perlu diasuh, di didik dengan baik sebagai amanat, orang tua

bersyukur atas pemberian tersebut dan masih ada anak yang lain yang lebih parah. Rasa syukur tersebut diwujudkan dengan kasih sayang dan lemah lembut dalam menjaga amanat tersebut dengan tetap tidak meninggalkan ikhtiar untuk menjadikan anaknya dapat berkembang lebih baik lagi melalui pengobatan dan terapi terapi.

## **8. Sikap kasih sayang orang tua kepada Anak Retardasi Mental**

Orang tua yang memiliki anak retardasi mental tetap memberikan kasih sayang dengan sepenuh hati pada anaknya, berikut bentuk kasih sayang yang diberikan oleh orang tua yang memiliki anak retardasi mental:

SP sepenuhnya memberikan kasih sayang kepada anaknya dengan diberikan makanan yang disukainya. SP meneliti setiap makanan dan minuman yang dikonsumsi demi kesehatan anaknya. SP mengasuh penuh dengan kelembutan dan kasih sayang.

*“kalo makan ya saya pilih menu yang disukainya kalo minum ya saya istilah e dilihat kesehatannya”*(W.S1.8)

SM yang sangat sayang dengan Anaknya. SM memberikan perhatian penuh dan sabar menghadapi setiap sikap dan tingkah laku anaknya, selain itu juga penuh dengan lemah lembut ketika memberikan pengarahan pada anaknya.

*“Ya perhatian terus juga harus sabar, terus kalo semisal dia lagi nangis harus dikasih pengertian”*(W. S2.8)

SA juga menunjukkan sikap kasih sayangnya dengan lemah lembut dan penuh perhatian kepada anaknya, sering mengelus punggung anaknya untuk menenangkan anaknya yang sedang marah.

*“dia ini diet ya kalo marah kan serem, suka mbanting-banting barang ya akhirnya saya kasih dikit sambil saya elus-elus pundaknya,”*(W.S3.6)

DK menunjukkan kasih sayang kepada anaknya dengan menerima kemandirian anaknya dengan sabar dan telaten, bahkan ketika Anaknya

tidur, DK harus menemani dan dibelai

*“Dia itu manja banget mbak, kalo tidur itu harus ditemenin minta di puk-puk gitu kayak bayi mbak.”*(W.S4.9)

SW menunjukkan sikap kasih sayangnya dengan menemani anaknya ketika main air, anaknya suka mencuci baju bahkan SW membuka usaha *laundry* untuk mengembangkan kesenangan anaknya, sehingga setiap hari anaknya dengan suka hati membantu usaha *laundry*. Sedangkan KN menunjukkan sikap kasih sayangnya dengan penuh perhatian terhadap sikap dan perilaku anaknya, mengasuhnya penuh dengan kesabaran dan lemah lembut.

*“Dia kan suka maen air to mbak, nyuci baju gitu dia suka banget, jadi akhirnya saya itu inisiatif buka laundry, Anaknya saya latih gimana caranya laundry baju terus untuk yang nyetrika itu saya nyuruh tetangga saya mbak. Jadi sehari-hari dia bantu laundry di rumah. Terus juga dia saya ajari bisnis isi ulang air galon. Saya ajari cara bersihin galon terus cara ngisi airnya gimana. Saya kasih tau harganya Rp. 4000 tapi kalo semisal yang beli ngasih uang nya Rp.10.000 itu dia ngasih ke saya karena dia masih bingung sama kembalian dia taunya uang pas gitu mbak. Dia kan belum bisa hitung-hiungan jadi uang itu hafalan.”*(W.S5.8)

Begitu juga SK yang menunjukkan sikap kasih sayang dengan perhatian terus menerus terhadap perkembangan, sikap dan perilaku anaknya. SK mengajarkan anaknya untuk mengatakan terima kasih jika menerima sesuatu dan meminta maaf jika bersalah, agar menjadi kebiasaan alam hidup anaknya. SK menyayangi anaknya penuh dengan kelembutan.

*“Saya perhatian.. terus juga FL ini perhatian kok mbak, apa dikit gitu bilang terimakasih, terus kalo salah itu dia bilang minta maaf, itu kadang yang membuat saya kadang itu berpikir meskipun kamu gini tapi kamu punya kelebihan”*(W.S7.9)

EK menunjukkan sikap kasih sayang terhadap anaknya dengan mengajak jalan-jalan anaknya, mengajari mengaji secara pelan-pelan dan memperlakukan anaknya dengan lemah lembut dan tidak kasar.

*“Ya kadang saya ajak jalan-jalan, saya beliin Jilid saya ajarai ngaji sendiri di rumah, soalnya kalo semisal ngaji di masjid saya takutnya diejek atau dibully sama teman-temannya kan ndak bagus buat psikis nya nanti malah dia jadi takut”(W.S8.9)*

Jadi orang tua yang memiliki anak yang memiliki retardasi mental pada dasarnya sangat sayang dan perhatian pada anaknya tersebut, hal itu diwujudkan dengan pengasuh penuh dengan kesabaran, kelembutan dan menghindari sikap kasar, mengajak jalan-jalan, mengembangkan minat terhadap sesuatu yang disukai, mengelus punggung, menemani tidur dan telaten dalam mengikuti perkembangan anaknya.

## **9. Rasa Tidak Adil Bagi Orang Tua Yang Memiliki Anak Retardasi Mental**

Orang tua yang memiliki anak retardasi mental akan memiliki perasaan tidak adil atau bahkan menganggapnya adil terhadap kehadiran anak tersebut, berikut pernyataan orang tua tentang rasa tidak adil yang memiliki anak retardasi mental:

SP menginginkan anaknya sehat, namun ternyata memiliki keterbatasan, sehingga SP merasa kalau memiliki dosa kepada Allah SWT dan meminta ampun kepada Allah SWT.

*“Gusti dosa apa saya ya ampunilah dosa saya sepenuhnya jadi orangtua jika saya yang salah ya di beri ampun misalnya saya yang murka ya saya di beri kesabaran. saya tompo (terima) apa adanya. Saya sering ngomong dalam hati harus sabar sabar sabar, karena ini yang fokus ngurus hanya saya. Mereka juga pernah bilang ada yang berbeda gini ya ojo di hindari dan harus nerima kenyataan.”(W.S1.9)*

SM awalnya merasa Allah SWT tidak adil, namun seiring perjalanan waktu hal tersebut tidak ada, SM bersyukur dan pasrah atas ketentuan Allah SWT.

*“Iya mbak dulu saya sempat merasa seperti itu tapi sekarang udah gak begitu tapi kadang ya mbatin, Ya Allah kenapa saya di beri hidup seperti ini orang-orang kok hidupnya enak ada yang jadi orang kaya Allah nggak adil ah, kadang saya itu gitu mbak. Tapi untuk saat ini ya saya pasrah aja mbak bagaimana Allah mengatur kehidupan keluarga saya gitu aja.”(W.S2.9)*

DK tidak pernah merasa mendapatkan ketidakadilan dari Allah SWT, Anaknya adalah anugerah yang perlu disayangi dengan penuh kesabaran.

*“Saya masih inget dulu itu saya sedih banget mbak waktu di RS. Tapi juga saya nggak begitu mengeluh karena Istri orang saya 14 tahun menikah baru di kasih anak, ini Istri anak satu-satunya mbak nggak tau abis itu saya nggak di kasih anak lagi terus juga umur saya sudah 47 tahun.”(W.S4.11)*

KN juga tidak pernah merasa Allah SWT tidak adil dalam memberikan anugerah kepadanya, karena masih banyak anak yang lain yang lebih parah, sehingga kehadiran patut disyukuri, semua ada hikmahnya.

*“Saya berpikir bahwa ini titipan Allah, saya bersyukur mbak, juga ada anaknya yang kayak gitu mbak dulu waktu pertama saya tidak bisa menerima, saya ya Allah gusti kenapa gini gini gini gitu. kesalahan saya apa gitu waktu itu. tapi saya mulai menerima saat sandi mulai masuk sekolah sekitar umur 7 tahunan”(W.S6.9)*

SK pada awalnya merasa tidak diberikan keadilan oleh Allah SWT, karena melahirkan anaknya yang memiliki kekurangan tidak seperti anak-anak normal yang lain, namun sekarang SK sudah menerima dengan ikhlas. Kehadiran anaknya adalah wujud keadilan Allah SWT dan membawa hikmah masing-masing. SK juga tetap ikhtiyar untuk memiliki anak lagi agar anaknya memiliki teman.

*“Saya yakin Allah itu punya rencana, saya tidak boleh suudzon dengan Allah, saya berpikiran positif mungkin dengan ini saya di beri*

*karunia yang lain yang lebih baik bukan saat ini.. kalo merasa kurang pasti kurang kalo merasa iri pasti iri mbak. Tapi kadang saya bersyukur saya meningkat ketika bertemu anak yang di bawahnya.”(W.S7.13)*

EK yang dulunya merasa Allah SWT tidak adil karena diberikan anak yang berbeda dengan kakak-kakaknya, padahal kakaknya normal tidak bermasalah, tetapi anaknya adalah pemberian yang tentunya ada hikmahnya dan harus diterima dengan ikhlas.

*“Dulu merasa seperti itu, mikir juga kenapa dia beda dengan kakak-kakaknya, padahal kakak-kakaknya normal tidak bermasalah, saya sedih banget mbak saya nangis sendiri gitu kalo lagi capek tapi mau gimana lagi orang dikasihnya seperti ini ya diterima saja”(W.S8.11)*

Awal-awal kelahiran anak yang memiliki kondisi retardasi mental, orang tua kaget dan merasa tidak sesuai harapannya, sehingga merasa Allah tidak adil, namun perjalanan waktu dan anak mulai berkembang dan orang tua setiap hari mendampingi rasa ketidakadilan tersebut hilang, karena orang tua merasa semua adalah anugerah dari Allah SWT dan merupakan wujud keadilan tuhan yang ada hikmahnya sehingga anugerah tersebut harus dijaga dengan baik penuh dengan kasih sayang. Bahkan beberapa orang tua sudah menerima sejak awal karena merupakan anugerah dan wujud keadilan tuhan yang telah memberikan keturunan karena anak yang memiliki kekurangan mental pun mampu berprestasi yang membanggakan orang tua dan bahkan negara.

#### **10. Cara Orang Tua Mewujudkan Prestasi/Minat Bakat Ketika Memiliki Anak Retardasi Mental**

Setiap orang memiliki bakat dan kemampuan yang bisa dikembangkan, tidak terkecuali pada orang tua yang memiliki anak dalam keadaan retardasi mental. Berikut cara orang tua dalam mewujudkan prestasi atau minat bakat ketika memiliki anak retardasi mental:

SA meskipun memiliki anak retardasi mental tetap mampu mengembangkan prestasi dari bakat yang dimilikinya yaitu dengan

menjadi ahli *handycraft*. SA sering mengisi workshop dan mengajarkan anaknya untuk berkreasi juga.

*“Saya handycraft ngisi workshop terakhir itu ngisi di SMK N 2 Blora. Pernah juga dapat undangan acara ulang tahun Sampoerna jadi saya ikut mengisi pameran di Bali. Ini awal saya banyak orderan ketika masuk berita di RCTI mbak. Awalnya koran Jawa Pos menulis artikel tentang saya lalu saya di hubungi dari RCTI terus mereka datang ke tempat saya untuk wawancara. Ya lumayan mbak bisa masuk tv.”*(W.S3.10)

SW yang tetap memiliki prestasi dengan tetap aktif di kegiatan. Bagi SW tidak ada masalah ketika memiliki seorang anak retardasi mental. SW tetap masih berkembang dengan bakat yang dimilikinya.

*“Ya saya ini tetap aktif kegiatan di desa mbak. Saya kan ketua BPD dan juga ikut KPM di desa ya saya tidak ada masalah ketika memiliki anak seperti IN. Kadang yang jaga IN itu orangtua saya kalo saya ada kegiatan di luar”*(W.S5.9)

Sedangkan KN dengan memiliki anak retardasi mental masih mampu mengembangkan bakatnya dengan berkreatifitas daur ulang yang memiliki nilai ekonomis dan mampu menjadi salah satu pemasukan bagi masyarakat.

*“Apa ya paling kreatifitas daur ulang bareng ibu-ibu sini”*(W.S6.12)

Orang tua ketika memiliki anak retardasi mental masih tetap mampu mewujudkan prestasi/minat bakat dengan cara mengembangkan bakat yang dimilikinya seperti kemampuan dalam *handycraft*, aktif dalam organisasi Desa dan menjadi UKM daur ulang, orang tua yang memiliki anak retardasi mental tidakselalu terbelenggu dengan aktivitas dengan anaknya, namun memiliki ruang untuk tetap berprestasi dengan tidak meninggalkan kewajibannya dalam mengasuh anaknya yang memiliki keadaan retardasi mental.

## 11. Pola Pendidikan Orang Tua yang Memiliki Anak Retardasi Mental

Orang Tua yang memiliki anak retardasi mental tentunya memiliki pola pendidikan yang berbeda dalam mendidik anaknya di antaranya:

SA membangun pola pendidikan dengan ajaran disiplin seperti membatasi dalam main HP dan tepat waktu dalam makan. SA juga mengembangkan bakat anaknya dengan mengajari pembuatan kerajinan daur ulang dan handycraft.

*“Saya ajari dia disiplin.. semisal main hp itu ada jam nya.. makan juga ada jam nya.. saya ajari buat kerajinan daur ulang juga buat handycraft”*(W.S3.11)

DK mengembangkan pola pendidikan pada anaknya dengan lebih intens memberikan pembelajaran di rumah seperti mewarnai buku dari sekolahan, mengajari anak membaca dan menulis dengan penuh ketelitian

*“Ya saya ajari belajar di rumah kayak mewarnai yang buku dari sekolahan itu terus juga belajar menulis.”*(W.S4.10)

SM mengarahkan pola pendidikan anaknya ke arah kemandirian dengan cara merawat dan mengurus dirinya sendiri seperti caranya mencuci baju yang benar, menyapu atau cuci piring.

*“saya ajari bagaimana cara merawat apa mengurus dirinya sendiri seperti caranya nyuci baju yang benar, kadang ya saya suruh nyapu-nyapu atau cuci piring gitu mbak meski nyucinya lama”*(W.S2.9)

SW juga mengajarkan anaknya untuk belajartulis-menulis, mengenal warna, dan membaca secara pelan-pelan, penuh kesabaran dan tidak memaksa.

*“Pokoknya nomor satu untuk anak itu dia harus bisa mandiri untuk dirinya sendiri itu saya sudah bersyukur, untuk tulis-menulis mengenal warna itu mengikuti pelan-pelan ndak bisa di paksakan.”*(W.S5.10)

Sedangkan KN pola pendidikan yang diberikan kepada anaknya dilakukan sebagaimana anak-anak normal biasa yaitu belajar secara rutin.

*“Ya seperti anak-anak normal biasa, belajar”*(W.S6.13)

SK lebih mengarahkan pola pendidikan pada anaknya tentang

tanggung jawab dan kedisiplinan seperti disiplin tepat waktu ketika mandi, menyapu dan mandi tidak boleh lama-lama.

*“Tanggung jawab dan kedisiplinan, ya saya kasih itu semisal kalo sore nyapu, mandinya gak boleh terlalu lama.. ya kemandirian gitu”*(W.S7.10)

Begitu juga EK yang mengarahkan pola pendidikan pada kemandirian anak sehingga mampu mengurus diri sendiri, tentunya tidak lupa tetap mengajarkan tentang belajar tulis menulis, membaca dan mewarnai dengan perlahan sesuai kondisi . *“Ya biasa belajar mewarnai, menulis, terus juga saya ajari dia gimana caranya ngurusin dirinya sendiri biar lebih mandiri mbak”*(W.S8.10)

Pola pendidikan orang tua yang memiliki anak retardasi mental pada dasarnya diarahkan pada pembentukan kemandirian anak dan kedisiplinan agar mampu menjadi pribadi yang mampu mengurus dirinya dan disiplin akan waktu, selain itu juga dikembangkan bakat yang dimiliki anak tersebut melalui proses pembelajaran yang dilakukan perlahan sesuai dengan kemampuan anak.

## **12. Sikap bersyukur Orang Tua Ketika Memiliki Anak Retardasi Mental**

Meskipun memiliki anak yang dalam keadaan retardasi mental, orang tua tetap bersyukur atas anugerah yang diperoleh. Berikut wujud rasa syukur orang tua yang memiliki anak retardasi mental:

SP bersyukur dengan keberadaan anaknya yang mengalami perkembangan sedikit demi sedikit menjadi hal yang sangat disyukuri oleh SP. Awalnya tidak bisa diatur tetapi sekarang bisa diatur dan lebih nurut. Menurut SP, tidak ada sesuatu yang tidak berguna yang diberikan Allah SWT kepada setiap manusia, rasa syukur akan melebihi rezki yang dimiliki.

*“Semua saya positifkan mbak, ya saya ini memang sudah bangga sudah ikhlas sudah senang melihat teman-teman lainnya gitu anak saya mempunyai perkembangan yang lebih baik itu saya sudah bersyukur*

*banget mbak, saya sudah membandingkan dengan anak yang lainnya anak saya itu lebih baik, alhamdulillah bisa berjalan sendiri, bisa di arahkan”(W.S1.13)*

SW bersyukur atas keberadaan Anaknya, karena semakin lama semakin sayang terhadap Anaknya dan setiap tingkah laku Anaknya adalah kebahagiaan tersendiri SW.

*“Ya mungkin saya lebih bisa sabar lagi, saya tetap bersyukur meski di kasih yang seperti yang namanya di kasih Allah kan ya nggak mungkin nolak mbak, pokoknya ini saya bawa happy aja mbak.”(W.S5.13)*

Begitu juga KN yang bersyukur dengan keberadaan anaknya sebagai anugerah dari Allah SWT, ketidaksempurnaan anaknya adalah berkah tersendiri dan setiap perkembangan adalah kebahagiaan yang tidak terhingga.

*“Banyak ibu-ibu yang seperti anak-anak saya dan saya melihat ada yang melebihi jadi saya kan ya udahlah alhamdulillah anak saya bisa gini, kan banyak anak-anak yang ndak bisa duduk ndak bisa jalan tambah banyak yang lebih parah..anak saya itu bisa di ajak berbicara”(W.S6.14)*

Orang yang memiliki anak meskipun dalam keadaan retardasi mental, tetap bersyukur atas anugerah yang diperoleh, karena setiap perkembangan yang dimiliki anaknya adalah kebahagiaan baginya.

### **13. Rasa Bahagia dengan Kehidupan yang Sekarang Ketika Memiliki Anak Retardasi Mental**

Setiap orang tua tentunya memiliki rasa baik itu kebahagiaan atau kesedihan ketika memiliki anak retardasi mental. Berikut rasa bahagia dengan kehidupan yang sekarang ketika memiliki anak retardasi mental:

SP merasa ada kebahagiaan, ada kesedihan dengan kehidupan yang sekarang, ketika memiliki anak retardasi mental, namun semua dianggap positif. SP bangga dengan perkembangan anaknya yang lebih baik dibanding temannya yang lain.

*“Saya ini memang sudah bangga sudah ikhlas sudah senang*

*melihat teman-teman lainnya gitu anak saya mempunyai perkembangan yang lebih baik itu saya sudah bersyukur banget mbak, saya sudah membandingkan dengan anak yang lainnya anak saya itu lebih baik, alhamdulillah bisa berjalan sendiri, bisa di arahkan”(W.S1.11)*

SA bahagia dengan keadaan sekarang, penerimaan SA terhadap kehadiran Nisa karena hadiah dari Allah SWT dan kehadiran anaknya wujud kebahagiaan yang tak terhingga.

*“Ya saya lebih bisa bersyukur, dan Alhamdulillah rezeki saya lancar. Jadi emang anak kayak gitu gak boleh di siksa mbak, Tuhan itu langsung menegur.”(W.S3.12)*

begitu juga DK yang juga bahagia dengan kehidupan yang sekarang ketika memiliki anak retardasi mental karena kasih sayang dan kedekatan dengan anak yang semakin berkembang adalah kebahagiaan yang tidak ternilai.

*“Saya ngerasa keluarga lebih lengkap mbak, meskipun keadaannya seperti itu ya saya menerima, saya juga bahagia kok dengan adanya anak”(W.S4.13)*

SW juga Bahagia dengan kehidupan yang sekarang ketika memiliki anak retardasi mental, apalagi adanya dukungan dari orangtua SW, setiap perkembangan anaknya adalah kebahagiaan yang tidak terhingga, sehingga apapun yang dikatakan orang tentang ketidaksempurnaan Anaknya tidak begitu diperhatikan.

*“Bahagia mbak, apalagi dukungan dari orangtua saya jadi yang menguatkan saya itu orangtua saya jadi saya ndak minder atau apa, kemanapun juga tetep tak ajak mbak, saya ndak malu ndak apa, dia di ajak ngomong ya paham.”(W.S5.12)*

KN yang sudah menerima keadaan, menjadikannya merasa bahagia dengan kehidupan yang sekarang ketika memiliki anak retardasi mental. Mengajak untuk berjualan, dapat berkomunikasi dengan dan melihat mampu berkomunikasi dengan orang lain adalah kebahagiaan yang sangat bernilai.

*“banyak ibu-ibu yang seperti anak-anak saya dan saya melihat ada yang melebihi jadi saya kan ya udahlah alhamdulillah anak saya bisa gini, kan banyak anak-anak yang ndak bisa duduk ndak bisa jalan tambah banyak yang lebih parah..anak saya itu bisa diajak berbicara”(W.S6.15)*

Anaknya adalah kebahagiaan bagi SK, meskipun ada kekurangan dari anaknya namun kehadiran anaknya begitu berarti bagi SK. SK yakin Allah SWT akan mengganti rezeki yang lainnyayang lebih baik.

*“Kan saya sudah komitmen dari awal mbak.. Saya mikirnya mungkin rezeki anak kurang bagus tapi rezeki yang lainnya yang bagus.. saya mikirnya gitu”(W.S7.12)*

EK berusaha merasa bahagia dengan kehidupan yang sekarang ketika memiliki anak retardasi mental, Anaknya memiliki empati yang bagus yang membuat Endang sangat bahagia.

*“dia itu memiliki empati yang bagus”(W.S8.13)*

Orang tua meskipun memiliki anak yang kurang sempurna dibanding anak yang lain, namun setiap perkembangan anak dan karakter maupun sikap yang dimiliki anak tersebut menjadi suatu kebahagiaan dengan kehidupan yang sekarang.

#### **14. Kebermaknaan dalam hidup orang tua Ketika Memiliki Anak Retardasi Mental**

Setiap orang memiliki kebermaknaan hidup, meskipun memiliki anak retardasi mental. Berikut kebermaknaan dalam hidup orang tua ketika memiliki anak retardasi mental:

SP menganggap semuanya ada hikmah yang bisa di petik, apapun yang terjadi semua sudah menjadi tanggung jawabSP sepenuhnya, SP mengajak kemana saja tanpa rasa malu. SP bangga dengan kehidupannya dan bangga dengan . SP tidak menutup-nutupi ketika ada yang bertanya tentang sekolah , SP menjawab dengan jujur dengan penuh kebanggaan.

*“anggap saja ada hikmah yang bisa di petik, mau digimanain aja*

*wong itu juga sudah tanggung jawab saya sepenuhnya, saya ajak kemana saja ya saya ndak malu, saya dimana saja ya saya ndak sungkan kalo di lihat orang ya ndak malu, saya bangga”(W.S1.13)*

SM menganggap keberadaan Anaknya, menjadikan Allah SWT telah melancarkan rezekinya, Semenjak ada Anaknya rezeki datangnya dari manapun pasti ada. Banyak orang yang mendonasikan bantuan kepada Anaknya melalui kakaknya yang ada di di Jogjakarta, sehingga kehadiran Anaknya memiliki makna tersendiri bagi SM.

