BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Keterbatasan komunikasi yang berlangsung antara orang tua dengan anak berkebutuhan khusus, seringkali menimbulkan kesalahpahaman. Orang tua dari anak berkebutuhan khusus menghadapi tantangan yang jauh lebih besar dibandingkan dengan orang tua pada umumnya. Anak berkebutuhan khusus adalah anak dengan karakteristik berbeda yang memerlukan perhatian khusus dalam pendidikan dan pengasuhan. Heward (2002) menyatakan bahwa anak berkebutuhan khusus tidak selalu mengalami ketidakmampuan fisik, mental, atau emosional. Anak berkebutuhan khusus meliputi anak-anak dengan gangguan perkembangan seperti autisme, ADHD, gangguan bicara, hingga gangguan fisik lainnya. Anak berkebutuhan khusus memerlukan perhatian ekstra dalam banyak aspek, termasuk dalam cara berkomunikasi. Sering kali mereka mengalami kesulitan dalam mengungkapkan keinginan, memahami instruksi, atau merespons secara sosial, sehingga menuntut kesabaran dan upaya berkelanjutan dari orang tua untuk dapat memahami mereka dengan lebih baik (Seligman, 2021).

Komunikasi yang efektif antara orang tua dan anak merupakan salah satu aspek fundamental dalam perkembangan psikologis dan emosional anak. Komunikasi tidak hanya berfungsi sebagai alat untuk menyampaikan informasi, tetapi juga sebagai sarana untuk membangun hubungan yang kuat dan saling percaya antar anggota keluarga. Menurut (Kuczynski dan Parkin, 2007), komunikasi yang baik dapat meningkatkan keterikatan emosional antara orang tua dan anak yang berperan pada perkembangan sosial dan emosional anak. Berbeda

dengan anak berkebutuhan khusus, komunikasi akan menjadi semakin kompleks dan menantang.

Fenomena yang terjadi di masyarakat menunjukkan bahwa banyak orang tua merasa kesulitan dalam berinteraksi dengan anak-anak mereka yang memiliki kebutuhan khusus. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pemahaman tentang cara berkomunikasi yang efektif dan sesuai dengan kebutuhan anak. Misalnya, anak-anak dengan autisme mungkin memiliki cara berkomunikasi yang berbeda, yang memerlukan pendekatan yang lebih sensitif dan adaptif dari orang tua. Ketidakmampuan untuk berkomunikasi dengan baik dapat menyebabkan frustrasi dan ketegangan dalam hubungan, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi perkembangan emosional anak.

Apabila kondisi ini berlangsung dalam jangka waktu lama dan tidak adanya dukungan yang positif dari keluarga dan lingkungan sekitar, hal ini dapat memperburuk keadaan orang tua dengan munculnya perasaan lelah, emosi, dan marah sehingga mengakibatkan sebuah kondisi yang dalam ilmu psikologi disebut *parental burnout*. Menurut *American Psychological Association* (APA), *parental burnout* adalah sindrom psikologis yang terjadi akibat stres berlebihan dalam proses pengasuhan. Kondisi ini ditandai dengan munculnya batas dan jarak antara orang tua dan anak akibat perasaan jenuh, lelah, dan stres yang timbul dari perbedaan antara ekspektasi dalam mengasuh anak dan kenyataan yang dihadapi. *Parental burnout* kerap dialami oleh orang tua dengan anak berkebutuhan khusus karena tuntutan emosional yang lebih tinggi dan kebutuhan anak yang memerlukan perhatian lebih.

Fenomena *parental burnout* pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus belum banyak dibahas secara mendalam dalam konteks komunikasi,. Fenomena ini masih dipandang sebagai persoalan psikologis individual, bukan sebagai hambatan dalam membangun komunikasi sehat antara orang tua dan anak. Padahal, seperti ditegaskan oleh (Roskam dkk, 2020), *parental burnout* tidak hanya berdampak pada kesehatan mental orang tua, tetapi juga merusak kualitas interaksi sehari-hari dalam keluarga, sehingga memperlemah fungsi keluarga sebagai tempat perlindungan dan pemulihan emosi anak.

Salah satu aspek yang berperan besar dalam kemampuan regulasi emosi ini adalah tingkat pendidikan orang tua. Merujuk pada penelitian sebelumnya bahwa tingkat pendidikan formal orang tua berpengaruh signifikan terhadap kemampuan mereka dalam mengelola tekanan psikologis serta mengekspresikan emosi secara konstruktif di dalam keluarga. Studi oleh Song (2023) menegaskan bahwa pendidikan ibu memiliki peran lebih dominan dalam membentuk ekspresi emosional keluarga yang sehat. Ibu dengan tingkat pendidikan tinggi cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik tentang perkembangan anak dan mampu memproses emosi dengan reflektif serta memiliki keterampilan komunikasi yang lebih efektif. Sebaliknya, tingkat pendidikan yang rendah sering kali berkorelasi dengan kurangnya literasi emosional dan terbatasnya strategi pengasuhan yang adaptif dalam menghadapi kondisi anak berkebutuhan khusus.

