

# GAMBARAN HARGA DIRI ORANG TUA YANG MEMPUNYAI ANAK RETARDASI MENTAL

**Amin Zakaria**

Poltekkes RS dr. Soepraoen

## **Abstrak**

Latar belakang, Harga diri adalah Penilaian individu terhadap hasil yang di capai, dengan cara menganalisis seberapa jauh perilaku individu tersebut sesuai dengan ideal diri. Pada orang tua yang mempunyai anak retardasi mental merupakan pengalaman yang menyedihkan karena perilaku anak retardasi mental berbeda dengan anak normal lainnya, sehingga dibutuhkan kesabaran yang lebih. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran harga diri pada orang tua yang mempunyai anak retardasi mental di SDLB. Metode jenis penelitian adalah deskriptif eksploratif dengan populasi sebagian orang tua yang punya anak retardasi mental di kelas I s/d VI di SDLB sebanyak 53 orang dengan metode sampling yaitu Quota Sampling. Variabel penelitian adalah Harga diri orang tua yang mempunyai anak Retardasi. Analisis data, Metode dan instrumen pengumpulan data adalah kuisioner dan analisa data menggunakan analisa deskriptif. Hasil penelitian, secara umum harga diri orang tua yang mempunyai anak retardasi mental dapat dijelaskan bahwa pada aspek Perilaku, Prestasi, Hubungan Antar Pribadi dan aspek Kreatifitas bahwa sebagian besar 40 responden (85,1%) mempunyai harga diri tinggi dan sebagian kecil 7 responden (14,9%) mempunyai harga diri rendah. Harga diri orang tua pada aspek kreatifitas anak sebagian besar orang tua memiliki harga diri yang rendah. Kesimpulan mengurangi sikap rendah diri, perasaan kecewa dari orang tua sehingga dapat bersikap lebih realistis dan lebih dapat menerima anaknya serta dapat merencanakan program yang lebih baik bagi anaknya. Melalui kegiatan: 1) konseling, 2) terapi keluarga untuk merubah sikap orang tua yang kurang baik terhadap penderita, 3) terapi kelompok dengan orang tua anak retardasi mental lainnya.

**Kata Kunci:** harga diri, orang tua, retardasi mental

## **Abstract**

*Background, Self-esteem is an individual assessment of the results achieved, by analyzing how far the behavior of the individual in accordance with the ideal self. Parents who have children with mental retardation is a sad experience because mentally retarded child's behavior is different from other normal children, so it takes more patience. The purpose of this study is to describe the self-esteem in parents who have children with mental retardation in SDLB. Methods of this type of research is descriptive explorative with a population of some parents who have children with mental retardation in class I s / d VI in SDLB as many as 53 people with sampling Quota sampling method. The research variables are the self-esteem of parents who have children Retardation. Data analysis, data collection methods and instruments are questionnaires and data analysis using descriptive analysis. Results of the study, in general self-esteem of parents who have children with mental retardation can be explained that in the aspect of Conduct, Performance, Personal Relationships and Creativity aspect that most of the 40 respondents (85.1%) have high self esteem and a small portion 7 respondents ( 14.9%) had low self esteem. Esteem of parents on children's creativity aspect of mostly elderly people have low self-esteem. Conclusion reducing the attitude of inferiority, a feeling of disappointment of the parents so as to be more realistic and more able to accept the child and can plan better programs for children. Through the following activities: 1) counseling, 2) family therapy to change the attitude of parents were less well to the patient, 3) group therapy with parents of children with mental retardation Other.*

**Keywords:** self-esteem, parents, mental retardation

## Pendahuluan

Harga diri adalah penilaian individu terhadap hasil yang dicapai, dengan cara menganalisis seberapa jauh perilaku individu tersebut sesuai dengan ideal diri (Sunariyo, 2002). Gangguan harga diri dapat digambarkan sebagai perasaan yang negative terhadap diri sendiri, hilang kepercayaan diri merasa gagal mencapai keinginan. Retardasi mental adalah suatu keadaan perkembangan jiwa yang terhenti atau tidak lengkap, yang terutama di tandai oleh terjadinya ketrampilan selama masa perkembangan sehingga berpengaruh pada tingkat kecerdasan secara menyeluruh, misalnya: kemampuan kognitif, motorik, bahasa, dan sosial (Veskarisyanti, 2008). Orang tua yang harga diri tinggi memandang dirinya secara positif dan ia mampu berpikir dengan penuh percaya diri, maka ia akan mendapatkan suatu keberhasilan dan akan menimbulkan kebanggaan tersendiri bagi dirinya dan akan mengangkat harga dirinya. Sebaliknya apabila orang tua mempunyai harga diri rendah, ia akan memandang dirinya secara negatif. Ia merasa tidak seimbang dan menganggap dirinya tidak mampu melakukan tugas dengan berhasil.