*“semenjak ada anak memang Allah telah melancarkan rezeki, datangnya dari manapun pasti ada”(W.S2.12)*

SA juga merasa kehadiran Anaknya menjadikan rezekinya bertambah lancar. SA bersyukur dengan keberadaan Anaknya. Jadi SA ambil hikmahnya semua ada maknanya dan keberkahan bagi yang ikhlas menjalani kehidupan.

*“Ya saya lebih bisa bersyukur, dan Alhamdulillah rezeki saya lancar. Jadi emang anak kayak gitu gak boleh di siksa mbak, Tuhan itu langsung menegur. Pernah juga dia lari Cuma pake daleman kan saya malu ya mbak saya kejar mau saya pukul eh saya tiba-tiba jatuh terus dia balik lagi nolongin saya, saya langsung diem mbak mungkin juga itu teguran langsung dari Allah karena anak seperti itu emang gak boleh di hardik. Jadi saya ambil hikmahnya saja”(W.S3.12)*

SW merasa kehadiran Anaknya menjadikan kehidupannya lebih bermakna, yaitu untuk lebih sabar dan tetap bersyukur kepada Allah SWT atas segala pemberiannya.

*“Ya mungkin saya lebih bisa sabar lagi, saya tetap bersyukur meski di kasih yang seperti yang namanya di kasih Allah kan ya nggak mungkin nolak mbak, pokoknya ini saya bawa happy aja mbak.”(W.S5.13)*

SK merasa yakin Allah SWT punya rencana, tidak boleh suudzon dengan Allah SWT, kehadiran Anaknya terdapat makna tersendiri dalam keluarganya. Perkembangan yang dimiliki Anaknya adalah anugerah yang dapat membuat kehidupan keluarga SK berarti, selain itu kehadiran

anaknyanya membuat rezeki keluarga SK semakin berlimpah dari mana saja datangnya.

*“Saya yakin Allah itu punya rencana, saya tidak boleh suudzon dengan Allah, saya berpikiran positif mungkin dengan ini saya di beri karunia yang lain yang lebih baik bukan saat ini.. kalo merasa kurang pasti kurang kalo merasa iri pasti iri mbak. Tapi kadang saya bersyukur saya meningkat ketika bertemu anak yang di bawahnya Farel mbak.”(W.S7.13)*

EK merasa kehadiran memiliki kebermaknaan dalam hidupnya karena merupakan sesuatu yang berharga bagi keluarganya, mengajarkan kesabaran dalam kehidupan dan terus bersyukur atas karunia dari Allah SWT.

*“Apa ya.. ya jadi lebih sabar aja sih mbak. Anak bagi saya juga berharga, bagaimanapun juga itu juga darah daging saya, saya ndak merasa malu atau apa, saya itu nerima dia bagaimanapun keadaannya”(W.S8.13)*

Kehadiran anak termasuk anak retardasi mental memiliki kebermaknaan tersendiri dalam hidup orang tua, tidak ada yang berarti apa yang ada dalam dunia ini, kehadiran anak retardasi mental akan menjadikan orang tua lebih memiliki sikap sabar, kasih sayang, memperlancar rezeki dan yang terpenting bermakna untuk hidup selalu bersyukur atas pemberian Allah SWT.

Orang tua yang memiliki anak retardasi mental dalam pandangan guru SLB adalah pribadi yang hebat, karena mampu mengurus dan mengasuh dengan penuh kesabaran, padahal anak retardasi mental membutuhkan kesabaran yang ekstra.

Setiap orang tua yang memiliki anak retardasi mental tentu punya acuan bagaimana untuk merasa bahagia. Orang tua yang memiliki anak retardasi mental bertahan dengan keadaan yang sulit, tetapi mampu menunggu atau menemani anaknya sekolah dan tentunya mereka sudah menerima dan bahkan sudah bahagia dengan keadaan yang dimiliki.

Agar perkembangan pendidikan anak tetap dalam pantauan sekolah dan orang tua secara berkesinambungan maka sehabis tes yang mengambil raport harus orang tua, sehingga ketika mengambil ada komunikasi dan saling memberi masukan bagi perkembangan anak ke arah yang lebih baik, apa kelemahan dan kelebihan dari anak yang perlu diperhatikan. terkadang ada yang protes semisal kenapa anaknya belum bisa membedakan warna padahal anak yang lainnya sudah bisa, maka posisi guru harus mampu menjelaskan kalau perkembangan masing-masing anak berbeda, dan yang terpenting adalah memberikan motivasi kepada orangtua agar terus mengasuh dan mendidik anaknya dengan baik sesuai perkembangannya. Selain itu agar keterlibatan orang tua terhadap pembelajaran anak maksimal maka anak diberikan pekerjaan rumah yang membutuhkan bantuan orang tua, yang mengisi harus anak tidak boleh orang tua.

#### **D. Analisis Orientasi *Happiness* Pada Orang Tua yang Memiliki Anak Retardasi Mental**

Anak dengan retardasi mental mengalami berbagai permasalahan, antara lain perilaku agresif, perilaku melukai diri sendiri, perilaku stereotip, gangguan kecemasan, gangguan mood, permasalahan makan, dan permasalahan tidur (Sturmey & Didden, 2014). Permasalahan yang terjadi pada anak memberikan dampak juga terhadap keluarga. Perilaku dan permasalahan pada anak membuat membutuhkan waktu yang lebih banyak dalam perawatan (Schieve, Boulet, Kogan, Van Naarden-Braun, & Boyle, 2011). Hal ini membuat perilaku dan beban pengasuhan anak berpengaruh signifikan terhadap kesehatan fisik dan psikologis yang merawatnya (Diwan, Chovatiya, & Diwan, 2011).

Kesehatan mental dari orang tua anak yang mengalami retardasi mental lebih buruk daripada orang tua anak tanpa retardasi mental (Totsika, Hastings, Emerson, Berridge, & Lancaster, 2011). Hal ini dikarenakan orang tua dan keluarga dari anak yang mengalami retardasi mental mengalami situasi

yang lebih stres dan menguras emosi dalam kehidupan sehari-hari (Baker et al., 2003; Hastings & Beck, 2004). Orang tua yang memiliki anak dengan retardasi mental mengalami stress dalam pengasuhan yang lebih besar jika dibandingkan dengan orang tua yang memiliki anak normal (Craig dkk., 2016).

Namun meskipun secara mental orang tua mengalami tekanan mental ketika memiliki anak retardasi mental namun berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti dari sepuluh responden yang diteliti orang tua yang anaknya sekolah di SLB N Blora tekanan mental tersebut hanya terjadi di awal kelahiran anak saja, atau ketika anak berumur balita, namun setelah perjalanan waktu dan ketika anak sudah mulai berada di bangku sekolah tekanan tersebut sudah tidak ada, karena adanya rasa kasih sayang dan syukur dari orang tua.

Orang tua yang memiliki anak retardasi mental merasa sedih dan tidak menyangka apa yang dialami oleh anaknya, kekurangan yang dimiliki anaknya menjadikan setiap orang tua pada awalnya tidak menerima, namun lama-kelamaan kekurangan tersebut dapat diterima oleh orang tua dengan ikhlas dan lebih mendahulukan kasih sayang karena anak merupakan anugerah dari Tuhan, dan kekurangan yang dimiliki anak tersebut harus diterima dengan keikhlasan.

Dampak yang dirasakan bagi penyandang retardasi mental ini sebagaimana dikemukakan departemen sosial RI bidang kesejahteraan sosial diantaranya hambatan fisik bagi anak retardasi mental dalam melakukan kegiatan sehari-hari, gangguan ketrampilan kerja produktif, rawan kondisi ekonomi, dampak psikologis berupa rasa malu, rendah diri, terisolasi dan kurang percaya diri serta hambatan dalam melaksanakan fungsi sosial, yakni anak retardasi mental tidak mampu bergaul, tidak mampu berkomunikasi secara wajar, tidak mampu berpartisipasi dan lebih banyak tergantung pada orang lain (Safrudin, 2015).

Hal ini yang menjadikan orang tua yang memiliki anak retardasi mental yang sekolah di SLB N Blora secara umum mengalami kesulitan dalam mengasuh dan membimbing, karena karakter utama yang tidak mudah

dikasih tahu, ngeyel, ketika menginginkan sesuatu harus diteuruti sesuai kemauannya dan trempamen menjadikan setiap orang tua stress.

Meskipun membutuhkan penanganan yang maksimal dan penuh kesabaran, orang tua memiliki anak retardasi mental yang sekolah di SLB N Blora mengatasinya kasih sayang dan kesabaran menjadi modal berharga dalam mengasuh dan mendidik anak yang memiliki retardasi mental, sehingga anaknya dapat tumbuh dengan baik.

Bahkan orang tua memiliki anak retardasi mental yang sekolah di SLB N Jepon Blora, mampu mengembangkan pola pendidikan anak ke arah pembentukan kemandirian anak dan kedisiplinan agar mampu menjadi pribadi yang mampu mengurus dirinya dan disiplin akan waktu, selain itu juga dikembangkan bakat yang dimiliki anak tersebut melalui proses pembelajaran yang dilakukan perlahan sesuai dengan kemampuan anak.

Orang tua memiliki anak retardasi mental yang sekolah di SLB N Jepon Blora, juga secara umum sudah memiliki cara khusus untuk mengatasi ketika anaknya tantrum, ketika anaknya tantrum atau rewel, telah mengetahui kelemahan dan cara mengatasinya sesuai dengan keadaan keseharian anak-anaknya, semua orang tua tahu kegiatan apa yang harus dilakukan agar anaknya tidak rewel baik diajak jalan-jalan, jajan, dirayu dan bahkan dinasehati, semuanya didasarkan atas prinsip kasih sayang dan lemah lembut agar anaknya tidak rewel.

Menurut Wall (1993 dalam Utami, 2009: 6) anak yang mengalami retardasi mental memerlukan bantuan orang lain untuk menunjang hubungan dengan individu lain agar dapat berjalan lancar dan anak-anak tersebut memerlukan bimbingan serta arahan yang bijaksana dari orang tua khususnya. Hal ini juga diperkuat oleh pendapat Wenar & Kerig (2000: 34) yang mengatakan anak retardasi mental ditandai dengan fungsi intelektual di bawah rata-rata disertai ketidakmampuan fungsi adaptasinya. Anak akan mengalami keterbatasan dalam memahami perilaku sosial dan perkembangan keterampilan sosial. Selain itu, kondisi anak yang retardasi mental akan membawa pengaruh pada kemampuan anak dan keterlibatan anak untuk

berfungsi dalam setting lingkungan seperti di kehidupan belajar, bermain, bekerja, sosialisasi dan interaksinya.

Anak dengan retardasi mental memerlukan perhatian yang lebih karena keterbelakangan mental yang dialaminya sehingga perkembangannya tidak sesuai dengan usianya. Anak dengan retardasi mental cenderung lebih rentan untuk mengalami sakit dan mengalami hambatan dalam hubungan sosial dengan anggota keluarga dan teman sebaya, karena itu peran setiap anggota keluarga akan sangat membantu anak dengan retardasi mental untuk memenuhi kebutuhan baik fisik, sosial dan mentalnya. Hasil penelitian diperoleh hampir serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Hendriani, Handariyati dan Sakti (2006:1) yang menyatakan di antara tiga kasus keluarga, hanya satu dari mereka yang benar-benar menerima anak dengan keterbelakangan mental atau retardasi mental. Dukungan dan penerimaan dari setiap anggota keluarga akan memberikan “energi” dan kepercayaan dalam diri anak dan remaja yang terbelakang mental untuk lebih berusaha meningkatkan setiap kemampuan yang dimiliki, sehingga hal ini akan membantunya untuk dapat hidup mandiri, lepas dari ketergantungan pada bantuan orang lain. Sebaliknya, penolakan yang diterima dari orang-orang terdekat dalam keluarganya akan membuat mereka semakin rendah diri dan menarik diri dari lingkungan, selalu diliputi oleh ketakutan ketika berhadapan dengan orang lain maupun untuk melakukan sesuatu, dan pada akhirnya mereka benar-benar menjadi orang yang tidak dapat berfungsi secara sosial serta tergantung pada orang lain, termasuk dalam merawat diri sendiri.

Menurut pendapat Hurlock (t.th.: 401) sikap positif orang tua dalam menghadapi anak yang mengalami retardasi mental akan membantu anak mampu memandang dirinya secara realistis serta menilai kekuatan dan kelemahannya secara objektif. Dari keadaan di atas penulis menyimpulkan bahwa keluarga khususnya masih bingung atau belum mampu beradaptasi dengan kondisi anaknya yang mengalami retardasi mental, sehingga terlihat bingung atau bahkan tidak tahu harus berbuat apa yang terbaik dalam menghadapi anak retardasi mental saat anak melakukan kesalahan.

Peran seorang bukan hanya menyediakan kebutuhan anak namun juga membantu tumbuh kembang mentalnya melalui kasih sayang dan pembinaan perilaku apalagi anak dengan retardasi mental merupakan anak yang sering kali mengalami hambatan dalam hubungan sosial dengan lingkungannya, bahkan dalam rumah tangga seorang anak retardasi mental seringkali mengalami masalah dengan anggota keluarga yang lain. Padahal sebagian besar responden mempunyai pekerjaan sebagai rumah tangga dimana sebagian besar waktunya dihabiskan bersama anaknya dirumah.

Hal ini memerlukan perhatian khusus dari anggota keluarga terutama orang tua untuk membimbing anak dengan retardasi mental agar tidak merasa tersisih dan terabaikan, serta belajar secara bertahap tentang hal yang benar dalam bermain, belajar, dan mampu bersosialisasi dengan lingkungan, menyesuaikan diri terhadap norma-norma kelompok, moral dan tradisi, karena peran keluarga sangat membantu anak dalam mengasah aspek-aspek kematangan sosialnya. Aspek kematangan sosial anak yang terus terasah menjadikan perkembangan sosial anak berlangsung dengan baik.

Peran keluarga sangat diperlukan pada aspek keperawatan kesehatan keluarga, selain itu peran keluarga sangat diperlukan untuk membentuk suatu ikatan keluarga yang kuat, sehingga dapat berfungsi efektif dalam mengatasi masalah yang dihadapi, khususnya masalah kesehatan (Brown tahun 1978 dalam Friedman, 2008: 278).

Peran keluarga sangat dipengaruhi oleh bagaimana sikap pemimpin yang mengatur rumah tangga dalam keluarga tersebut. Pada kebanyakan keluarga, peran-peran penting tertumpu pada yaitu posisi sebagai istri, pemimpin dan pemberi asuhan keperawatan dalam keluarga. Secara umum penelitian ini menggambarkan masih kurangnya peran keluarga terutama dalam memenuhi kebutuhan dan membantu perkembangan anak dengan retardasi mental. Menurut analisa penulis, hal seperti ini dapat terjadi karena kurangnya pemahaman tentang pentingnya peran keluarga terutama dalam membantu tumbuh kembang anak dengan retardasi mental atau anak dengan kebutuhan khusus ini. Peran dalam pengasuhan anak retardasi mental sangat

penting yaitu dalam mendidik anak di lingkungan rumah tangga. hampir setiap hari berada di rumah dan memberikan pelajaran-pelajaran tentang penghormatan, penurutan, pengendalian diri, kejujuran dan contoh-contoh sikap sosial kepada anak, agar anak dapat melakukan penyesuaian diri dengan baik, apa yang didapatkannya dalam keluarga akan membentuk pola perilakunya terhadap orang, benda atau kehidupan secara umum nantinya.

Berbagai usaha yang dapat dilakukan oleh dalam membimbing anak retardasi mental untuk mencapai suatu penyesuaian diri sebagai landasan awal dalam menghadapi kehidupan masyarakat yang lebih luas diantaranya yaitu, memberikan dorongan pada anak yang berkaitan dengan berbagai keterampilan yang harus dimiliki dan membimbing anak untuk mengendalikan tingkah lakunya yang nantinya dapat mendorong anak mampu berhubungan dengan orang lain. Hal terpenting adalah memberikan kesempatan pada anak untuk belajar.

Hasil penelitian yang didapat oleh penulis sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Bachri (2006: 1) yang menyatakan mendidik anak yang mengalami retardasi mental cukup penting bagi seorang sehingga anak mendapatkan figur yang dapat dijadikan teladan, mengingat adalah orang pertama terdekat dengan anak dan keluarga adalah lingkungan sosial pertama anak.

Hasil penelitian (Tri & Yudha, 2015: 123) menyimpulkan bahwa keluarga belum maksimal dalam memberikan dukungan sosial keluarga pada anak retardasi mental sedang. Dengan demikian, kurangnya dukungan keluarga dapat mempengaruhi tingkat retardasi mental anak. Semakin baik kemampuan keluarga dalam merawat anak retardasi mental, semakin baik kemampuan anak dalam melakukan perawatan diri. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Zemmy, et al., 2014: 26) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan kemampuan perawatan diri pada anak retardasi mental.

Orang tua yang memiliki anak retardasi mental tentunya tidak lepas dari stres dalam menghadapi anaknya. Menurut Vincent Cornelli, *stres* dapat

didefinisikan sebagai: gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan. *Stres* yang dipengaruhi oleh lingkungan dan penampilan individu dan lingkungannya tersebut (Anwar, 2003: 9). Hawari (2007: 44), Psikiater, mendefinisikan bahwa *stres* adalah tanggapan atau reaksi tubuh terhadap berbagai tuntutan atau beban atasnya yang bersifat non spesifik. Namun, disamping itu *stres* juga merupakan faktor pencetus, penyebab, sekaligus akibat dari suatu gangguan.

*Stres* dapat diakibatkan karena munculnya ketidakseimbangan antara kebutuhan dan kemajuan individu dengan kemampuan dan ketrampilan yang dimiliki seseorang atau dapat dikatakan *stres* dapat muncul karena seseorang memiliki keinginan tetapi tidak dapat mencapai keinginan itu secara sempurna (apa yang diharapkan tidak dapat dipenuhi).

Orang tua memiliki anak retardasi mental yang sekolah di SLB N Blora memiliki cara yang berbeda dalam mendapatkan kesenangan dan menghindari stres, ada yang pergi jalan-jalan keluar, naik motor, makan, tidur dan curhat dengan tetangga, semua dilakukan orang tua pada dasarnya untuk menghilangkan kepenatan dan stres.

Aktivitas yang membuat bahagia orang tua memiliki anak retardasi mental yang sekolah di SLB N Blora sangat bervariasi mulai jalan-jalan, nonton televisi, melakukan kegiatan keterampilan, melakukan kegiatan bersih-bersih rumah, bertemu dan bercengkrama dengan orang tua sesama memiliki anak retardasi mental di sekolah sambil menunggu anak, dan datang ke tetangga untuk bercengkrama, dan yang terpenting dari itu semuanya kegiatan yang dilakukan yang mampu menjadikan dirinya mampu membahagiakan anak dan melihat anak bahagia adalah aktivitas yang paling penting untuk mendapatkan bahagia.

Orang tua memiliki anak retardasi mental yang sekolah di SLB N Blora pada dasarnya sangat sayang dan perhatian pada anaknya tersebut, hal itu diwujudkan dengan pengasuh penuh dengan kesabaran, kelembutan dan menghindari sikap kasar, mengajak jalan-jalan, mengembangkan minat terhadap sesuatu yang disukai mengelus punggung, menemani tidur dan telaten

dalam mengikuti perkembangan anaknya.

Orang tua yang memiliki anak retardasi mental dalam padangan guru SLB adalah pribadi yang hebat, karena mampu mengurus dan mengasuh dengan penuh kesabaran, padahal anak retardasi mental membutuhkan kesabaran yang ekstra.

Setiap orang tua yang memiliki anak retardasi mental tentu punya acuan bagaimana untuk merasa bahagia. Orang tua yang memiliki anak retardasi mental bertahan dengan keadaan yang sulit, tetapi mampu menunggu atau menemani anaknya sekolah dan tentunya mereka sudah menerima dan bahkan sudah bahagia dengan keadaan yang dimiliki.

Memendam kesulitan dapat berdampak kurang baik bagi jiwa orang. Banyak kesulitan yang sudah tertimbun dapat menjadi orang salah tingkah. Oleh sebab itu orang yang sedang mempunyai masalah batin disarankan agar masalahnya dikeluarkan tidak disembunyikan. Kesulitan dapat dibicarakan terutama kepada orang-orang kepercayaan. Dengan jalan demikian maka ganjalan hati meskipun tidak hilang seluruhnya, paling tidak dapat berkurang, sehingga memungkinkan individu dapat melihat persoalan dari segi yang lebih terang dan obyektif karena bantuan nasehat-nasehat orang lain. Kemampuan seseorang dapat mengendalikan marah, selanjutnya mempengaruhi keadaan psikis menjadi lebih baik. Karena jika seseorang sedang mengalami konflik dengan lawan pada suatu saat dapat menunda perasaan marahnya, maka keesokan harinya kemarahan itu akan hilang. Untuk menghindari marah yang berlebihan, biasakan individu untuk menghidupkan diri dan bersikap sabar. Dengan sabarakan menghilangkan kesulitan-kesulitan secara rasional (Kartono, 2009: 243-244).

Penelitian yang dilakukan oleh Miyahara (2008, dalam Ekantari 2010: 5) didapati bahwa sebagian keluarga dengan anak keterbelakangan mental terlihat memiliki kehidupan yang lebih baik dibanding keluarga lain sedangkan di sisi lain beberapa orang tua terutama merasa terpuruk, dan mengakibatkan tidak mampu merawat anaknya dengan baik. Dalam referensi tersebut didapatkan temuan bahwa yang sanggup bangkit dan menerima

dengan ikhlas keberadaan anaknya dan memberikan pengasuhan terbaik bagi anak mereka adalah yang mampu mengatasi stres psikologis mereka.

Penelitian yang dilakukan oleh Bachri (2006: 1) terhadap 123 orang didapatkan bahwa mendidik anak yang mengalami retardasi mental, cukup penting bagi seorang sehingga anak mendapatkan figur yang dapat dijadikan teladan. adalah orang pertama terdekat dengan anak dan keluarga adalah lingkungan sosial pertama anak.

Kemarahan yang dilakukan oleh orang tua memiliki anak retardasi mental yang sekolah di SLB N Blora menurut peneliti adalah kemarahanyang sehat merupakan kemarahan yang disalurkan melalui cara yang sehat, adalah dengan menggunakan metode-metode konstruktif, cara ini biasanya disebut dengan kontrol kemarahan (Bachri, 2006: 64).

Orang tua yang memiliki anak retardasi mental juga memiliki pola orientasi happiness, Furnham&Fudge(2008) juga menyatakan bahwa kebahagiaan merupakan bagian dari kesejahteraan, kesenangan, kepuasan hati, dan berkurangnya stres dalam hidup. Diener & Oishi (2005) menyatakan bahwa kepuasan hidup merupakan bentuk nyata dari kebahagiaan dimana kebahagiaan tersebut merupakan sesuatu yang dihubungkan dengan kesehatan yang lebih baik, kreativitas yang lebih tinggi serta tempat kerja yang lebih baik, sebagaimana dikatakan Seligman(2002) bahwa happiness(kebahagiaan) merupakan emosi dan aktivitas positif.

Berdasarkan uraian tersebut, maka dapat dikatakan bahwa kebahagiaan tidak diarahkan pada kondisi tertentu saja tetapi kebahagiaan merupakan dimilikinya emosi positif dalam keseluruhan dari kehidupan manusia.

