

Konseling Individu untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Orang Tua yang Memiliki Anak Autis

Gangsar Ali Daroni¹, Munawir Yusuf², Abdul Salim³, Gunarhadi⁴, Edy Legowo⁵

¹Magister Pendidikan Luar Biasa, Pascasarjana, Universitas Sebelas Maret, Surakarta
gangsaralidaroni@gmail.com

²Pascasarjana, Universitas Sebelas Maret Surakarta, Surakarta
munawir_uns@yahoo.co.id

³Pascasarjana, Universitas Sebelas Maret Surakarta, Surakarta
salimchoiri@fkip.uns.ac.id

⁴Pascasarjana, Universitas Sebelas Maret Surakarta, Surakarta
gunarhadi@fkip.uns.ac.id

⁵Pascasarjana, Universitas Sebelas Maret Surakarta, Surakarta
legowouns@yahoo.co.id

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana proses pelaksanaan konseling individu untuk menumbuhkan kepercayaan diri orang tua yang memiliki anak autis di SLB Autis Mitra Ananda Colomadu. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kualitatif yang mana peneliti menjelaskan dan mendeskripsikan hasil temuan. Subyek dalam penelitian ini adalah orang tua anak autis. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, dan observasi, metode analisis data yang di gunakan dalam penelitian ini adalah analisis interaktif dan keabsahan data menggunakan metode triangulasi data. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa konseling individu menggunakan teknik REBT dapat membuat orang tua sadar bahwa anaknya membutuhkan dukungan dari orang tuanya. Karena salah satu keberhasilan terapi untuk anak autis adalah dukungan dari orang tuanya. Dengan teknik logotherapy klien mulai memberikan nilai pada keadaan yang dia punya serta klien sadar akan karunia Tuhan yang diberikan kepadanya, dan dengan teknik humanistik, klien mulai mampu menerima kondisi anaknya. Hal tersebut membuat klien memiliki kepercayaan diri sebagai orang tua yang memiliki anak autis.

Keywords: konseling individu, percaya diri, orang tua autis

Abstract

The purpose of this study is to know how the process of individual counseling implementation to foster self-confidence of parents who have children with autism in SLB Autis Mitra Ananda Colomadu. This type of research is descriptive qualitative in which the researcher describes and describes the findings. Subjects in this study were parents of children with autism. Data collection techniques using interviews, and observation, data analysis methods used in this study is interactive analysis and data validity using data triangulation method. The results of this study indicate that individual counseling using REBT techniques can make parents aware that their children need support from their parents. Because one of the successes of therapy for children with autism is support from their parents. With the logotherapy technique the client begins to give value to the circumstances that he has as well as the client is conscious of God's gift given to him, and by humanistic techniques, the client begins to be able to accept his child's condition. This makes the client has confidence as parents who have children with autism.

Keywords: individual counseling, confident, autism parents

PENDAHULUAN

Autis adalah kelainan perkembangan saraf kompleks yang ditandai dengan adanya masalah dalam interaksi sosial, komunikasi, minat terbatas, dan perilaku stereotip berulang (Siniscalco, Cirillo, Bradstreet & Antonucci, 2013: 4261). Biasanya anak autis kurang minat untuk melakukan kontak sosial dan tidak adanya kontak mata. Selain itu, anak-anak autis memiliki kesulitan dalam berkomunikasi dan terlambat dalam perkembangan bicaranya. Ciri lainya nampak pada perilaku yang stereotype seperti mengepakkan tangan secara berulang-ulang, mondar-mandir tidak bertujuan, menyusun benda berderet dan terpukau terhadap benda yang berputar dan masih banyak lagi ciri autis yang tak dapat disebutkan di sini karena setiap anak memiliki karakteristik yang berbeda-beda (Yuwono, 2012:15). Belum ada yang mengetahui penyebab pasti dari autis, namun kesadaran meningkat dalam diagnosis/intervensi dini dan akses terhadap layanan/dukungan yang tepat, menyebabkan peningkatan hasil secara signifikan (Younis, Almakani, Alkhaldeh, & Homidi, 2016: 34).

Gangguan autis yang terjadi pada anak, menyebabkan berbagai masalah yang berdampak tidak hanya pada individu anak. Namun, hal tersebut juga berdampak pada orang tua yang memiliki anak autis.