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan peneliti di SDLB didapatkan data jumlah siswa sebanyak 123 siswa sedangkan yang menderita retardasi mental disebanyak 53 siswa. Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada 5 orang tua yang memiliki anak retardasi mental didapatkan 3 orang tua yang mau menerima keadaan anaknya apa adanya, dan 2 orang tua yang lain mengatakan malu dengan keadaan anaknya apalagi itu anak pertamanya.

Anak dengan retardasi mental sepanjang hidupnya ia akan menghadapi lebih banyak resiko daripada orang yang normal. Karena keterbelakangan intelegensinya dapat mempengaruhi hubungannya dengan lingkungan sekitarnya. Bila di dalam keluarga terdapat anak lain yang pandai, maka ketidakmampuan untuk bersaing dapat menjadi trauma baginya. Bila orang tua tidak mengetahui bahwa anak mereka menderita retardasi mental, maka harapan atau tuntutan mengenai perilaku normal akan menyebabkan frustrasi yang dapat mengakibatkan ketegangan atau keraguan hubungan antara orang tua dengan anak. Dari kondisi tersebut berdampak pada orang tua yang misalnya suka menyendiri di dalam kamar atau pun tidak mempunyai kepercayaan diri untuk berkumpul dengan masyarakat sekitar. Sebagai orang tua yang mempunyai anak retardasi mental seharusnya mempunyai harga diri

yang sehat agar dapat mendukung anaknya dalam menghadapi kehidupan secara optimal.

Harga diri adalah penilaian individu terhadap hasil yang di capai, dengan cara menganalisis seberapa jauh perilaku individu tersebut sesuai dengan ideal diri (Sunariyo, 2002). Menurut beberapa ahli dikemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri, antara lain: 1) Pola asuh: Merupakan sikap orang tua dalam berinteraksi dengan anak-anaknya yang meliputi cara orang tua dalam memberikan aturan-aturan, hadiah maupun hukuman, cara orang tua menunjukkan otoritasnya, dan cara orang tua memberikan perhatiannya serta tanggapan terhadap anaknya. (Burn, 1998). 2) Ideal diri tidak realistis: Individu yang menuntut untuk berhasil akan merasa tidak punya hak untuk gagal dan berbuat kesalahan. Ia membuat standar yang tidak dapat dicapai, seperti cita-cita yang terlalu tinggi dan realistis. Yang pada kenyataan tidak dapat di capai membuat individu menghukum diri sendiri dan akhirnya percaya diri akan hilang. 3) Gangguan fisik dan mental: Gangguan ini dapat membuat individu dan keluarga merasa rendah diri. 4) Sistem keluarga yang tidak berfungsi: Orang tua yang mempunyai harga diri yang rendah tidak mampu membangun harga diri anak dengan baik.

Harga diri sebagai motif berperilaku, kemampuan orang tua dalam bereaksi terhadap dirinya dan lingkungan yang menghargai kemampuannya dan menerima kekurangannya yang dapat diterima anak dengan perasaan yang positif sehingga orang tua akan berperilaku sebagai berikut: a) Orang tua akan bertindak dengan cara yang meningkatkan perasaan harga diri dan kepuasannya, b) Orang tua akan bereaksi dengan cara-cara yang mengkonfirmasi citra dirinya (konsep) oleh orang lain dan dirinya, c) Orang tua akan bereaksi sedemikian rupa untuk mempertahankan citra diri yang konsisten, tanpa mempedulikan lingkungan yang berubah.