Orang tua memiliki anak retardasi mental yang sekolah di SLB N Blora secara keseluruhan adalah rasa syukur dengan dititipi anak meskipun dalam keadaan retardasi, perjalanan waktu dalam mengasuh menjadikan semakin bersyukur dan semakin sayang dengan anaknya. Kebahagiaan yang utama bagi orang tua yang memiliki anak retardasi mental adalah penerimaan terhadap keberadaan anaknya, ketika anaknya mengikuti aturan dan bimbingannya adalah kebahagiaan yang tidak terhingga dan langsung

menghilangkan stres. Cara-cara yang dilakukan di atas hanya sebagai cara menakut-nakuti anak agar mengikuti anjuran orang tuanya bukan tujuan utama.

Sikap Orang tua memiliki anak retardasi mental yang sekolah di SLB N Blora pada dasarnya adalah menerima anaknya yang mengalamiretardasi mental, karena anak adalah anugerah dan titipan Allah SWT yang perlu diasuh, didik dengan baik sebagai amanat, orang tua bersyukur atas pemberian tersebut dan masih ada anak yang lain yang lebih parah. Rasa syukur tersebut diwujudkan dengan kasih sayang dan lemah lembut dalam menjaga amanat tersebut dengan tetap tidak meninggalkan ikhtiar untuk menjadikan anaknya dapat berkembang lebih baik lagi melalui pengobatan dan terapi terapi.

Orang tua memiliki anak retardasi mental yang sekolah di SLB N Blora merasa meskipun memiliki anak meskipun dalam keadaan retardasi mental, tetap bersyukur atas anugerah yang diperoleh, karena setiap perkembangan yang dimiliki anaknya adalah kebahagiaan baginya. meskipun memiliki anak yang kurang sempurna dibanding anak yang lain, namun setiap perkembangan anak dan karakter maupun sikap yang dimiliki anak tersebut menjadi suatu kebahagiaan dengan kehidupan yang sekarang.

Kebersyukuran merupakan salah satu faktor yang turut mempengaruhi kebahagiaan seseorang. Pada penelitian ini tingkat kebersyukuran mampu menjadi prediktor bagi tingkat kebahagiaan yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Pernyataan ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Watkins, Woodward, Stone, dan Kolts (2003: 438) yang menunjukkan bahwa kebersyukuran berkorelasi positif terhadap kebahagiaan. Orang yang bersyukur akan cenderung merasakan kebahagiaan dan rasa syukur yang dirasakan tersebut juga mampu meningkatkan mood positif dalam dirinya. Data tingkat kebahagiaan yang memiliki anak berkebutuhan khusus di atas menunjukkan bahwa sebagian besar dalam penelitian ini sudah mampu merasakan kebahagiaan dengan menerima keadaan hidupnya, termasuk keadaan anaknya. Kebahagiaan yang dirasakan dapat membantu untuk menerima bagaimanapun keadaan anaknya serta dapat meminimalisir pikiran-

pikiran negatif yang menyebabkan stres dalam pengasuhan anak. Sehingga diharapkan yang memiliki anak berkebutuhan khusus memiliki pikiran-pikiran positif dalam pengasuhan anaknya.

Pikiran-pikiran positif menurut Al Munajjid (2006) apabila dikembangkan dapat berdampak pada ketenangan jiwa yang dapat mengantarkan pada perasaan bahagia. Selain itu, Emmons (2007) juga menyatakan bahwa orang yang bahagia akan menjadi lebih kreatif, bergairah, suka membantu, percaya diri, memiliki kontrol diri yang lebih baik, dan menunjukkan kemampuan mengatur diri dan mengatasi hal menjadi lebih baik. yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang dapat menerima nikmat akan menanamkan perasaan menerima apa adanya dan percaya bahwa apa yang telah diberikan adalah bagian yang telah ditentukan oleh Allah SWT. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Perdana dan Dewi (2015) menyatakan bahwa kebahagiaan berkaitan dengan keyakinan informan terhadap Tuhan. Informan dalam penelitian tersebut memunculkan sikap kepasrahan terhadap keputusan Tuhan yaitu menilai bahwa kondisi anak yang difabel merupakan ketentuan Tuhan yang harus diterima.

Agar manusia senantiasa menempatkan akal sebagai dorongan yang mendominasi kehendak dan perilakunya, maka diperlukan kualitas mental (kejiwaan) yang tangguh yakni berupa syukur (Muhammad, 2002: 42)

Menurut Al-Ghozali (2002: 61) bahwa pendidikan akhlak adalah mencintai Allah walaupun dalam keadaan lapang atau sempit, susah maupun senang, manusia harus selalu sabar dan syukur akan pemberian-Nya. Karena sabar dan syukur akan nikmat Allah adalah intisari dari orang-orang yang beragama. Sabar dan syukur kepada sesuatu yang diberikan Allah kepada manusia juga merupakan kedudukan yang paling tinggi dari seluruh kedudukan dan derajat tinggi lainnya.

Ibnu al-Qayyim bahwa kebahagiaan hidup itu bersumber dari sabar dan syukur kepada setiap nikmat yang diberikan Allah. Sebab kalau diperhatikan dalam kehidupan bermacam-macam sikap yang terlihat. Ada yang kelihatannya selalu gembira dan bahagia, apapun keadaan yang

dihadapinya, dia senangiorang, tiada orang yang membenci, pekerjaannya pun selalu berjalan lancar. Sebaliknya ada pula orang yang selalu mengeluh dan bersedih hati, tidak cocok dengan orang lain, tidak bersemangat serta tidak memikul tanggung jawab. Hidupnya dipenuhi dengan permasalahan baik sosial maupun keluarga (Daradjat, 2001: 10).

Orang tua memiliki anak retardasi mental yang sekolah di SLB N Blora pada awal-awal kelahiran anak yang memiliki kondisi retardasi mental, orang tua kaget dan merasa tidak sesuai harapannya, sehingga merasa Allah tidak adil, namun perjalanan waktu dan anak mulai berkembang dan orang tua setiap hari mendampingi rasa ketidakadilan tersebut hilang, karena orang tua merasa semua adalah anugerah dari Allah SWT dan merupakan wujud keadilan tuhan yang ada hikmahnya sehingga anugerah tersebut harus dijaga dengan baik penuh dengan kasih sayang. Bahkan beberapa orang tua sudah menerima sejak awal karena merupakan anugerah dan wujud keadilan tuhan yang telah memberikan keturunan karena anak yang memiliki kekurangan mentalpun mampu berpretasi yang membanggakan orang tua dan bahkan negara.

Bagi orang tua memiliki anak retardasi mental yang sekolah di SLB N Jepon Blora, Kehadiran anak termasuk anak retardasi mental memiliki kebermaknaan tersendiri dalam hidup orang tua, tidak ada yang berarti apa yang ada dalam dunia ini, kehadiran anak retardasi mental akan menjadikan orang tua lebih memiliki sikap sabar, kasih sayang, memperlancar rezeki dan yang terpenting bermakna untuk hidup selalu bersyukur atas pemberian Allah SWT. Meskipun memiliki anak yang kurang sempurna dibanding anak yang lain, namun setiap perkembangan anak dan karakter maupun sikap yang dimiliki anak.

Rela menerima pemberian Allah SWT apa adanya akan membawa yang memiliki anak berkebutuhan khusus kepada rasa yang serba berkecukupan dan tidak pernah mengeluh bahkan membandingkan anaknya dengan anak oranglain. Bersyukur mampu menjauhkan perhatian dari perasaan tidak puas terhadap nikmat yang dimiliki serta tidak membandingkan

nikmat tersebut dengan orang lain yang memiliki lebih banyak kebaikan atau nikmat (Emmons, 2007). Hal tersebut juga sesuai dengan hasil penelitian eksperimen yang dilakukan oleh Khoiriyah (2016) mengenai pelatihan syukur terhadap peningkatan *subjective wellbeing* pada yang memiliki anak down syndrome. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa informan dalam kelompok eksperimen yaitu kelompok yang diberikan intervensi berupa pelatihan syukur mengalami perubahan yang positif.

Syaikh Abdul Qadir Jailani sebagaimana dikutip oleh Shihab (2012: 219-220), membagi syukur menjadi tiga macam: yaitu (1) syukur dengan lisan yaitu dengan mengakui adanya nikmat dan merasa tenang (2) syukur dengan badan dan anggota badan yaitu dengan cara melaksanakan dan pengabdian serta melaksanakan ibadah sesuai perintah Allah (3) syukur dengan hati yaitu beri'tikaf atau berdiam diri di atas Allah dengan senantiasa menjaga hak Allah yang wajib dikerjakan.

Bersyukur sesungguhnya adalah budi yang luhur tinggi, sebab bersyukur adalah penghargaan atas nikmat Allah. Orang yang tahu menghargai nikmat, menunjukkan kepada ketinggian budi, maka berhaklah orang yang bersyukur itu untuk memperoleh tambahan nikmat, orang yang tidak bersyukur, dinamai orang kafir sebab tidak tahu dan tidak mau menghargai nikmat (Shiddieqy, 2008: 491). Syukur merupakan ungkapan atau maksud kebaikan bagi yang menerima nikmat. Sama juga kebaikan tersebut dilakukan dengan menggunakan lisan, tangan atau dengan hati. Ada yang mengatakan bahwa syukur adalah memuji dan menyanjung atas segala kebaikan yang telah diperolehnya.

Betapun sehatnya manusia, jika hidup kesepian, selalu terfokus pada hal-hal yang negatif, dendam, marah menjadikan perlahan-lahan enzim dalam tubuh manusia akan kehilangan kekuatannya, maka dtuhkan rasa syukur dalam setiap perjalanan hidup.

Al-Jauziyah (2008) menyebutkan bahwa salah satu aspek kebersyukuran adalah memuji Allah dalam rangka memuji pemberi nikmat. Hati yang tenang dan selalu menghadirkan Allah dalam perbuatannya akan

membuat yang memiliki anak berkebutuhan khusus senang dan gembira dalam merawat serta membesarkan anaknya.

Selain itu orang tua memiliki anak retardasi mental yang sekolah di SLB N Jepon Blora penuh dengan kesabaran dalam mengasuh dan mendidik anaknya. Sabar berarti memiliki ketabahan dan daya sangat kuat untuk menerima beban, ujian dan tantangan tanpa sedikitpun mengubah harapan untuk menuai hasil yang ditanamnya, sehingga orang yang bertaqwa tidak mengenal atau memiliki kosa kata “cengeng” karena makna dari kata sabar itu sendiri bermuatan kekuatan bukan kelemahan (Tasmara, 2011: 43).

Sabar sebagai suatu sikap jiwa yang ditampilkan dengan penerimaan terhadap sesuatu baik berkenaan dengan penerimaan tugas dalam bentuk suruhan dan larangan maupun bentuk penerimaan terhadap perlakuan orang lain, serta sikap mental yang kuat dan tangguh dalam menghadapi musibah. Sehingga akan melahirkan perilaku dan sikap yang mantap, optimis dan bertanggung jawab yang mendorongnya untuk tunduk dan patuh pada Dzat Yang Maha Kuasa, menghindari diri dari egoism dan takabur yang merupakan sikap dan perilaku yang mencerminkan kualitas yang rendah dari seorang makhluk yang lemah yang ditugaskan untuk menjadi khalifah di muka bumi (Nurdin, dkk, 2005: 244).

Agar manusia senantiasa menempatkan akal sebagai dorongan yang mendominasi kehendak dan perilakunya, maka diperlukan kesabaran. Dengan kata lain, kesabaran adalah kendaraan bagi orang-orang yang menghendaki kebaikan (Muhammad, 2002: 4).

Orientasi happiness pada orang tua yang memiliki anak retardasi mental juga terjadi ketika aktif dalam berbagai kegiatan sosial, namun keterlibatan orang tua dalam aktivitas sosial di masyarakat ketika memiliki anak retardasi mental yang sekolah di SLB N Blora menjadi sangat susah, karena anak-anak retardasi mental membutuhkan waktu yang lebih dalam membimbing dan mengasuhnya, sehingga menjadikan orang tuanya tidak sempat aktif dalam kegiatan sosial, meskipun ada beberapa yang tetap aktif, namun waktu utama diperuntukkan untuk anaknya.

Dunahoo, Geller dan Hobfoll (Marettih & Wahdani, 2017: 24) menjelaskan bahwa menghabiskan waktu dua kali lebih banyak dalam pengasuhan anak dibandingkan ayah walaupun mereka juga bekerja di luar rumah. Sebagai yang bekerja, mereka merasakan tekanan pribadi yang menimbulkan rasa bersalah sehingga berusaha untuk menjadi yang terbaik bagi anak-anaknya. Selain itu, berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh Amani (2014) kepada salah satu yang memiliki anak berkebutuhan khusus disimpulkan bahwa merasa kehilangan waktu untuk beristirahat, kurangnya kesempatan untuk bersosialisasi dengan kerabat dan tetangga, serta sulitnya mengatur waktu antara pekerjaan rumah dan pekerjaan kantor. Terlepas dari semua masalah tersebut, informan mengakui bahwa segala sesuatu yang terjadi adalah sebagai sarana untuk menjadikan dirinya lebih dekat dengan Allah SWT dan menyadari bahwa anak adalah karunia yang tidak boleh disia-siakan sehingga merasa bersyukur dengan apa yang telah ditetapkan oleh Allah SWT.

Sebagian orang tua memiliki anak retardasi mental yang sekolah di SLB N Jepon Blora masih tetap mampu mewujudkan prestasi/minat bakat dengan cara mengembangkan bakat yang dimilikinya seperti kemampuan dalam *handycraft*, aktif dalam organisasi Desa dan menjadi UKM daur ulang, orang tua yang memiliki anak retardasi mental tidak selalu terbelenggu dengan aktivitas dengan anaknya, namun memiliki ruang untuk tetap berprestasi dengan tidak meninggalkan kewajibannya dalam mengasuh anaknya yang memiliki keadaan retardasi mental.

Schueller & Seligman(2010) menyatakan bahwa keterlibatan dalam aktivitas yang bermakna memiliki dampak yang kuat pada kesejahteraan individu, karena dapat meningkatkan sumber daya sosial dan psikologis, sedangkan mengejar kesenangan tidak membangun sumber daya. Keterlibatan dalam suatu aktivitas bisa mengarahkan individu untuk mencari kegiatan yang lebih menantang keterampilan mereka dan mengembangkan bakat dan minat (Csikszentmihalyi, 1990). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa aktivitas informan dalam kegiatan sosial bisa mengembangkan daya psycho

sosialnya dan menjadikan informan cenderung bahagia.

Menurut Schueller & Seligman (2010) orientasi kebahagiaan dengan cara *meaningful life* cenderung mengembangkan sumberdaya dalam jangka panjang, berbeda dengan orientasi bahagia *pleasure* yang hanya untuk kepentingan sesaat. Penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya yang mengatakan bahwa *pleasure*, keterlibatan dalam kegiatandan makna hidup berkorelasi dengan kesejahteraan. Kehidupan bermakna secara signifikan berkorelasi dengan kebahagiaan, kepuasan hidup, dan mempengaruhi sepanjang hidup (Steger, Oishi, & Kashdan, 2007).

Csikszentmihalyi (1990) menggambarkan kesenangan (*pleasure*) sebagai orientasi yang penting namun tidak cukup untuk kebahagiaan karena tidak mempromosikan perkembangan psikologis. Sebaliknya, kehidupan yang baik adalah jika terlibat secara aktif melalui kegiatan yang berarti. Orientasi *happiness* dalam dimensi *engagement*, akan mempromosikan kehidupan masa depan yang lebih sejahtera, karena sumber daya psikososialnya meningkat.

Hasil penelitian Schueller & Seligman (2010) menunjukkan bahwa orientasi *engagement dan meaningful lifemen* jadi sumber yang paling penting untuk mencapai kesejahteraan hidup. Orientasi ini akan membantu hidup informan untuk mencapai tujuan hidup yang lebih bermakna.

Selanjutnya Anak retardasi mental juga membutuhkan pendidikan yang tepat dari gurunya, sehingga tercapai kebahagiaan hakiki, bagi guru SLB Blora kebahagiaan adalah ketika harapan dan kenyataan berbanding lurus itu bisa membuat bahagia. dan juga tolak ukur kebahagiaan orang itu beda-beda. Dalam mendidik anak retardasi mental dimana anaknya IQ nya di bawah rata-rata, maka kasih sayang diutamakan dalam mendidik anak.

Sejalan dengan teori Juwandi (2010) yang mengatakan, pengetahuan keluarga dalam perawatan anak dengan retardasi mental dalam mempengaruhi kemampuan keluarga. Semakin rendahnya pengetahuan tentang jenis retardasi mental, maka akan menghasilkan kemampuan cara merawat yang kurang baik pula. Selain itu faktor-faktor di luar diri keluarga yang dapat mempengaruhi

kemampuan keluarga juga tidak dapat dikesampingkan seperti faktor lingkungan dimana keluarga tinggal serta penerimaan anggota keluarga lain terhadap keberadaan anak dengan retardasi mental ditengah-tengah keluarga.

Menurut (Titi & Muzal, 2000), diagnosis retardasi mental tidak hanya didasarkan atas uji intelegensia saja, melainkan juga dari riwayat penyakit, laporan orangtua, laporan dari sekolah, pemeriksaan fisis, laboratorium dan pemeriksaan penunjang. Tatalaksana retardasi mental mencakup medis, penempatan di panti khusus, psikoterapi, konseling dan pendidikan khusus. Upaya yang dilakukan guna meningkatkan kemampuan keluarga dalam merawat anak retardasi mental melalui aspek pengetahuan keluarga adalah dengan meningkatkan peran aktif seluruh anggota keluarga untuk mencari informasi-informasi mengenai cara merawat anak retardasi mental baik melalui media massa, media elektronik dan aktif menanyakan hal-hal seputar perawatan anak dengan kebutuhan khusus kepada petugas kesehatan maupun petugas pendidik di SLB tempat anak belajar.

Menurut Utami (2009), upaya untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam merawat anak retardasi mental berupa menjelaskan, memperagakan cara mengidentifikasi masalah dan memotivasi keluarga untuk mengungkapkan masalah, memberikan penyuluhan kesehatan, melakukan sosialisasi, melakukan psikoedukasi, memberikan informasi kepada keluarga tentang menggunakan fasilitas kesehatan. Hambatan keluarga dalam perawatan dapat dilakukan melalui upaya-upaya tersebut. Terapi psikoedukasi membahas masalah pribadi dan masalah dalam merawat anggota keluarga dengan retardasi mental, cara perawatan, manajemen stres keluarga, manajemen beban keluarga serta pemberdayaan komunitas dalam membantu keluarga.

Psikoedukasi dilakukan untuk meningkatkan kemampuan merawat (Townsend, 2008). Ada hubungan pengetahuan keluarga dan tingkat retardasi mental dengan kemampuan keluarga merawat anak retardasi mental. Untuk itu, hendaknya keluarga selalu meningkatkan pengetahuan dalam merawat anak retardasi mental dengan berbagai cara seperti meningkatkan

pengetahuan melalui informasi tentang merawat anak retardasi mental baik melalui pihak sekolah maupun dari media sosial. Apabila kemampuan keluarga meningkat, maka anak juga dapat mencapai kemandiriannya sehingga tingkat retardasi mental yang dialami anak semakin ringan.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Dari uraian di bab sebelumnya maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa orientasi happiness pada orang tua yang memiliki anak retardasi mental adalah rasa syukur dengan dititipi anak meskipun dalam keadaan retardasi mental. Perjalanan waktu dalam mengasuh anak retardasi mental membuat orang tua merasakan kebermaknaan hidup serta menjadikan orang tua bersyukur dan semakin sayang dengan anaknya. Kekurangan yang dimiliki anak retardasi mental bagi orang tua harus diterima dengan keikhlasan, dan setiap perkembangan yang dimiliki anak retardasi mental merupakan kebahagiaan bagi orang tua. Kesabaran dan kasih sayang merupakan modal utama dalam mengasuh dan mendidik anak retardasi mental.

#### **B. Saran**

Sehubungan dengan pembahasan masalah dalam skripsi ini, maka penulis perlu menyampaikan saran-saran berdasarkan hasil penelitian. Adapun saran-saran tersebut adalah:

##### **1. Bagi Orang tua**

Orang tua memiliki anak retardasi mental yang sekolah di SLB N Blora lebih semangat dalam mengasuh anak dengan menambah pengetahuan dalam mendidik anak retardasi mental, meningkatkan rasa syukur dan keikhlasan sehingga keberadaan anaknya adalah anugerah

yang membahagiakan bagi kehidupan orang tua

## 2. Bagi Sekolah

Sekolah untuk terus melakukan komunikasi dengan orang tua secara intensif, tidak hanya ketika pembagian raport, sehingga perkembangan anak retardasi mental ke arah yang lebih baik

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hendaknya mengembangkan penelitian ini dengan subyek yang lebih besar, sehingga hasil yang diperoleh lebih komprehensif.

## **C. Kata Penutup**

Puji dan syukur sudah sewajarnya dipanjatkan kehadirat Allah SWT atas selesainya penulisan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa penulisan ini masih perlu penyempurnaan baik isi maupun metodologinya. Untuk itu saran dan kritik penyempurnaan dari berbagai pihak sangat penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini. Akhirnya, semoga kita bersama selalu dalam lindungan Allah SWT dan selalu mendapat petunjuk agar dapat mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Ghozali, Muhammad. (2002). *Akhlak Seorang Mukmin*. Semarang: Wicaksana.
- Al-Jauziyah, I.Q. (2008). *Madarijus-salikin (Pendakian menuju Allah). Penjabaran Kongkrit "Iyyaka Na'budu Wa Iyyaka Nasta'in"*. Jakarta: Pustaka Kautsar
- Al-Munajjid, M. B. S. (2006). *Silsilah Amalan Hati, Ikhlas, Tawakkal, Optimis, Takut, Bersyukur, Ridha, Sabar, Introspeksi Diri, Tafakur, Mahabbah, Taqwa, Wara*. Bandung: Irsyad Baitus Salam.
- Amani, Z. (2014). *Hubungan Antara Pengalaman Spiritual Terhadap Keseimbangan Hidup-Kerja pada Orangtua yang Bekerja dan Memiliki Anak Tunarungu*. Skripsi. Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Anwar, Qomari.(2003). *Manajemen Stres Menurut Pandangan Islam*. Jakarta: Al Mawardi Prima.
- Azwar, Saifuddin(2008). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bachri. (2006). Peran ibu dalam pengasuhan anak retardasi mental.
- Baker, B. L.. McIntyre. L. L.. Blacher. J.. Crnic. K.. Edelbrock. C..& Low. C. (2003). Pre-school children with and without developmental delay: Behavior problems and parenting stress over time. *Journal of Intellectual Disability Research*. 47(4).
- Carr, Alan. (2004). *Positive Psychology. The Science of Happiness and Human Strengths*. New York: Brunner Routledge.
- Cohen, D.J.. dan Volkmar. F.R. (1997). *Handbook of Autism and Pervasive Developmental Disorders*. 2th ed. USA: John Wiley & Sons Inc
- Craig, F.. Felicia. F.. Giacomo. A. De. Margari. L.. Frolli. A.. Conson. M.. Margari. F. (2016). Parenting stress among parents of children with Neurodevelopmental Disorders. *Psychiatry Research*
- Csikszentmihalyi, M. (2000). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. New York: Harper & Row.
- Daradjat, Zakiah. (2001). *Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung
- Davison, Gerald C. John M. Neale. Ann M K. (2006). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Raja Grafindo Persada

- Departemen Pendidikan Nasional. (2005). *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Edisi Ketiga). Jakarta: Balai Pustaka
- Diener, E. & Oishi, S. (2005). *Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction*. In S. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.). *Handbook of Positive Psychology*. Oxford: Oxford University Press.
- Efendi, Mohammad. (2009). *Pengantar Psikopedagogik Anak Berkelainan*. Jakarta: Sinar Grafika Offset
- Ekantari, P. (2010). Hubungan Antara Kepribadian Tangguh dan Stres Pengasuhan Pada Ibu Yang Memiliki Anak Retardasi Mental.
- Emmons, R. A. (2007). *Thanks! How the New Science of Gratitude can Make You Happier*. New York: Houghton Mifflin Company.
- Friedman, M.M (2008). *Keperawatan Keluarga, Teori dan Praktik*. Jakarta. EGC
- Furnham, A. & Fudge, C.. (2008). The five factor model of personality and sales performance. *Journal of Individual Differences*
- Hawari, Dadang. (2007). *Al Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*. Yogyakarta; Dana Bhakti Prima Yasa.
- Hendriani, W. Handariyati, R dan Sakti, T. M (2006) Penerimaan Keluarga Terhadap Individu Yang Mengalami Keterbelakangan Mental.
- Hurlock, E. B. (2008). *Perkembangan anak*. Jilid I. Jakarta: Erlangga.
- , (1997). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- Jarden, Aaron. (2011). *Positive Psychology Assesment: A Practical Introduction to Empirically Validated Research Tools For Measuring Wellbeing*. Naskah Publikasi.
- Juwandi. (2010). Penerimaan Keluarga Terhadap Anak Dengan Retardasi Mental. <http://anakbayi.com/tanya-jawab/apakah-retardasi-mental-itu-karena-keturunan>.
- Kartono, Kartini. (2003). *Pengantar Metodologi Research Sosial*. Bandung: Alumni
- , (2009). *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam*. Bandung: MandarMaju.
- Khoiriyah, N. M. (2016). *Pengaruh Pelatihan Syukur terhadap Peningkatan Subjective Well-Being pada Ibu yang Memiliki Anak Down Syndrome*.

Skripsi. Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta

- Lumbantobing, SM. (2007). *Anak dengan Mental Terbelakang*, Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Maretti & Wahdani. (2017). Melatih kesabaran dan wujud rasa syukur sebagai makna coping bagi orangtua yang memiliki anak autis. *Marwah: Jurnal Perempuan. Agama dan Jender*. 16 (1).
- Margono, S. (2000). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Moleong, Lexy. J. (2009). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosda Karya
- Muhammad, Hasyim. (2002). *Dialog Antara tasawuf dan Psikologi: Telaah Pemikiran Psikologi Humanistik Abrham Maslow*. Yogyakarta: Pelajar Offset.
- Nawawi, Hadari dan MartiniNini. (2006). *Penelitian Terapan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
- Nurdin, AE. (2010). *Buku Ajar Ilmu Perilaku Kedokteran: Tumbuh Kembang Perilaku Manusia*. Jakarta: EGC
- Nurdin, Mukhlis. dkk.(2005). *Moral dan Kognisi Islam*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Payne, JS. dan Patton JR. (1981). *Mental retardation*. Columbus: Bell& Howell Company
- Perdana, G. K. A. & Dewi. L.. S. (2015). Kebahagiaan pada ibu yang me  
anak difabel. *Jurnal Empati*. 4 (4)
- Prasadio, T. (2006). *Gangguan Psikiatrik pada Anak-Anak denganRetardasi Mental*. Disertasi. Surabaya: UniversitasAirlangga
- Puspitorini, Yulia Woro. (2012). *Tingkah Laku Prosocial dan Kebahagiaan*. Skripsi Publikasi: Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranat
- Rahman, Putri Aulia dan Rodiatul Hasanah Siregar. (2012). *Hubungan Religiusitas dengan Kebahagiaan Pada Lansia Muslim*. Skripsi Publikasi: Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara
- Safrudin. (2015). *Pendidikan Seks AnakBerkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Grava Media

- Schieve, L. A. dkk. (2011). A Population-Based Assessment Of the Health. Functional Status and Consequent Family Impact Among Children with Down Syndrome. *Disability and Health Journal*. 4. 68–77
- Schueller, S.M.& Seligman. M. (2010). Pursuit of pleasure. engagement. and meaning: Relationships to subjective and objective measures of well-being.*The Journal of Positive Psychology*. 5. (4)
- Seligman, E. P. Martin. (2005). *Authentic Happiness:Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential For Lastin G Fulfillment*. Bandung: Mizan Pustaka
- Shiddieqy, Teungku Muhammad Hasbi Ash.(2008). *Al-Islam*.Semarang: Pustaka Rizki Putra.
- Shihab, Muhammad Qurash.*Membumikan Al-Qur'an ....*
- Somantri, S. (2007). *Psikologi: Anak Luar Biasa*. Bandung: Rafika Aditama
- Steger, M.F.. Kashdan. T.B..& Oishi. S. (2007). Being good by doing good: Daily Eudaimonic Activity and Well-Being. *Journal of Research in Personality*.
- Sturmey, P..& Didden. R. (2014). *Evidence-based Practice and Intellectual Disabilities*. West Sussex: John Wiley & Sons. Ltd.
- Subagyo, P. Joko. (2004). *Metode Penelitian dalam Teori dan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sugiyono. (2005). *Memahami Penelitian Kualitatif: dilengkapi dengan Contoh Proposal dan Laporan Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Sularyo, Titi Sunarwati dan Muzal Kadim.(2000).Retardasi Mental.*Sari Pediatri*. Vol. 2. No. 3. Desember
- Tarjan, Valente M. G. Etiology Factors in MentalRetardation. *Psychiatric Ann Repr*
- Tasmara, Toto.(2001). *Kecerdasan Ruhaniah (Transcendental Inteligencia)*. Jakarta: Gema Insani.
- Titi & Muzal. (2000). *Retardasi Mental*. Jakarta: EGC.
- Totsika, V.. Hastings. R. P.. Emerson. E..Berridge. D. M..& Lancaster. G. A. (2011). Behavior problems at 5 years of age and maternal mental health in autism and intellectual disability. *Journal of Abnormal Child Psychology*. 39(8)

- Townsend. (2009). *Essentials of Psychiatric Mental Health Nursing*. Philadelphia: F. A Davis Company.
- Tri, S. & Yudha. S. (2015). *Jurnal STIKES Vol. 8. No.2*. Desember
- Utami, YR. (2009). *Penyesuaian Diri dan Pola Asuh Orang Tua yang Memiliki Anak Retardasi Mental*. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah. Jogjakarta.
- Veenhoven, Ruut. (2011). Is Happiness Relative?. *Social Indicators Research*. Vol. 24. No. 1
- Watkins, P.. C.. Woodward. K.. Stone. T..& Kolts. R.. L. (2003). Gratitude and happiness: Development of a measure of gratitude and relationships with subjective well-being. *Social Behavior and Personality*
- Wenar, C & Kerig P. (2000). *Developmental Psychopathology*. Singapore. The Mc GrawHills companies. In
- WHO. (1998). Primary prevention of mental neurological and psychosocial disorders. Geneva. WHO
- Zemmy, et al. (2014). Hubungan antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Kemampuan Perawatan Diri pada Anak Retardasi Mental di SLB Negeri Ungaran

**KODING**

## **Koding Subjek 1**

Kode	Ucapan Subjek	Hasil Koding	Makna Psikolog
S1.1	<p>(perasaan ibu awal kelahiran) masa perkembangan baik badannya ya gemuk ya sehat <b>tapi berjalan lambat</b> saya timang-timang itu ya baik paling batuk pilek biasa lagi jenge perkembangan anak ya mbak, terus <b>saya itu sedih banget seolah-olah piye iki kaleh bapak e kaleh mbak-mbak e nggeh kan..</b></p> <p>Hati saya deg gitu, Pak Dokter bilang gitu <b>saya jadi kepikiran, sedih mbak.</b></p>	<p>Mengetahui bahwa anak memiliki perkembangan yang lambat tapi ada keraguan karena anak sehat</p> <p>Keluarga Sedih dan kebingungan</p> <p>Emosi sedih</p>	<p>Subjek sedih di awal kelahiran anak</p>
S1.2	<p>(bentuk kasih sayang subjek terhadap anak RM)</p> <p><b>ngurusin anak ini pertama harus sabar, lembut,</b> kalo dia <b>dikerasin malah berontak</b> mbak.. <b>dielus..</b> ketiga keempat e <b>semisal gak cocok bakal ngamuk,</b> semisal melangkah <b>apa harus ditegur disapa nek gak cocok ngamuk</b> tapi dengan sendirinya <b>dengan orangtua ya bisanya gak ngamuk</b> ya dirayu malih, kulo ngoten mbak.. jadi <b>ibu itu harus mempunyai sabar sabar dan sabar sepenuhnya</b></p>	<p>Subjek memperlakukan anak dengan penuh kasih sayang, sabar, dan pengertian.</p> <p>Anak mampu mengontrol emosi saat berhubungan dengan orang tua, tapi dengan orang lain anak masih menyesuaikan diri</p>	<p>Subjek mengasuh dengan baik dan lembut. Subjek sebisa mungkin menunjukkan emosi pada anak.</p>
S1.3	<p>(coping ibu menyikapi anak RM)</p> <p>ngajak dia mandi refreshing jalan-jalan udah gitu aja, dia saya belikan sosis gitu udah seneng, kalaudia <b>seneng saya atine seneng mbak..</b> Tapi kalo <b>semisal budreg lagi kumat ya saya nek nuju ngeten Ya Allah paringono sabar lan kuat momong anak e kulo</b> teng atine kulo piambak dari <b>mbak-mbak mas bapak udah nggak mau tau mbak.</b> jadi saya ya <b>nyemangatin diri sendiri mbak. Dulunya itu saya malah malu, minder</b> punya anak gini seolah-olah semisal di rasani</p>	<p>Kebahagiaan subjek merupakan manifestasi kebahagiaan anaknya</p> <p>Merasa sendiri dalam mengasuh anak</p> <p>Diawal Merasa malu memiliki anak RM</p> <p>Penerimaan diri</p>	<p>aspek afektif sikap menerima sayang</p> <p>aspek kognitif (bahagia karena bahagia)</p>

	tetangga gini gini tapi sekarang <b>saya cuek</b> mbak, mungkin itu memang sudah bagian saya. tetangga semisal punya anak seperti saya mungkin belum tentu <b>bisa sabar atau menerima</b> seperti saya		
S1.4	<i>saya pengen punya gerakan apa kesibukan sendiri yo kepingin tapi engko anakku terus piye nek di titip di titipno sopo, di pasrahke sopo.</i>	Keinginan untuk bekerja di luar rumah	
S1.5	<b>Nek anak ribet utowo purik niku kulo rayu mbak</b> , <i>sakno mak e yo le kowe nyuwun opo e le nyuwun opo ngomong</i> , tak pundutke duit terus tumbas jajan kaleh kulo mbak	Menunjukkan emosi positif dan komunikasi pada anak saat sedang tantrum	Aspek kognitif ka Menunjukkan ka kepada anak.
S1.6	<b>saya sudah tua, bapak sudah tua, mbak-mbak sudah berkeluarga</b> sudah mempunyai anak sendiri-sendiri, , ya <b>dinikmati saja yang penting sehat dan di beri Allah kesabaran mbak</b>	Penerimaan diri	Aspek penerimaan berasal dari afektif
S1.7	<b>saya di beri anugerah titipan itu saya terima dengan hati, dengan ikhlas, (SLB) malah ada yang lebih-lebih (parah) ada juga yang kurang-kurang.</b> Kalo ada yang nanya ini kelas berapa sekolah dimana nggeh saya jawab <b>ndak saya tutup-tutupi mbak. Saya sudah ikhlas saya juga bangga, ...capek ya istirahat kalo ndak capek ya berangkat lagi.</b>	Penerimaan diri dengan melihat kondisi orang tua lain yang memiliki anak dengan kondisi yang tidak seberuntung anaknya	Penerimaan diri
S1.8	kalo makan ya saya pilih menu yang di sukainya kalo minum ya saya istilah e dilihat kesehatannya	Memperhatikan aspek kesehatan dan memberikan perhatian terhadap gizinya	Aspek kasih sayar
S1.9	<i>Gusti dosa apa saya ya ampunilah dosa saya sepenuhnya jadi orangtua</i>	Subjek intropeksi diri untuk mengetahui kenapa diberi beban	. penerimaan di

	<p><i>jika saya yang salah ya di beri ampun misalnya saya yang murka ya saya di beri kesabaran. saya tompo (terima) apa adanya. Saya sering ngomong dalam hati harus sabar sabar sabar, karena ini yang fokus ngurus hanya saya. Mereka juga pernah bilangada yang <b>berbeda gini ya ojo di hindari dan harus nerima kenyataan.</b></i></p>	<p>demikian.</p> <p>Penerimaan diri</p> <p>Berusaha meyakinkan anggota keluarga lain untuk menerima keadaan anak RM</p>	afektif
S1.10	<p><b>bersyukur mbak, sekarang ya bisa diatur anaknya lebih nurut, Alhamdulillah</b></p>	<p>Ungkapan syukur karena diberi kemudahan dalam merawat anak RM</p>	Aspek kognitif perkembangan anak yang baik
S1.11	<p><b>semua saya positifkan mbak, ya saya ini memang sudah bangga sudah ikhlas sudah senang melihat teman-teman lainnya gitu anak saya mempunyai perkembangan yang lebih baik itu saya sudah bersyukur banget mbak, saya sudah membandingkan dengan anak yang lainnya anak saya itu lebih baik, alhamdulillah bisa berjalan sendiri, bisa di arahkan</b></p>	<p>Perasaan bangga dan bahagia yang berasal dari perkembangan anak yang lebih baik daripada perkembangan anak lain.</p>	Aspek kognitif ha
S1.13	<p><b>anggap saja ada hikmah yang bisa di petik, mau digimanain aja wong itu juga sudah tanggung jawab saya sepenuhnya, saya ajak kemana saja ya saya ndak malu, saya dimana saja ya saya ndak sungkan kalo di lihat orang ya ndak malu, saya bangga, di tanya apa adanya ya saya</b></p>	<p>Subjek menerima kondisi karena mengerti tanggung jawab sebagai seorang ibu</p>	Aspek kognitif pe

	jujur, ya saya jawab seadanya tidak saya tutupi tidak saya hindari, saya ndak malu		
--	--	--	--

## Subjek 2

kode	Ucapan subjek	Hasil koding	Makna psikologis
S2.1	saya taunya ya anak saya normal <i>ini obatnya habis ngga habis bawa saja anaknya ke RS.</i> anak saya ternyata ada flek di paru-paru terus juga dokter nya bilang kalo <b>perkembangannya anak saya lambat, ya sa ya waktu itu cuma bisa pasrah dan berdoa mbak</b>	Subjek mengetahui kondisi anak setelah lahir. Setelah mengetahui kondisi perkembangan anak yang lambat subjek coping religius	Aspek penerimaan.
S2.2	(cara menghadapi anak) anaknya ngotot mbak kalo udah ngomong A ya A. Kalo merasa tertekan sih engga ya mbak tapi kalo udah stres apa saya ngerasa budreg saya giniin, <i>hayo jangan nakal nanti ditinggal loh kamu biar di rumah sendiri,</i> terus saya kan keluar nah dia itu nyariin saya sambil teriak <i>ibu</i> gitu mbak	Subjek menghadapi anak saat dalam emosi negatif dengan pergi mencari suasana positif	Aspek kognitif, kebahagiaan berasal dari lingkungan
S2.3	(coping stress ibu) <b>saya itu bicara sama tetangga saya, curhat anak nakal gitu,</b> terus tetangga saya bercanda gitu ibu mu	Subjek menghadapi anak saat dalam emosi negatif dengan pergi mencari suasana positif	Aspek kognitif, kebahagiaan berasal dari orang lain.

	iki kamu apainbilang gitu mbak,		
S2.4	<b>Bahagiannya ya saat kumpul-kumpul di sekolahan ini</b> kan senang ketemu sama banyak ibu-ibu lain yang sedang nungguin anak di sekolahan, bisa curhat ini itu	Subjek senang berkumpul dengan ibu-ibu lain karena bisa menyalurkan emosi negatif	Aspek kognitif, kebahagiaan berasal dari hubungan sosial dengan manusia lain.
S2.5	Ya kalo lagi rewel apa purik ya <b>saya ajak jalan gitu mba kan kesukaannya roti bakar</b> , duduk di rondan di gardu saya bilang gitu kan dia terus duduk sambil liat air, dirayu langsung mau, tapi ya susah-susah gampang mbak	Subjek menghadapi anak saat tantrum dengan memberikan makanan kesukaan dan aktifitas yang disukai	Aspek kasih sayang
S2.6	Ya <b>bersyukur</b> mbak intinya menerima saja karena memiliki <b>anak seperti ini yang ngasih kan Allah</b>	Penerimaan subjek secara kognitif, bahwa semua adalah pemberian dari Tuhan	Aspek kebahagiaan berupa penerimaan
S2.7	<b>Menerimanya ya menerima karena memang sudah pemberian dari Allah diberi anak seperti itu ya diterima apa adanya gitu aja.</b> Ayahnya ya sama saja yang penting sabar itu ujian gitu aja	Penerimaan subjek secara kognitif, bahwa semua adalah pemberian dari Tuhan	Aspek kebahagiaan berupa penerimaan
S2.8	Ya <b>perhatian</b> terus juga harus <b>sabar</b> , terus kalo semisal dia lagi nangis harus	Subjek merawat anak dengan kasih sayang	Aspek kebahagiaan kasih sayang

	<b>dikasih pengertian</b>		
S2.9	saya ajari bagaimana <b>cara merawat apa mengurus dirinya sendiri</b> seperti caranya nyuci baju yang benar, kadang ya saya suruh nyapu-nyapu atau cuci piring gitu mbak meski nyucinya lama	Subjek memberikan pengajaran yang baik untuk anak	Aspek kasih sayang
S2.10	Iya mbak dulu saya sempat merasa seperti itu tapi sekarang udah gak begitu tapi kadang ya mbatin, <i>Ya Allah kenapa saya di beri hidup seperti ini orang-orang kok hidupnya enak ada yang jadi orang kaya Allah nggak adil ah</i> , kadang saya itu gitu mbak. Tapi untuk saat ini ya <b>saya pasrah aja</b> mbak bagaimana Allah mengatur kehidupan keluarga saya gitu aja.	Subjek merasa hidup tidak adil di awalnya. Subjek lalu mulai menerima.	Aspek penerimaan
S2.11	<b>Alhamdulillah bahagia-bahagia</b> saja mbak.. ya di syukuri saja	Subjek menunjukkan penerimaan	Aspek penerimaan
S2.12	Ya <b>semenjak ada anak memang Allah telah melancarkan rezeki</b> saya itu udah keliatan benget itu, kerasa banget mbak, jadi semenjak ada Sulis <b>rezeki datang</b> nya dari manapun	Subjek merasakan hal positif lewat anaknya. Secara emosional subjek menerima keadaan anaknya	Aspek kognitif kasih sayang

	<b>pasti ada</b> , apalagi semenjak kakaknya lagi ada di Jogja kan banyak orang yang menolong lewat kakaknya itu tadi, bantu ngasih uang bilangannya buat jajan		
--	---	--	--

### Koding subjek 3

kode	Ucapan subjek	Hasil koding	Makna psikologis
S3.1	dulu awal pas di RS <b>dokter bilang anak saya nanti perkembangannya akan terlambat</b> Mulai waktu itu lebih saya telateni lebih saya perhatikan lagi kenapa bisa telat. <b>Tapi sebenarnya waktu dari kandungan udah keliatan mbak</b> , umur sembilan bulan itu belum lahir waktu lahir itu badannya hitam terus juga gak nangis.. <b>ya saya nangis terus juga bingung saat itu kenapa anak nya seperti ini.</b>	Subjek mengetahui kondisi anak sebelum lahir. Karena praduga tersebut subjek lebih siap menerima dan berpikir positif	Aspek penerimaan.
S3.2	Kesulitannya ya itu karena <b>mereka itu kan di bilangin ngeyel gitu</b> ya. Terus juga sulitnya kadang <b>saya bingung harus mendidiknya seperti apa lagi.</b> Dia kan obesitas badannya gede banget lebih gede dari saya karena dia suka makan,. susah itu pas dia rewel minta makan terus padahal kan nggak baik buat tubuhnya	Subjek kesulitan menghadapi anak karena anak mengalami obesitas	Aspek kasih sayang
S3.3	Ya saya jalan-jalan naik motor kadang saya ngajak dia juga. Dia itu happy kalo	Subjek menghadapi anak saat dalam emosi negatif dengan	Aspek kognitif, kebahagiaan berasal dari lingkungan.

	naik motor.	pergi mencari suasana positif	
S3.4	Paling saya ngisi workshop tentang handycraft, kalo untuk kumpul PKK yang aktif atau pengajian enggak bisa mbak, karena si Nisa ini kan juga hyperaktif jadi enggak bisa kalo di tinggal-tinggal. Dulu waktu awal masuk SLB, masuknya dia itu hyperaktif, autis, dan tunagrahita.	Subjek senang berkumpul dengan ibu-ibu lain karena bisa menyalurkan hobi	Aspek kognitif, kebahagiaan berasal dari hubungan sosial dengan manusia lain.
S3.5	Paling saya ngisi workshop tentang handycraft, kalo untuk kumpul PKK yang aktif atau pengajian enggak bisa mbak, karena si Nisa ini kan juga hyperaktif jadi enggak bisa kalo di tinggal-tinggal. Dulu waktu awal masuk SLB, masuknya dia itu hyperaktif, autis, dan tunagrahita. Sekarang autis nya udah hilang, hyperaktif nya berkurang tapi kalo retardasi mental atau tunagrahita nya masih menonjol.	Subjek coping stressnya melalui berkreasi, katarsis stressnya melalui berkreasi	Aspek kognitif gratifikasi
S3.6	Dia sering rewel kalo masalah makanan mbak, kan dia ini diet ya kalo marah kan serem, suka mbanting-banting barang ya akhirnya saya kasih dikit sambil saya elus-elus pundaknya, kalo engga gitu ya saya kasih hape buka nyoutube gitu langsung anteng, tapi kan kasihan matanya jadi saya batasin juga main hapenya saya matikan datanya terus saya alihkan dia ke tv tapi dia	Subjek memberikan kasih sayang dan perhatian terhadap kesehatannya	Aspek kebahagiaan berupa kasih sayang

	nggak marah karena sudah ada jam nya. Yang sering marah itu masalah makan		
S3.7	Saya berpikir bahwa ini sudah jalan terbaik yang Allah kasih buat saya, saya yakin semuanya pasti ada hikmah di baliknya, saya juga menerima	Penerimaan subjek secara kognitif, bahwa semua adalah pemberian dari Tuhan	Aspek kebahagiaan berupa penerimaan
S3.8	Saya menerima ya mbak yang namanya <b>juga hadiah dari Gusti Allah</b> . Tapi kadang saya jengkel itu ada tetangganya saya suka marah-marah kalo pas si Nisa lagi nangis kan berisik teriak-teriak, tetangga saya itu marah ya saya juga bingung yang namanya anak kayak gini gak bisa kayak anak yang lainnya terus juga dibilangin susah.	Subjek menerima keadaan anak RM dengan coping religius	Aspek kebahagiaan penerimaan
S3.9	Apa ya bingung.. ya kalo marah saya elus-elus punggungnya saya niru guru-guru disini	Subjek memberikan kasih sayang kepada anak	Aspek kasih sayang
S3.10	saya handycraft ngisi workshop terakhir itu ngisi di SMK N 2 Blora. Pernah juga dapat undangan acara ulang tahun Sampoerna jadi saya ikut mengisi pameran di Bali. Ini awal saya banyak orderan ketika masuk berita di RCTI mbak. Awalnya koran Jawa Pos menulis artikel tentang saya lalu saya di hubungi dari RCTI terus mereka datang ke tempat saya untuk wawancara. Ya lumayan mbak bisa masuk tv.	Subjek mendapat prestasi atas hobi yang ditekuninya	Aspek prestasi
S3.11	Saya ajari dia disiplin.. semisal main hp itu ada jam nya.. makan juga ada jam nya.. saya ajari buat kerajinan daur ulang juga buat handycraft	Subjek menunjukkan kasih sayang melalui pendidikan ketrampilan	Aspek kasih sayang
S3.12	Ya saya lebih bisa bersyukur, dan Alhamdulillah rezeki	Subjek merasakan hal	Aspek afektif

	saya lancar. Jadi emang anak kayak gitu gak boleh di siksa mbak, Tuhan itu langsung menegur. Pernah juga dia lari Cuma pake daleman kan saya malu ya mbak saya kejar mau saya pukul eh saya tiba-tiba jatuh terus dia balik lagi nolongin saya, saya langsung diem mbak mungkin juga itu teguran langsung dari Allah karena anak seperti Nisa emang gak boleh di hardik. Jadi <b>saya ambil hikmahnya saja</b>	positif lewat anaknya. Secara emosional subjek menerima keadaan anaknya	penerimaan
--	--	--	------------

#### Koding subjek 4

kode	Ucapan subjek	Hasil koding	Makna psikologis
S4.1	Ya <b>sedih mbak</b> , awalnya kan sekolah di SD biasa tapi gurunya nyuruh pindah di SLB saja karena tidak bisa mengikuti pelajaran ini di sini juga yang biayain guru SD nya dulu itu mbak, ini juga masih berobat jalan kan dia punya kejang-kejang gitu	Subjek bersedih karena anaknya mengalami keterlambatan perkembangan	Subjek masih belum menerima kondisi anak yang dipindah ke SLB
S4.2	Ya itu mbak kalo dia lagi rewel apa susah di bilangin, semisal dia di suruh mandi gitu tapi nggak mau mbak. Jadinya kadang <b>saya jengkel sendiri saya diemin</b> ntar dia tiba-tiba nyamperin saya sendiri	Subjek kesulitan menghadapi anak	Subjek memilih menghindari saat dalam kesulitan
S4.3	Itu.. <b>saya maen keluar rumah mbak</b> , kadang ke rumah tetangga saya tapi dia pasti nyamperin apa nyariin saya gitu mbak, apa kalo dia pas rewel gitu mbak dia nyariin saya terus minta sayang minta cium pipinya gitu mbak,	Subjek menghadapi anak saat dalam emosi negatif dengan pergi mencari suasana positif	Aspek kognitif, kebahagiaan berasal dari lingkungan.

	pokok e manja ne pol		
S4.4	<b>Paling nggeh kumpul sama tetangga.</b> Kalo PKK apa pengajian gitu ndak ikut mbak, di sana PKK nya nggak begitu aktif kok	Subjek senang berkumpul dengan ibu-ibu lain	Aspek kognitif, kebahagiaan berasal dari hubungan sosial dengan manusia lain.
S4.5	Kadang ya kerja-kerja mbak, nyapu, masaka, apa bersih-bersih gitu mbak, nanti kalo semisal pas stres gara-gara Isti va <b>stres nya hilang sendiri di pake aktivitas gitu</b>	Subjek coping stressnya melalui aktifitas sehari-hari	Aspek kognitif gratifikasi
S4.6	<b>Kalo rewel kulo diamke,</b> nanti lama-lama dia deketin saya gitu nyamperin saya sambil senyum-senyum gitu mbak, terus kadang abis ngambek gitu minta uang buat jajan	Subjek mendiamkan anak saat anak rewel.	Subjek menghindar dari stressor
S4.7	Apa ya.. va saya <b>bersyukur mbak,</b> ini kan anak satu-satunya. Dikasihnya gini ya harus di terima <i>opo enek e."</i>	Penerimaan subjek secara kognitif, bahwa semua adalah pemberian dari Tuhan	Aspek kebahagiaan berupa penerimaan
S4.8	Yang jelas <b>perhatian</b> terus juga sabar mbak, va sebisa mungkin saya <b>tidak keras</b> pada Isti	Subjek menerima keadaan anak RM dengan menunjukkan kasih sayang	Aspek kebahagiaan penerimaan
S4.9	Dia itu manja banget mbak, kalo tidur itu harus ditemenin minta di <i>puk-puk</i> gitu kayak bayi mbak.	Subjek memberikan kasih sayang kepada anak	Aspek kasih sayang
S4.10	Ya saya <b>ajari belajar di rumah</b> kayak mewarnai yang buku dari sekolahan itu terus juga belajar menulis.	Subjek memberikan kasih sayang kepada anak melalui pendidikan di rumah	Aspek kasih sayang
S4.11	Saya masih inget dulu itu saya sedih banget mbak waktu di RS. Tapi juga saya nggak begitu mengeluh karena Isti	Subjek menunjukkan kisah masa lalu yang menyedihkan	Rasa syukur dari kesedihan masa lalu dibandingkan masa

	orang saya 14 tahun menikah baru di kasih anak, ini Isti anak satu-satunya mbak nggak tau abis itu saya nggak di kasih anak lagi terus juga umur saya sudah 47 tahun.		sekarang
S4.12	Iya bahagia mbak	Subjek merasakan kebahagiaan	Aspek afektif kebahagiaan
S4.13	<b>Saya ngerasa keluarga lebih lengkap mbak.</b> meskipun keadaannya seperti itu ya saya menerima, saya juga bahagia kok dengan adanya Isti	Subjek menunjukkan penerimaan	Aspek afektif penerimaan

#### Koding subjek 5

kode	Ucapan subjek	Hasil koding	Makna psikologis
S5.1	2 tahun itu saya sudah mulai curiga soalnya ndak bisa ngomong, ndak bisa berjalan, terus Intan lahir sudah keadaan biru mbak, udah keracunan kawah kan, jadi sampe ber-jam-jam Intan itu ndak bisa nangis karena keracunan kawah mbak, iadinya <b>va ndak tau mbak udah di beri Allah dari sananya gini va kita terima</b> , terus akhirnya kok bener umur setahun belum bias ngoceh kayak temen-temannya respon nya terus lambat, umur 4 tahun belum bisa jalan terus saya bawa ke Kudus alternatif pijat dengan Kyai gitu.	Subjek bersedih karena anaknya mengalami keterlambatan perkembangan, meskipun begitu subjek menerima keadaan anak	Aspek kognitif penerimaan
S5.2	Ya kadang itu mbak <b>susah di bilangin</b> , terus juga <b>saya itusering bertengkar sama tetangga saya</b> , kan anaknya ngehina va marah. dia itu paham kalo dihina apa diejek gitu dia marah. kan badannya besar body nya kayak bodyguard gitu, jadi	Subjek kesulitan menghadapi anak yang emosinya kurang stabil	Subjek memilih menghadapi masalah

	saya itu sering tengkar sama tetangga saya ya gara-gara anaknya ngehina Intan ini, Tetangga saya sering ngelabrak saya karena anaknya di pukul jotos sampe nangis mbak. Tapi itu dulu mbak, sejakmasuk SMP sudah mulai bisa meredakan emosi		
S5.3	<b>Saya pergi mbak</b> bawa seperda motor nge-mie apa beli bakso sendirian luamaa banget baru pulang. Terus kalo nyampe rumah itu dia bilang gini mbak, <i>ibu ojo minggat a</i> , saya pergi gitu mbak udah mau naik sepeda motor itu dia melas banget mbak saya di tungguin di depan pintu sambil dia nangis gitu pas saya nyampe rumah gitu dia minta maaf mbak,	Subjek menghadapi anak saat dalam emosi negatif dengan pergi menenangkan diri	Aspek afektif kebahagiaan berasal dari lingkungan.
S5.4	Iya, kebetulan kan saya di sana jadi ketua BPD mbak, terus yang KPM itu di desa juga saya, Kader Pembangunan Masyarakat itu lho mbak itu juga saya, itu kegiatannya kalo di desa ya gitu	Subjek coping stress melalui beraktifitas dalam organisasi dan aktif berorganisasi	Aspek kognitif, kebahagiaan berasal dari hubungan sosial dengan manusia lain.
S5.5	<b>Saya mikirnya karena udah dikasih gini vasudahlah diterima saja orang ini kan juga titipan dari Allah.</b> Saya juga jarang mengeluh yang gimana-gimana ya menerima saja di syukuri	Subjek memahami bahwa kondisi apapun harus diterima	Aspek kognitif penerimaan
S5.6	Ya saya <b>tanvain kenapa rewel. sava ravu mau minta apa</b> , atau saya ajak jalan-jalan gitu mbak	Subjek mengajak komunikasi saat anak tantrum	Subjek memberi perhatian pada anak
S5.7	Ketika lahir kan sudah langsung tau bermasalah dengan perkembangannya jadi <b>sava iuga sudah ada bayangan ke depannya seperti apa. Jadi saya ya</b>	Penerimaan subjek secara kognitif, karena mengetahui kondisi anak sebelum lahir	Aspek kebahagiaan berupa penerimaan

	<b>menerima.</b> Dari kecil juga saya sudah sering ikut terapi-terapi gitu		
S5.8	Dia kan suka maen air to mbak, nyuci baju gitu dia suka banget, jadi akhirnya saya itu inisiatif buka laundry, Intan saya latih gimana caranya laundry baju terus untuk yang nyetrika itu saya nyuruh tetangga saya mbak. Jadi sehari-hari dia bantu laundry di rumah. Terus juga dia saya ajari bisnis isi ulang air galon. Saya ajari cara bersihin galon terus cara ngisi airnya gimana. Saya kasih tau harganya Rp. 4000 tapi kalo semisal yang beli ngasih uang nya Rp.10.000 itu dia ngasih ke saya karena dia masih bingung sama kembalian dia taunya uang pas gitu mbak. Dia kan belum bisa hitung-hiungan jadi uang itu hafalan.	Subjek memberi pengajaran kepada anak RM dengan menyalurkan hobinya ke arah positif	Aspek kognitif kebahagiaan penerimaan
S5.9	Ya <b>saya ini tetap aktif kegiatan di desa mbak.</b> Saya kan ketua BPD dan juga ikut KPM di desa ya saya tidak ada masalah ketika memiliki intan. Kadang yang jaga Intan itu orangtua saya kalo saya ada kegiatan di luar	Subjek mengisi kegiatan dengan aktif kegiatan kemasyarakatan	Aspek kognitif grafifikasi
S5.10	Pokoknya nomor satu untuk anak itu <b>dia harus bisa mandiri untuk dirinya sendiri itu sava sudah bersvukur.</b> untuk tulis-menulis mengenal warna itu mengikuti pelan-pelan ndak bisa di paksakan.	Subjek memberikan kasih sayang kepada anak melalui pendidikan di rumah	Aspek kognitif kasih sayang
S5.11	Ndak, <b>saya nggak mengeluh punya anak seperti ini mbak,</b> dari awal lahir kan dokter sudah bilang kalo ada yang ndak	Subjek menunjukkan penerimaan atas kondisi karena	Aspek kognitif penerimaan

	beres, terus juga dari awal lahir saya sejak dokter bilang gitu saya sudah punya bayangan akan seperti ini iadnya ya sava menerima sejak awal mbak	mempersiapkan mental sedari dini	
S5.12	<b>Bahagia mbak, apalagi dukungan dari orangtua sava jadi yang menguatkan sava itu orangtua saya</b> jadi saya ndak minder atau apa, kemanapun juga tetep tak ajak mbak, saya ndak malu ndak apa, dia di ajak ngomong ya paham.	Subjek merasakan kebahagiaan karena dukungan dari orang sekitar	Aspek kognitif kebahagiaan berasal dari hubungan sosial
S5.13	Ya mungkin sava lebih bisa sabar lagi, <b>sava tetap bersyukur meski di kasih yang seperti yang namanya di kasih Allah kan ya nggak mungkin nolak mbak, pokoknya ini sava bawa happy aja mbak.</b>	Subjek menunjukkan penerimaan	Aspek afektif penerimaan

#### Koding subjek 6

kode	Ucapan subjek	Hasil koding	Makna psikologis
S6.1	Ya namanya orangtua, <b>sedih nangis kecewa lah pokoknya</b>	Subjek bersedih karena anaknya mengalami keterlambatan perkembangan	Subjek masih belum menerima kondisi anak
S6.2	Hahaha.. apa ya.. hmm ya <b>bersyukur mbak kita bersyukur apa yang di titipi Allah.</b>	Subjek menerima kondisi anak dengan bersyukur	Aspek afektif penerimaan
S6.3	Sementara waktu kecil itu ya biasa, ndak ada <b>masalah cuman komunikasi yang susah.</b> Saat ini ya masih dalam menulisnya juga	Subjek menunjukkan kesulitan berkomunikasi dengan anak.	Subjek menunjukkan kesulitan mengasuh anak RM

	belum ya bisa tapi belum bisa baca, terus sukanya mewarnai,suka sama hewan Kalo gosok gigi, mandi dia udah bisa sendiri mbak, makan nya juga bagus, naik sepeda juga bisa.		
S6.4	Kalo saya sih ndak sih, soalnya saya <b>mikirnya gini mbak disamping ada yang lebih berat daripada anak saya ya jadi saya biasa aja</b>	Subjek menunjukkan penerimaan karena ada anak yang memiliki kondisi lebih buruk dari anaknya	Aspek kognitif, kebahagiaan berasal dari kondisi orang lain yang di bawah
S6.5	Saya jalan keluar kadang sendiri kadang ngajak anak.. kalo pas saya kerja gitu kan <b>saya jualan baju itu stres nya hilang sendiri mbak</b>	Subjek coping stressnya melalui bekerja	Aspek kognitif gratifikasi
S6.6	Dulu iya ikut pengajian waktu masih tinggal di Sawahan tapi ini di tempat baru <b>saya ikutnya PKK</b>	Subjek memiliki kegiatan sosial	Subjek aktif bersosial
S6.7	<b>Ya gitu paling saya marahi,</b> tapi kadang langsung diem gitu. Nek nakal ndak sandi itu mbak cuman kadang-kadang malah yang misah ibu kalo lagi berantem	Cara subjek mengatasi anak tantrum dengan menunjukkan emosi negatif ke anak	Subjek memberi punishment saat anak tantrum
S6.8	Saya <b>berpikir bahwa ini titipan Allah, saya bersyukur mbak,</b> juga ada anaknya yang kayak gitu mbak dulu waktu pertama saya tidak bisa menerima, saya ya Allah gusti kenapa gini gini gini gitu. kesalahan saya apa gitu waktu itu. tapi sava mulai menerima saat sandi mulai masuk sekolah sekitar umur 7 tahunan	Subjek menerima keadaan anak RM dengan menunjukkan kasih sayang	Aspek kebahagiaan penerimaan

S6.9	Karena yang <b>pertama memang kesalahan saya juga mbak</b> , dari dokter kan sudah dikasih tau kalo ndak usah hamil lagi kan anak ibu sudah dua cukup, <b>Saya menerima mulai anak saya terapi kan ternyata banyak anak-anak yang seperti itu tidak hanya orang umum, anak dokter-pun juga ada yang gitu.. jadi saya menerima..</b> yaudah lah itu titipan dari Allah gitu.. Tapi <b>setelah bergaul dengan ibu-ibu lain di sekolahan sini juga lebih menerima</b> oowh ternyata banyak masalah yang di hadapi masing-masing kan ndak sama jadi yaudah lah <b>saya ikhlas toh ini juga perkembangannya sandi bagus mbak jalannya meski terlambat berapa bulan bisa jalan."</b>	Subjek menyesal karena kesalahan di masa lalu  Subjek menerima kondisi anak melihat ada yang memiliki masalah sama  Subjek menerima kondisi anak dengan berhubungan dengan orang dengan masalah sama  Subjek menunjukkan penerimaan	Aspek kognitif penerimaan
S6.10	<b>Ayahnya malah dari awal menerima mbak..</b> sabar banget ayahnya itu	Subjek menerima kondisi anak karena dukungan pasangan	Aspek kasih sayang
S6.11	Apa ya.. ya <b>saya perhatian..</b> terus juga <b>sabar</b> ngurusinnya	Subjek menunjukkan kasih sayang melalui perhatian	Aspek kasih sayang
S6.12	Apa ya <b>paling kreatifitas</b>	Subjek coping stres	Coping stres melalui

	<b>daur ulang bareng ibu-ibu sini</b>	melalui kegiatan bersama ibu-ibu di SLB	berhubungan sosial
S6.13	Ya seperti <b>anak-anak normal biasa, belajar</b>	Subjek menyamakan pendidikan anak melalui belajar seperti anak biasa	Aspek penerimaan
S6.14	<b>banyak ibu-ibu yang seperti anak-anak saya dan saya melihat ada yang melebihi</b> jadi saya kan yaudahlah <b>alhamdulillah anak saya bisa gini,</b> kan banyak anak-anak yang ndak bisa duduk ndak bisa jalan tambah banyak yang lebih parah..anak saya itu bisa di ajak berbicara	Subjek menrima kondisi anak melihat ada yang memiliki masalah sama	Aspek kognitif penerimaan
S6.15	Saya kan sudah mulai menerima ya saya bahagia-bahagia saja		
S6.16	<b>Nyari duit mbak jualan baju</b> kadang ya jalan-jalan sama anak. Soalnya <b>kalo di rumah terus kadang anak malah pasif jadi kalo saya keluar saya ajak dia keluar biar komunikasi dengan orang lain</b> juga	Coping stres melalui berjualan.  Pembelajaran bagi anak untuk melatih	Aspek kognitif gratifikasi,

### Koding subjek 7

kode	Ucapan subjek	Hasil koding	Makna psikologis
S7.1	aslinya anak adik saya tapi saya adopsi ketika adik	Subjek bersedih karena anak adopsinya	Subjek menerima kondisi anak dengan

	<p>saya cerai dengan suaminya. <b>sebelum saya adopsi suami saya sudah mewanti-wanti takut kalo anaknya bermasalah karena ayah kandung nya Farel ini punya depresi</b> kambuhan mbak, tapi kan <b>saya prinsipnya gini anak itu suci sejak lahir dan juga nanti tergantung kita nanti didiknya seperti apa, pokoknya saya positif thinking.</b> Nah saya itu <b>masukkan Farel di TK Favorit</b> mbak dengan harapan Farel bisa berkembang tapi ternyata nggak seperti yang saya harapkan <b>akhirnya saya pindah di SLB</b> sesuai saran Paman saya mbak. <b>Awalnya saya takut</b> mindahin ke situ bukan karena malu, karena dari awal kan saya sudah menerima Farel meski kadang menghadapinya keseharian itu kurang sabar, saya takut di SLB Farel malah gak berkembang tapi ternyata <b>di sini malah lebih baik mbak</b>, ini dia</p>	<p>mengalami keterlambatan perkembangan</p>	<p>dipindah ke SLB</p>
--	--	---	------------------------

	sudah mulai bisa membaca sedikit-sedikit.		
S7.2	Kalo pas saya sedang stres itu mbak <b>suami saya nenangin saya</b> , bilang, malah suami yang mengingatkan saya, <i>mama kan disek wes di ingetin kan bapak e iki bermasalah kan ya pasti anaknya juga bermasalah itu bukan salahnya anak</i> . Bilang gitu mbak	Subjek mendapat dukungan dari pasangan	Subjek memilih menghindar saat dalam kesulitan
S7.3	Kadang ya kalo saya capek gitu <b>saya nangis sendiri</b> mbak, kadang ya tak tinggal tidur gitu mbak.. <b>mau curhat sama suami malu</b> , soalnya kadang Farel itu kan ya, gimana ya, gitu mbak dia gampang meniru	Subjek coping stres dengan mencari dukungan dari suaminya	Coping stress
S7.4	Saya <b>pagi ngajar mbak, kadang kalo saya ngelesi</b> kalo engga ya pulang saya ajak tidur siang itu pasti.	Subjek mengatasi tekanan dengan beraktifitas	Coping stres.
S7.5	Ya kadang <b>jalan-jalan</b> gitu kadang ya ngajak FL.. kadang saya ya ke rumah tetangga saya yang agak gitu mbak, saya lihat anak itu bahkan untuk mengurus diri sendiri saja dia saja nggak bisa kalo Farel masih	Subjek coping stressnya dengan berpeegian  Subjek bersyukur	Aspek afektif penerimaan

	bisa jadi kadang <b>saya bersyukur mbak</b>		
S7.6	Farel jarang rewel kok mbak, dia itu <b>nangis kalo sakit hati</b> kalo jatuhpun itu cuma bilang <i>haduh</i> gitu aja tidak nangis tidak apa, saya juga heran. dia saya kasih tanggung jawab kalo sore nyapu kamar tapi <b>suatu saat itu yang nyapu ayahnya itu dia langsung ngambek mbak</b>	Subjek mengerti bagaimana kondisi emosional anak	Aspek kasih sayang
S7.7	Ya <b>saya bersyukur mbak</b> , meski di kasih anak seperti ini saya tetap bersyukur mbak, ini juga bukan dari orang lain ini dari adik saya sendiri, saya juga mikirnya <i>nek aku tuo nanti bisa jaga aku..</i> gitu mbak	Penerimaan subjek secara kognitif, bersyukur dan menerima pemberian Tuhan	Aspek kebahagiaan berupa penerimaan
S7.8	Ya kan dari bapak kandungnya Farel begitu, ya <b>saya mikirnya mungkin itu sudah rezeki saya</b> . Saya saja pengen punya anak sendiri saya saja belum dikasih kok, saya di karuniai ini ya saya terima kok, ibaratnya mungkin meski tidak lahir dari rahim saya karena support dari suami mungkin	Subjek menerima keadaan anak RM	Aspek kebahagiaan penerimaan

	saya selalu di ingatkan, saya ke SLB sini jadi merasa Farel ini masih lebih bagus, saya disini melihat banyak yang lebih di bawahnya Farel gitu loh mbak, ada yang down syndrome parah juga disini.		
S7.9	Saya perhatian.. terus juga si Farel ini perhatian kok mbak, apa dikit gitu bilang terimakasih, terus kalo salah itu dia bilang minta maaf, itu kadang yang membuat saya kadang itu <b>berpikir meskipun kamu gini tapi kamu punya kelebihan</b>	Subjek memberikan kasih sayang kepada anak dalam bentuk perhatian dan membesarkan hati anak.	Aspek kasih sayang
S7.10	Itu mbak, <b>tanggung jawab dan kedisiplinan</b> , ya saya kasih itu semisal kalo sore nyapu, mandinya gak boleh terlalu lama.. ya kemandirian gitu	Subjek memberikan kasih sayang kepada anak melalui pendidikan di rumah berbentuk kedisiplinan	Aspek kasih sayang
S7.11	Ya kadang pikirnya gini mbak, saya pengen punya anak tapi ini punya anak kok gini, <b>saya pikirnya gimana nanti kalo tua, saya dan suami rencananya kalo umur sampe umur sekian belum di kasih ya mau adopsi</b>	Subjek menunjukkan kekhawatiran masa depan.	Kecemasan menghadapi masa depan

	<b>satu lagi gitu mbak biar ada temennya</b>		
S7.12	<b>Kan saya sudah komitmen dari awal mbak.. Saya mikirnya mungkin rezeki anak kurang bagus tapi rezeki yang lainnya yang bagus.. saya mikirnya gitu mbak</b>	Subjek menerima kondisi anak dengan menunjukkan pemikiran akan mendapat kebahagiaan lain.	Aspek kognitif kebahagiaan
S7.13	<b>Saya yakin Allah itu punya rencana, saya tidak boleh suudzon dengan Allah, saya berpikiran positif mungkin dengan ini saya di beri karunia yang lain yang lebih baik bukan saat ini.. kalo merasa kurang pasti kurang kalo merasa iri pasti iri mbak. Tapi kadang saya bersyukur saya meningkat ketika bertemu anak yang di bawahnya Farel mbak.</b>	Subjek menunjukkan penerimaan dengan ungkapan syukur pada Tuhan	Aspek afektif penerimaan

#### Koding subjek 8

kode	Ucapan subjek	Hasil koding	Makna psikologis
S8.1	Dia sebelum umur satu tahun itu udah kelihatan.. kadang gimana ya.. ya sedih, <i>anakku kok nggak samadengan kakak-kakaknya</i> , gitu mbak, dulu berdiri aja gemetar. Dulu juga	Subjek bersedih karena anaknya mengalami keterlambatan perkembangan	Subjek masih belum menerima kondisi anak yang dipindah ke SLB

	waktu masih sekolah di TK dia sama sekali ndak bisa apa-apa, bicara saja masih sulit.. tapi semenjak saya masukkan di SLB itu mulai ada perkembangan mbak, dia sudah bisa mewarnai dan menempel gambar		
S8.2	Dia susah dibilangin mbak, kadang kalo saya ikutan kesel juga saya ambil tas terus baju satu, <i>nek ndak bisa di bilangin ibu ikut mbak yana aja</i> , saya bilang gitu ke dia mbak, <i>ojo buk ojoaku gak nakal maneh buk</i> , dia bilang gitu yaudah diem	Subjek kesulitan menghadapi anak	Subjek memilih menghindari saat dalam kesulitan
S8.3	Ya paling nonton tv apa bersih-bersih, soalnya kalo saya keluar itu pasti dia malah rewel, dia ndak suka di tinggal mbak.. terus kalo semisal saya lagi capek apa marah gitu kan keliatan wajah saya itu dia juga tau mbak, dia ngerasa, terus kadang dia itu deketin saya mijetin saya gitu mbak, dia itu bisa ngambil hati	Subjek menghadapi anak saat dalam emosi negatif dengan melakukan aktifitas sehari-hari	Aspek kognitif, kebahagiaan berasal dari lingkungan.
S8.4	Ndak, ya di rumah saja ibu rumah tangga biasa mbak, paling ya maen ke tempat	Subjek senang berkumpul dengan ibu-ibu lain	Aspek kognitif, kebahagiaan berasal dari hubungan sosial

	tetangga gitu. Oiya kalo malem jumat itu ya kadang ikut pengajian apa tahlilan gitu mbak, soalnya Salwa agak susah kalo di tinggal		dengan manusia lain.
S8.5	Ya jalan-jalan kadang ya di rumah nonton tv aja mbak.. kadang ya ke tempat tetangga	Subjek coping stressnya melalui aktifitas sehari-hari	Aspek kognitif kebahagiaan
S8.6	Ya saya rayu.. saya tanyain mau minta apa.. kalo mau jajan ya saya belikan jajan.. pengen main di alun-alun ya saya ajak kesana	Subjek menunjukkan kasih sayang pada anak saat anak rewel.	Aspek happiness kasih sayang
S8.7	Saya sering menyemangati diri saya sendiri mbak.. harus lebih sabar lagi harus sehat terus pokoknya pikirannya di bawa nyantai saja	Penerimaan subjek secara kognitif, bahwa semua adalah pemberian dari Tuhan	Aspek kebahagiaan berupa penerimaan
S8.8	Ya setelah masuk di SLB sini saya lihat <i>owh masih banyak yang di bawah anak saya</i> , gitu mbak	Subjek menerima keadaan anak RM dengan menunjukkan kasih sayang	Aspek kebahagiaan penerimaan
S8.9	Ya kadang saya ajak jalan-jalan, saya beliin Jilid saya ajarai ngaji sendiri di rumah, soalnya kalo semisal ngaji di masjid saya takutnya Salwa di ejek atau di bully sama teman-temannya kan ndak bagus buat psikis nya nanti malah	Subjek memberikan kasih sayang kepada anak	Aspek kasih sayang

	dia jadi takut		
S8.10	Ya biasa belajar mewarnai, menulis, terus juga saya ajari dia gimana caranya ngurusin dirinya sendiri biar lebih mandiri mbak	Subjek memberikan kasih sayang kepada anak melalui pendidikan di rumah	Aspek kasih sayang
S8.11	Dulu merasa seperti itu, mikir juga kenapa Salwa beda dengan kakak-kakaknya, padahal kakak-kakaknya normal tidak bermasalah, saya sedih banget mbak saya nangis sendiri gitu kalo lagi capek tapi mau gimana lagi orang <b>dikasihnya seperti ini ya diterima</b> saja	Subjek menunjukkan kesedihan dan kekecewaan karena memikirkan saudara yang berbeda. Tapi subjek mampu menunjukkan penerimaan	Aspek kognitif penerimaan
S8.12	Ya berusaha sebahagia mungkin mbak, meski seperti ini dia itu memiliki empati yang bagus, kan ada mbah-mbah ya itu saya di suruh ngasih makanan kok mbak, saya ya gini, <i>iya nduk tapi kamu yang nganterin ke Mbah Galuh ya maem e</i> , saya bilang gitu mbak jadi dia itu yang nganterin maem e, empatinya bagus mbak	Subjek menunjukkan kelebihan dari anaknya	Aspek afektif kebahagiaan
S8.13	Apa ya.. ya jadi lebih sabar aja sih mbak.. Salwa bagi saya juga berharga,	Subjek menunjukkan penerimaan	Aspek afektif penerimaan

	bagaimanapun juga itu juga darah daging saya, saya ndak merasa malu atau apa, saya itu nerima dia bagaimanapun keadaannya		
--	---	--	--

## LAMPIRAN



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH  
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
**SEKOLAH LUAR BIASA NEGERI ( SLBN ) JEJON**  
Alamat : Jalan Raya Blora- Cepu KM 7 Jepon, Blora Pos=58261 Telp (0296)5299724  
Email : [slbnjepon@yahoo.com](mailto:slbnjepon@yahoo.com) web : [slb.blora.wordpress.com](http://slb.blora.wordpress.com)

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 421.8/ 020/II/2020

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan  
UIN WALISONGO Semarang  
DI-  
SEMARANG.

Assalamu'alaikum Wr.Wb.  
Menindaklanjuti Surat dari DEKAN UIN Walisongo Semarang Nomor.B-119/Un.10.7/K/PP.00.9/ 01/2020, Tanggal 20 Januari 2020 tentang Permohonan Ijin Riset, maka dengan ini kami sampaikan bahwa;

Nama : FATIKA WULANDARI  
NIM : 1507016057  
Semester : X  
Program Studi : Psikologi  
Tempat Tanggal Lahir : Blora, 25 Juli 1997  
Contact Person : 085899094744  
Alamat Rumah : Ds.Mojowetan 5/2 Banjarejo Blora  
Alamat Kos : Jl. Prof.Hamka No. 2 Ngaliyan Semarang.  
Keterangan :

Sdri. tersebut telah melakukan studi penelitian/riset di SLB Begeri Jepon, Kabupaten Blora mulai hari Selasa, tanggal 28 Januari 2020 s/d Selasa tanggal 18 Februari 2020.

Demikian Surat Keterangan ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Jepon, 21 Februari 2020.  
Kepala SLB Negeri Jepon  
Kabupaten Blora,

**Drs. SUTOTO, M. MPd.**  
Pembina Tk.I  
NIP. 196012301983041005

**PEDOMAN WAWANCARA**

**Orang tua anak retardasi mental**

1. Apa yang ibu rasakan ketika memiliki anak retardasi mental?
2. Kesulitan apa yang ibu rasakan ketika memiliki anak retardasi mental?  
Bagaimana cara ibu menghindari tekanan atau hal-hal yang menyakitkan?
3. Bagaimana cara ibu mendapatkan kesenangan dan juga menghindari stres ketika memiliki anak retardasi mental?
4. Apakah ibu melibatkan diri dengan aktivitas sosial yang ada di masyarakat?  
(ketika memiliki anak RM)
5. Apa hal-hal atau aktifitas yang membuat ibu bahagia ketika memiliki anak retardasi mental?
6. Apa yang ibu lakukan ketika anak tantrum?
7. Bagaimana orientasi kebahagiaan yang anda lakukan ketika memiliki anak retardasi mental?
8. Bagaimana ibu melakukan sikap menerima ketika memiliki anak retardasi mental?
9. Bagaimana anda melakukan sikap kasih sayang anda kepada anak?
10. Apakah anda merasa hidup ini tidak adil / merasa di kecewakan oleh kehidupan ketika memiliki anak retardasi mental?
11. Apa pola pendidikan yang anda ajarkan kepada anak?
12. Anda memiliki anak retardasi mental apakah anda merasa bahagia dengan kehidupan yang sekarang?
13. Apa kebermaknaan dalam hidup ibu ketika memiliki anak retardasi mental?

#### PEDOMAN WAWANCARA GURU

1. Apa pandangan ibu tentang *happiness* / kebahagiaan?
2. Apa yang ibu rasakan ketika memiliki anak retardasi mental?
3. Bagaimana fokus anda atau cara anda dalam mengajar anak retardasi mental?
4. Bagaimana pandangan anda tentang orang tua yang memiliki anak retardasi mental?

5. Apakah orang tua yang memiliki anak retardasi mental memiliki orientasi happiness/ kebahagiaan?
6. Bagaimana cara komunikasi kepada orang tua yang memiliki anak retardasi mental sehingga mampu memiliki orientasi happiness?
7. Apakah sistem pembelajaran yang anda lakukan melibatkan orang tua bagi anak retardasi mental?
8. Bagaimana orientasi happiness yang anda lakukan ketika memiliki siswa retardasi mental?
9. Bagaimana anda melakukan sikap kasih sayang kepada siswa RM dengan melibatkan orang tua?

### VERBATIM

#### SUBJEK 1

A. Nama Orangtua : SP (48 thn)  
 Nama Anak : FA (14 thn)  
 Kelas : 6 SD  
 Alamat : Ds. Karangjati Rt. 13 Rw 2. Blora

KET:

P= Peneliti

S= subjek

1	P	Apa yang ibu rasakan ketika memiliki anak retardasi mental?
2	S	Saya waktu priksa ke Dokter ketika anak saya umur satu tahun dan dokternya bilang kalau anak saya memiliki kelainan dan perkembangannya akan lambat, saya mbatin kekurangane anak ku opo kan kulo ngoten seolah-olah niku, masa perkembangan baik badannya ya gemuk ya sehat tapi berjalan selambat usia sampe satu tahun lebih lah gampangane, kan bicara dulu, ngomong maem-maem, bapak dan sebagainya.. saya timang-timang itu ya baik paling batuk pilek biasa lagi jenenge perkembangan anak ya mbak, terus saya itu sedih banget seolah-olah piye iki kaleh bapak e kaleh mbak-mbak e nggeh kan.. soalnya saya tanya dokternya itu bilang kalo si anak ada perkembangan tapi sedikit demi sedikit. Terus juga si Fahrudin ini bicara nya sulit. Hati saya deg gitu, Pak Dokter bilang gitu saya jadi kepikiran, sedih mbak.
3	P	Kesulitan apa yang ibu rasakan ketika memiliki anak retardasi mental?

4	S	Jadi ngurusin si Fahrudin ini pertama harus sabar, lembut, mengikuti saran e ibu sama anak itu harus sabar lagi kalo dia dikerasin malah berontak mbak.. dielus.. ketiga keempat e semisal gak cocok bakal ngamuk, semisal melangkah apa harus ditegur disapa nek gak cocok ngamuk tapi dengan sendirinya dengan orangtua ya bisanya gak ngamuk ya di rayu malih, kulo ngoten mbak.. jadi ibu itu harus mempunyai sabar sabar dan sabar sepenuhnya
5	P	Bagaimana cara ibu mendapatkan kesenangan dan juga menghindari stres ketika memiliki anak retardasi mental?
6	S	Saya gini mbak, ngajak dia yok mandi refreshing jalan-jalan muter-muter maen ke Rowo Embung udah gitu aja, dia saya belikan sosis gitu udah seneng, kalo dia seneng saya atine seneng mbak.. Tapi kalo semisal budreg lagi kumat ya saya nek nuju ngeten <i>Ya Allah paringono sabar lan kuat momong anak e kulo si Fahrudin</i> ngoten niku nggih teng atine kulo piambak dari mbak-mbak mas bapak udah nggak mau tau mbak.. jadi saya ya nyemangatin diri sendiri mbak. Dulunya itu saya malah malu, minder punya anak gini seolah-olah semisal di rasani tetangga gini gini tapi sekarang saya cuek mbak, mungkin itu memang sudah bagian saya (Fahrudin), dia (tetangga) semisal punya anak seperti saya mungkin belum tentu bisa sabar atau menerima seperti saya
7	P	Apakah ibu melibatkan diri dengan aktivitas sosial yang ada di masyarakat? (ketika memiliki anak RM)
8	S	Dulunya itu mbak saya itu ingin mempunyai kesibukan dulunya itu mau ingin tapi lama lama lama saya terbengkalai dengan kesibukannya anak si Fahrudin itu kan, nanti saya titipkan ke siapa kan mbak-mbak sudah berkeluarga jadi kulo niku seolah-olah mutus dengan sendirinya.. <i>wah saya pengen punya gerakan apa kesibukan sendiri yo kepingin tapi engko anakku terus piye si Fahrudin nek di titip di titipno sopo, di pasrahke sopo.</i>
9	P	Apa hal-hal atau aktifitas yang membuat ibu bahagia ketika memiliki anak retardasi mental?
10	S	Ya saya jalan-jalan sama anak refreshing bareng. Beli jajan. Saya ajak muter ke Embung Rowo dia senang ya saya ikut senang. Kalo di rumah

		ya nonton tv bareng ya gitu aja sih mbak
11	P	Apa yang ibu lakukan ketika anak tantrum?
12	S	Nek si Fahrudin ribet utowo purik niku kulo rayu mbak, <i>sakno mak e yo le kowe nyuwun opo e le nyuwun opo ngomong</i> , kulo rayu ngoten mbak.. kan tiduran ngoten iku terus tangi tak pundutke duit terus tumbas jajan kaleh kulo mbak
13	P	Bagaimana orientasi kebahagiaan yang anda lakukan ketika memiliki anak retardasi mental?
14	S	Hahaha ya saya sudah tua, bapak sudah tua, mbak-mbak sudah berkeluarga sudah mempunyai anak sendiri-sendiri, lha misale kok saya itu mengeluh sama anak ya mengeluh gimana, ya di nikmati saja yang penting sehat dan di beri Allah kesabaran mbak
15	P	Bagaimana ibu melakukan sikap menerima ketika memiliki anak retardasi mental?
16	S	Nek dengan hati nurani saya, di hati terdalam saya ya mbak ya saya ini seolah-olah sinten wong tuo seng ora.. piye nggeh ngomong e.. misalnya ada pilihan ya di pilih yang baik-baik yang sempurna tapi karena kehendak lain saya di beri anugerah titipan si Fahrudin itu saya terima dengan hati, dengan ikhlas, dengan hati yang malu ngga malu dengan tetangga.. tapi ini saya ya sudah ikhlas, di SLB ini sudah berapa tahun ya saya sudah memiliki gerakan dengan teman-teman lain, bukannya saya merasa yang gimana memiliki anak seperti ini tapi di sini (SLB) malah ada yang lebih-lebih (parah) ada juga yang kurang-kurang. Kalo ada yang nanya ini kelas berapa sekolah dimana nggeh saya jawab ndak saya tutup-tutupi mbak. Saya sudah ikhlas saya juga bangga, Alhamdulillah juga ada SLB Jepon di Blora tempat untuk anak-anak seperti saya ini si Fahrudin jadi saya ya senang ya bangga dengan sekuat tenaga saya, capek ya istirahat kalo ndak capek ya berangkat lagi.
17	P	Bagaimana anda melakukan sikap kasih sayang anda kepada anak?
18	S	Ya sepenuhnya mbak, ya jadi orangtua ya masak ya bagaimana kalo makan demi makan ya saya utamakan, kalo makan ya saya pilih menu yang di sukainya kalo minum ya saya istilah e di lihat kesehatannya kalo sakit karena minum es ya saya yang susah. Kalo minum es ya ndak

		sering-sering ya di atur aja gitu lah mbak
19	P	Apakah anda merasa hidup ini tidak adil / merasa di kecewakan oleh kehidupan ketika memiliki anak retardasi mental?
20	S	<p>Waktu kecil-kecilnya dulu saya punya rasa gini, <i>mbak-mbak e yo sehat mas e sehat tapi ndelalah di kasih amanah lagi kok gini Ya Allah Gusti dosa apa saya ya ampunilah dosa saya sepenuhnya jadi orangtua jika saya yang salah ya di beri ampun misalnya saya yang murka ya saya di beri kesabaran</i>. Saya dulu mikirnya gitu mbak, tapi saat ini sudah tidak ada sepenuhnya pemikiran seperti itu, sekarang istilahnya ya saya <i>tompo</i> (terima) apa adanya. Saya sering ngomong dalam hati harus sabar sabar sabar, karena ini yang fokus ngurus hanya saya, si bapak ya kerja kalo mbak-mbak e juga sudah punya kehidupan sendiri-sendiri. Yang penting saya ini diberi sehat dan keluarga juga sehat gitu aja. Tapi kadang saya mikirnya ini saya masih muda saya masih sehat, masih fit besok kalo sudah tua bagaimana nasib anak saya si Fahrudin, saya mengarahkan mbak-mbak mas-mas e untuk mau meneruskan adik ee.. merawat adik, bagaimana mas mbak e mau meneruskan beban saya mengurus si adek, itu yang ada di pikiran saya mbak ya mana mungkin saya muda terus kan ndak mungkin mbak, jadi saya itu ada pikiran-pikiran seperti itu di hati saya mbak.</p> <p>Mereka juga pernah bilang, <i>gimana nanti ini si Fahrudin bu? Ya saya ngomong, ya di usahain semampunya mbak tia mba wiwin mas abil ya berusaha ya mas mbak wong elek o koyok opo iki yo dulur e opo yo tego iki juga darah daging e wong tuo tunggal pak mbok kok yo ono seng berbeda ngene ya ojo di hindari dan harus nerima kenyataan</i>. Saya bilang gitu mbak, ya mungkin saja nanti dapaet barokah atau mendapat doanya si adek, saya gitu mbak, ya saya ngomongnya ke mereka sama nangis juga mbak ya namanya keluarga.</p>
21	P	Apakah ibu bersyukur dengan memiliki Fahrudin?
22	S	Ya bersyukur mbak, memiliki perkembangan sedikit demi sedikit dengan sendirinya Alhamdulillah. Dulunya ndak begitu kreatif dengan apa yang di inginkan tapi sekarang ya bisa di atur anaknya lebih nurut,

		Alhamdulillah
23	P	Anda memiliki anak retardasi mental apakah anda merasa bahagia dengan kehidupan yang sekarang?
24	S	Dibilang bahagia ya bahagia di bilang tidak ya tidak, senang ya senang, susah ya susah mbak, tapi semua saya positifkan mbak, ya saya ini memang sudah bangga sudah ikhlas sudah senang melihat teman-teman lainnya gitu kok anak saya mempunyai perkembangan yang lebih baik itu saya sudah bersyukur banget mbak, saya juga sudah membandingkan dengan anak yang lainnya anak saya itu lebih baik, alhamdulillah bisa berjalan sendiri, bisa di arahkan
25	P	Apa kebermaknaan dalam hidup ibu ketika memiliki anak retardasi mental?
26	S	Hmm gimana ya mbak, ya anggap saja ada hikmah yang bisa di petik, mau digimanain aja wong itu juga sudah tanggung jawab saya sepenuhnya, saya ajak kemana saja ya saya ndak malu, saya dimana saja ya saya ndak sungkan kalo di lihat orang ya ndak malu, saya bangga, di tanya apa adanya ya saya jujur, <i>di sekolahin dimana bu? Di SLB Jepon.. Kelas berapa bla bla bla</i> ya saya jawab seadanya tidak saya tutupi tidak saya hindari, saya ndak malu

## VERBATIM

### SUBJEK II

B. Nama Orangtua : SM (45 tahun)  
 Nama Anak : SW (15 thn)  
 Kelas : VII  
 Alamat : Ds. Kemiri Rt. 04 Rw. 03 Kec. Jepon Blora

1	P	Apa yang ibu rasakan ketika memiliki anak retardasi mental?
2	S	Jadi saat saya melahirkan Sulis itu pas lahir Bidannya bilang kalo saya melahirkan anak perempuan, badannya putih seperti kapuk tapi dia tidak bisa menangis, terus dia di tepuk-tepuk sama Bu Bidannya nggak nangis nggak apa, terus di cubit cuma <i>ngek</i> gitu aja, saya waktu itu gak mikir apa-apa saya taunya ya anak saya normal gitu, terus tau-tau abis <i>selapanan</i> gitu kok dia setiap satu minggu ada panas jadi setiap satu minggu itu ke Puskesmas dua kali, pokoknya setiap minggu itu rutin dua

		<p>hari dua hari gitu. Terus umu 17 bulan kan belum bisa jalan sampe 20 bulan kan, terus saya gini kok anak-anak saya gak bisa jalan padahal teman-temannya sudah bisa jalan saya bilang gitu terus habis gitu saya bawa ke Puskesmas lagi karena panas tinggi, kalo makannya ya makan biasa mau makan tapi badannya kok kurus gitu lho tulang-tulangnya semua kelihatan terus saya habis gitu bilang gini di Puskesmas itu Bu Bidan Happy itu yang nolong saya ngasih saran saya gini, <i>Bu ini obatnya habis ngga habis bawa saja anaknya ke RS</i>. Saya pulang dari Puskesmas nangis mbak, mikir anak saya terus juga mikir nanti biaya kalo berobat ke RS, saya saja masih numpang di rumah orangtua saya. Saya akhirnya periksa di RS pakai BPJS mbak, Alhamdulillah bisa, anak saya ternyata ada flek di paru-paru terus juga dokter nya bilang kalo perkembangannya anak saya lambat, ya sa ya waktu itu cuma bisa pasrah dan berdoa mbak</p>
3	P	<p>Kesulitan apa yang ibu rasakan ketika memiliki anak retardasi mental?</p>
4	S	<p>Apa ya.. ya kan anaknya agak susah di bilangin mbak, anaknya ngotot mbak kalo udah ngomong A ya A. Kalo merasa tertekan sih engga ya mbak tapi kalo udah stres apa saya ngerasa budreg saya giniin, <i>hayo jangan nakal nanti di tinggal loh kamu biar di rumah sendiri</i>, terus saya kan keluar nah dia itu nyariin saya sambil teriak <i>ibuuuu</i> gitu mbak</p>
5	P	<p>Bagaimana cara ibu mendapatkan kesenangan dan juga menghindari stres ketika memiliki anak retardasi mental?</p>
6	S	<p>Ya saya itu bicara sama tetangga saya, curhat gitu mbak Sulis nakal gitu, terus tetangga saya bercanda gitu <i>Lis ibu mu iki kamu apain</i> bilang gitu mbak, kadang sama Mak Jami juga gitu."</p>
7	P	<p>Apakah ibu melibatkan diri dengan aktivitas sosial yang ada di masyarakat? (ketika memiliki anak RM)</p>
8	S	<p>Kalo PKK apa pengajian enggak ikut mbak, ikutnya arisan satu bulan dua kali terus paling ya kumpul sama tetangga ngobrol gitu</p>
9	P	<p>Apa hal-hal atau aktifitas yang membuat ibu bahagia ketika memiliki anak retardasi mental?</p>
10	S	<p>Bahagiaanya ya saat kumpul-kumpul di sekolahan ini kan senang ketemu sama banyak ibu-ibu lain yang sedang nungguin anak di sekolahan, bisa curhat ini itu</p>

11	P	Apa yang ibu lakukan ketika anak tantrum?
12	S	Ya kalo lagi rewel apa purik ya saya ajak jalan, <i>nduk ayok beli roti bakar yok</i> , saya bilang gitu mba kan kesukaannya roti bakar, duduk di rondan di gardu saya bilang gitu kan dia terus duduk sambil liat air, di rayu langsung mau, tapi ya susah-susah gampang mbak
13	P	Bagaimana orientasi kebahagiaan yang anda lakukan ketika memiliki anak retardasi mental?
14	S	Ya bersyukur mbak intinya menerima saja karena memiliki anak seperti ini yang ngasih kan Allah
15	P	Bagaimana ibu melakukan sikap menerima ketika memiliki anak retardasi mental?
16	S	Menerimanya ya menerima karena memang sudah pemberian dari Allah diberi anak seperti itu ya diterima apa adanya gitu aja. Ayahnya ya sama saja yang penting sabar itu ujian gitu aja
17	P	Bagaimana anda melakukan sikap kasih sayang anda kepada anak?
18	S	Ya perhatian terus juga harus sabar.. terus kalo semisal dia lagi nangis harus di kasih pengertian <i>gini gini gini nduk, ayok beli apa jangan rewel</i> gitu
19	p	Bagaimana pola pendidikan yang anda lakukan pada anak retardasi mental?
20	S	Ya paling saya ajari bagaimana cara merawat apa mengurus dirinya sendiri seperti caranya nyuci baju yang benar, kadang ya saya suruh nyapu-nyapu atau cuci piring gitu mbak meski nyucinya lamaa banget
21	P	Apakah anda merasa hidup ini tidak adil / merasa di kecewakan oleh kehidupan ketika memiliki anak retardasi mental?
22	S	Iya mbak dulu saya sempat merasa seperti itu tapi sekarang udah gak begitu tapi kadang ya mbatin, <i>Ya Allah kenapa saya di beri hidup seperti ini orang-orang kok hidupnya enak ada yang jadi orang kaya sedangkan saya masih numpang di orangtua hidup kok seperti ini Allah nggak adil ah</i> , kadang saya itu gitu mbak. Tapi untuk saat ini ya saya pasrah aja mbak bagaimana Allah mengatur kehidupan keluarga saya gitu aja.
23	P	Anda memiliki anak retardasi mental apakah anda merasa bahagia dengan kehidupan yang sekarang?

24	S	Alhamdulillah bahagia-bahagia saja mbak.. ya di syukuri saja
25	P	Apa kebermaknaan dalam hidup ibu ketika memiliki anak retardasi mental?
26	S	Ya semenjak ada Sulis memang Allah telah melancarkan rezeki saya itu udah keliatan benget itu, kerasa banget mbak, jadi semenjak ada Sulis rezeki datangnya dari manapun pasti ada, apalagi semenjak kakaknya lagi ada di Jogja kan banyak orang yang menolong lewat kakaknya itu tadi, bantu ngasih uang bilangnyanya buat Sulis untuk jajan Sulis gitu, untuk sekian bulan gitu."

## VERBATIM

### SUBJEK 3

. Nama Orangtua : SA (54 thn)

Nama Anak : AR (13 thn)

Kelas : VIII

Alamat : Ds. Karangjati Rt.04 Rw.02 Blora

1	P	Apa yang ibu rasakan ketika memiliki anak retardasi mental?
2	S	Waktu dulu awal pas di RS dokter bilang kalo anak saya nanti perkembangannya akan terlambat tapi tidak menjelaskan detailnya seperti apa. Nah itu mulai keliatannya umur 3 bulan belum bisa miring, umur satu tahun belum bisa duduk ketahuan. Mulai waktu itu lebih saya telateni lebih saya perhatikan lagi kenapa bisa telat. Wah berarti harus penanganan khusus. Terus sampai umur 3 tahun belum bisa bicara belum bisa jalan juga. Saya waktu itu kepikiran terus saya ke Puskesmas dan ke RS ini anak saya kenapa gitu kan saya nanya ke ahlinya gitu kan mbak. Tapi sebenarnya waktu dari kandungan udah keliatan mbak, umur sembilan bulan itu belum nah lahir waktu lahir itu badannya hitam terus juga gak nangis.. ya sebagai seorang ibu ngerasa sedih banget saya nangis terus juga bingung saat itu kenapa anaknya seperti ini. Apa saya

		waktu hamil makan nya salah atau saya mungkin yang punya dosa apa gitu.
3	P	Kesulitan apa yang ibu rasakan ketika memiliki anak retardasi mental?
4	S	Kesulitannya ya itu karena mereka itu kan di bilangin ngeyel gitu ya. Bener yang di bilang ibu tadi kalo maunya A yaudah harus A nggak bisa di ganti. Terus juga sulitnya kadang saya bingung harus mendidiknya seperti apa lagi. Dia kan obesitas badannya gede banget lebih gede dari saya karena dia suka makan, berat badannya itu sekarang 90 kg. Nah itu yang susah itu pas dia rewel minta makan terus padahal kan nggak baik buat tubuhnya
5	P	Bagaimana cara ibu mendapatkan kesenangan saat memiliki anak retardasi mental atau menghindari stres ketika memiliki anak retardasi mental?
6	S	Ya saya jalan-jalan naik motor kadang saya ngajak dia juga. Dia itu happy kalo naik motor.
7	P	Apakah ibu melibatkan diri dengan aktivitas sosial yang ada di masyarakat? (ketika memiliki anak RM)
8	S	Paling saya ngisi workshop tentang handycraft, kalo untuk kumpul PKK yang aktif atau pengajian enggak bisa mbak, karena si Nisa ini kan juga hyperaktif jadi enggak bisa kalo di tinggal-tinggal. Dulu waktu awal masuk SLB, masuknya dia itu hyperaktif, autis, dan tunagrahita. Sekarang autis nya udah hilang, hyperaktif nya berkurang tapi kalo retardasi mental atau tunagrahita nya masih menonjol.
9	P	Apa hal-hal atau aktifitas yang membuat ibu bahagia ketika memiliki anak retardasi mental?
10	S	Saya suka itu handycraft, waktu itu saya buka facebook lagi liat ada handycraft saya tertarik dan juga kebetulan kan saya punya warung kopi, bungkus kopi kapal api yang sudah tidak terpakai itu saya anyam buat untuk kerajinan seperti yang ada di facebook. Terus abis itu saya nonton dari youtube jadi saya belajar otodidak terus nisa saya ajak. Jadi bungkus kopi di warung saya kumpulin untuk buat kerajinan. Warung-warung lainpun juga saya mintai tolong untuk bungkus kopi nya di sendirikan agar bisa saya ambil daripada di buang

11	P	Apa yang ibu lakukan ketika anak tantrum atau sedang rewel?
12	S	Dia sering rewel kalo masalah makanan mbak, kan dia ini diet saya batasi makanannya karena dia obesitas pasti dia marah ya kalo marah kan serem dia mbak, suka mbanting-banting barang ya akhirnya saya kasih dikit sambil saya elus-elus pundaknya, kalo engga gitu ya saya kasih hape buka nyoutube gitu langsung anteng, tapi kan kasihan matanya jadi saya batasin juga main hapenya saya matikan datanya terus saya alihkan dia ke tv tapi dia nggak marah karena sudah ada jam nya. Yang sering marah itu masalah makan.
13	P	Bagaimana orientasi happines yang anda lakukan ketika memiliki anak retardasi mental?
14	S	Saya berpikir bahwa ini sudah jalan terbaik yang Allah kasih buat saya, saya yakin semuanya pasti ada hikmah di baliknya, saya juga menerima Nisa
15	P	Bagaimana ibu melakukan sikap menerima ketika memiliki anak retardasi mental?
16	S	Saya menerima ya mbak yang namanya juga hadiah dari Gusti Allah. Tapi kadang saya jengkel itu ada tetangnnga saya suka marah-marah kalo pas si Nisa lagi nangis kan berisik teriak-teriak, tetangga saya itu marah ya saya juga bingung yang namanya anak kayak gini gak bisa kayak anak yang lainnya terus juga di bilangin susah tapi tetangga saya ya satu orang itu kurang pengertian mbak, jadi saya dan dia itu sering bertengkar karena Nisa ini.
17	P	Bagaimana anda melakukan sikap kasih sayang anda kepada anak?
18	S	Apa ya bingung.. ya kalo marah saya elus-elus punggungnya saya niru guru-guru disini
19	P	Bagaimana anda mewujudkan prestasi/minat bakat anda ketika memiliki anak retardasi mental?
20	S	Ya ini saya handycraft saya juga ngisi workshop terakhir itu ngisi di SMK N 2 Blora. Pernah juga dapat undangan acara ulang tahun Sampoerna jadi saya ikut mengisi pameran di Bali. Ini awal saya banyak orderan ketika masuk berita di RCTI mbak. Awalnya koran Jawa Pos menulis artikel tentang saya lalu saya di hubungi dari RCTI terus

		mereka datang ke tempat saya untuk wawancara. Ya lumayan mbak bisa masuk tv.
21	P	Bagaimana pola pendidikan yang anda lakukan pada anak retardasi mental?
22	S	Saya ajari dia disiplin.. semisal main hp itu ada jam nya.. makan juga ada jam nya.. saya ajari buat kerajinan daur ulang juga buat handycraft.
23	P	Apakah anda merasa hidup ini tidak adil / merasa di kecewakan oleh kehidupan ketika memiliki anak retardasi mental?
24	S	Owh iya tetep ya saya awalnya mikir apa salah saya kenapa bisa punya anak gini.. gitu mbak.. tapi sekarang udah enggak. Waktu belum sekolah di sini saya sering kepikiran kok anakku kayak gini, begitu masuk di SLB masya Allah ternyata belum seberapa, banyak yang lebih-lebih disini, saya jadi lebih bersyukur Alhamdulillah anak saya bicara anak saya bisa berjalan.
25	P	Anda memiliki anak retardasi mental apakah anda merasa bahagia dengan kehidupan yang sekarang?
26	S	Saya bahagia.. saya juga menerima Nisa karena dia hadiah dari Allah. Saya juga bersyukur.
27	P	Apa kebermaknaan dalam hidup ibu ketika memiliki anak retardasi mental?
28	S	Ya saya lebih bisa bersyukur, dan Alhamdulillah rezeki saya lancar. Ada kejadian juga kalo pas saya jengkel sama Nisa atau Nisa saya pukul pasti warung kopinya sepi. Mungkin itu juga pertanda kali ya, tapi kalo semisal saya adem ayam ya warung nya rame mbak. Jadi emang anak kayak gitu gak boleh di siksa mbak, Tuhan itu langsung menegur. Terus juga ada kejadian lagi saya marah dan bilang kamu <i>kalo nakal kejepit pintu loh</i> eh saya yang kejepit pintu sendiri mbak. Pernah juga dia lari Cuma pake daleman kan saya malu ya mbak saya kejar mau saya pukul eh saya tiba-tiba jatuh terus dia balik lagi nolongin saya, saya langsung diem mbak mungkin juga itu teguran langsung dari Allah karena anak seperti Nisa emang gak boleh di hardik. Jadi saya ambil hikmahnya saja.

## VERBATIM

### Subjek 4

Nama Orangtua : Daki (37 thn)

Nama Anak: Istiqomah (11 thn)

Kelas : 3 SD

Alamat: Ds. Betet Kec. Blora

1	P	Apa yang ibu rasakan ketika memiliki anak retardasi mental?
2	S	Ya sedih mbak, awalnya Isti kan sekolah di SD biasa tapi gurunya nyuruh pindah di SLB saja karena tidak bisa mengikuti pelajaran ini di sini juga yang biayain guru SD nya dulu itu mbak, ini juga Isti masih berobat jalan kan dia punya kejang-kejang gitu
3	P	Kesulitan apa yang ibu rasakan ketika memiliki anak retardasi mental?
4	S	Ya itu mbak kalo dia lagi rewel apa susah di bilangin, semisal dia di suruh mandi gitu tapi nggak mau mbak. Jadinya kadang saya jengkel sendiri saya diemin ntar dia tiba-tiba nyamperin saya sendiri
5	P	Bagaimana cara ibu mendapatkan kesenangan saat memiliki anak retardasi mental atau menghindari stres ketika memiliki anak retardasi mental?
6	S	Itu.. saya maen keluar rumah mbak, kadang ke rumah tetangga saya tapi dia pasti nyamperin apa nyariin saya gitu mbak, apa kalo dia pas rewel gitu mbak dia nyariin saya terus minta sayang minta cium pipinya gitu mbak, pokok e manja ne pol.
7	P	Apakah ibu melibatkan diri dengan aktivitas sosial yang ada di masyarakat? (ketika memiliki anak RM)
8	S	Paling nggeh kumpul sama tetangga. Kalo PKK apa pengajian gitu ndak ikut mbak, di sana PKK nya nggak begitu aktif kok.
9	P	Apa hal-hal atau aktifitas yang membuat ibu bahagia ketika memiliki anak retardasi mental?
10	S	Kadang ya kerja-kerja mbak, nyapu, masaka, apa bersih-bersih gitu mbak, nanti kalo semisal pas stres gara-gara Isti ya stres nya hilang sendiri di pake aktivitas gitu.
11	P	Apa yang ibu lakukan ketika anak tantrum atau rewel?
12	S	Kalo rewel kulo diamke mawon, nanti lama-lama dia deketin saya gitu

		nyamperin saya sambil senyum-senyum gitu mbak, terus kadang abis ngambek gitu minta uang buat jajan
13	P	Bagaimana orientasi happiness yang anda lakukan ketika memiliki anak retardasi mental?
14	S	Apa ya.. ya saya bersyukur mbak, ini kan Isti anak satu-satunya. Dikasihnya gini ya harus di terima <i>opo enek e.</i> "
15	P	Bagaimana ibu melakukan sikap menerima ketika memiliki anak retardasi mental?
16	S	Yang jelas perhatian terus juga sabar mbak, ya sebisa mungkin saya tidak keras pada Isti
17	P	Bagaimana anda melakukan sikap kasih sayang anda kepada anak?
18	S	Dia itu manja banget mbak, kalo tidur itu harus di temenin minta di <i>puk-puk</i> gitu kayak bayi mbak.
19	P	Bagaimana pola pendidikan yang anda lakukan pada anak retardasi mental?
20	S	Ya saya ajari belajar di rumah kayak mewarnai yang buku dari sekolahan itu terus juga belajar menulis.
21	P	Apakah anda merasa hidup ini tidak adil / merasa di kecewakan oleh kehidupan ketika memiliki anak retardasi mental?
22	S	Saya masih inget dulu itu saya sedih banget mbak waktu di RS untuk rekaman yang rekam otak itu di RS Rembang karena di Blora nggak ada alat nya, itu dia rewel banget nggak mau akhirnya dia di bius biar bisa tidur eh ternyata nggak tidur dia itu malah muntah-muntah banyak banget mbak, saya sampe gemeteran takut ini anak kenapa. Itu waktu dia masih di SD umum mbak belum di SLB soalnya dulu itu dia sering kejang-kejang, february ini jadwal nya dia untuk tes darah mbak. Tapi juga saya nggak begitu mengeluh karena Isti orang saya 14 tahun menikah baru di kasih anak, ini Isti anak satu-satunya mbak nggak tau abis itu saya nggak di kasih anak lagi terus juga umur saya sudah 47 tahun.
23	P	Anda memiliki anak retardasi mental apakah anda merasa bahagia dengan kehidupan yang sekarang?
24	S	Iya bahagia mbak

25	P	Apa kebermaknaan dalam hidup ibu ketika memiliki anak retardasi mental?
26	S	Saya ngerasa keluarga lebih lengkap mbak, karena Isti kan anak satu-satunya, meskipun keadaannya seperti itu ya saya menerima, saya juga bahagia kok dengan adanya Isti

### VERBATIM

#### Subjek 5

Nama Orangtua : SW

Nama Anak: SI (16 thn)

Kelas : VIII SMP

Alamat : Sambong, Blora

1	P	Apa yang ibu rasakan ketika memiliki anak retardasi mental?
2	S	Dulu waktu Intan umur 2 tahun itu saya sudah mulai curiga soalnya ndak bisa ngomong, ndak bisa berjalan, kan terlambat betul dengan kakak jauh banget bedanya. Dari lahir itu kan waktu lahir itu kan saya sempat pingsan terus sempat di bawa ke RS, waktu itu kan suami masih kerja laut kan waktu itu mau operasi harus ada persetujuan sedangkan saat itu di hubungi ndak bisa, akhirnya dokter langsung ngambil tindakan cepat, Intan di operasi terus Intan lahir sudah keadaan biru mbak, udah keracunan kawah kan, jadi sampe ber-jam-jam Intan itu ndak bisa nangis karena keracunan kawah mbak, jadinya ya ndak tau mbak udah di beri Allah dari sananya gini ya kita terima, terus juga waktu itu di jungkir terus di pake spirtus gitu biar bisa nangis tapi Intan tetep ndak bisa nangis mbak tapi bisa gerak-gerak dikit, terus kemudian di masukkan ke ruang Inkubator gitu yang buat bayi itu sampe berhari-hari, saya sudah pulang tapi Intan nya masih di rumah sakit. Terus akhirnya eeh.. satu minggu kemudian anak saya bawa pulang. Di rumah batuk nggak berhenti-berhenti sampe berbulan-bulan seperti itu padahal masih bayi akhirnya di bawa ke RS lagi sama dokter spesial anak yang

		di Cepu udah bilang gini, <i>Bu maaf ya bukannya saya mendahului kehendak yang Kuasa tapi nanti kalo besar ada sesuatu pada anak Ibu ampun kaget nggih</i> , gitu terus akhirnya kok bener umur setahun belum bias ngoceh kayak temen-temannya respon nya terus lambat, umur 4 tahun belum bisa jalan terus saya bawa ke Kudus alternatif pijat dengan Kyai gitu.
3	P	Kesulitan apa yang ibu rasakan ketika memiliki anak retardasi mental?
4	S	Ya kadang itu mbak susah di bilangin, dia itu <i>sekarepe dewe</i> mbak, terus juga saya itu sering bertengkar sama tetangga saya, kan anaknya ngehina Intan ya Intan itu marah, Intan itu paham kalo di hina apa di ejek gitu dia marah. Intan kan badannya besar body nya kayak bodyguard gitu. Ada anak cowok yang ngehina dia, <i>Intan bento Intan bogang Intan goblok</i> , gitu langsung di samperin langsung di hajar sama Intan mbak, jadi saya itu sering tengkar sama tetangga saya ya gara-gara anaknya ngehina Intan ini, anak seperti Intan ini kalo di hina kan juga ngerasa dan bisa marah juga mbak. Tetangga saya sering ngelabrak saya karena anaknya di pukul jotos sampe nangis mbak. Tapi itu dulu mbak, sejak Intan masuk SMP sudah mulai bisa meredakan emosi
5	P	Bagaimana cara ibu mendapatkan kesenangan saat memiliki anak retardasi mental atau menghindari stres ketika memiliki anak retardasi mental?
6	S	Saya pergi mbak bawa seperda motor nge-mie apa beli bakso sendirian luamaa banget baru pulang. Terus kalo nyampe rumah itu dia bilang gini mbak, <i>ibu ojo minggat a, yo kowe sak kerepem dewe terserah kowe arep dolan terus gak gelem sekolah terserah, saya pergi gitu mbak udah mau naik sepeda motor itu dia melas banget mbak saya di tungguin di depan pintu sambil dia nangis gitu pas saya nyampe rumah gitu dia minta maaf mbak, aku ndak nakal ibu ojo minggat aku nek mandi cepet kok besok aku berangkat sekolah</i> , dia bilang gitu mbak
7	P	Apakah ibu melibatkan diri dengan aktivitas sosial yang ada di masyarakat? (ketika memiliki anak RM)
8	S	Iya, kebetulan kan saya di sana jadi ketua BPD mbak, terus yang KPM itu di desa juga saya, Kader Pembangunan Masyarakat itu lho mbak itu

		juga saya, itu kegiatannya kalo di desa ya gitu
9	P	Apa hal-hal atau aktifitas yang membuat ibu bahagia ketika memiliki anak retardasi mental?
10	S	Saya mikirnya karena udah di kasih gini yasudah lah di terima saja orang ini kan juga titipan dari Allah. Saya juga jarang mengeluh yang gimana-gimana ya menerima saja di syukuri.
11	P	Apa yang ibu lakukan ketika anak tantrum atau rewel?
12	S	Ya saya tanyain kenapa rewel, saya rayu mau minta apa, atau saya ajak jalan-jalan gitu mbak
13	P	Bagaimana ibu melakukan sikap menerima ketika memiliki anak retardasi mental?
14	S	Ketika lahir kan sudah langsung tau kalo Intan bermasalah dengan perkembangannya jadi saya juga sudah ada bayangan Intan ke depannya seperti apa. Jadi saya ya menerima. Dari Intan kecil juga saya sudah sering ikut terapi-terapi gitu.
15	P	Bagaimana ibu melakukan sikap kasih sayang kepada anak?
16	S	Dia kan suka maen air to mbak, nyuci baju gitu dia suka banget, jadi akhirnya saya itu inisiatif buka laundry, Intan saya latih gimana caranya laundry baju terus untuk yang nyetrika itu saya nyuruh tetangga saya mbak. Jadi sehari-hari dia bantu laundry di rumah. Terus juga dia saya ajari bisnis isi ulang air galon. Saya ajari cara bersihin galon terus cara ngisi airnya gimana. Saya kasih tau harganya Rp. 4000 tapi kalo semisal yang beli ngasih uang nya Rp.10.000 itu dia ngasih ke saya karena dia masih bingung sama kembalian dia taunya uang pas gitu mbak. Dia kan belum bisa hitung-hiungan jadi uang itu hafalan.
17	P	Bagaimana anda mewujudkan prestasi/minat bakat anda ketika memiliki anak retardasi mental?
18	S	Ya saya ini tetap aktif kegiatan di desa mbak. Saya kan ketua BPD dan juga ikut KPM di desa ya saya tidak ada masalah ketika memiliki Intan. Kadang yang jaga Intan itu orangtua saya kalo saya ada kegiatan di luar.
19	P	Bagaimana pola pendidikan yang anda lakukan pada anak retardasi mental?
20	S	Pokoknya nomor satu untuk anak seperti Intan itu dia harus bisa mandiri

		untuk dirinya sendiri itu saya sudah bersyukur, untuk tulis-menulis mengenal warna itu mengikuti pelan-pelan ndak bisa di paksakan.
21	P	Apakah ibu merasa hidup ini tidak adil / merasa di kecewakan oleh kehidupan ketika memiliki anak retardasi mental?
22	S	Ndak, saya juga nggak mengeluh punya anak seperti ini mbak, dari awal lahir kan dokter sudah bilang kalo ada yang ndak beres, terus juga dari awal lahir saya sejak dokter bilang gitu saya sudah punya bayangan Intan akan seperti ini jadinya ya saya menerima sejak awal mbak.
23	P	Anda memiliki anak retardasi mental apakah anda merasa bahagia dengan kehidupan yang sekarang?
24	S	Bahagia mbak, apalagi dukungan dari orangtua saya jadi yang menguatkan saya itu orangtua saya jadi saya ndak minder atau apa, kemanapun juga tetep tak ajak mbak, saya ndak malu ndak apa, dia di ajak ngomong ya paham.
25	P	Apa kebermaknaan dalam hidup ibu ketika memiliki anak retardasi mental?
26	S	Ya mungkin saya lebih bisa sabar lagi, saya tetap bersyukur meski di kasih yang seperti yang namanya di kasih Allah kan ya nggak mungkin nolak mbak, pokoknya ini saya bawa happy aja mbak.

## VERBATIM

### Subjek 6

Nama Orangtua : KU

Nama Anak : Sandi Putra Kurniananto (15 thn) Anak ke 3

Kelas : VII

Alamat: Karangasem Blora

1	P	Apa yang ibu rasakan ketika memiliki anak retardasi mental?
2	S	Ya namanya orangtua, sedih nangis kecewa lah pokok nya
3	P	Menurut ibu apa arti kebahagiaan atau kebermaknaan hidup ketika memiliki anak retardasi mental?
4	S	Hahaha.. apa ya.. hmm ya bersyukur mbak kita bersyukur apa yang di titipi Allah.
5	P	Kesulitan apa yang ibu rasakan ketika memiliki anak retardasi mental?
6	S	Sementara waktu kecil itu ya biasa, ndak ada masalah cuman

		komunikasi nya yang susah. Saat ini ya masih dalam menulisnya juga belum ya bisa tapi belum bisa baca, terus sukanya mewarnai, suka sama hewan juga mbak kayak kambing lembu, kalo kucing malah ndak suka dia. Kalo gosok gigi, mandi dia udah bisa sendiri mbak, makan nya juga bagus, naik sepeda juga bisa.
7	P	Apakah ibu sering merasa stres karena memiliki anak retardasi mental?
8	S	Kalo saya sih ndak sih, soalnya saya mikirnya gini mbak disamping ada yang lebih berat daripada anak saya ya jadi saya biasa aja
9	P	Bagaimana cara ibu mendapatkan kesenangan atau menghindari stres?
10	S	Saya jalan keluar kadang sendiri kadang ngajak anak.. kalo pas saya kerja gitu kan saya jualan baju itu stres nya hilang sendiri mbak
11	P	Apakah ibu melibatkan diri dengan aktivitas sosial yang ada di masyarakat? (ketika memiliki anak RM)
12	S	Dulu iya ikut pengajian waktu masih tinggal di Sawahan tapi ini di tempat baru saya ikutnya PKK
13	P	Apa yang ibu lakukan ketika anak tantrum atau sedang rewel?
14	S	Ya gitu paling saya marahi, <i>dek ndak boleh gitu..</i> tapi kadang langsung diem gitu. Nek nakal ndak sandi itu mbak cuman kadang-kadang malah yang misah ibu nisa kalo lagi berantem
15	P	Bagaimana orientasi happiness yang anda lakukan ketika memiliki anak retardasi mental?
16	S	Saya berpikir bahwa ini titipan Allah, saya bersyukur mbak, juga ada anaknya yang kayak gitu mbak dulu waktu pertama saya tidak bisa menerima, saya ya Allah gusti kenapa gini gini gini gitu.. kesalahan saya apa gitu waktu itu.. tapi saya mulai menerima saat sandi mulai masuk sekolah sekitar umur 7 tahunan
18	P	Bagaimana anda melakukan sikap menerima ketika memiliki anak retardasi mental?
19	S	Karena yang pertama memang kesalahan saya juga mbak, dari dokter kan sudah dikasih tau kalo ndak usah hamil lagi kan anak ibu sudah dua cukup, saya termasuk terlambat mbak 8 tahun baru punya anak yang pertama kelahiran 98 yang kedua 2001 yang terakhir ini 2005. Saya menerima mulai anak saya terapi kan ternyata banyak anak-anak yang

		seperti itu tidak hanya orang umum, anak dokter-pun juga ada yang gitu.. jadi saya menerima.. yaudah lah itu titipan dari Allah gitu. Itu terapinya dari usia 2 bulan sampe 5 tahun mbak di Magelang. Tapi setelah bergaul dengan ibu-ibu lain di sekolahan sini juga lebih menerima oowh ternyata banyak masalah yang di hadapi masing-masing kan ndak sama jadi yaudah lah saya ikhlas toh ini juga perkembangannya sandi bagus mbak jalannya meski terlambat berapa bulan bisa jalan."
20	P	Lalu bagaimana ayahnya?
21	S	Ayahnya malah dari awal menerima mbak.. sabar banget ayahnya itu
22	P	Bagaimana anda melakukan sikap kasih sayang anda kepada anak?
23	S	Apa ya.. ya saya perhatian.. terus juga sabar ngurusinnya
24	P	Bagaimana anda mewujudkan prestasi/minat bakat anda ketika memiliki anak retardasi mental?
25	S	Apa ya paling kreatifitas daur ulang bareng ibu-ibu sini
26	P	Bagaimana pola pendidikan yang anda lakukan pada anak retardasi mental?
27	S	Ya seperti anak-anak normal biasa, belajar
28	P	Apakah anda pernah merasa hidup ini tidak adil / merasa di kecewakan oleh kehidupan ketika memiliki anak retardasi mental? Sering merasa atau jarang? Bagaimana menunjukkan sikap itu?
29	S	Iya waktu itu pernah, terus dengan adanya terapi itu kan banyak ibu-ibu yang seperti anak-anak saya dan saya melihat ada yang melebihi eee.. tingkatannya lebih dari anak saya jadi saya kan yaudahlah alhamdulillah anak saya bisa gini gini gini, begitu.. kan banyak anak-anak yang ndak bisa duduk ndak bisa jalan tambah banyak yang lebih parah.. Sandi itu bisa di ajak berbicara tapi cara penyampaiannya agak susah gitu
30	P	Apakah anda merasa bahagia dengan kehidupan yang sekarang?
31	S	Saya kan sudah mulai menerima ya saya bahagia-bahagia saja
32	P	Apa hal-hal yang membuat anda bahagia? Aktifitas seperti apa?
33	S	Nyari duit mbak jualan baju kadang ya jalan-jalan sama anak. Soalnya kalo di rumah terus kadang anak malah pasif jadi kalo saya keluar saya ajak dia keluar biar komunikasi dengan orang lain juga

## VERBATIM

### Subjek 7

Nama Orangtua : SK

Nama Anak : FA (8 thn)

Kelas : II SD

Alamat : Ds. Gedongsari Badong Geneng Kec. Banjarejo Blora

1	P	Apa yang ibu rasakan ketika memiliki anak retardasi mental?
2	S	aslinya anak adik saya tapi saya adopsi ketika adik saya cerai dengan suaminya. Saya adopsi sah di Pengadilan ketika umur 3 bulanan, sebelum saya adopsi suami saya sudah mewanti-wanti takut kalo anaknya bermasalah karena ayah kandung nya Farel ini punya depresi kambuhan mbak, tapi kan saya prinsipnya gini anak itu suci sejak lahir dan juga nanti tergantung kita nanti didiknya seperti apa, pokoknya saya positif thinking. Saya itu nggak merasa mbak merasanya pas waktu Farel di TK itu dia kok beda, memang bicaranya agak susah, untuk masalah jalan ya dulu nggak terlalu terlambat. Nah saya itu masukkan Farel di TK Favorit mbak saya masukkan di TK IT Blora dekat SD IT itu dengan harapan Farel bisa berkembang tapi ternyata nggak seperti yang saya harapkan akhirnya saya pindah di SLB sesuai saran Paman saya mbak. Awalnya saya takut mindahin ke situ bukan karena malu, karena dari awal kan saya sudah menerima Farel meski kadang menghadapinya keseharian itu kurang sabar, saya takut di SLB Farel malah gak berkembang tapi ternyata di sini Farel malah lebih baik mbak, ini dia sudah mulai bisa membaca sedikit-sedikit.
3	P	Kesulitan apa yang ibu rasakan ketika memiliki anak retardasi mental?
4	S	Kalo pas saya sedang stres itu mbak suami saya nenangin saya, bilang, <i>sabar mama orang anak itu pengennya ya gak gitu tapi memang kemampuannya seperti itu yo gak bisa di paksa</i> , gitu, malah suami yang mengingatkan saya, <i>mama kan disek wes di ingetin kan bapak e Farel iki bermasalah kan ya pasti anaknya juga bermasalah itu bukan salahnya Farel</i> . Bilang gitu mbak
5	P	Bagaimana cara ibu mendapatkan kesenangan saat memiliki anak retardasi mental atau menghindari stres ketika memiliki anak retardasi

		mental?
6	S	Kadang ya kalo saya capek gitu saya nangis sendiri mbak, kadang ya tak tinggal tidur gitu mbak.. mau curhat sama suami malu, soalnya kadang Farel itu kan ya, gimana ya, semisal contoh saya kan menerapkan disiplin iya tanggung jawab iya semisal kalo pipis itu duduk atau jongkok pernah suatu hari lihat bapaknya berdiri yaudah dia niru sambil protes, <i>ayah berdiri og ma</i> , gitu mbak dia gampang meniru tapi langsung tak tegur terus saya bilangin abis pipis di siram itu sampe sekarang itu masih susah mbak
7	P	Apakah ibu melibatkan diri dengan aktivitas sosial yang ada di masyarakat? (ketika memiliki anak RM)
8	S	Saya pagi ngajar mbak, kadang kalo saya nge-les-i sayang siang pulang saya ajak Farel ke sekolahan, kalo engga ya pulang saya ajak tidur siang itu pasti.
9	P	Apa hal-hal atau aktifitas yang membuat ibu bahagia ketika memiliki anak retardasi mental?
10	S	Ya kadang jalan-jalan gitu mbak ke Luwes kadang ya ngajak Farel.. kadang saya ya ke rumah tetangga saya yang agak gitu mbak, saya lihat anak itu bahkan untuk mengurus diri sendiri saja dia saja nggak bisa kalo Farel masih bisa jadi kadang saya bersyukur mbak
11	P	Apa yang ibu lakukan ketika anak tantrum atau rewel?
12	S	Farel jarang rewel kok mbak, dia itu nangis kalo sakit hati kalo jatuhpun itu cuma bilang <i>haduh</i> gitu aja tidak nangis tidak apa, saya juga heran. Ngambeknya itu paling karena sakit hati, kan dia saya kasih tanggung jawab kalo sore nyapu kamar tapi suatu saat itu yang nyapu ayahnya itu dia langsung ngambek mbak
13	P	Bagaimana orientasi happiness yang anda lakukan ketika memiliki anak retardasi mental?
14	S	Ya saya bersyukur mbak, meski di kasih anak seperti ini saya tetap bersyukur mbak, ini juga bukan dari orang lain ini dari adik saya sendiri, saya juga mikirnya <i>nek aku tuo nanti bisa jaga aku..</i> gitu mbak
15	P	Bagaimana ibu melakukan sikap menerima ketika memiliki anak retardasi mental?

16	S	Ya kan dari bapak kandungnya Farel begitu, ya saya mikirnya mungkin itu sudah rezeki saya. Saya saja pengen punya anak sendiri saya saja belum di kasih kok, saya di karuniai ini ya saya terima kok, ibaratnya mungkin meski tidak lahir dari rahim saya karena support dari suami mungkin saya selalu di ingatkan, saya ke SLB sini jadi merasa Farel ini masih lebih bagus, saya disini melihat banyak yang lebih di bawahnya Farel gitu loh mbak, ada yang down syndrome parah juga disini.
17	P	Bagaimana anda melakukan sikap kasih sayang anda kepada anak?
18	S	Saya perhatian.. terus juga si Farel ini perhatian kok mbak, apa dikit gitu bilang terimakasih, terus kalo salah itu dia bilang minta maaf, itu kadang yang membuat saya kadang itu berpikir <i>meskipun kamu gini tapi kamu punya kelebihan</i>
19	P	Bagaimana pola pendidikan yang anda lakukan pada anak retardasi mental?
20	S	Itu mbak, tanggung jawab dan kedisiplinan, ya saya kasih itu semisal kalo sore nyapu, mandinya gak boleh terlalu lama.. ya kemandirian gitu
21	P	Apakah anda merasa hidup ini tidak adil / merasa di kecewakan oleh kehidupan ketika memiliki anak retardasi mental?
22	S	Ya kadang mikirnya gini mbak, saya pengen punya anak tapi ini punya anak kok gini, saya mikirnya gimana nanti kalo tua, saya dan suami rencananya kalo umur sampe umur sekian belum di kasih ya mau adopsi satu lagi gitu mbak biar ada temennya
23	P	Anda memiliki anak retardasi mental apakah anda merasa bahagia dengan kehidupan yang sekarang?
24	S	Kan saya sudah komitmen dari awal mbak.. saya juga gak ngambil sembarangan saya juga ke Pengadilan untuk ngambil Farel. Saya mikirnya mungkin rezeki anak kurang bagus tapi rezeki yang lainnya yang bagus.. saya mikirnya gitu mbak
25	P	Apa kebermaknaan dalam hidup ibu ketika memiliki anak retardasi mental?
26	S	Saya yakin Allah itu punya rencana, saya tidak boleh suudzon dengan Allah, saya berpikiran positif mungkin dengan ini saya di beri karunia yang lain yang lebih baik bukan saat ini.. kalo merasa kurang pasti

		kurang kalo merasa iri pasti iri mbak. Tapi kadang saya bersyukur saya meningkat ketika bertemu anak yang di bawahnya Farel mbak.
--	--	---

### Verbatim

#### Subjek 8

Nama Orangtua : EK

Nama Anak : SP (7 thn)

Kelas : II SD

Alamat : Bakal Andongrejo

1	P	Apa yang ibu rasakan ketika memiliki anak retardasi mental?
2	S	Dia sebelum umur satu tahun itu udah kelihatan.. kadang gimana ya.. ya sedih, <i>anakku kok nggak samadengan kakak-kakak nya</i> , gitu mbak, dulu berdiri aja gemetar. Dulu juga waktu masih sekolah di TK umum di An-Nur itu dia sama sekali ndak bisa apa-apa, bicara saja masih sulit.. tapi semenjak saya masukkan di SLB itu mulai ada perkembangan mbak, dia sudah bisa mewarnai dan menempel gambar
3	P	Kesulitan apa yang ibu rasakan ketika memiliki anak retardasi mental?
4	S	Dia susah di bilangin mbak, kadang kalo saya ikutan kesel juga saya ambil tas terus baju satu, <i>nek ndak bisa di bilangin ibu ikut mbak yana aja</i> , saya bilang gitu ke dia mbak, <i>ojo buk oजूoaku gak nakal maneh buk</i> , dia bilang gitu yaudah diem
5	P	Bagaimana cara ibu mendapatkan kesenangan saat memiliki anak retardasi mental atau menghindari stres ketika memiliki anak retardasi mental?
6	S	Ya paling nonton tv apa bersih-bersih, soalnya kalo saya keluar itu pasti dia malah rewel, dia ndak suka di tinggal mbak.. terus kalo semisal saya lagi capek apa marah gitu kan keliatan wajah saya itu dia juga tau mbak, dia ngerasa, terus kadang dia itu deketin saya mijetin saya gitu mbak, dia itu bisa ngambil hati
7	P	Apakah ibu melibatkan diri dengan aktivitas sosial yang ada di masyarakat? (ketika memiliki anak RM)
8	S	Ndak, ya di rumah saja ibu rumah tangga biasa mbak, paling ya maen ke

		tempat tetangga gitu. Oiya kalo malem jumat itu ya kadang ikut pengajian apa tahlilan gitu mbak, soalnya Salwa agak susah kalo di tinggal
9	P	Apa hal-hal atau aktifitas yang membuat ibu bahagia ketika memiliki anak retardasi mental?
10	S	Ya jalan-jalan kadang ya di rumah nonton tv aja mbak.. kadang ya ke tempat tetangga
11	P	Apa yang ibu lakukan ketika anak tantrum atau rewel?
12	S	Ya saya rayu.. saya tanyain mau minta apa.. kalo mau jajan ya saya belikan jajan.. pengen main di alun-alun ya saya ajak kesana
13	P	Bagaimana orientasi happines yang anda lakukan ketika memiliki anak retardasi mental?
14	S	Saya sering menyemangati diri saya sendiri mbak.. harus lebih sabar lagi harus sehat terus pokoknya pikirannya di bawa nyantai saja
15	P	Bagaimana ibu melakukan sikap menerima ketika memiliki anak retardasi mental?
16	S	Ya setelah masuk di SLB sini saya lihat <i>owh masih banyak yang di bawah anak saya</i> , gitu mbak
17	P	Bagaimana anda melakukan sikap kasih sayang anda kepada anak?
18	S	Ya kadang saya ajak jalan-jalan, saya beliin Jilid saya ajarai ngaji sendiri di rumah, soalnya kalo semisal ngaji di masjid saya takutnya Salwa di ejek atau di bully sama teman-temannya kan ndak bagus buat psikis nya nanti malah dia jadi takut."
19	P	Bagaimana pola pendidikan yang anda lakukan pada anak retardasi mental?
20	S	Ya biasa belajar mewarnai, menulis, terus juga saya ajari dia gimana caranya ngurusin dirinya sendiri biar lebih mandiri mbak
21	P	Apakah anda merasa hidup ini tidak adil / merasa di kecewakan oleh kehidupan ketika memiliki anak retardasi mental?
22	S	Dulu merasa seperti itu, mikir juga kenapa Salwa beda dengan kakak-kakaknya, padahal kakak-kakaknya normal tidak bermasalah, saya sedih banget mbak saya nangis sendiri gitu kalo lagi capek tapi mau gimana lagi orang di kasihnya seperti ini ya di terima saja

23	P	Anda memiliki anak retardasi mental apakah anda merasa bahagia dengan kehidupan yang sekarang?
24	S	Ya berusaha sebahagia mungkin mbak, meski Salwa seperti ini dia itu memiliki empati yang bagus, kan ada mbah-mbah ya itu saya di suruh ngasih makanan kok mbak, saya ya gini, <i>iya nduk tapi kamu yang nganterin ke Mbah Galuh ya maem e</i> , saya bilang gitu mbak jadi dia itu yang nganterin maem e, empati nya bagus mbak
25	P	Apa kebermaknaan dalam hidup ibu ketika memiliki anak retardasi mental
26	S	Apa ya.. ya jadi lebih sabar aja sih mbak.. Salwa bagi saya juga berharga, bagaimanapun juga itu juga darah daging saya, saya ndak merasa malu atau apa, saya itu nerima dia bagaimanapun keadaannya

### VERBATIM

#### Wawancara Guru

Nama Guru : Annida Avivi Elhusna, S.Pd

Umur : 24 tahun

Alamat : Jl. Gatot Subroto No.36 Tunjungan Blora

1	P	Apa pandangan ibu tentang <i>happiness</i> / kebahagiaan?
2	S	Apa ya.. ketika harapan dan kenyataan berbanding lurus itu bisa membuat kita bahagia. Dan juga tolak ukur kebahagiaan orang itu beda-beda sih mbak.
3	P	Apa yang ibu rasakan ketika memiliki anak retardasi mental?
4	S	Saya ngajar disini sudah 2 tahun, dulu waktu awal disini itu bingung mbak, bingung harus gimana ngajarnya, kan anaknya IQ nya di bawah rata-rata.. Saya kadang ngerasa capek gitu kadang juga nangis sendiri.. Kalo saya mood nya tidak baik gitu nular ke mereka mbak.. mereka seperti bisa merasakan juga, jadi saya menjaga agar mood saya tetap baik
5	P	Bagaimana fokus anda atau cara anda dalam mengajar anak retardasi mental?
6	S	Saya kan ngajar kelas 2 SD kelas tunagrahita, di kelas saya ada 8 anak, kalo semisal nih pelajaran mewarnai itu saya ngajarin satu-

		satu, nggak bisa kalo semisal saya ngomong dan 8 anak memperhatikan layaknya anak normal biasanya mbak, jadi harus face to face ngajarinnya.. terus juga ceramah saya bilangin jangan bandel atau mungkin saya ajari caranya salaman itu saya manggil mereka satu-satu duduk di depan saya.. jadi ngajarinnya harus satu-satu mbak.. nggak bisa barengan
7	P	Bagaimana pandangan anda tentang orang tua yang memiliki anak retardasi mental?
8	S	Saya salut sama mereka, karena mengurus anak seperti ini kan tidak mudah mbak, harus punya kesabaran ekstra
9	P	Apakah orang tua yang memiliki anak retardasi mental memiliki orientasi <i>happiness</i> / kebahagiaan?
10	S	Hmm gimana ya.. Saya rasa mereka tetap punya acuan bagaimana untuk merasa bahagia.. saya yakin mereka bertahan dengan keadaan yang sulit, tapi saya lihat orangtua yang menunggu atau menemani anaknya sekolah di sini rata-rata sudah menerima keberadaan anaknya
11	P	Bagaimana cara komunikasi kepada orang tua yang memiliki anak retardasi mental sehingga mampu memiliki orientasi <i>happiness</i> ?
12	S	Disini kan kalo abis tes gitu yang ngambil nilai <i>raport</i> kan orangtua, jadi kalo pas ngumpul gitu kan juga bahas bagaimana perkembangan anaknya, kadang ada yang protes semisal kenapa anaknya belum bisa bedain warna padahal anak yang lainnya sudah gitu, jadi saya juga menjelaskan kalo perkembangan masing-masing anak kan berbeda mbak, saya juga sering nasehat apa nyemangatin orangtua gitu agar tetap sabar mengurus anak dengan baik
13	P	Apakah sistem pembelajaran yang anda lakukan melibatkan orang tua bagi anak retardasi mental?
14	S	Hmm ya paling kalo ada PR gitu kan tetep orangtua yang bantu sih mbak
15	P	Bagaimana orientasi <i>happiness</i> yang anda lakukan ketika memiliki siswa retardasi mental?
16	S	Hmm gimana ya.. saya ngajar disini kan juga karena adik saya

		cowok sekolah SMA disini, dia tunarungu. Saya mengajar disini juga membuat saya lebih bersyukur, lebih sabar lagi, lebih empati lagi, ya ininya saya senang ngajar disini.
17	P	Bagaimana anda melakukan sikap kasih sayang kepada siswa retardasi mental dengan melibatkan orang tua?
18	S	Ya yang paling penting itu perhatian dan sabar mbak.. guru ataupun orangtua itu harus sabar dan telaten untuk mengajar ataupun mengurus anak ini

## DOKUMENTASI

### 1. Wawancara Pertama





## 2. Wawancara Kedua





**3. Wawancara Ketiga**





## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Fatika Wulandari lahir di Kabupaten Blora tepatnya di Desa Mojowetan Kecamatan Banjarejo pada hari jumat tanggal 25 Juli 1997. Anak pertama dari tiga bersaudara, dilahirkan dari pasangan Mochamad Mundofa dan Ida Wahyuningsih. Peneliti menyelesaikan pendidikan sekolah dasar di SD N 1 Mojowetan pada tahun 2009, kemudian melanjutkan ke sekolah 5 Blora hingga tahun 2012, pada tahun yang i SMA A Wahid Hasyim Tebuireng Jombang dan menyelesaikan pendidikan sekolah menengah pada tahun 2015.

Setelah menyelesaikan sekolah menengah atas, peneliti melanjutkan pendidikan S1 di UIN Walisongo Semarang dan mengambil jurusan psikologi. Peneliti aktif berkecimpung di bidang seni khususnya teater. Selain teater peneliti juga memiliki minat pada eksplorasi alam dan bergabung dengan organisasi pecinta alam.