Orang tua merupakan seseorang yang mendampingi dan membimbing anak dalam beberapa tahap pertumbuhan, yaitu mulai dari merawat, melindungi, mendidik, mengarahkan dalam kehidupan baru anak dalam setiap tahapan perkembangannya untuk masa berikutnya (Rakhmawati, 2015: 4). Orang tua yang memiliki anak autis menginginkan anaknya agar tumbuh dan berkembang dengan normal seperti halnya anak reguler lainnya, akan tetapi apa yang mereka harapkan tidak sesuai dengan kenyataan. Orangtua langsung merasa stress saat mendengar anaknya telah diagnosis autis (Saraswati dalam Purnomo, 2015: 6). Tidak mudah bagi orang tua manapun untuk dapat menerima apa yang sebenarnya terjadi. Kadang kala terselip perasaan malu pada diri orang tua untuk mengakui bahwa hal tersebut dapat terjadi didalam keluarga mereka.

Dalam penanganan anak autis, pelayanan terapi dan pendidikan telah dikembangkan di Indonesia. Salah satunya adalah di SLB Autis Mitra Ananda Colomadu. Keberhasilan dalam proses pendidikan dan terapi sangat dipengaruhi oleh dukungan dan partisipasi dari orang tua. Karena waktu keluarga untuk membimbing lebih banyak dibandingkan di tempat terapi. Keluarga (khususnya orang tua) lebih tahu apa yang dibutuhkan dan apa yang harus dilakukan, karena dalam lingkungan keluarga anak-

anak autis dapat tumbuh dan kembang secara alami dengan suasana kekeluargaan (Farida, 2015: 65). Oleh karena itu, orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam proses terapi. Peran serta orang tua dalam pendidikan dan terapi autis sangat beragam yakni dari mulai mengantar ke sekolah dan menjemputnya, melakukan pendampingan secara intensif kepada anak, memantau perkembangan anak kepada terapis, dan mencari informasi-informasi baru untuk menambah wawasan sehingga dapat melakukan terapi sendiri saat berada di rumah.

Namun, tidak sedikit pula orang tua yang tidak mempunyai kepercayaan diri karena memiliki anak autis. Banyak orang tua yang menutupi keberadaan anaknya dari masyarakat, teman, kerabat, dan bahkan dari keluarga dekat. Menurut Goleman (dalam Rahayu, 2013:62), kepercayaan diri adalah kesadaran yang kuat tentang harga dan kemampuan diri sendiri. Kepercayaan diri dalam keluarga dapat ditimbulkan dengan cara orang tua menghargai anak dengan segala bentuk keunikannya dan berusaha mendukung anak untuk mendapat berbagai kesempatan yang bisa meningkatkan harga dirinya (Triningtyas, 2013).

Dengan adanya masalah tersebut, SLB Autis Mitra Ananda Colomadu mengadakan konseling individu bagi para orang tua yang

ingin menyelesaikan masalah yang mereka alami khususnya dalam hal kepercayaan diri. Konseling individu adalah layanan konseling yang memungkinkan individu mendapatkan layanan langsung tatap muka (secara perorangan) untuk mengentaskan permasalahan pribadi yang dihadapi dan perkembangan dirinya (Astuti, 2015: 12). Ada beberapa teknik dalam penerapan konseling individu, antara lain: Rasional Emotif Behavior Therapy, Logotherapy, dan Humanisme (Maynawati & Hidayati, 2017).

Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana cara menumbuhkan kepercayaan diri bagi orang tua yang memiliki anak autis melalui konseling individu di SLB Autis Mitra Ananda Colomadu. Sehingga peneliti mengangkat judul penelitian “Konseling Individu Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Orang Tua Yang Memiliki Anak Autis”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini berlokasi di SLB Autis Mitra Ananda Colomadu. Pelaksanaan penelitian dilakukan pada bulan November-Desember 2017. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Menurut Sutopo (2002:110) penelitian deskriptif menunjukkan bahwa penelitian mengarah kepada pendeskripsian

secara rinci dan mendalam mengenai kondisi apa yang sebenarnya terjadi menurut apa yang ada di lapangan. Dalam penelitian ini peneliti berusaha untuk mendapatkan informasi selengkap mungkin dengan wawancara, mengamati peristiwa kemudian menggambarkan hasil pengamatan tersebut sebagaimana adanya. Narasumber dalam penelitian ini adalah:

1. Kepala sekolah SLB Autisme Mitra Anandha Colomadu
2. Konselor SLB Autisme Mitra Anandha Colomadu
3. Klien (Orang tua anak autis)
4. Pengasuh anak autis

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi. Ketiga teknik tersebut digunakan untuk mendapatkan data proses pelaksanaan konseling individu dalam upaya menumbuhkan kepercayaan diri orang tua yang memiliki anak autis di SLB Autis Mitra Ananda Colomadu.

