

Pengalaman Komunikasi Ibu dengan Anak *Down Syndrome* Berprestasi di Masa Pandemi Covid-19

Shofura Nur Adilah¹, Purwanti Hadisiwi², Ditha Prasanti³

^{1,2,3} Universitas Padjadjaran

Email: ditha.prasanti@unpad.ac.id

Diterima : 26 Desember 2021

Disetujui : 03 Februari 2022

Diterbitkan: 28 Februari 2022

Abstrak

Pandemi Covid-19 merupakan situasi dan kondisi baru di mana banyak sekali membawa perubahan, ibu dengan anak down syndrome tentu juga merasakan pengalaman mereka tersendiri selama pandemi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui makna anak down syndrome dalam kehidupan ibu, dan cara ibu dengan anak down syndrome mengelola kegiatan dan aktivitas yang dihadapi selama Covid-19. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif pendekatan fenomenologi. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara mendalam dan dokumentasi dengan jumlah lima informan. Hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa: 1) Makna anak down syndrome bagi ibu dibentuk dari pengalaman para ibu yang memiliki anak down syndrome, yaitu sebagai sebuah pengalaman perjalanan spiritual, sumber pembelajaran, dan sebagai penyempurna kehidupan, 2) Terdapat berbagai upaya ibu dengan anak down syndrome mengelola kegiatan dan aktivitas selama Covid-19, di antaranya mengelola kegiatan sekolah anak, mengelola kegiatan & aktivitas anak, dan mengelola perilaku, kemandirian, & tanggung jawab anak selama di rumah.

Kata Kunci: Down syndrome, Pandemi Covid-19, pengalaman komunikasi.

Abstract

The Covid-19 pandemic is a new situation and condition which brings a lot of changes, mothers with Down syndrome children certainly also feel their own experiences during this pandemic. The purpose of this study was to find out the meaning of a child with Down syndrome in the mother's life, and how mothers with Down syndrome children manage the activities and activities they face during Covid-19. This study uses a qualitative phenomenological approach. Data was collected by means of in-depth interviews and documentation with a total of five informants. The results obtained indicate that: 1) The meaning of a child with Down syndrome for mothers is formed from the experience of mothers having a child with Down syndrome, namely as an experience of a spiritual journey, a source of learning, and as a complement to life. 2) There are various efforts by mothers with children with Down syndrome to manage activities and activities during Covid-19, including managing children's school activities, managing children's activities & activities, and managing children's behavior, independence, & responsibilities while at home.

Keywords: Down syndrome, Covid-19 Pandemic, communication experience.

PENDAHULUAN

Memiliki anak berkebutuhan khusus bukanlah perkara mudah, dari banyak anak berkebutuhan khusus, salah satu di antaranya ialah kelainan *down syndrome*. Menjadi ibu dari anak *down syndrome* merupakan sebuah tantangan luar biasa di mana dibutuhkan usaha dan tanggung jawab yang besar, mulai dari bagaimana kondisi psikologis sang ibu, anak, sampai keluarga, atau aspek ekonomi, serta dukungan dari lingkungan. Situasi dan kondisi pandemi Covid-19 menghalangi masyarakat untuk menjalankan aktivitas dan kegiatan mereka seperti biasanya, dikarenakan bahaya penularan dan penyebaran Covid-19 yang mempengaruhi lingkungan sehingga banyak aspek dari kehidupan juga harus menghadapi perubahan dan adaptasi yang baru.

Hal ini berlaku bagi ibu dengan anak *down syndrome*, mereka semua mengatakan bahwa pandemi memengaruhi banyak hal pada kehidupan mereka, mulai dari kondisi pandemi yang mempengaruhi intensitas hubungan ibu dan anak, pengaruh psikologis dan emosional, kemandirian dan tanggung jawab anak, prestasi baru selama pandemi, sampai dengan perilaku, kegiatan dan aktivitas baru. Salah satu contohnya adalah bagaimana seorang ibu harus terus berfikir kreatif dan inisiatif untuk menggantikan kegiatan dan aktivitas anaknya yang harus berhenti karena pandemi, terutama anak *down syndrome* yang harus terus berlatih dan aktif.

Seperti salah satu subjek yaitu SH (63 tahun) yang menceritakan pengalamannya selama pandemi, seperti harus rajin-rajin mencari kegiatan virtual menarik yang dapat terus membuat anak aktif selama di rumah. Beberapa kegiatan virtual yang SH ikuti untuk sang anak seperti *cooking class*, lomba fotografi, lomba memasak, dan banyak kegiatan lainnya yang dapat memanfaatkan waktu anak selama pandemi.

Melihat beberapa perubahan yang terjadi selama pandemi berlangsung merupakan topik yang sangat menarik bagi peneliti untuk diteliti. Seperti pengalaman salah satu subjek, yaitu LL (50 tahun) yang sempat merasakan stres dan kerepotan selama pandemi ini akibat perubahan mendadak yang dirasakannya. Hal ini dikarenakan proses adaptasi karena urusan rumah tangga yang tentunya bertambah dikarenakan anggota keluarga yang berada di rumah. Selain itu terjadi juga perubahan pada kegiatan, aktivitas, dan kebiasaan sehari-hari yang dirasakan ibu dan anak, sampai pada tanggung jawab baru sang ibu sebagai guru dalam mendampingi anak sekolah di rumah selama pandemi sehingga ibu harus pintar-pintar membagi waktu dan jadwal.

Perubahan lain juga dirasakan oleh LL di mana aktivitas sekolah anak yang juga berakibat pada aktivitas ibu di rumah. Lalu perubahan pada kegiatan, aktivitas, sampai dengan rencana yang harus berhenti akibat pandemi, ataupun perubahan perilaku, kemandirian, dan tanggung jawab anak akibat pandemi yang terjadi. Dari banyaknya pengaruh, tentu terdapat juga efek positif dan negatif yang dirasakan, seperti contohnya salah satu efek positif yang paling dirasakan LL selama pandemi, yaitu kedekatannya bersama anak dan keluarga.

Pandemi menyebabkan masyarakat untuk sementara berhenti dan membatasi kegiatan dan aktivitas di luar rumah demi mencegah terjadinya penyebaran dan penularan Covid-19 yang dapat membahayakan masyarakat. Tentunya hal ini juga dirasakan LL yang di mana suami dan anak-anaknya juga harus melakukan kegiatan dan aktivitas dari rumah, sehingga otomatis intensitas hubungan antar keluarga dapat meningkat.

LL mengakui bahwa dirinya jadi lebih banyak berinteraksi bersama sang anak selama pandemi ini, seperti melakukan kegiatan dan aktivitas yang hampir semuanya dilakukan bersama, mendampingi anaknya belajar, mencari kegiatan alternatif akibat harus berhentinya les-les dan latihan Aisha di luar rumah, sampai dengan bagaimana LL lebih banyak berkomunikasi dan memperhatikan Aisha lebih baik lagi.

LL merasakan dengan sangat perubahan tersebut dikarenakan lebih mengenal dan memahaminya LL terhadap sang anak selama pandemi ini, baik itu *progress*-nya dalam pertumbuhan, kemampuan belajarnya, keterampilan dan potensi apa saja yang dimiliki anaknya, sampai pada hal-hal yang ternyata baru LL sadari atau ketahui. Dari pengalaman LL tersebut, dapat dilihat bahwa pandemi Covid-19 yang sedang melanda masyarakat ini memiliki pengaruh yang signifikan pada perubahan yang dirasakan para ibu.

Dilansir dari Kompas.com, Pandu Riono seorang Pakar Epidemiologi Universitas Indonesia (UI) menjelaskan bahwa virys jenis SARS-CoV-2 sudah masuk ke Indonesia sejak awal Bulan Januari (Pranita, 2020). Virus ini menimbulkan ancaman dengan korban yang besar tidak hanya di Indonesia, namun juga hampir diseluruh negara bagian dunia, hal ini dikarenakan penyebarannya yang dapat dikatakan mudah membuat Covid-19 menjadi salah satu virus yang dengan cepat menyebar dan menginfeksi masyarakat, sehingga langkah-langkah pencegahan dan penanganan yang tepat harus dilakukan secepat dan se-efektif mungkin.