Harga diri sebagai motif prestasi adalah kemampuan orang tua dalam mengembangkan pengetahuan yang diperoleh suatu pekerjaan di mana orang tua mempunyai motivasi yang yang besar dalam menyelesaikan tugasnya. Salah satu faktor yang paling penting yang mempengaruhi prestasi adalah harga diri. Orang tua dengan kemampuan tinggi dan harga diri rendah akan berprestasi buruk dalam pekerjaannya, sementara orang tua dengan kemampuan rata-rata dan harga diri tinggi bisa berhasil dengan baik.

Harga diri sebagai motif hubungan antar pribadi adalah kemampuan orang tua dalam menjalin hubungan dengan orang lain, dimana orang tua dapat beradaptasi dengan orang lain atau lingkungan dan dapat membina hubungan sesuai dengan norma yang ada. Orang tua dengan harga diri tinggi biasanya mempunyai hubungan yang baik dengan orang lain. Orang tua dengan harga diri rendah bersikap agresif secara berlebihan atau menarik diri dalam hubungan antar pribadi sehingga tidak menyenangkan orang lain. Relasi sangat penting artinya bagi orang tua dengan harga diri rendah. Ia mencari dukungan dari orang lain yang tidak dapat dipenuhinya sendiri.

Harga diri sebagai motif kreatifitas adalah kemampuan orang tua dalam melakukan sesuatu yang unik dan menunjukkan bakat atau intelektual tertentu. Kecenderungan untuk bereaksi secara kreatif dikaitkan dengan harga diri seseorang, (Clemes, 1995).

Menurut Dariuszky (2004) yang menghambat perkembangan harga diri adalah: Perasaan takut, yaitu kekhawatiran atau ketakutan (*fear*) dan Perasaan salah adalah merasa salah dalam ketakutan, keadaan ini kemudian terlihat dalam bentuk keemasan yang merupakan unsur penghambat bagi perkembangan kepercayaan akan diri sendiri.

Tingkat harga diri dibagi menjadi 2, antara lain: Harga diri tinggi dan Harga diri rendah. Harga diri orang tua akan naik turun secara agak melonjak antara lain: Orang tua dengan harga diri tinggi akan: Bertindak mandiri, Menerima tanggung jawab, Merasa bangga akan prestasinya, Mendekati tantangan baru penuh dengan antusias, Menunjukkan sederet perasaan dan emosi yang luas, Mentoleril frustrasi dengan baik dan Merasa mampu mempengaruhi orang lain. Orang tua dengan harga diri rendah: Meremehkan bakatnya sendiri, Merasa bahwa orang lain tidak menghargainya, Merasa tidak berdaya, Mudah dipengaruhi orang lain, Menunjukkan deretan emosi dan perasaan yang sempit, Menghindari situasi yang menimbulkan kecemasan, Menjadi defensif dan mudah frustrasi dan Menyalahkan orang lain karena kelemahannya sendiri.

Rasa harga diri mempengaruhi bagai seseorang, merasa tentang dirinya, berpikir, belajar dan berkreasi mengevaluasi dirinya, berperilaku dan berhubungan dengan orang lain. Apabila ia memandang dirinya secara positif, ia mempunyai harga diri tinggi, sedangkan pandangan negative tentang dirinya di hubungkan dengan harga diri rendah. Perilaku sangat dipengaruhi oleh harga diri. Apabila citra dirinya

positif dan harga dirinya tinggi maka ia akan mampu dan berpikir penuh dengan percaya diri, dengan demikian cenderung berperilaku dengan cara berhasil yang selanjutnya semakin meningkat harga dirinya. Sebaliknya, orang dengan citra diri negative dan harga diri rendah merasa tidak seimbang, menganggap dirinya tidak mampu melakukan tugas dan dengan demikian sering kali menghambat kesempatan berperilaku secara berhasil. (Clemes-Haris, 1995).