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan prevalensi *parental burnout* di Indonesia yaitu selama pandemi COVID-19, tingkat *parental burnout* di kalangan orang tua mencapai 15% pada tingkat tinggi, 64% pada tingkat sedang, dan 21% pada tingkat rendah (Fazny, 2021). Sebuah studi menemukan bahwa 71% orang

tua dari anak dengan autisme melaporkan mengalami gejala burnout, hal ini menunjukkan bahwa tekanan psikologis yang mereka alami sangat signifikan (Dardas & Ahmad, 2015). Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Hastings dan Beck (2019), yang menyatakan bahwa, *parental burnout* dapat berdampak pada kesejahteraan emosional orang tua dan kualitas interaksi dengan anak, yang mengacu pada siklus komunikasi yang buruk. Penelitian oleh (Jackson. 2020) juga menunjukkan bahwa orang tua yang mengalami burnout lebih cenderung mengabaikan kebutuhan emosional anak mereka, dengan menciptakan jarak emosional yang dapat berakibat fatal bagi perkembangan anak.

Wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti dengan melakukan pendekatan internal dengan salah satu wali murid di SLB N 1 Alahan Panjang, dengan seorang informan berinisial JMW, yang mengatakan: “Pengalaman saya dalam mendidik anak berkebutuhan khusus adalah perjalanan yang penuh tantangan dan tekanan. Yang mana, saya harus cepat tanggap dalam situasi kondisi apapun, apalagi anak saya yang mengindap kelainan Tuna Grahita, setiap kalimat peringatan dan perintah yang dilontarkan kepadanya tidak ada satu pun yang masuk kepikirannya. Seringkali tetangga dan orang sekitar memberikan peringatan kepada saya atas perilakunya, di sinilah letak lelah dan tertekannya saya sebagai orang tua. Jika dia seperti itu saya harus bagaimana? Apakah saya harus mengikat dan mengurungnya sampai dia mengerti dengan keadaan?” Perkataan JMW menggambarkan bagaimana sulitnya menjadi orang tua yang harus beradaptasi dengan berbagai tantangan yang muncul dalam komunikasi dengan anak yang berkebutuhan khusus.

Hasil wawancara inipun diperkuat oleh pernyataan dari salah satu tenaga pendidik SLB N 1 Alahan Panjang, yang telah peneliti hubungi dan menyatakan bahwa, dipagi hari seringkali ada beberapa anak datang ke sekolah dengan wajah murung dan lesu, hal itu dikarenakan di rumah dalam beberapa keadaan orang tua mereka terlalu berlebihan dalam bertindak, seperti berbicara dengan suara yang keras dan melakukan kontak fisik yang berkemungkinan menyakiti anak. Kondisi ini diketahui oleh guru tersebut dengan cara melakukan pendekatan secara personal agar anak tersebut berkenan untuk berbagi cerita. Kondisi ini menimbulkan masalah dari sisi pola komunikasi, cara orang tua bertindak, dan penerimaan kondisi anak berkebutuhan khusus.

Tidak bisa dipungkiri bahwa, Orang tua adalah kunci utama dalam proses pembentukan hubungan emosional, perkembangan kognitif, serta aspek sosial anak. Hubungan yang terjalin melalui komunikasi memungkinkan anak merasakan dukungan, kasih sayang, dan perhatian dari orang tuanya, sehingga berperan penting dalam membentuk karakter anak. Komunikasi yang terbuka dan empati dari orang tua membantu memperkuat ikatan emosional, meningkatkan kepercayaan diri anak, serta mendukung perkembangan mental yang sehat.

Tuntutan menjadi orang tua ideal dalam mendidik anak bukanlah perkara mudah. Begitu banyak pasangan yang ingin menjadi tempat bersandar dan bergantung bagi buah hati mereka, tetapi sering kali terbentur dan terhambat oleh berbagai faktor seperti tekanan ekonomi, pendidikan yang rendah, serta kurangnya dukungan sosial, faktor-faktor ini sering kali menjadi penghalang bagi orang tua. Komunikasi antara orang tua dan anak sering kali menemui kendala, terutama

ketika berhadapan dengan anak-anak berkebutuhan khusus yang membutuhkan pendekatan dan pengertian yang lebih mendalam (Gable & Haidt, 2019).

Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2021, diperkirakan terdapat sekitar 2,2 juta anak yang mengalami disabilitas pada rentang usia 5-19 tahun. Peningkatan jumlah anak berkebutuhan khusus ini mengindikasikan bahwa perlu adanya penelitian dan perhatian lebih lanjut terkait komunikasi orang tua terhadap anak berkebutuhan khusus. Komunikasi yang baik antara orang tua dan anak berkebutuhan khusus memainkan peran yang sangat penting dalam mendukung perkembangan mereka. Setiap anak memiliki cara komunikasi yang berbeda, tergantung pada kondisi fisik dan mental mereka.