Celik dkk (2021) melakukan penelitian sejenis tentang pentingnya kajian komunikasi ibu dengan anak *down syndrome* pada masa pandemi. Menurutnya, selama Pandemi Covid-19, pengembangan program pelatihan darurat jarak jauh untuk anak-anak dengan *down syndrome*, kesulitan belajar, dan masalah kesehatan yang parah dan orang tua mereka menjadi suatu keharusan. Penelitian ini bertujuan mengevaluasi dampak dari "program pelatihan darurat jarak jauh yang diterapkan", yang disiapkan untuk memenuhi kebutuhan orang tua dengan anak-anak dengan *down syndrome* dan untuk menawarkan mereka dukungan di rumah. Ini adalah studi kasus evaluatif yang dilakukan dengan 11 orang tua dari anak-anak berusia 11-35 bulan dengan *down syndrome*. Temuan menunjukkan bahwa program dapat dilakukan di lingkungan rumah, meningkatkan perilaku interaksi orang tua dan anak, mengurangi jumlah rutinitas yang sulit, dan dianggap sebagai solusi pendidikan, instruktif, dan plester. Isu-isu seperti pengembangan sistem dukungan psiko-sosial sistematis yang meningkatkan partisipasi penuh dan motivasi orang tua dalam program pendidikan jarak jauh adalah penting selama masa-masa ekstrem seperti pandemi (Çelik, S., Tomris, G., & Tuna, D., 2021).

Jika merujuk pada penelitian tersebut, peneliti melihat urgensi penelitian ini sangat tinggi, apalagi mengingat kondisi pandemi yang harus dilalui oleh ibu dengan anak *down syndrome*. Selain itu, nilai kebaruan penelitian yang dilakukan peneliti pun terdapat pada konteks anak *down syndrome* yang berprestasi, tentu berbeda dengan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan Celik dkk (2021).

Anak *down syndrome* berprestasi memiliki kegiatan dan aktivitas rutin sehari-hari yang biasa dilakukan untuk terus mengembangkan keterampilan dan potensi mereka. Namun kehadiran pandemi ini tentu menghambat keseharian dan latihan yang harus para anak jalani, seperti contohnya sekolah, latihan, les, lomba-lomba, dan aktivitas lainnya. Dapat dilihat

bahwa pandemi membawa pengaruh yang sangat signifikan yang tentunya dirasakan oleh para ibu dan anak *down syndrome* mereka.

Santoro, S. L., Donelan, K., Haugen, K., Oreskovic, N. M., Torres, A., & Skotko, B. G. (2021) juga melakukan penelitian sejenis tentang anak *down syndrome* pada masa pandemi. Pandemi Covid-19 mengharuskan transisi cepat dari kunjungan langsung ke kantor ke kunjungan virtual dalam program khusus *down syndrom* di Rumah Sakit Umum Massachusetts. Survei terhadap 17 pengasuh yang menghadiri kunjungan virtual menemukan bahwa sebagian besar dilengkapi dengan teknologi, memiliki akses ke lokasi pribadi, dan sebagian besar dapat mengakses kunjungan tanpa batasan. Namun, secara keseluruhan, kunjungan virtual sering dianggap tidak berbeda dengan kunjungan kantor. Anggota tim mengidentifikasi manfaat dan tantangan dari kunjungan virtual, serta pelajaran yang dipetik dari transisi ini.

Berbeda halnya dengan peneliti, Santoro dkk (2021) mengangkat tentang kunjungan virtual program khusus bagi anak *down syndrome* di RSU Massachusetts. Penelitian tersebut juga semakin menegaskan betapa pentingnya pengalaman komunikasi ibu dengan anak *down syndrome* yang berprestasi pada masa pandemi ini dikaji. Apalagi mengingat bahwa beberapa penelitian sebelumnya belum ada yang memfokuskan pada topik ini.

Peneliti menggunakan teori interaksi simbolik oleh Mead untuk membahas bagaimana pengalaman sadar para ibu bersama anak *down syndrome* mereka selama pandemi berlangsung, serta pengalaman komunikasi para ibu yang di dalamnya mencakup aspek-aspek komunikasi sendiri yaitu proses, simbol, makna yang dihasilkan, serta tindakan. Contohnya seperti interaksi yang dijalin oleh ibu dengan anak *down syndrome* yang di mana di dalam interaksi tersebut para ibu mengelola kegiatan dan aktivitas anak dari proses komunikasi.

Orang tua yang didiagnosa memiliki anak *down syndrome* tentu memiliki tanggung jawab yang berbeda dengan anak pada umumnya. Ketika sebuah keluarga mendapati anaknya sebagai salah satu penderita dari kelainan ini, penyesuaian tentu saja tidak akan terjadi dengan mudah, mengapa begitu? Anak dengan *down syndrome* tentunya membutuhkan perhatian dan kesabaran ekstra dalam kehidupan sehari-hari, dikarenakan faktor dan kasus spesial pada anak, tentu berbagai keluarga dan orang tua akan mengalami berbagai masalah, cobaan, dan pelatihan yang luar biasa dikarenakan dibutuhkannya pengorbanan serta pendekatan berbeda dan spesial untuk menghadapi anak ketimbang mayoritas anak lainnya.

Hal ini tentunya dapat menimbulkan stres, kelelahan, dan berbagai masalah emosional terutama bagi ibu yang akan sangat dekat dengan anak setiap hari. Stres yang dialami keluarga muncul dengan beratnya tanggung jawab, perawatan dan pengasuhan anak, dan lainnya yang tentunya akan menimbulkan berbagai macam reaksi yang bervariasi tergantung keluarga masing-masing, biasanya reaksi tersebut meliputi reaksi negatif seperti penolakan, mengasihani diri sendiri, marah, merasa bersalah, dan lainnya (Lestari & Mariyati, 2015).

Anak dengan *down syndrome* akan memiliki keterbelakangan fisik dan mental. Secara umum perkembangan dan pertumbuhan anak *down syndrome* relatif lambat, seperti pertumbuhan berat dan tinggi badan, serta keterbelakangan mental yang menyebabkan keterlambatan dalam perkembangan aspek kognitif, motorik, dan psikomotorik. Dilihat dari tingkatan IQ sendiri, anak dengan *down syndrome* termasuk kedalam kategori tunagrahita sedang di mana IQ berkisar antara 40-55 (Anggreni & Valentina, 2015).

Hambatan ini tentu akan mempengaruhi kehidupan anak, seperti butuhnya belajar ekstra dikarenakan sulit dalam memahami sesuatu, ada juga masalah emosional di mana banyak beberapa anak *down syndrome* sulit berkomunikasi sehingga *introvert* sampai dengan *tantrum*. Salah satu komunikasi yang paling sering digunakan dalam keluarga ialah komunikasi antarpribadi dan komunikasi tatap muka atau bicara secara langsung (*face to face*) antara orang tua dan anak (Pusungulaa et al., 2015).

Anak *down syndrome* sendiri sudah memiliki perbedaan sejak awal, sehingga dibutuhkan perhatian dan penanganan yang lebih. Disini ibu harus lebih memperhatikan dan memberikan lingkungan keluarga yang positif dan baik untuk tumbuh kembang si anak. Mereka diberikan lingkungan keluarga yang harmonis, mendorong mereka untuk berkreasi, dimotivasi, diberikan afeksi, kesabaran, sehingga anak dengan *down syndrome* dapat tumbuh dengan percaya diri dan berprestasi walaupun mereka memiliki kekurangan dan perbedaan. Ibu dengan anak *down syndrome* tentu akan memiliki pelajaran yang ekstra dibandingkan dengan orang tua yang memiliki anak pada umumnya, sehingga memiliki anak *down syndrome* membutuhkan pembinaan dan ilmu yang tepat, baik itu pemahaman di bidang *down syndrome* itu sendiri, psikologi, pendidikan, dan tentu saja komunikasi.

METODOLOGI PENELITIAN

Dengan metode kualitatif, penelitian ini mengaplikasikan konsep kealamanian data di mana data sendiri didapatkan dengan cermat, lengkap, dan orisinal serta menjelaskan atau mengungkap apa yang sebenarnya terjadi di lapangan. Pendekatan fenomenologi yang digunakan sesuai pendapat Polkinghome bahwa fenomenologi merupakan studi yang menjelaskan makna dari sebuah pengalaman hidup seorang individu atau lebih mengenai suatu konsep atau fenomena. Seorang ahli fenomenologi akan mengeksplorasi struktur kesadaran yang ada di dalam pengalaman manusia. Fenomenologi mengacu pada sebuah usaha untuk mendeskripsikan pondasi akhir dari pengalaman manusia dengan cara melihat lebih pengalaman sehari-hari untuk menggambarkan esensi yang mendukung (Creswell & Poth, 2018).

Penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi merupakan metode penelitian yang tepat digunakan oleh peneliti, hal ini dikarenakan peneliti menganalisis pengalaman sadar subjek, serta sikap atau perilaku sehingga penggunaan metode kualitatif fenomenologi merupakan metode yang tepat digunakan oleh peneliti dalam meneliti pengalaman komunikasi ibu dengan anak *down syndrome* berprestasi di masa pandemi Covid-19 ini. Data dikumpulkan dengan menggunakan wawancara mendalam, studi pustaka/ dokumentasi, dan observasi terbatas dikarenakan hambatan pandemi Covid-19.

Peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* dalam menentukan subjek penelitian, teknik ini digunakan untuk menetapkan pertimbangan dan kriteria subjek penelitian guna memberikan data yang dibutuhkan, sehingga terdapat dua kategori informan yang dibutuhkan peneliti dalam memenuhi penelitian. Adapun kriteria yang harus dipenuhi subjek penelitian; a) merupakan ibu dari anak *down syndrome* berprestasi dan b) anggota Potads (Persatuan Ibu dengan Anak *Down Syndrome*) Jawa Barat. Total informan berjumlah sebanyak lima orang ibu, yaitu EN (54 tahun), LL (50 tahun), PP (53 tahun), RT (54 tahun), dan SH (63 tahun).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengalaman komunikasi para ibu yang memiliki anak dengan *down syndrome* merupakan pengalaman yang beragam, mulai dari mereka harus menerima keadaan anak sampai dengan mengasuh mereka. Pengasuhan pada anak *down syndrome* merupakan proses paling penting yang harus dilakukan dan dilalui orang tua, hal ini dikarenakan pengasuhan yang diberikan orang tua kepada anak *down syndrome* mereka akan menjadi salah satu modal atau dasar anak dalam menjalani kehidupan ke depannya, khususnya pengasuhan atau pembelajaran yang menumbuhkan kemandirian anak. Banyak sekali perubahan yang terjadi pada kehidupan setelah seorang ibu memiliki anak *down syndrome*, seperti keseharian mereka, aktivitas dan kegiatan sehari-hari, pekerjaan, dan lain-lain.

Menjaga keseimbangan antara pekerjaan, keperluan rumah tangga, waktu untuk anak, dan waktu untuk diri sendiri dalam kehidupan sehari-hari merupakan suatu tantangan yang berat bagi seorang ibu (Rahma & Indrawati, 2017). Kondisi ini seringkali menyebabkan para ibu mengabaikan beberapa hal dalam keseharian mereka, seperti mengabaikan hubungan mereka dengan pasangan, atau bahkan mengabaikan diri mereka sendiri. Keseimbangan dalam tanggung jawab pada pekerjaan dan keluarga oleh ibu yang bekerja merupakan situasi yang cukup sulit dilakukan dalam kehidupan sehari-hari, apalagi jika hal ini ditambah dengan kondisi anak yang berkebutuhan khusus seperti *down syndrome* (Pillay et al., 2012). Sehingga dalam mengasuh anak tentunya dibutuhkan dukungan dan bantuan dari keluarga, di mana sang ibu akan memiliki dukungan secara fisik dan mental yang dapat menyokong mereka selama mengasuh dan mendidik anak.

Dukungan sosial positif dari lingkungan juga dapat menambah semangat ibu dalam mengasuh anak, dengan lingkungan yang positif seorang ibu akan semakin kuat dan menjadi lebih tenang karena tidak merasa diremehkan ataupun dikucilkan (Anggreni & Valentina, 2015). Selain itu dukungan orang terdekatnya seperti suami juga menjadi penting, seperti salah satu hasil penelitian yang menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan oleh pasangan, yaitu suami maka tingkat stres yang dialami ibu akan menurun dan penerimaan terhadap anak *down syndrome* akan meningkat (Megasari & Kristiana, 2016).

Makna Anak *Down Syndrome* dalam Kehidupan Ibu

Memiliki anak *down syndrome* merupakan pengalaman komunikasi bermakna yang dirasakan ibu, mulai dari ketidaksiapan mereka menghadapi datangnya sang anak, proses penerimaan, sampai akhirnya mengasuh dan mendidik mereka. Kebersamaan yang mereka jalani bersama tentu memiliki banyak arti dan proses emosional yang penuh lika-liku, hidup menjadi penuh tantangan dan ujian, di mana harinya perlu dilalui dengan kesabaran dan usaha yang luar biasa. Sesuai dengan penelitian Pillay (2012), bagi para ibu, memiliki anak *down syndrome* memberikan mereka perubahan yang nyata dalam rutinitas serta rencana hidup mereka, mereka juga menyatakan bahwa semenjak memiliki anak *down syndrome*, terdapat penurunan yang sangat terlihat dalam kehidupan sosial mereka, dan semakin eratnya hubungan keluarga. Mereka juga merasakan rasa bersalah akibat sedikit kelalaian yang terjadi pada anak mereka yang lain dikarenakan perhatian yang lebih banyak mereka habiskan pada anak *down syndrome* mereka, sehingga anak dan keluarga juga mengalami perkembangan emosional yang signifikan.

Tidak dipungkiri bahwa akhirnya pengalaman dari perjalanan hidup ibu tersebut dapat dimaknai, jika dianalisis melalui teori interaksi simbolik, kelima subjek memaknai anak *down syndrome* mereka sejalan dengan konsep *significant others*, konsep *significant others* ini sendiri yakni pribadi dalam lingkungan dekat yang memberikan pengaruh psikologis pada seseorang. Dalam penelitian ini sendiri, *significant others* yang paling terlihat adalah sosok anak bagi ibu serta sosok ibu bagi anak, namun disamping itu anggota keluarga lainnya juga dapat ikut serta memberi pengaruh bagi ibu dan anak. Sehingga didapatkan bahwa perjalanan memiliki anak *down syndrome* ini ternyata memiliki buah manis yang dapat dirasakan, pelajaran hidup yang didapat merupakan hal yang patut disyukuri, karena disana tidak hanya anak lah yang tumbuh dan berkembang namun mereka juga ikut bertumbuh menjadi ibu dan individu yang lebih baik, bahkan sang anak lah yang memberikan banyak kejutan bagi mereka.

Kehadiran anak *down syndrome* ini merupakan tempat belajar bagi sang ibu, sehingga dapat dilihat bahwa terdapat banyak sekali makna sang anak bagi ibu mereka jika dilihat dari proses perjalanan hidup sang ibu. Melihat dari proses ibu berjuang dari anak lahir hingga mereka tumbuh dan berkembang, ibu akan belajar apa itu arti kesabaran, keikhlasan, penerimaan, dan rasa syukur. Ibu juga belajar akan kerendahan hati, semangat hidup, pandangan positif terhadap hidup, sampai pada anak sebagai pengingat akan nilai-nilai dasar kehidupan dan kesederhanaan.

Selain makna bahwa anak merupakan tempat ibu belajar, tidak lupa bahwa perjalanan spritual merupakan salah satu pengalaman sadar yang didapat ibu. Hal ini berbanding lurus dengan penelitian Divia Pillay, Sonya Girdler, Marie Collins, dan Helen Leonard yang memiliki hasil bahwa pengalaman menjadi ibu dengan anak *down syndrome* merupakan pengalaman yang dapat digambarkan sebagai mosaik hidup dalam pengalaman dan emosi, selain itu kelahiran dan diagnosis anak dengan *down syndrome* merupakan pengalaman yang paling sulit dan menegangkan bagi para Ibu, peran dukungan keluarga, teman, rohani, agama, dan lingkungan merupakan kunci dalam membantu para Ibu yang memiliki anak penyandang *down syndrome* (Pillay et al., 2012).

Seorang ibu pun dapat menyadari bahwa hidup dan anak mereka merupakan titipan Allah, dan segalanya hanya terjadi atas izin Allah. Kehadiran anak *down syndrome* mereka memberikan mereka kesadaran bahwa manusia hanyalah makhluk yang tidak berdaya jika tuhan tidak mengizinkan, ibu melihat adanya sisi lain kehidupan, seperti tidak ada ciptaan yang sia-sia, hidup hanya sementara dan dunia hanyalah tempat singgah sementara, merenungi lebih dalam arti kehidupan, sampai akhirnya ibu mendekatkan diri pada tuhan dan agamanya.

Tabel 1. Makna Anak Down Syndrome bagi Ibu
Makna Anak Down Syndrome Bagi Ibu

Sebuah Pengalaman Perjalanan Spiritual

Sumber Pembelajaran

Sebagai Penyempurna Kehidupan

Sumber: Data Olahan Peneliti, 2021

Proses Komunikasi Ibu dengan Anak *Down Syndrome* Mengelola Kegiatan dan Aktivitas Selama Pandemi

Hadirnya pandemi membuat masyarakat harus beradaptasi pada kegiatan dan aktivitas mereka sehari-hari. Dampak virus Covid-19 terjadi pada banyak aspek di mana diantaranya aspek ekonomi, pariwisata, sosial, sampai pendidikan. Surat edaran yang dikeluarkan pemerintah pada 18 Maret 2020 menyatakan bahwa segala kegiatan baik itu di dalam maupun di luar pada setiap sektor sementara waktu ditunda demi mengurangi penyebaran Covid-19 terutama pada bidang pendidikan (Dewi, 2020). Selanjutnya pemerintah juga menindak lanjuti dengan surat edaran yang dikeluarkan pada tanggal 24 Maret 2020 oleh Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia mengenai pelaksanaan Kebijakan Pendidikan Dalam Masa Darurat Penyebaran COVID.

Surat itu sendiri berisikan kebijakan pembelajaran baru yang menjelaskan bahwa proses belajar mengajar akan dilaksanakan di rumah melalui daring atau jarak jauh (Dewi, 2020). Bersekolah di rumah bagi banyak keluarga di Indonesia adalah sebuah situasi dan kondisi baru, selain itu bekerja dari rumah juga merupakan pengalaman baru yang akan terasa sekali khususnya bagi produktivitas para orang tua yang biasanya sibuk dengan pekerjaannya di luar rumah. Demikian juga dengan kondisi psikologis yang dapat berubah dikarenakan perubahan tersebut contohnya, yakni bagi anak-anak yang terbiasa belajar tatap muka dengan guru dan teman-teman mereka (Syah, 2020).

Berdasarkan penjelasan di atas, pandemi menghambat banyak sekali aspek, terutama protokol kesehatan dan pencegahan yang membuat masyarakat harus menghindari tempat ramai dan menghabiskan waktu di rumah masing-masing. Hal ini tentu termasuk pekerjaan yang harus berhenti serta sekolah yang juga tidak dapat menjalankan aktivitasnya secara normal. Akibat hal tersebut pemerintah juga memulai program *work from home* yang membuat pekerjaan dan sekolah harus dilakukan dari rumah. Selain kegiatan tersebut, banyak sekali aktivitas masyarakat yang juga harus berhenti untuk mencegah terjadinya penyebaran Covid-19, dan hal ini tentu membutuhkan adaptasi karena tidak biasanya masyarakat untuk terus menerus berada di rumah dan mencari alternatif lain untuk melanjutkan aktivitas mereka.

Pandemi tanpa disadari mempengaruhi masyarakat sampai pada hal-hal kecil sekalipun, tidak hanya merubah aktivitas namun juga harus merubah kebiasaan masyarakat baik halnya kesehatan, keseharian, kebiasaan, dan lainnya. Berikut merupakan upaya-upaya ibu dengan anak *down syndrome* mengelola kegiatan dan aktivitas selama pandemi, dimana terdapat upaya ibu mengelola kegiatan sekolah anak, lalu mengelola kegiatan, aktivitas, dan perilaku anak seperti aktivitas rutin sehari-hari, sampai dengan mengelola perilaku, kemandirian, dan tanggung jawab anak.

Mengelola Kegiatan Sekolah Anak

Mendukung pendidikan anak merupakan bentuk perawatan dan pengasuhan yang penting yang dilakukan oleh ibu bagi anak *down syndrome* mereka, seperti yang dijelaskan oleh Humaedi (2015) yang mengatakan bahwa salah satu bentuk pengasuhan yang diberikan orang tua kepada anak berkebutuhan khusus ialah dengan membawa mereka ke pusat pendidikan seperti Sekolah Luar Biasa (SLB) ataupun sekolah inklusi. Hal ini juga sesuai dengan penelitian terdahulu yang menjelaskan bahwa sekolah dan komunitas menjadi salah

satu faktor penting dalam membentuk karakter sang anak, dimana sekolah menjadi tempat anak untuk belajar dan bergaul, serta komunitas yang membantu anak mengembangkan keterampilan, bakat, ataupun minat mereka (Prasanti & Fitrianti, 2018).

Menurut hasil penelitian sebelumnya, telah terbukti bahwa pandemi mempengaruhi proses belajar mengajar masyarakat, hal ini dikarenakan harusnya masyarakat beradaptasi terhadap situasi dan kondisi baru dan belajar dari rumah (Arifa, 2020; Dewi, 2020; Syah, 2020). Terdapat berbagai upaya seorang ibu mengelola kegiatan sekolah anak mereka yang ikut terpengaruhi akibat hadirnya pandemi. Seperti bagaimana ibu mendampingi anak yang harus bersekolah dari rumah, tanggung jawab baru sang ibu, membagi waktu dan jadwal, sampai dengan berkomunikasi dan bernegosiasi bersama anak. Akibat pandemi, anak-anak harus berhenti bersekolah dan mulai belajar dari rumah guna terhindar dari Covid-19.

Suasana dan kondisi di rumah tentu berbeda dari suasana kondusif yang ada di sekolah, sehingga proses belajar anak selama di rumah tentu tidak sebaik di sekolah, hal ini dikarenakan anak-anak merasa bahwa mereka libur karena tidak perginya mereka ke sekolah. Kesulitan dapat terjadi akibat situasi dan kondisi yang kurang kondusif di dalam rumah, sehingga tentu aktivitas juga akan berjalan sesuai lingkungannya.

Seperti contohnya *mood* anak *down syndrome* yang berbeda-beda, ataupun kegiatan dan aktivitas lain yang juga harus dilakukan seorang ibu di rumah. Perubahan ini tentu dibutuhkan adaptasi, sehingga para ibu harus mencari cara agar anak mau mengerjakan tugas dan belajar seperti layaknya sedang sekolah, walaupun begitu penelitian yang berkaitan dengan pembelajaran jarak jauh pada anak *down syndrome* belum ditemukan oleh peneliti, sehingga hasil ini tidak dapat dijadikan tolak ukur dan dinormalisasikan.

Pandemi ini memberikan ibu tanggung jawab baru, selain pekerjaan dan urusan rumah tangga yang bertambah di rumah, para ibu juga mendapatkan tanggung jawab baru yakni menjadi guru dan pandemping belajar bagi sang anak. Dengan begitu akan penting sekali bagi ibu untuk dapat membagi waktu dan jadwal mereka dan anak dengan baik, sampai pada berkomunikasi dan bernegosiasi bersama anak.

Mengelola Kegiatan dan Aktivitas Rutin Anak

Selama pandemi, aktivitas rutin anak baik itu les, ekstrakurikuler, latihan, ataupun kegiatan sehari-hari mereka banyak yang terpaksa harus diberhentikan, sedangkan kegiatan tersebut tidaklah sedikit dan memenuhi jadwal agar anak dapat terus aktif, produktif, dan mengembangkan potensi mereka. Seperti kegiatan klub atletik, ataupun klub dan les lain yang seringkali anak *down syndrome* ikuti seperti *jimbe*, *bowling*, *modeling*, *bocce*, tari, dan banyak aktivitas menarik lainnya yang disukai dan biasa diikuti.

Selain itu terdapat juga rencana yang sudah diatur oleh orang tua untuk kegiatan dan aktivitas anaknya kedepan juga garus gagal terlaksana akibat pandemi yang datang tiba-tiba. Pandemi membuat anak berhenti beraktivitas dan harus menggantikan dan mencari alternatif aktivitas agar kegiatan motorik dan non-akademik mereka tetap berjalan dengan baik, namun hal tersebut tentu tidak mudah dilakukan, dikarenakan banyak hambatan yang diberikan selama pandemi berlangsung.

Salah satu kegiatan dan aktivitas yang diikuti anak-anak *down syndrome* merupakan aktivitas motorik, hal ini dikarenakan anak-anak *down syndrome* membutuhkan lebih banyak

latihan terhadap kemampuan motorik mereka. Orang tua harus mengasah perkembangan fisik dan motorik anak pada segala usia dan akhirnya mulai anak bisamencontoh gerakan-gerakan orang dewasa disekitarnya (Rismayanthi, 2013). Namun sayangnya pandemi ini membuat kegiatan dan aktivitas tersebut berhenti sehingga dibutuhkan kegiatan pengganti bagi anak-anak selama di rumah.

Menurut Awi Muhadi Wijaya (Rismayanthi, 2013) masa kecil sering sekali disebut sebagai masa yang ideal untuk belajar, hal ini juga termasuk pada keterampilan dan kemampuan motorik anak, namun penelitian ini sendiri dilakukan bagi anak pada umumnya sehingga penelitian ini tidak dapat dinormalisasikan terhadap anak *down syndrome*. Walaupun begitu dapat dijadikan sebagai referensi bagaimana pentingnya masa kecil anak sebagai masa yang ideal bagi mereka untuk terus belajar dan terus melatih keterampilan dan kemampuan motorik mereka, terutama bagi anak-anak *down syndrome* yang sudah dianjurkan untuk melakukan terapi sejak dini.

Akibat aktivitas dan kegiatan rutin anak yang harus berhenti selama pandemi, penting sekali bagi ibu untuk berusaha mencari kegiatan atau aktivitas alternatif dan positif lainnya selama anak berada di rumah. Seperti mengajak anak berolahraga di rumah, mengajak anak beraktivitas bersama misalkan ke dapur, mengerjakan pekerjaan rumah, diberikan tanggung jawab baru, sampai dengan mencari lomba dan acara-acara *online*, dengan begitu anak dapat tetap aktif dan produktif. Pandemi menyebabkan berubahnya kebiasaan dan aktivitas anak sehari-hari, hal ini dikarenakan harus berhentinya kativitas anak di luar rumah demi keamanan dan kesehatan anak.

Kegiatan di rumah tidak selamanya berjalan dengan lancar, hal ini dikarenakan tidak adanya pelatih yang mendampingi ataupun tidak kondusifnya suasana rumah sehingga anak juga tidak dapat berlatih dan beraktivitas seperti layaknya di tempat latihan. Namun para ibu dapat mengajak anak mereka tetap produktif dan aktif selama pandemi berlangsung, seperti halnya berkebun, belajar kerajinan, berolahraga di sekeliling rumah, belajar hal baru seperti memasak, mencuci, mengurus urusan rumah, belajar kemandirian dan tanggung jawab baru, dan tentunya tetap mengikutkan anak ke berbagai aktivitas menarik virtual yang tersedia, sehingga anak tetap aktif dan bersosialisasi.

Pandemi juga membuat banyak acara maupun penyelenggaraan lomba otomatis berhenti sementara, hal ini tentunya membuat lomba-lomba yang biasa diikuti oleh anak harus berhenti dan tidak dapat diikuti, namun hal ini ternyata tidak menghalangi anak untuk tetap berprestasi selama pandemi. Hal ini dapat dilakukan dengan inisiatif dan semangat ibu dalam mencari dengan baik lomba-lomba virtual yang ada, maka anak mereka tetap dapat melakukan lomba tersebut secara virtual. Seperti lomba-lomba virtual lainnya yang dapat berjalan walaupun tidak dilaksanakan secara langsung.

Hal ini juga dilakukan untuk tetap mengisi waktu anak dengan kegiatan positif dan dapat tetap aktif selama di rumah serta menambah pengalaman mereka. Dengan begitu pengalaman anak dapat terus bertambah dengan dirinya yang tetap berkomunikasi dan beraktivitas dengan lingkungannya, hal ini juga dapat membantu anak untuk mempertahankan dan mengembangkan kepercayaan diri mereka. Menurut Derry Iswidharmanja dan Jubile Enterprise, kepercayaan diri adalah sebuah penilaian relatif mengenai diri sendiri,

kemampuan, bakat, kepemimpinan, inisiatif, sifat-sifat, serta kondisi-kondisi yang mewarnai perasaan manusia (Iswidharmanjaya, 2016).

Dengan kepercayaan diri, seorang individu akan mampu mengenal dan memahami dirinya sendiri, sementara jika seseorang tidak percaya diri pada dirinya maka hal tersebut dapat menghambat potensi diri orang tersebut. Derry dalam (Iswidharmanjaya, 2016) juga memaparkan tanda-tanda seseorang dapat dikatakan percaya diri apabila mereka memiliki, 1) Kemampuan, 2) Dapat melakukan sesuatu karena memiliki pengalaman, 3) Harga diri yang tinggi, 4) Kemampuan dalam beraktualisasi, 5) Prestasi, dan terakhir 6) Realistik. Pandemi tidak menutup kemungkinan anak untuk terus berprestasi, belajar hal baru, dan menambah pengalaman mereka, sehingga anak *down syndrome* dapat terus bertumbuh dan berkembang selama ibu mau berusaha, bersabar, dan mendukung sang anak.

Mengelola Perilaku, Kemandirian, dan Tanggung Jawab Anak

Selain kegiatan dan aktivitas, pandemi juga ikut merubah kemandirian dan tanggung jawab sang anak, hal ini terjadi dikarenakan berubahnya keseharian mereka sehari-hari. Contohnya ialah dengan tidak berangkatnya mereka ke sekolah, beberapa kemandirian dan tanggung jawab yang biasa mereka lakukan untuk sekolah tentu tidak dilakukan, seperti memakai sepatu, bersiap sekolah, disiplin waktu, mandiri dan tanggung jawab selama bersekolah dan pulang sekolah, dan lainnya. Namun pandemi juga merupakan kesempatan bagi ibu untuk membantu melatih anak mereka merutinitaskan dan mengembangkan kemandirian dan tanggung jawab selama di rumah.

Kemandirian mengandung suatu semangat untuk menjadi lebih baik dan percaya diri, mengelola pikiran untuk menelaah masalah dan mengambil keputusan untuk bertindak, disiplin dan bertanggung jawab serta tidak bergantung kepada orang lain (Sunarty, 2016). Penanaman karakter akan mengembangkan kemandirian, menurut Vibriyanthy dalam artikelnya (Vibriyanthy & Fauziah, 2014) menjelaskan nilai-nilai karakter yang ditanamkan yang mengacu pada *finger print scan* yaitu kejujuran, keberanian, rasa empati atau peduli, tanggung jawab, kemandirian, kedisiplinan, dan rasa hormat (Khotijah, 2018).

Kemandirian merupakan suatu sikap yang diperoleh secara kumulatif melalui proses yang dialami seseorang dalam proses tumbuh kembangnya, di mana dalam proses menuju kemandirian tersebut seorang individu akan belajar untuk menghadapi berbagai situasi dan kondisi dalam lingkungan sosialnya sampai ia mampu berpikir dan mengambil tindakan yang baik dan tepat dalam mengatasi situasi-situasi tersebut (Sa'diyah, 2017).

Sangat penting bagi orang tua untuk membantu dan membimbing anak dalam mengarahkan serta mengorganisasi proses pembelajaran agar anak mampu menguasai dan menginternalisasikannya dengan mandiri. Selain kemandirian, tanggung jawab juga merupakan salah satu aspek dalam kemandirian itu sendiri (Sa'diyah, 2017). Lickona menjelaskan bahwa pembelajaran mengenai tanggung jawab mengandung nilai-nilai yang sangat penting bagi tumbuh kembang anak, di antaranya: yakni, *pertama* yaitu mengembangkan jiwa yang sehat; *kedua*, kepedulian akan hubungan intrapersonal; *ketiga*, sebuah masyarakat yang humanis dan demokratis; dan *terakhir*, dunia yang adil dan damai (Cahyati, 2018).

Selain itu hal baru lainnya yang dipelajari oleh anak ialah masalah kesehatan di mana ibu mengajak anak untuk lebih perhatian dalam menjaga kesehatan dan memberi mereka pengetahuan akan protokol kesehatan yang ada. Para ibu dapat mengajak anak mereka berkomunikasi dan memberikan pengertian mengenai alasan mengapa mereka belum boleh bermain, tidak bisa keluar, memakai masker, mencuci tangan, dan lainnya. Hal ini dilakukan agar anak memahami betapa pentingnya kesehatan saat ini terutama ketika pandemi mudah sekali menular pada masyarakat, serta mengajak anak untuk belajar bertanggung jawab atas kebersihan dan kesehatan.

Tabel 2. Bagan Pengalaman Komunikasi Ibu dengan Anak Down Syndrome Berprestasi Selama Pandemi

Pengalaman Komunikasi Ibu Mengelola Kegiatan dan Aktivitas Anak Selama Pandemi	
Mengelola Kegiatan Sekolah Anak	- Memberikan pengertian bagi anak - Membuat suasana di rumah menjadi kondusif - Membagi waktu dan jadwal - Mendampingi dan membimbing anak - Bernegosiasi dan berkomunikasi bersama anak
Mengelola Kegiatan & Aktivitas Anak	- Menggantikan kegiatan dan aktivitas anak dengan kegiatan olahraga - Mengajak anak melakukan kegiatan yang positif selama di rumah - Mengikuti kegiatan dan aktivitas <i>online</i> - Mengikuti lomba-lomba virtual
Mengelola Perilaku, Kemandirian & Tanggung Jawab Anak	- Memberikan pengertian terhadap anak - Melatih kemandirian dan tanggung jawab di rumah

Sumber: Data Olahan Peneliti, 2021

Proses Komunikasi Ibu dan Anak Selama Pandemi

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, pandemi memiliki dampak terhadap banyak aspek di mana di antaranya terdapat aspek sosial, ekonomi, pariwisata, sampai dengan pendidikan (Dewi, 2020). Hal ini tentu termasuk pada *work from home* yang harus dilakukan oleh masyarakat, sehingga tidak hanya program pembelajaran anak saja yang harus berubah, namun pekerjaan dan aktivitas ayah dan ibu yang juga harus dilakukan dari rumah.

Kebijakan tersebut tentu dapat mempengaruhi banyak hal, mulai dari perubahan kebiasaan dan kehidupan sehari-hari, dampak pada hubungan keluarga akibat intensitas yang meningkat selama di rumah, sampai dengan dampak terhadap kondisi psikologis (Syah, 2020). Pengaruh yang diberikan pandemi tidak hanya perubahan yang terjadi pada kegiatan, aktivitas, kemandirian, dan tanggung jawab anak saja seperti hasil yang didapat pada pembahasan sebelumnya. Namun juga berpengaruh terhadap para ibu yang harus berhenti bekerja, berhenti beraktivitas di luar, ataupun bertambahnya pekerjaan rumah tangga akibat perubahan yang terjadi.

Pandemi ini menjadi pengalaman tersendiri bagi ibu dengan anak *down syndrome*. Di mana didapatkan bahwa terdapat pengalaman komunikasi antara ibu dan anak selama pandemi. Hal ini sendiri dihasilkan dari pengalaman sadar ibu selama mereka berinteraksi dengan diri dan lingkungannya selama pandemi, hal ini berdasarkan teori interaksi simbolik yang menjelaskan suatu tindakan yang memberi berbagai makna khusus dan hanya dipahami oleh pelakunya. Mead menjelaskan bahwa individu akan bertindak berdasarkan makna simbolik yang muncul dalam sebuah situasi tertentu (West & Turner, 2010).

Dengan berkumpulnya keluarga di rumah, tentu akan memberikan banyak kesempatan bagi keluarga untuk saling berinteraksi serta meningkatkan hubungan dan ikatan kekeluargaan, terutama antara ibu dan anak. Menurut Mc Cartney dan Dearing, kelekatan merupakan suatu ikatan emosional yang kuat dan dikembangkan anak melalui interaksinya dengan orang yang mempunyai arti khusus dalam kehidupannya contohnya orang tua (Eliasa, 2011). Kelekatan keduanya tentu memiliki dampak positif terhadap tumbuh kembang anak, terutama jika kelekatan yang dirasakan merupakan keterikatan dengan rasa aman.

Collins dan Feeney dalam (Desra, 2014) menjelaskan bahwa memiliki kelekatan yang aman bagi seorang anak akan membuat anak percaya bahwa dirinya dicintai dan dihargai oleh orang lain dan mendapat perhatian penuh, sehingga anak akan melihat dan menilai figur terdekat mereka sebagai figur yang responsif, penuh perhatian, dan dapat dipercaya. Anak juga akan merasa nyaman dengan kedekatan atau keintiman, dapat memiliki sikap optimis dan percaya diri, dan mampu membina hubungan dengan baik dengan orang lain (Purnama & Wahyuni, 2017).

Ibu menduduki peringkat pertama sebagai figur dekat dan lekat yang utama bagi anak, hal ini juga dikarenakan sosok ibu biasanya lebih banyak berinteraksi dengan anak dan memiliki fungsi sebagai orang yang juga memenuhi kebutuhan anak serta memberikan mereka rasa nyaman (Eliasa, 2011). Kelekatan atau keterikatan yang aman antara ibu dan ditandai dengan adanya rasa saling percaya dan komunikasi yang hangat. Seseorang yang diklasifikasikan memiliki kelekatan yang aman memiliki kepercayaan dan komunikasi yang baik pada ibu atau orang tua mereka, serta kecilnya perasaan terkucilkan.

Mengacu pada kepercayaan anak kepercayaan bahwa orang tua memahami dan menghormati kebutuhan dan keinginan mereka. Sedangkan komunikasi mengacu pada persepsi anak bahwa orang tua akan sensitif dan responsif terhadap keadaan emosional mereka dan menilai sejauh mana kualitas keterlibatan dan komunikasi verbal dengan mereka (Purnama & Wahyuni, 2017). Selain itu keluarga juga merupakan salah satu aspek penunjang kesuksesan dalam membentuk karakter anak sejak dini, dimanapun anak belajar maka pembentukan karakter akan kembali lagi kepada keluarga, karena keluargalah yang dapat membantu mengontrol proses pembentukan karakter sang anak (Prasanti & Fitrianti, 2018).

Kondisi pandemi membuat ibu dan anak banyak menghabiskan waktu bersama di rumah, maka hal tersebut tentu merupakan kesempatan untuk meningkatkan hubungan antara ibu dan anak dengan menghabiskan waktu, beraktivitas bersama, banyak berinteraksi dan berkomunikasi. Ditambah lagi sekolah anak yang harus dilakukan dari rumah, sang ibu juga harus mendampingi anaknya sehari-hari. Berhentinya kegiatan dan aktivitas rutin sang anak, kelima subjek berusaha mengajak anak beraktivitas positif bersama, sehingga interaksi dan intensitas hubungan antara ibu dan anak tentu akan meningkat.

Kesempatan untuk lebih dekat dan mengenal anak lebih dalam selama pandemi ini tentu merupakan hal yang tidak boleh disia-siakan oleh para ibu, dengan memperhatikan pertumbuhan dan perkembangan mereka secara langsung tentu akan berbeda ketimbang menerima informasi dari guru atau orang lain, selain itu dengan kedekatan bersama anak, anak juga akan lebih percaya diri dan memiliki kondisi mental dan emosional yang baik.

Dengan meningkatnya intensitas hubungan, maka ibu akan lebih mengenal kemampuan anak, dengan menghabiskan waktu dan beraktivitas bersama, ibu dapat mengenal dan memberikan anak perhatian lebih baik lagi, menemukan hal baru dari anak, mengajak anak belajar dan mengembangkan hal baru, sampai berinteraksi lebih bersama anak. Selain itu juga pandemi memberikan makna akan kebesaran tuhan bagi para ibu di mana segala sesuatu akan terjadi atas izin-Nya, pandemi juga mengajarkan para ibu akan kesabaran dan pentingnya kebersihan dan kesehatan.

Pengalaman komunikasi pada masa pandemi yang juga dirasakan para ibu dengan anak *down syndrome* adalah terkait dengan kondisi psikologis. Dalam bukunya, yang berjudul “The Pandemic of Psychology”, Taylor menjelaskan bahwa pandemi ini mempengaruhi psikologis masyarakat secara masif dan luas, mulai dari cara masyarakat berpikir dalam memahami informasi tentang sehat dan sakit, juga perubahan emosi seperti perasaan khawatir, cemas, dan takut, serta perilaku sosial seperti perilaku sehat, stigmasisasi, dan menghindar (Agung, 2020; Taylor, 2019), sehingga dapat dimengerti bahwa penyebaran pandemi memberi dampak psikologis yang signifikan pada manusia.

Bukti bahwa pandemi memberi dampak yang cukup signifikan dapat dilihat dari penelitian sebelumnya yang melibatkan 1.210 responden dari 194 kota di Cina. Ditemukan 53,8% responden menilai dampak psikologis dari wabah tersebut sedang atau berat, lalu 16,5% melaporkan gejala depresi sedang hingga berat, 28,8% melaporkan gejala kecemasan sedang hingga berat, dan 8,1% melaporkan tingkat stres sedang hingga berat (Wang et al., 2020), bahkan dalam hasil penelitian tersebut juga ditemukan bahwa perempuan lebih rentan terkena stres, cemas, dan depresi. Selain itu penelitian lain pun juga mendapatkan bahwa pandemi menyebabkan terjadinya peningkatan perasaan emosi negatif seperti cemas dan stres, serta menurunkan perasaan emosi positif seperti kebahagiaan dan kepuasan pada hidup (Li et al., 2020).

Perubahan yang terjadi akibat pandemi membuat subjek harus beradaptasi dan memperbarui kesehariannya kembali, dan perubahan ini juga membawa dampak pada kondisi psikologis ibu dan anak, bisa karena suasana, kesibukan, kegiatan baru, lingkungan, ataupun akibat pandemi itu sendiri. Seperti yang peneliti temukan dari wawancara, dampak psikologis yang dirasakan muncul seperti; perasaan khawatir, cemas, jenuh dan bosan, *stress*, sampai dengan depresi.

Dalam mengelola kegiatan dan aktivitas selama pandemi Covid-19 ini, seorang ibu membutuhkan komunikasi yang baik dan positif. Hal ini dilakukan agar anak dapat bertumbuh dan berkembang ke arah yang baik dan positif, seperti membangun karakter mereka, dan menciptakan hubungan baik antara ibu dan anak. Seperti yang kelima subjek lakukan, dalam kesehariannya, penggunaan *positive word* dalam berkomunikasi dengan anak akan menghasilkan anak yang percaya diri dan kreatif.

Selain itu dengan contoh dan tauladan yang baik dari ibu, anak *down syndrome* dapat bertumbuh dengan karakter yang positif disertai dengan kondisi psikologis yang penuh dengan rasa cinta dalam keluarganya. Kelima subjek berusaha menggunakan komunikasi terbuka dimana mereka membiarkan anak bernegosiasi, membebaskan anak bereksplorasi dan membuka diri, mengajak anak beraktivitas bersama, dan tidak lupa menggunakan komunikasi verbal dan non-verbal yang dapat menimbulkan rasa aman dan cinta bagi anak mereka.

Komunikasi keluarga yang baik antara ibu dan anak akan menghasilkan hubungan yang baik pula. Hubungan baik keduanya yang dibina sejak lahir akan menimbulkan keterikatan (*attachment*) satu sama lain (Widiastuti & Widjaja, 2004). Kelley menjelaskan relasi antara orang tua dan anak dapat menimbulkan ketergantungan satu sama lain dan relasi ini dapat bertahan dalam periode yang sangat lama. Holmbeck juga menemukan di dalam penelitiannya bahwa ikatan relasi yang hangat, berkualitas, dan mendalam antara orang tua dan anak dapat membantu anak mengatasi perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya, sehingga relasi yang berkualitas tersebut juga dapat dilihat dari seberapa jauh relasi memberikan fungsi-fungsi dukungan sosial bagi seseorang seperti pengakuan, perhatian, dan pertolongan (Widiastuti & Widjaja, 2004).

Kualitas hubungan orang tua terutama ibu dan anak merefleksikan tingkatan dalam kehangatan, rasa aman, kepercayaan, afeksi yang positif, dan ketanggapan dalam hubungan (Chen, Y. & Wu, 2009). Menurut Shek (2006) kualitas hubungan ibu dan anak dapat diketahui dari beberapa aspek, di antaranya ialah kepercayaan anak terhadap ibu, dan kepercayaan ibu terhadap anak, ketersediaan anak untuk berkomunikasi dengan ibu, dan kepuasan anak terhadap kontrol orang tua.

Berdasarkan berbagai temuan dalam penelitian ini, peneliti pun dapat mengungkapkan bahwa pengalaman komunikasi ibu dengan anak *down syndrome* yang berprestasi dapat digambarkan dengan interaksi yang berkualitas serta aktivitas atau kegiatan anak pada masa pandemi. Pada intinya dengan kualitas hubungan yang baik tersebut, maka anak akan tumbuh dengan rasa keterikatan yang man terhadap ibu mereka. Anak dengan *secure attachment* memiliki orang tua yang memberikan kehangatan dan pegasuhan yang konsisten, anak yang memiliki keterikatan yang aman akan terbuka dengan orang lain. Jadi, pengalaman komunikasi dengan anak *down syndrome* berprestasi tersebut pun telah ditunjukkan dalam hal mengelola kegiatan sekolah anak, mengelola kegiatan & aktivitas anak, serta mengelola perilaku, kemandirian & tanggung jawab anak.

PENUTUP

Kondisi pandemi saat ini juga merupakan kondisi spesial yang memberikan para ibu pengalaman baru bersama anak dan keluarga mereka dalam melakukan kegiatan dan aktivitas sehari-hari. Dari hasil dan pembahasan yang sudah penulis paparkan dapat ditarik kesimpulan bahwa: 1) Pengalaman komunikasi antara ibu dan anak *down syndrome* dapat dilihat dari makna anak *down syndrome* bagi ibu adalah sebagai tempat ibu belajar, dan perjalanan spiritual dan agama, serta penyempurna kehidupan. Kehadiran anak mengajarkan ibu tentang arti kesabaran, keikhlasan, penerimaan, dan rasa syukur. Ibu juga belajar kerendahan hati, semangat hidup, pandangan positif terhadap hidup, nilai-nilai dasar kehidupan dan kesederhanaan. Selain itu, kehadiran anak *down syndrome* memberikan kesadaran bahwa

manusia hanyalah makhluk yang tidak berdaya, tidak ada ciptaan yang sia-sia, dan dunia hanyalah tempat singgah sementara, merenungi lebih dalam arti kehidupan, serta mendekatkan diri pada Allah SWT. 2) Adapun upaya yang dilakukan para ibu dalam mengelola proses komunikasi yang mereka jalani selama pandemi pada kegiatan sekolah anak, aktivitas rutin anak, perilaku, kemandirian, dan tanggung jawab anak selama pandemi.

REFERENSI

- Agung, I. M. (2020). Memahami Pandemi Covid-19 Dalam Perspektif Psikologi Sosial. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(2), 68–84.
- Anggreni, N. M. D. A., & Valentina, T. D. (2015). PENYESUAIAN PSIKOLOGIS ORANGTUA DENGAN ANAK DOWN SYNDROME. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2), 185–197. <https://doi.org/10.24843/JPU.2015.v02.i02.p07>
- Arifa, F. N. (2020). Tantangan Pelaksanaan Kebijakan Belajar Dari Rumah Dalam Masa Darurat Covid-19. *Info Singkat: Kajian Singkat Terhadap Isu Aktual Dan Strategis*, 7(1), 13–18.
- Cahyati, N. (2018). Penggunaan Media Audio Visual Terhadap Karakter Tanggung Jawab Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Golden Age*, 2(02). <https://doi.org/10.29408/goldenage.v2i02.1033>
- Çelik, S., Tomris, G., & Tuna, D. M. (2021), M. A. (2021). The COVID-19 pandemic: The evaluation of the emergency remote parent training program based on at-home support for children with down syndrome. *Children and Youth Services Review*, 106325.
- Chen, Y. & Wu, C. (2009). *The Dynamic Relationships between Parenting and Adolescent Delinquency*. University of Georgia.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative Inquiry & Research Design - Choosing Among Five Approaches (Fourth Edition)* (4th ed., Issue 4). SAGE Publications, Inc.
- Desra, R. (2014). *Hubungan Kelekatan Terhadap Guru Dengan Motivasi Menghapa Al-Qur'an Pada Siswa SMPIT Al-Ihsan Boarding School Pekanbaru*. UIN Suska Riau.
- Dewi, W. A. F. (2020). Dampak COVID-19 terhadap Implementasi Pembelajaran Daring di Sekolah Dasar. *EDUKATIF: JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 2(1), 55–61. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v2i1.89>
- Eliasa, E. I. (2011). PENTINGNYA KELEKATAN ORANG TUA DALAM INTERNAL WORKING MODEL UNTUK PEMBENTUKAN KARAKTER ANAK (KAJIAN BERDASARKAN TEORI KELEKATAN DARI JOHN BOWLBY). In *Karakter Sebagai Saripati Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*. Inti Media Yogyakarta bekerjasama dengan Pusat Studi Pendidikan Anak Usia Dini Lembaga Penelitian UNY.
- Iswidharmanjaya, D. (2016). *Satu Hari Menjadi Lebih Percaya Diri*. PT Elex Media Komputindo.
- Khotijah, I. (2018). Peningkatan Kemandirian Anak Melalui Pembelajaran Practical Life. *Jurnal Golden Age*, 2(02), 127–140. <https://doi.org/10.29408/goldenage.v2i02.1100>
- Lestari, F. A., & Mariyati, L. I. (2015). RESILIENSI IBU YANG MEMILIKI ANAK DOWN SYNDROME DI SIDAARJO. *Psikologia*, 3(1), 141–155.
- Li, S., Wang, Y., Xue, J., Zhao, N., & Zhu, T. (2020). The Impact of COVID-19 Epidemic Declaration on Psychological Consequences: A Study on Active Weibo Users.

- International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(6), 1–9.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17062032>
- Megasari, I., & Kristiana, I. F. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Suami Dengan Penerimaan Diri Pada Ibu yang memiliki Anak Down Syndrome. *Jurnal Empati*, 5(4), 653–659.
- Pillay, D., Girdler, S., Collins, M., & Leonard, H. (2012). “It’s not what you were expecting, but it’s still a beautiful journey”: the experience of mothers of children with Down syndrome. *Disability and Rehabilitation*, 34(18), 1501–1510.
<https://doi.org/10.3109/09638288.2011.650313>
- Pranita, E. (2020). *Diumumkan Awal Maret, Ahli: Virus Corona Masuk Indonesia dari Januari*. Kompas.Com.
- Prasanti, D., & Fitrianti, D. R. (2018). Pembentukan Karakter Anak Usia Dini: Keluarga, Sekolah, Dan Komunitas. *Pembentukan Anak Usia Dini: Keluarga, Sekolah, Dan Komunitas*, 2(1), 15.
- Purnama, R. A., & Wahyuni, S. (2017). Kelekatan (Attachment) pada Ibu dan Ayah Dengan Kompetensi Sosial pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 13(1), 30–40.
- Pusungulaa, A., Pantow, J., & Boham, A. (2015). Pola komunikasi keluarga dalam membentuk karakter anak di Kelurahan Beo Talaud. “*Acta Diurna*,” 4(5), 1–10.
- Rahma, M. S., & Indrawati, E. S. (2017). PENGALAMAN PENGASUHAN ANAK DOWN SYNDROME (Studi Kualitatif Fenomenologis Pada Ibu Yang Bekerja). *Empati*, 6(3), 223–232.
- Rismayanthi, C. (2013). Mengembangkan Keterampilan Gerak Dasar Sebagai Stimulasi Motorik Bagi Anak Taman Kanak-Kanak Melalui Aktivitas Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 9(April), 64–72.
- Sa’diyah, R. (2017). PENTINGNYA MELATIH KEMANDIRIAN ANAK. *Kordinat: Jurnal Komunikasi Antar Perguruan Tinggi Agama Islam*, 16(1), 31–46.
<https://doi.org/10.15408/kordinat.v16i1.6453>
- Santoro, S. L., Donelan, K., Haugen, K., Oreskovic, N. M., Torres, A., & Skotko, B. G. (2021, M. (2021). Transition to virtual clinic: experience in a multidisciplinary clinic for Down syndrome. pp. 70-82). Hoboken, USA: John Wiley & Sons, Inc.. *In American Journal of Medical Genetics Part C: Seminars in Medical Genetics (Vol. 187, No. 1.,*
- Sunarty, K. (2016). HUBUNGAN POLA ASUH ORANGTUA DAN KEMANDIRIAN ANAK. *Journal of Educational Science and Technology (EST)*, 2(3), 152.
<https://doi.org/10.26858/est.v2i3.3214>
- Syah, R. H. (2020). Dampak Covid-19 pada Pendidikan di Indonesia: Sekolah, Keterampilan, dan Proses Pembelajaran. *SALAM: Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-I*, 7(5), 395–402.
<https://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i5.15314>
- Taylor, S. (2019). *The psychology of pandemics: Preparing for the next global outbreak of infectious disease*. Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing. Cambridge Scholars Publishing.
- Vibriyanthy, R., & Fauziah, P. Y. (2014). IMPLEMENTASI PENDIDIKAN KARAKTER DI HOMESCHOOLING KAK SETO YOGYAKARTA. *Jurnal Pendidikan Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 1(1), 75–85. <https://doi.org/10.21831/jppm.v1i1.2358>

- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1729. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>
- West, R., & Turner, L. H. (2010). *Introducing Communication Theory. Analysis and Application. Fourth Edition*. McGraw-Hill.
- Widiastuti, N., & Widjaja, T. (2004). Hubungan Antara Kualitas Relasi Ayah dengan Harga Diri Remaja Putra. *Jurnal Psikologi*, 2(1), 22–43.
- Wijayanti, D. (2015). Subjective well-being dan penerimaan diri ibu yang memiliki anak down syndrome. *Psikoborneo*, 4(1), 120–130.