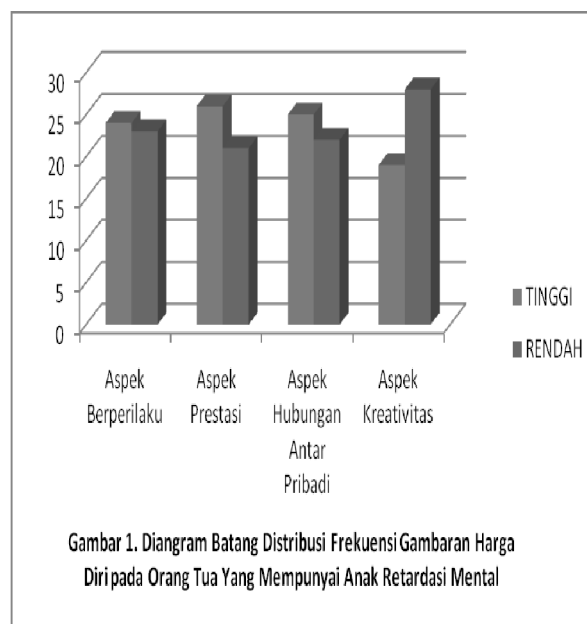
## Bahan dan Metode Penelitian

### Metode Penelitian

Jenis penelitian adalah deskriptif eksploratif dengan populasi sebagian orang tua yang punya anak retardasi mental di kelas I s/d VI di SDLB sebanyak 53 orang dengan metode sampling yaitu *Quota Sampling*. Variabel penelitian adalah Harga diri orang tua yang mempunyai anak Retardasi. Metode dan instrumen pengumpulan data adalah Kuisisioner dan analisa data menggunakan analisa deskriptif.

### Hasil

Berdasarkan gambar 1 Didapatkan gambaran umum responden penelitian adalah seluruhnya responden pada kelompok usia dewasa awal dan madya. Sebagian besar berjenis kelamin perempuan yang beragama islam, sebagian besar tingkat pendidikan responden sekolah menengah pertama ke bawah, dan pekerjaan sebaian besar pada kelompok, wiraswasta, petani dan tidak bekerja.



Berdasarkan Gambar 1. Harga diri orang tua yang mempunyai anak retardasi mental dapat dijelaskan bahwa pada aspek Perilaku, Prestasi, Hubungan Antar Pribadi lebih dari setengahnya dengan proporsi yang hampir sama responden memiliki harga diri yang tinggi. Harga diri orang tua pada aspek kreatifitas anak sebagian besar orang tua memiliki harga diri yang rendah.



Berdasarkan Gambar 2 Secara umum harga diri orang tua yang mempunyai anak retardasi mental dapat dijelaskan bahwa pada aspek Perilaku, Prestasi, Hubungan Antar Pribadi dan aspek kreatifitas bahwa sebagian besar 40 responden (85,1%) mempunyai harga diri tinggi dan sebagian kecil 7 responden (14,9%) mempunyai harga diri rendah.

## Pembahasan

Rasa harga diri mempengaruhi seseorang, memaksakan tentang dirinya, berpikir, belajar dan berkreasi mengevaluasi dirinya, berperilaku dan berhubungan dengan orang lain. Apabila ia memandang dirinya secara positif, ia mempunyai harga diri tinggi, sedangkan pandangan negatif tentang dirinya dihubungkan dengan harga diri rendah perilaku sangat dipengaruhi oleh harga diri. Apabila citra dirinya positif dan harga dirinya tinggi maka ia akan mampu dan berpikir penuh dengan percaya diri, dengan demikian cenderung berperilaku dengan cara berhasil, yang selanjutnya semakin meningkat harga dirinya. Sebaliknya, orang dengan citra diri negatif dan harga diri rendah, merasa tidak seimbang, menganggap dirinya tidak mampu melakukan tugas dan demikian sering kali menghambat kesempatan berperilaku secara berhasil (Harris-Clemes, 1995).

Berdasarkan hasil penelitian di atas didapatkan hasil gambaran umum yang meliputi 4 aspek harga

diri pada orang tua yang mempunyai anak retardasi mental di SDLB Purworejo II Pasuruan, yaitu 40 responden (85,1%) mempunyai harga diri tinggi dan 7 responden (14,9%) mempunyai harga diri rendah. Hal ini dapat dilihat dari perilaku, prestasi, hubungan antar pribadi dan kreativitas orang tua itu sendiri. Apabila orang tua memandang dirinya secara positif dan ia mampu berpikir dengan penuh percaya diri, maka ia akan mendapatkan suatu keberhasilan dan akan menimbulkan kebanggaan tersendiri bagi dirinya dan akan mengangkat harga dirinya. Sebaliknya apabila orang tua mempunyai harga diri rendah, ia akan memandang dirinya secara negatif. Ia merasa tidak seimbang dan menganggap dirinya tidak mampu melakukan tugas dengan berhasil. Hal ini dapat disebabkan oleh ketidaktahuan orang tua yang ditunjang oleh pendidikan orang tua yang rendah.

Anak dengan retardasi mental sepanjang hidupnya ia akan menghadapi lebih banyak resiko daripada orang yang normal. Karena keterbelakangan intelegensinya dapat mempengaruhi hubungannya dengan lingkungan sekitarnya. Bila di dalam keluarga terdapat anak lain yang pandai, maka ketidakmampuan untuk bersaing dapat menjadi trauma baginya. Bila orang tua tidak mengetahui bahwa anak mereka menderita retardasi mental, maka harapan atau tuntutan mengenai perilaku normal akan menyebabkan frustrasi yang dapat mengakibatkan ketegangan atau keraguan hubungan antara orang tua dengan anak. Dari kondisi tersebut berdampak pada orang tua yang misalnya suka menyendiri di dalam kamar atau pun tidak mempunyai kepercayaan diri untuk berkumpul dengan masyarakat sekitar. Sebagai orang tua yang mempunyai anak retardasi mental seharusnya mempunyai harga diri yang sehat agar dapat mendukung anaknya dalam menghadapi kehidupan secara optimal.

Pada orang tua perlu diberikan konseling, terapi keluarga untuk merubah sikap orang tua yang kurang baik terhadap penderita. Dan dapat juga di beri terapi kelompok dengan orang tua anak retardasi mental lainnya. Tujuannya untuk mengurangi sikap rendah diri, perasaan kecewa dari orang tua tersebut karena ternyata banyak orang tua lain yang mengalami nasib serupa, mempunyai anak retardasi mental. Dengan demikian orang tua dapat bersikap lebih realistis dan lebih dapat menerima anaknya serta dapat merencanakan program yang lebih baik bagi anaknya.

## Kesimpulan dan Saran

Secara umum harga diri orang tua yang mempunyai anak retardasi mental dapat dijelaskan bahwa pada aspek Perilaku, Prestasi, Hubungan Antar Pribadi dan aspek Kreatifitas bahwa sebagian besar 40 responden (85,1%) mempunyai harga diri tinggi dan sebagian kecil 7 responden (14,9%) mempunyai harga diri rendah. Harga diri orang tua pada aspek kreatifitas anak sebagian besar orang tua memiliki harga diri yang rendah.

Mengurangi sikap rendah diri, perasaan kecewa dari orang tua sehingga dapat bersikap lebih realistis dan lebih dapat menerima anaknya serta dapat merencanakan program yang lebih baik bagi anaknya. Melalui kegiatan: konseling, terapi keluarga untuk merubah sikap orang tua yang kurang baik terhadap penderita, terapi kelompok dengan orang tua anak retardasi mental lainnya.

## DAFTAR RUJUKAN

- Ancok, D. 2008. *Retardasi Mental*. Jakarta: <http://www.jevuska.com>.
- Arikunto, S. 1998. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Axwar, S. 2003. *Sikap Manusia Edisi Kedua*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Brecht, G. 2000. *Mengenal dan Mengembangkan Harga Diri*. Jakarta: Prenhallindo.
- Clemes, H, et al. 1995. *Bagaimana Meningkatkan Harga Diri*. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Effendi, N. 2005. *Pengantar Psikopedagogik Anak Berkelainan*. Jakarta: EGC.
- Gunawan. 2008. *Konsep Diri*. Jakarta: <http://www.e-psikologi.com>.
- Keliat, A.B. 1998. *Gangguan Konsep Diri*. Jakarta: EGC.
- Maramis, W.F. 1995. *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Notoatmodjo, S. 2002. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nursalam. 2003. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Riduwan. 2005. *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru, Karyawan, dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Stuart & Sundeen. 1991. *Buku Asuhan Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- \_\_\_\_\_. 1998. *Buku Asuhan Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Suliswati. 2005. *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Sunaryo. 2002. *Psikologi untuk Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Veskarisyanti. 2008. *12 Terapi Autis Paling Efektif & Hemat untuk Autisme, Hiperaktif, dan Retardasi Mental*. Yogyakarta: Pustaka Anggrek.