Teknik analisis yang peneliti gunakan adalah model analisis mengalir atau saling terjalin. Teknik analisis interaktif mengalir atau saling terjalin adalah pengumpulan data, pengolahan data, dan penarikan kesimpulan sebagai proses siklus. Langkah-langkah yang dilakukan dalam analisis data antara lain: reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian

Pelaksanaan konseling individu di SLB (Sekolah Luar Biasa) Mitra Ananda dilakukan untuk menumbuhkan kepercayaan diri orang tua yang memiliki anak autis. Berdasarkan metode penelitian deskriptif kualitatif, peneliti bermaksud mendeskripsikan proses layanan konseling individu dengan teknik REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy, Logotherapy* dan *Humanistik*) untuk menumbuhkan kepercayaan diri orang tua yang memiliki anak autis berdasarkan dari hasil observasi dan wawancara dengan kepala sekolah, konselor, orang tua dari anak autis tentang proses konseling yang telah dilakukan. Dalam pelaksanaan layanan konseling tersebut, tahapan layanan konseling dilaksanakan melalui beberapa tahap, yaitu tahap pembukaan, tahap transisi atau peralihan, tahap kegiatan, dan tahap akhir atau tahap evaluasi dan penyimpulan.

Layanan konseling pertama, tahap pembukaan diisi dengan perkenalan antara konselor dengan klien, pengakraban, menjalin kepercayaan dan kedekatan antara konselor dengan konseli agar terjadinya proses konseling yang berjalan lancar. Tahap transisi adalah tahap dimana konselor mempersiapkan masing-masing konseli agar siap masuk di tahap selanjutnya, yaitu dengan

menyampaikan asas-asas konseling dilanjutkan dengan menanyakan kesiapan dari klien.

Tahap kegiatan di isi dengan identifikasi masalah yang dialami oleh klien dan kemudian penyelesaian masalah menggunakan teknik REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*), Logotherapy dan Humanistik. Tahap akhir di isi dengan evaluasi dan penyimpulan, serta kesepakatan untuk pelaksanaan layanan konseling selanjutnya. Untuk proses layanan konseling ke-2 sampai ke-4, pada tahap permulaan tidak lagi diawali dengan perkenalan namun hanya dimulai dengan obrolan singkat oleh konselor guna mencairkan suasana dan kembali review tentang layanan konseling sebelumnya. Sedangkan tahap kegiatan tetap dengan identifikasi masalah, keyakinan yang memicu adanya permasalahan, keyakinan lain untuk mendebat keyakinan tersebut, serta mencari solusi atau pemikiran baru yang mampu menyelesaikan permasalahan tersebut.

Berikut deskripsi proses pelaksanaan konseling individu dengan teknik REBT, logotherapy dan humanistik adalah sebagai berikut:

a. Tahap pembukaan

Tahap pertama, Bapak Joko selaku konselor membuka jalannya proses konseling dengan mengucap salam, kemudian menanyakan kabar dari klien untuk

mencairkan suasana. Kemudian konselor meminta agar klien duduk di posisi yang nyaman agar dalam proses layanan konseling dapat berjalan dengan nyaman. Setelah itu konselor menyampaikan sedikit tentang makna dari doa dan mengajak klien untuk berdoa bersama terlebih dahulu dan dilanjutkan dengan memperkenalkan diri dengan adanya perkenalan ini berfungsi agar klien dapat menyesuaikan diri dengan situasi yang ada dalam ruang konseling, dan mengurangi rasa tegang pada diri klien. Disini konselor mulai membangun keakraban dan kesepahaman yang menjadi landasan dalam penyelesaian masalah yang dipaparkan nanti.

Hal-hal berikut dilakukan dengan harapan agar terjalin hubungan interpersonal yang lebih erat antara konselor dengan konseli. Kemudian konselor memberikan pengarahan tentang layanan konseling yang akan dilaksanakan selama beberapa kali pertemuan untuk membahas permasalahan yang berkaitan dengan penumbuhan kepercayaan diri orang tua yang memiliki anak autis. Disini dijelaskan bahwa konseling individu adalah suatu layanan dimana seorang konselor membantu konseli untuk menyelesaikan masalahnya secara individu dalam konseling tersebut.

Setelah itu dilanjutkan dengan konselor menjelaskan mengenai teknik yang akan dipakai dalam

konseling individu tersebut, yaitu konseling individu dengan teknik REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*), logotherapy dan humanistik dijelaskan pula dengan singkat bahwa dalam teknik REBT tersebut akan merubah pikiran-pikiran yang irasional menjadi pikiran yang rasional dan dengan logotherapy akan menemukan makna dalam hidup, dengan humanistik akan memahami kemampuan diri sendiri.

b. Tahap transisi atau peralihan

Dalam tahap peralihan ini, konselor menjelaskan tentang adanya peraturan-peraturan dalam proses konseling nanti, yang disebut sebagai kode etik konseling yang menjadi pedoman dalam pelaksanaan layanan konseling individu.

Selanjutnya konselor menjelaskan tentang kode etik konseling tersebut, yang mana disini konselor hanya menekankan tentang beberapa asas konseling, yaitu asas kerahasiaan, keterbukaan, dan kesukarelaan.

1) Asas kerahasiaan

Konselor menjelaskan bahwa dalam proses konseling ini rahasia klien akan terjaga dengan aman, dan menjamin setiap hal yang disampaikan tidak akan tersebar secara meluas tanpa persetujuan dari pihak yang bersangkutan.

2) Asas keterbukaan

Konselor menjelaskan kepada klien bahwa permasalahan yang dialami harus disampaikan secara detail dan jangan sampai ada yang ditutup-tutupi, sehingga solusi yang di dapatkan nanti dapat benar-benar solutif dan tepat sesuai yang diinginkan.

3) Asas kesukarelaan

Konselor menjelaskan bahwa jangan sampai ada paksaan dalam penyampaian masalah saat proses layanan konseling nanti, klien harus menyampaikan secara sukarela tanpa ada paksaan.

Setelah konselor menjelaskan tentang beberapa asas dalam konseling lalu konselor menanyakan kesiapan klien dalam memulai proses konseling, apabila klien merasa masih ragu untuk memulai maka konselor akan menjelaskan kembali tentang tujuan konseling individu, namun apabila klien sudah terlihat yakin maka konselor melanjutkan proses konseling dengan menjelaskan tentang permasalahan yang dapat diselesaikan melalui layanan konseling individu. Setelah itu konselor menjelaskan bahwa layanan konseling mampu menyelesaikan masalah, menumbuhkan kepercayaan diri serta membuang fikiran negative menjadi positif sehingga klien mampu memecahkan masalah yang dialaminya.

c. Tahap kegiatan

Pada tahap ini klien mulai menceritakan tentang masalah yang di hadapinya kepada konselor. Permasalahan yang dialami oleh orang tua anak autis yakni mengenai kepercayaan diri bahwa anaknya autis.

Dari tiap-tiap masalah yang disampaikan oleh orang tua anak autis dapat di simpulkan sesuai permasalahan yang diungkapkan bahwa adanya rasa kurang percaya diri tentang kondisi anaknya. Permasalahan tersebut dapat di deskripsikan sebagai berikut:

1) Klien 1

- a) Memiliki anak yang hiperaktif, suka jail dengan orang lain seperti mencubit, memukul lalu berteriak.
- b) Suka main air dimanapun ada air dia lari dan ingin berendam di air tersebut.
- c) Suka berteriak sekencang mungkin ketika mendengar kebisingan.
- d) Suka mengajak jalan-jalan dan menunjuk-nunjuk tulisan yang dia lihat lalu minta dibacakan.
- e) Anaknya suka mengepak-gepak tangan secara keras.
- f) Merasa aneh ketika orang-orang melihat dia dengan anaknya memperhatikan dari atas sampai bawah.

2) Klien 2

- a) Mempunyai anak yang hiperaktif, suka loncat-loncat sendiri dan kemudian lari
- b) Merasa aneh karena anaknya suka membeo dalam bahasa autis disebut dengan ekolalia.
- c) Di tempat umum anaknya sering berlari, menyukai suasana luar karena lebih sering berada di dalam rumah.
- d) Anaknya sering marah dan kemudian memukul apabila keinginannya tidak di berikan.

3) Klien 3

- a) Merasa anaknya beda dengan anak pada umumnya. Karena anaknya suka pleping atau bermain tangan.
- b) Di tempat umum suka berlari walaupun tidak jauh.
- c) Suka marah dan membenturkan kepala ke tembok kalau keinginannya tidak diberikan.
- d) Suka membuang-buang makanan dan suka memberantakan makanan apabila sedang makan di luar rumah. Sehingga pelayan atau pengunjung rumah makan memperhatikan anak Ibu Ima. Ibu Ima merasa tidak nyaman dengan kondisi seperti ini

Dalam proses konseling individu, berdasarkan permasalahan yang dipaparkan oleh klien, konselor menyimpulkan bahwa orang tua merasa kurang percaya diri dalam mengasuh anak autis yang dipicu atau disebabkan oleh karakteristik anak mereka masing-masing. Dalam

tahap kegiatan yang didalamnya membahas masalah-masalah yang dihadapi oleh klien ketika masalah sudah di ketahui maka langkah selanjutnya konselor mengarahkan untuk mulai menyusun rencana-rencana tindakan dalam menyikapi permasalahan tersebut.

Dalam proses layanan konseling individu, sesuai dengan teknik yang dipakai yaitu REBT, *logotherapy* dan *humanistic*. Dengan REBT konselor berusaha mengubah pikiran-pikiran yang irasional menjadi pikiran-pikiran yang rasional, dengan *logotherapy* konselor berusaha membantu klien untuk menemukan makna dalam hidupnya, dan dengan *humanistik* konselor membantu klien agar memahami kemampuan pada diri klien sendiri.

Konselor berusaha meyakinkan klien bahwa gangguan pada dirinya bukan disebabkan oleh peristiwa yang menyebabkan permasalahannya, tetapi disebabkan oleh pikiran atau keyakinan tentang peristiwa tersebut, peristiwa inilah yang disebut dengan pikiran irasional yang nantinya akan diubah menjadi pikiran-pikiran yang rasional menggunakan teknik REBT. Selanjutnya konselor meyakinkan kepada klien bahwa dia akan terus bermasalah karena terus memelihara pikiran-pikiran irasional tersebut, cara mengatasinya adalah dengan keluar dari pikiran irasional tersebut

dan menggantikannya dengan pikiran yang rasional.

Kemudian dengan teknik *logotherapy* konselor juga berusaha mengarahkan klien agar menemukan makna dalam hidupnya di berbagai keadaan. Keadaan menyenangkan maupun keadaan tidak menyenangkan melalui penderitaan ataupun keadaan yang bahagia. Manusia memiliki penghayatan masing-masing kepada setiap kejadian dan permasalahan yang kerap muncul di kehidupan sekalipun menyedihkan maupun kematiannya. Lalu konselor juga membingbing klien agar mempunyai penghargaan yang positif terhadap diri dan kemampuannya sendiri. Untuk menumbuhkan penghargaan yang positif pada diri klien maka konselor menggunakan teknik *humanistik*.

Selanjutnya konselor menyimpulkan pikiran-pikiran irasional yang dialami oleh orang tua dalam mengasuh anak autis berdasarkan permasalahan yang dipaparkan oleh masing-masing klien yang menyebabkan adanya rasa kurang percaya diri, merasa aneh dengan kondisi sang anak saat mengasuh anak autis. Pikiran irasional inilah yang kemudian diarahkan oleh konselor agar menjadi pikiran yang rasional. Konselor juga mengarahkan klien agar menemukan makna dalam hidupnya serta menumbuhkan penghargaan yang positif terhadap dirinya.

Pikiran-pikiran yang irasional diubah menjadi pikiran yang rasional, sedangkan pikiran rasional tersebut diperoleh dari hasil diskusi saat proses konseling individu. Pada proses konseling konselor juga menjelaskan kepada klien tentang makna hidup dan konselor juga menjelaskan bahwa apa yang klien punya adalah karunia dari Tuhan kepada dirinya. Hasil diskusi dapat dirangkum sebagai berikut:

1. Orang tua harus lebih memahami bahwa bagaimanapun keadaan anak, anak adalah karunia dari Tuhan.
2. Orang tua harus sabar dalam mengasuh dan mendidik anaknya.
3. Orang tua harus membuang jauh-jauh rasa tidak percaya diri dengan kondisi sang anak, karena anak sangat membutuhkan asuhan dari orang tua.
4. Orang tua harus memahami bahwa perhatian orang tua secara langsung akan membawa perkembangan baik bagi anak autis.
5. Orang tua harus banyak mencari informasi dengan guru, terapis, dokter, ataupun masyarakat tentang autis.
6. Orang tua harus mengenalkan anaknya tentang dunia luar agar anaknya mengerti dunia luar.
7. Orang tua harus memahami bahwa anak membutuhkan quality time bersama orang tua agar kedekatan anak dengan orang tua dapat terbangun.