Salah satunya yang menarik perhatian peneliti yaitu melihat kondisi pengasuhan anak berkebutuhan khusus di Alahan Panjang yang menggambarkan kompleksitas yang unik dan penuh tantangan. Di daerah ini, orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus kerap menghadapi stigma sosial yang kuat, di mana masyarakat sekitar masih mengaitkan kondisi anak dengan mitos dan kepercayaan lama. Stigma ini bukan hanya menimbulkan tekanan sosial, tetapi juga berdampak pada relasi emosional antara orang tua dan anak, terutama dalam komunikasi yang terhambat oleh beban psikologis orang tua. Studi yang dilakukan oleh (Fitriani, 2020) menemukan bahwa beban sosial yang muncul dari lingkungan sekitar dapat memperparah tekanan emosional yang dialami orang tua dengan anak berkebutuhan khusus di daerah rural. sejalan dengan temuan (Widyastuti, 2021) yang menegaskan bahwa keluarga di daerah pedesaan lebih

rentan mengalami kelelahan emosional akibat minimnya dukungan sosial dan fasilitas intervensi dini.

Alahan Panjang terletak di Kecamatan Lembah Gumanti, Kabupaten Solok, Sumatera Barat, memiliki karakteristik geografis dan sosial yang menjadikannya kontras dengan wilayah lain, khususnya kota-kota besar di Sumatera Barat. Berdasarkan Data Badan Pusat Statistik (BPS) Kabupaten Solok, Kecamatan Lembah Gumanti memiliki jumlah penduduk sekitar 44.371 jiwa (BPS Solok, 2023), dengan mayoritas bekerja sebagai petani hortikultura dengan tingkat pendidikan yang didominasi oleh tamatan SD dan SMP. Tingkat kemiskinan di Kabupaten Solok pada tahun 2022 tercatat sebesar 7,07%, lebih tinggi dibanding Kota Padang yang hanya 4,41% (BPS Sumatera Barat, 2023). Dari sisi pendidikan inklusi, Alahan Panjang hanya memiliki 1 unit Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN 1 Alahan Panjang), sementara Padang memiliki sedikitnya 11 SLB negeri dan puluhan sekolah inklusi lainnya (Dinas Pendidikan Sumatera Barat, 2023).

Selain itu, data Profil Gender dan Anak Kabupaten Solok (DP2KBP3A, 2022) menunjukkan jumlah anak berkebutuhan khusus mencapai 325 anak, namun layanan rehabilitasi, terapi, maupun dukungan psikologis masih terpusat di kota, dengan jarak tempuh yang cukup jauh bagi masyarakat Alahan Panjang. Di sisi lain, nilai-nilai budaya masyarakat yang kental memegang norma sosial dan adat membuat permasalahan perihal anak berkebutuhan khusus seringkali dianggap sebagai hal yang memalukan, berbeda dengan masyarakat perkotaan yang lebih terbuka. Ketiadaan komunitas orang tua anak berkebutuhan khusus juga membatasi ruang berbagi pengalaman dan dukungan sosial. Berbagai kondisi

inilah yang menyebabkan orang tua di Alahan Panjang berisiko lebih tinggi mengalami *parental burnout*, karena beban pengasuhan anak berkebutuhan khusus harus ditanggung sendiri tanpa dukungan layanan dan sosial yang memadai.

Peneliti melihat pentingnya fenomena ini untuk diteliti lebih lanjut guna memahami dinamika komunikasi keluarga dalam mendukung perkembangan anak berkebutuhan khusus baik itu dari komunikasi verbal maupun non verbal. Berdasarkan sajian latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk mengangkat topik ini dalam penelitian yang berjudul **"Komunikasi Orang Tua dan Anak (Studi Fenomenologi *Parental Burnout* pada Orang Tua dengan Anak Berkebutuhan Khusus di Alahan Panjang)."** Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru mengenai pola komunikasi antara orang tua dan anak berkebutuhan khusus, serta strategi yang dapat diterapkan untuk mengatasi tantangan yang dihadapi dalam interaksi sehari-hari.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti dapat merumuskan permasalahan dari penelitian ini yaitu bagaimana komunikasi yang terjadi pada orang tua yang mengalami *Parental Burnout* dengan anak berkebutuhan khusus?

1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian rumusan masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk:

1. Menggali pengalaman komunikasi orang tua yang mengalami *parental burnout* dengan anak berkebutuhan khusus.

2. Menganalisis makna pengalaman komunikasi orang tua yang mengalami *parental burnout* dengan anak berkebutuhan khusus.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memperkaya wawasan atau khazanah ilmu pengetahuan yang memiliki kaitan dengan strategi komuniksi terhadap orang tua yang mengalami *parental burnout* pada anak berkebutuhan khusus. Sebagai landasan penelitian selanjutnya dengan topik yang sama

1.4.2. Manfaat Praktis

Setelah nanti dilaksanakan penelitian, peneliti berharap hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk menambah pemahaman dab wawasan bagi masyarakat mengenai komunikasi yang erjadi antara orang tua dengan anak berkebutuhan khusus. Serta. Serta meningkatkan rasa kepedulian dan rasa saling menghormati sesama manusia dalam kehidupan sosial

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA