

KEBERMAKNAAN HIDUP PADA IBU YANG MENGASUH ANAK TUNANETRA

Amabila Novira Afirda Zahrani¹, Dinie Ratri Desiningrum¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, Jawa Tengah, 50275

firdazahra@yahoo.com

ABSTRAK

Setiap ibu umumnya mengharapkan anak lahir dalam kondisi sehat, namun tidak semua anak terlahir tanpa hambatan, seperti tunanetra. Sebagian ibu mengalami kesulitan menerima kondisi ini. Dalam mengasuh anak tunanetra, ibu dihadapkan pada berbagai tantangan, yang dapat menimbulkan stres, terutama jika tidak disertai dukungan dari lingkungan. Melalui pengasuhan yang dijalani, ibu dapat menemukan kebermaknaan hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran makna hidup dan proses terbentuknya makna hidup pada ibu yang mengasuh anak tunanetra. Metode yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologis² dan dianalisis menggunakan teknik *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari empat orang ibu yang memiliki anak tunanetra sejak lahir. Keempat ibu tersebut tinggal serumah dengan anak dan terlibat langsung dalam pengasuhan, dengan rentang usia anak 10 hingga 21 tahun. Data dikumpulkan melalui wawancara semi terstruktur. Ditemukan empat tema induk: (1) Belajar menerima meski berat, (2) Dukungan yang menguatkan langkah, (3) Menghadapi hari-hari yang tidak mudah, (4) Menemukan makna lewat peran sebagai ibu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebermaknaan hidup pada ibu yang mengasuh anak tunanetra muncul melalui proses penerimaan, dukungan sosial yang menguatkan, kemampuan menghadapi tantangan, yang pada akhirnya memunculkan keyakinan bahwa peran mereka adalah bagian dari takdir yang harus dijalani dengan penuh kasih dan ketulusan.

Kata kunci: makna hidup; pengasuhan ibu; anak tunanetra; IPA

THE MEANING OF LIFE IN MOTHERS RAISING CHILDREN WITH VISUAL IMPAIRMENTS

Amabila Novira Afirda Zahrani¹, Dinie Ratri Desiningrum¹

¹Faculty of Psychology Diponegoro University

Prof. Mr. Sunario Street, Tembalang, Semarang, Central Java, 50275

firdazahra@yahoo.com

ABSTRACT

Every mother generally hopes for her child to be born healthy, but not all children are born without challenges, such as visual impairment. Some mothers struggle to accept this condition. In raising a visually impaired child, mothers face various challenges that can cause stress, especially if not accompanied by adequate support from their environment. Through the caregiving experience, mothers can find meaning in life. This study aims to explore how life meaning is experienced and formed in mothers raising children with visual impairments. The method used is qualitative with a phenomenological approach and analyzed using Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). The participants in this study were four mothers who have children born blind. All four mothers live in the same house as their children and are directly involved in their daily caregiving, with the children's ages ranging from 10 to 21 years. Data were collected through semi-structured interviews. Four main themes emerged: (1) Learning to accept despite the difficulty, (2) Support that strengthens the journey, (3) Facing difficult days, (4) Finding meaning through the role of being a mother. The results show that life meaning in mothers raising visually impaired children emerges through a process of acceptance, the presence of empowering social support, the ability to face challenges, which ultimately fosters a belief that their role is part of a destiny to be lived with love and sincerity.

Keywords: meaning of life; motherhood; children with visual impairment; IPA

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehadiran anak dalam pernikahan menjadi momen berharga yang membawa kebahagiaan. Selama masa kehamilan, seorang ibu biasanya berharap anak yang dilahirkannya nanti akan sehat dan sempurna. Namun, realitanya tidak setiap anak lahir dalam kondisi tersebut. Beberapa anak lahir dengan berbagai keterbatasan atau disabilitas, baik fisik maupun mental (Melati & Levianti, 2013).

Anak yang memerlukan penanganan khusus dikenal sebagai anak berkebutuhan khusus, karena mereka menghadapi kesulitan dalam pertumbuhan atau perkembangan tertentu. Terkait dengan istilah *disability*, mereka memiliki keterbatasan dalam beberapa aspek kemampuan, baik dalam hal fisik, seperti keterbatasan penglihatan atau pendengaran, maupun aspek psikologis, seperti kondisi autisme dan ADHD (Desiningrum, 2016).

Salah satu jenis anak berkebutuhan khusus adalah tunanetra. Zaitun (2017) mendefinisikan tunanetra sebagai seseorang yang memiliki keterbatasan dalam penglihatan. Karena penglihatan tunanetra terbatas, proses belajar difokuskan pada pemanfaatan indra selain penglihatan, seperti peraba dan pendengaran. Individu dengan gangguan penglihatan dimasukkan ke dalam tiga klasifikasi berdasarkan daya penglihatannya, yaitu mereka yang mengalami tunanetra ringan, tunanetra setengah berat, dan mereka yang mengalami tunanetra berat. Di samping

pembagian ini, tunanetra juga bisa diklasifikasikan berdasarkan penyebabnya seperti kerusakan penglihatan prenatal dan kerusakan penglihatan pasca lahir (Kristiana & Widayanti, 2016).

Berdasarkan perkiraan dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, persentase tunanetra di negara ini mencapai 1,5% dari total populasi dengan jumlah penduduk yang diperkirakan mencapai 250 juta, dapat diperkirakan ada setidaknya 3.750.000 individu yang mengalami kebutaan atau gangguan penglihatan (Pertuni, 2017). Jumlah ini menunjukkan bahwa isu tentang tunanetra menjadi hal penting yang perlu diperhatikan secara serius.

Remaja tunanetra menghadapi tantangan yang lebih besar dibandingkan remaja pada umumnya. Masa remaja merupakan fase transisi dari anak-anak menuju dewasa, yang biasanya berlangsung dari usia 10–12 hingga 18–21 tahun. Pada tahap ini, remaja mulai mencari kemandirian, jati diri, dan lebih aktif secara sosial (Santrock, 2010). Namun, remaja tunanetra cenderung lebih menyendiri, beraktivitas secara pasif, dan mengalami kesulitan dalam menjalin pertemanan. Mereka juga merasa lebih terasing, tidak dipahami, dan kurang bahagia dibandingkan remaja tanpa hambatan penglihatan (Chiracu & Buică-Belciu, 2023). Sejalan dengan pernyataan Mangunsong (2014) dalam masa transisi menuju dewasa, terdapat dua hal yang menjadi tantangan bagi individu dengan gangguan penglihatan, yaitu kemandirian dan pekerjaan. Kemandirian pada individu tunanetra tidak berkembang secara alami, melainkan perlu diajarkan secara khusus dan berulang. Dalam hal ini, peran orang tua sangat penting dalam mendukung proses adaptasi dan perkembangan remaja tunanetra.

Orang tua, sebagai penanggung jawab utama, memiliki peran penting dalam memenuhi kebutuhan anak tunanetra. Tanggung jawab ini sebaiknya dijalankan bersama oleh ayah dan ibu, sehingga keduanya dapat berbagi peran dalam merawat anak dengan baik. Namun, ibu biasanya memikul tanggung jawab yang lebih besar dalam hal pengasuhan dan perawatan anak. Sesuai dengan pernyataan Lutfatulatifah (2020) ibu memiliki peran dominan dalam pengasuhan anak. Pembagian peran antara ibu dan ayah masih mengikuti pola tradisional, di mana tanggung jawab penuh atas pekerjaan rumah, pengasuhan, dan pendidikan anak berada pada ibu, sedangkan ayah bertugas memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga.

Penelitian yang dilakukan oleh Mufidah dkk. (2023) menunjukkan bahwa kasus penelantaran masih sering terjadi. Terdapat berbagai faktor yang menjadi penyebab, di antaranya ketidaksiapan ibu dalam menerima kondisi anak, tekanan sosial dari lingkungan, masalah ekonomi, serta keterbatasan pengetahuan ibu terkait kebutuhan khusus. Sejalan dengan itu, penelitian Anggraini (2013) di salah satu SDLB, sebanyak 17 orangtua (58,62%), merasa malu memiliki anak berkebutuhan khusus. Sementara itu, 12 orangtua (41,37%) tidak mampu menerima kondisi anak mereka sebagaimana adanya. Oleh karena itu, seorang ibu perlu menerima kondisi anak dengan sepenuh hati.

Ibu yang memiliki anak dengan tunanetra biasanya mengalami lima tahap dalam proses penerimaan yang dikenal sebagai *The Five Stages of Grief* oleh Kubler-Ross. Tahap-tahap tersebut meliputi penyangkalan (*denial*), kemarahan (*anger*), tawar-menawar (*bargaining*), depresi (*depression*), dan penerimaan (*acceptance*). Kelima tahap ini membantu seseorang memahami dan mengenali

emosi yang mungkin muncul. Namun, proses berduka tidak selalu terjadi secara berurutan atau dengan cara yang sama. Tidak semua orang mengalami kelima tahap ini, dan urutannya pun bisa berbeda-beda (Kubler-Ross & Kessler, 2014). Santrock (dalam Devina & Penny, 2016) menyampaikan, awalnya Kubler-Ross merancang tahapan ini untuk individu yang mengidap penyakit berat. Seiring waktu, konsep ini juga digunakan untuk menggambarkan berbagai bentuk kehilangan pribadi lainnya, seperti kehilangan pekerjaan, penghasilan, harapan, maupun kebebasan.

Hasil penelitian Fathizadeh dkk. (2012) menunjukkan bahwa ibu yang mengetahui kondisi tunanetra anaknya mengalami stres mental dan awalnya sulit menerima kenyataan, namun seiring waktu mulai menerima dan fokus pada dukungan tumbuh kembang anak. Respons ibu dipengaruhi oleh peran dan pandangan masyarakat. Sementara itu, penelitian Adianty dan Savira (2024) menemukan bahwa proses penerimaan diri ibu meliputi tiga tahap utama yaitu penolakan, depresi, dan penerimaan yang dipengaruhi oleh lingkungan sosial, sikap masyarakat, kesabaran, keyakinan religius, serta peran dan pandangan orang tua terhadap anak.

Peran dan pengasuhan yang dilakukan oleh ibu berperan penting dalam memengaruhi perkembangan anak secara keseluruhan. Sejak lahir, ibu adalah sosok pertama yang dikenal oleh anak dan menjadi figur penting dalam hidupnya. Seorang ibu yang sehat secara fisik dan mental dapat mendidik serta merawat anak-anaknya dengan penuh kasih, sabar, tekun, dan rasa tanggung jawab sehingga anak dapat tumbuh menjadi individu yang bermanfaat di masa depan (Daulay, 2020).

Klerk dan Greff (dalam Nurussyifa dkk., 2020) menyampaikan terkait peran dan pengasuhan ibu, pada umumnya ibu merupakan pengasuh utama yang mendampingi proses tumbuh kembang anak dalam lingkungan keluarga. Namun, ketika seorang anak mengalami gangguan penglihatan, hal ini bisa menjadi tantangan besar, khususnya bagi sang ibu. Kondisi tersebut membuat ibu perlu memberikan perhatian yang lebih, baik dari segi emosional, penyediaan alat bantu aktivitas anak, maupun meningkatnya kebutuhan finansial. Sejalan dengan hal tersebut, ibu dari anak tunanetra memegang peran penting dalam membantu anak tetap berpikir positif dengan menerima kebutuhan anak dan selalu memberikan dukungan. Namun, dalam proses mendampingi dan membesarkan anak, ibu sering menghadapi berbagai tantangan. Salah satunya datang dari lingkungan sosial yang kadang membuat ibu merasa putus asa. Meski begitu, penting bagi ibu untuk menghadapi tantangan tersebut dengan bijak dan penuh kesabaran (Iqbal dkk., 2023).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa mengasuh anak tunanetra dapat menimbulkan tekanan emosional yang tinggi bagi ibu. Kara dkk. (2023) menemukan bahwa anak dengan gangguan penglihatan lebih banyak menunjukkan masalah perilaku, seperti mudah marah, perilaku stereotip, dan ucapan yang tidak sesuai. Kemungkinan besar, ibu dengan *secure attachment* merasa lebih depresi karena mereka lebih peka dan perhatian terhadap keterbatasan yang dimiliki anaknya. Penelitian lain oleh Astiningtias dkk. (2024) menunjukkan stres dalam mengasuh anak berkebutuhan khusus merupakan salah satu faktor yang memengaruhi tingkat resiliensi ibu. Ibu yang mengalami stres dalam pengasuhan

biasanya menggunakan strategi koping untuk menghadapinya, hal ini selaras dengan hasil penelitian Pratiwi (2022) mengenai strategi koping yang digunakan oleh seorang ibu yang memiliki anak dengan tunanetra total. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu tersebut mampu menghadapi berbagai tekanan dengan menggunakan dua jenis strategi coping, yaitu *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. Dukungan keluarga dan religiusitas juga membantunya tetap optimis dalam menjalani peran sebagai ibu dari anak tunanetra.

Dukungan yang diperoleh ibu terbukti membantu mengurangi beban pengasuhan, sebagaimana dijelaskan Choudhury dan Chandel (2022) dukungan suami, baik secara emosional, finansial, maupun keterlibatan langsung, terbukti membantu ibu menghadapi stres dan membentuk ketahanan mental yang lebih baik. Sebaliknya, ketidakhadiran dukungan suami dapat menimbulkan rasa lelah, kesepian, dan tekanan. Penelitian lain menunjukkan keterlibatan keluarga besar, melalui bantuan tenaga, pemberian informasi, maupun dukungan moral, dapat membantu ibu meringankan beban pengasuhan. Dukungan ini menjadi kekuatan tambahan bagi ibu dalam menghadapi tekanan sosial dan membantu proses penerimaan diri terhadap kondisi anaknya (Widadi dkk., 2024). Ibu yang berada dalam situasi serupa juga dapat saling berbagi pengalaman, dan memberikan rasa kebersamaan. Hal ini membuat sesama ibu merasa didengar dan dipahami, serta memperkuat kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan dalam membesarkan anak tunanetra. Sesuai dengan hasil penelitian Hasanah dan Retnowati (2017) bahwa dukungan dari sesama orang tua anak berkebutuhan

khusus lebih diterima dan lebih efektif membentuk resiliensi ibu dibandingkan dukungan dari pihak lain yang tidak memiliki pengalaman serupa.

Banyak ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, mampu menemukan makna hidup dari pengalaman pengasuhan mereka. Sejalan dengan pernyataan Endarwaty (2023) seseorang yang mampu memahami kehidupannya akan menjalani hidup dengan lebih bermakna. Orang yang menemukan makna dalam hidupnya biasanya memiliki tujuan yang ingin diraih. Hal ini tercermin pada sosok ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Proses menemukan makna hidup dimulai dari tahap menerima kondisi anak. Meski demikian, perjalanan menuju kebermanaknaan hidup bukanlah hal yang singkat, melainkan memerlukan waktu dan perjuangan yang panjang.

Bastaman (dalam Utari & Rifai, 2020) menyatakan bahwa makna hidup mencerminkan apa yang diinginkan, dicari, dan diharapkan oleh seseorang. Hal ini memengaruhi cara individu memandang kehidupan, apakah dengan rasa optimis, bahagia, murung, depresi, atau pesimis. Makna hidup merupakan hal-hal yang dianggap penting, benar, dan diidamkan, yang memberikan nilai khusus serta menjadi tujuan hidup. Jika makna hidup berhasil ditemukan dan diwujudkan, maka kehidupan akan terasa lebih berarti dan menimbulkan kebahagiaan. Ketidakmampuan menemukan dan memenuhi makna hidup biasanya menimbulkan perasaan hidup tanpa makna, hampa, kosong, merasa tidak memiliki tujuan, hidup terasa tidak berarti, serta muncul rasa bosan dan apatis (Utari & Rifai, 2020).

Pada penelitian lain oleh Suri dan Indriana (2017) menemukan bahwa makna anak tunadaksa bagi ibu mengalami perubahan dari negatif menjadi positif. Pada

awalnya, ibu merasa sedih, kecewa, khawatir, dan bersalah saat mengetahui kondisi anak. Namun, seiring waktu, perasaan tersebut mulai berubah. Dukungan dari orang sekitar, penerimaan diri, dan kasih sayang yang terjalin antara ibu dan anak membuat ibu mulai melihat anaknya sebagai sumber makna yang positif. Penelitian lain oleh Nirmala (2013) menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki tingkat kebermaknaan hidup (85,86%) dan optimisme (69,70%) yang tinggi. Artinya, ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus tetap memiliki harapan terhadap masa depan, berpikir positif, dan tidak mudah menyerah dalam merawat serta mendidik anaknya.

Kisah Putri Ariani menjadi inspirasi bagi peneliti karena menunjukkan bahwa keterbatasan penglihatan bukanlah halangan untuk meraih prestasi. Ia berhasil menorehkan berbagai pencapaian di bidang musik dan dikenal luas lewat ajang pencarian bakat tingkat internasional. Kesuksesan Putri tidak lepas dari peran besar ibunya, yang memberikan dukungan penuh, baik secara emosional maupun dalam pengembangan bakat. Ibu Putri menjalankan pengasuhan yang penuh perhatian, menghargai kelebihan dan kekurangan Putri, serta membantu mengarahkan potensinya tanpa mengabaikan kebutuhan khususnya. Dijelaskan oleh Menge (2023) sang ibu, memberikan pengorbanan besar demi pendidikan dan bakat musiknya. Ibunya memilih untuk meninggalkan karier demi fokus pada pendampingan pendidikan Putri. Dengan dukungan dari keluarga, Ibu Putri bisa lebih fokus untuk mendampingi pendidikan Putri. Ayah Putri bahkan meninggalkan pekerjaannya di Riau dan mengikuti Putri ke Yogyakarta untuk memastikan dukungan yang maksimal terhadap perkembangan musik Putri.

Meskipun sudah banyak penelitian yang membahas makna hidup pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, namun belum ada yang secara khusus meneliti kebermaknaan hidup pada ibu yang mengasuh anak tunanetra. Mengasuh anak dengan gangguan penglihatan bukanlah hal yang mudah. Dimulai dari penerimaan, ibu menghadapi berbagai tantangan yang pada akhirnya membentuk makna hidup dan menjadi sumber kekuatan dalam menjalani perannya. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana gambaran dan proses terbentuknya makna hidup pada ibu yang mengasuh anak tunanetra.

B. Rumusan Masalah

Mengacu pada latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan sebuah rumusan masalah, yaitu: “Bagaimanakah gambaran dan proses terbentuknya makna hidup pada ibu yang mengasuh anak tunanetra?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana gambaran makna hidup dan proses terbentuknya makna hidup pada ibu yang mengasuh anak tunanetra.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu psikologi keluarga, khususnya yang berkaitan dengan pengalaman kebermaknaan hidup pada ibu yang mengasuh anak tunanetra.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti, penelitian ini dapat meningkatkan kemampuan peneliti dalam memahami proses penelitian secara langsung, mulai dari menggali data hingga menganalisisnya. Selain itu, peneliti juga akan mendapat pengetahuan yang lebih dalam tentang pengalaman dan makna hidup yang dirasakan oleh ibu yang mengasuh anak tunanetra.
- b. Bagi subjek, penelitian ini diharapkan dapat membantu ibu lebih memahami dan menghargai pengalaman hidupnya, serta memberi kekuatan dan semangat dalam menjalani perannya sebagai ibu dari anak tunanetra.
- c. Bagi almamater (Universitas Diponegoro), penelitian ini diharapkan bisa digunakan sebagai bahan ajar atau referensi untuk pembelajaran tentang kebermaknaan hidup pada ibu yang mengasuh anak tunanetra.
- d. Bagi pembaca, penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber pengetahuan dalam kajian psikologi, khususnya yang berkaitan dengan kebermaknaan hidup pada ibu yang mengasuh anak tunanetra. Selain itu,

penelitian ini juga diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran dan empati masyarakat agar lebih memahami kondisi serta pengalaman ibu yang menjalani pengasuhan dalam situasi serupa.