Hasil diskusi tersebut menjadi dasar bagi konselor untuk meyakinkan kepada orang tua agar

menerima keadaan anaknya karena keadaan tersebut adalah karunia dan titipan dari Tuhan. Orang tua harus mengenali kondisi dan karakteristik sang anak dan peran orang tua sangat dibutuhkan dalam perkembangan anak autis.

d. Tahap pengakhiran

Tahap terakhir adalah tahap dimana konselor akan mengakhiri sesi konseling. Konselor memberi gambaran kepada orang tua bahwa anak autis adalah anak berkebutuhan khusus yang memang berbeda dengan anak normal pada umumnya, sehingga anak autis membutuhkan kesabaran dan penanganan khusus. Selain itu konselor juga menyampaikan bahwa orang tua harus memahami karakteristik anaknya secara mendalam maka orang tua akan bisa menerima kondisinya sang anak. Ketika orang tua sudah bisa menerima keadaan anaknya maka percaya diri orang tua akan muncul.

Selanjutnya konselor menanyakan kepada konseli apakah konseling individu ini sudah mampu menumbuhkan rasa percaya diri dan konselor juga menanyakan kepada klien apakah klien sudah merasa lega dengan permasalahan yang dihadapinya. Disini masing-masing klien mengatakan bahwa mereka sudah merasa percaya diri dan menerima keadaan anaknya bahwa anak adalah titipan dari Tuhan serta orang tua sudah merasa lega dan terbantu dengan adanya layanan

konseling tersebut. Untuk mengakhiri layanan konseling maka konselor mengajak klien untuk berdoa bersama serta mengajak klien untuk berjabat tangan.

Pembahasan

Orang tua yang memiliki anak autis menginginkan bahwa anaknya tumbuh dan berkembang dengan normal seperti halnya anak normal lainnya, akan tetapi apa yang mereka harapkan tidak sesuai dengan kenyataan. Hal ini menjadikan orang tua tidak percaya diri dengan kenyataan yang mereka alami. Orang tua juga lebih mempercayakan anaknya kepada pengasuh sehingga tidak adanya kedekatan antara orang tua dengan anak.

Sedangkan peran serta orang tua adalah faktor mutlak kemajuan perkembangan anak Sesuai dengan yang di sampaikan oleh Danuatmaja (2004:9-10), bahwa banyak hal yang bisa dan harus dilakukan orang tua anak autis idealnya orang tua harus membina komunikasi dengan dokter, hal ini dikarenakan kerjasama orang tua dengan dokter, keterbukaan kondisi anak, dan kesediaan mengikuti aneka pengobatan atau treatment yang disarankan akan mempengaruhi kemajuan anaknya yang merupakan syarat mutlak. Orang tua juga harus memperkaya pengetahuannya mengenai autis, terutama pengetahuan mengenai terapi yang tepat dan sesuai dengan anak. Hal ini sangat penting karena fasilitas terapi di Indonesia masih

sangat terbatas dan ahlinyapun masih langka.

Selain itu, orang tua juga perlu menguasai terapi karena orang tua selalu bersama anak, sedangkan pengajar atau terapis hanya sesaat dan saling bergantian. Berdasarkan pengalaman beberapa ahli di Jakarta, orang tua yang ikut melaksanakan terapi secara intensif terhadap anaknya, akan memperoleh hasil memuaskan, anak menunjukkan kemajuan yang sangat pesat. Dengan adanya hal tersebut maka sekolahan mengadakan konseling bagi para orang tua yang ingin menyelesaikan masalah yang mereka alami.

Dalam layanan konseling ini konselor menggunakan teknik REBT agar membuang pikiran yang irasional dan diganti dengan pikiran yang rasional. Disini konselor berusaha meyakinkan klien bahwa gangguan pada dirinya disebabkan oleh pikiran atau keyakinan tentang peristiwa tersebut dan peristiwa inilah yang disebut pikiran-pikiran yang irasional yang nantinya akan dirubah menjadi pikiran yang rasional. Konselor memberikan pengertian kepada klien bahwa dia akan terus bermasalah jika tetap memelihara pikiran-pikiran irasionalnya tersebut seperti kurang menerima keadaan bahwa anaknya autis, maka cara mengatasinya adalah dengan keluar dari pikiran irasionalnya tersebut.

Keadaan awal masing-masing subyek dimana mereka belum

mendapatkan konseling individu dengan teknik REBT yakni belum bisa menerima keadaan anaknya dengan keterbatasan yang dimiliki anak autis. Maka setelah menerima konseling individu dengan teknik REBT, orang tua sadar bahwa anaknya membutuhkan dukungan dari orang tuanya, karena salah satu keberhasilan terapi untuk anak autis adalah dukungan dari orang tuanya. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian dari Handika, Putri, & Suarni (2014) yang membuktikan bahwa teknik konseling REBT dapat meningkatkan kepercayaan diri dari siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah di SMP UNDIKSHA.

Konselor juga menggunakan teknik logoterapy dalam proses konselingnya. Konselor mengatakan bahwa ia juga menggunakan logoterapy karena untuk menemukan makna dalam hidup klien. Dengan logotherapy konselor mengarahkan kepada klien agar menemukan makna dalam hidupnya diberbagai keadaan yang di alami oleh klien, keadaan senang maupun yang tidak menyenangkan. Berkaitan dengan masalah yang dialami oleh klien tentang ketidak percayaan diri bahwa ia memiliki anak autis maka konselor memberikan pengertian bahwa segala sesuatu keadaan yang dialami oleh klien baik masalah maupun penderitaan yang di alaminya mempunyai nilai tersendiri. Maka konselor membantu

klien agar memberikan nilai pada keadaan yang dia miliki. Setelah melakukan konseling individu dengan logotherapy maka sedikit demi sedikit orang tua mampu memberikan nilai pada keadaan yang dia punya.

Konselor juga menyatakan bahwa ia juga menggunakan teknik humanistik dalam proses konseling. Dengan teknik ini, konselor memberikan arahan serta dorongan kepada masing-masing klien nya agar memberikan penghargaan yang positif terhadap apa yang dia alami. Seperti halnya yang dialami oleh klien tentang kurangnya percaya diri karena memiliki anak autis, maka konselor memberikan pengertian bahwa apa yang klien miliki itu adalah sudah kehendak dari Tuhan kepada dirinya. Sebelum klien melakukan konseling individu dengan teknik humanistik, klien belum mampu menerima kenyataan hidup yang ia miliki. Dengan adanya teknik humanistik dalam konseling individu maka klien sadar akan karunia Tuhan yang diberikan kepadanya. Dan klien mulai mampu menerima kondisi anaknya.

Sebagai orang tua anak autis, haruslah memahami secara mendalam tentang apa itu anak autis beserta karakteristik yang mereka miliki, pemahaman orang tua terhadap anak autis, dapat diketahui berdasarkan hasil wawancara bahwa secara garis besar orang tua sudah memahami pengertian anak autis

beserta karakteristiknya. Berdasarkan teori dan hasil wawancara, diketahui bahwa orang tua sudah memahami secara mendalam tentang karakteristik anak autis. Dengan begitu orang tua dapat menerima kondisi anaknya. Dari situlah kepercayaan diri akan terbangun karena adanya pikiran yang rasional dan pikiran yang positif dengan menerima keadaan anaknya. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian dari Utari (2011) bahwa konseling individu dapat mengubah fikiran irasional menjadi rasional dan menerima keadaan pada anak dengan obesitas di SMA Negeri Singingi sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri dari anak tersebut.

Berdasarkan wawancara dengan konselor maka upaya-upaya Pendukung Konseling Individu Untuk Menumbuhkan Kepercayaan Diri Orang Tua Yang Memiliki Anak Autis:

a. Kegiatan POSMA

Kegiatan yang diadakan untuk mengumpulkan orang tua guna mempererat tali silaturahmi serta berbagi informasi mengenai autis. Dalam kegiatan posma juga di adakan konsultasi dengan dokter/ahli yang didatangkan untuk orang tua anak autis.

b. Sarana dan prasarana yang memadai

Sarana dan prasarana yang ada di SLB Autis Mitra Anandha cukup memadai dan cukup nyaman, di

mana ada ruangan khusus yang privasi untuk melakukan kegiatan konseling individu, di mana ruangnya di lengkapi dengan kursi, meja dan AC yang membuat klien akan merasa nyaman.

c. Ahli/Konselor yang berpengalaman

Untuk menunjang keberhasilan layanan pendidikan dan terapi serta memberdayakan orang tua dari siswa didik SLB Autis Mitra Anandha juga memberikan layanan konsultasi oleh ahli/konselor dimana orang tua akan merasa nyaman dan dapat mengeluarkan keluh kesah yang mereka rasakan serta akan mendapatkan dorongan dan motivasi yang tepat, hal ini di karenakan pelayanan konseling individu di pegang atau di berikan pada ahli/konselor yang memang sudah berpengalaman dan sudah bekerja dalam bidang tersebut.

d. Klien yang mudah di ajak kerjasama

Salah satu faktor pendukung dalam pelaksanaan konseling individu yakni klien yang mudah untuk diajak untuk bekerjasama karena klien yang mudah untuk bekerjasama dalam pelaksanaan proses konseling maka akan mempermudah konselor dalam membimbing klien untuk menyelesaikan masalahnya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Konseling Individu yang dilakukan Di SLB Autis Mitra Anandha diberikan oleh ahli/konselor kepada orang tua yang memiliki anak autis yang dilakukan secara bertatap muka atau secara langsung yang bertujuan untuk menumbuhkan kepercayaan diri orang tua yang memiliki anak autis.
2. Ketiga subyek mampu untuk menerima anaknya bahwa anaknya autis yang dibantu dengan adanya layanan konseling individu. Dalam proses layanan konselor menggunakan teknik REBT (Rational emotive behavior therapy), logotherapy dan humanistik. Dalam layanan konseling menggunakan teknik REBT bertujuan agar membuang pikiran yang irasional dan diganti dengan pikiran yang rasional. Dengan logotherapy konselor mengarahkan kepada klien agar menemukan makna dalam hidupnya diberbagai keadaan yang di alami oleh klien, keadaan senang maupun yang tidak menyenangkan. Dengan teknik humanistik konselor memberikan arahan serta dorongan kepada masing-masing klien nya agar

memberikan penghargaan yang positif terhadap apa yang dia alami.

3. Hasil dari konseling individu menggunakan teknik REBT orang tua sadar bahwa anaknya membutuhkan dukungan dari orang tuanya, karena salah satu keberhasilan terapi untuk anak autis adalah dukungan dari orang tuanya, dengan Logotherapy klien mulai memberikan nilai pada keadaan yang dia punya serta klien sadar akan karunia Tuhan yang diberikan kepadanya, dan dengan humanistik, klien mulai mampu menerima kondisi anaknya. Hal tersebut dapat menumbuhkan kepercayaan diri orang tua yang memiliki anak autis.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, D. B. (2015). *Layanan Konseling Individu untuk Meningkatkan Pemahaman Konsep Diri Dalam Mengarahkan Karir Siswa MAN LAB UIN Yogyakarta* (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta).
- Danuatmaja, B. (2004). *Terapi Anak Autis Dirumah (Jilid II)*. Jakarta: Puspa Swara.
- Farida. (2015). *Bimbingan Keluarga Dalam Membantu Anak Autis (Kehebatan Motif Keibuan)*. *KONSELING RELIGI: Jurnal*

- Bimbingan Konseling Islam*, 6(1), 63-88.
- Handika, I.W., Putri, & Suarni, N.K. (2014). Penerapan Konseling Rasional Emotif Dengan Formula ABC Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Kelas VIII 2 SMP Laboratorium UNDIKSHA 2013/2014. *e-journal Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling*, 2(1).
- Maynawati, A.F.R., & Hidayati, A. (2017). Penyelenggaraan layanan konseling perorangan dengan pendekatan konseling rasional emotif behavior. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(2), 110-116.
- Purnomo, P.M. (2015). *Penerimaan Orang Tua Terhadap Anak Penderita Autis Di Surakarta* (Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Rahayu, A.Y. (2013). *Menumbuhkan Kepercayaan Diri Melalui Kegiatan Bercerita*. Jakarta: PT Indeks.
- Rakhmawati, I. (2015). Peran Keluarga Dalam Pengasuhan Anak. *KONSELING RELIGI: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 6(1), 1-18.
- Siniscalco, D., Cirillo, A., Bradstreet, J.J & Antonucci, N. (2013). Epigenetic Findings in Autism: New Perspectives for Therapy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 10, 4261-4273.
- Sutopo, H.B. (2002). *Metodologi Penelitian*. Surakarta: UNS Press.
- Triningtyas, D.A. (2013). Studi Kasus Tentang Rasa Percaya Diri, Faktor Penyebabnya Dan Upaya Memperbaiki Dengan Menggunakan Konseling Individual. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 3(1).
- Utari, P.A. (2011). *Pengaruh Layanan Konseling Individu Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Obesitas Di Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Singingi* (Skripsi, Universitas Islam negeri Sultan Syarif Kasim).
- Younis, N.A., Almakani, H.A., Alkhaldeh, M.F., & Homidi, M.A. (2016). The Extent of Parents' of Autism Children Knowledge of Behavior Modification as Perceived by Them. *European Journal of Business and Social Sciences*, 5(1), 33-39.
- Yuwono, J. (2012). *Memahami Anak Autis (Kajian Teori dan Empirik)*. Bandung: Alfabeta.