

ABSTRAK

Devie Komala Sari: *“Terapi Istighfar Untuk Mengatasi Emosi Marah” (Studi Kasus Kepada Orang Tua Forum Komunikasi Keluarga Anak Dengan Kecacatan (FKKADK) Tunagrahita Ujung Berung)*

Anak adalah dambaan setiap keluarga karena setiap dua insan menjadi satu dalam ikatan pernikahan tentu saja memiliki harapan dan impian ingin mempunyai buah hati dalam keadaan normal dan sehat wal’afiat. Namun apakah jadinya ketika anak yang terlahir ternyata tidak sesuai dengan harapan dan impian. Tentu saja orang tua pasti mengalami emosi seperti rasa sedih, kecewa, kesal bahkan marah karena tidak bisa menerima realita yang terjadi padanya. Termasuk dalam hal ini adalah orang tua yang memiliki anak disabilitas tunagrahita. Tunagrahita juga disebut dengan keterbelakangan mental. Anak tunagrahita memiliki IQ di bawah rata-rata anak normal pada umumnya, sehingga menyebabkan fungsi kecerdasan dan intelektual mereka terganggu yang menyebabkan permasalahan-permasalahan lainnya yang muncul pada masa perkembangannya. Pada fenomena yang terjadi tentu saja emosi orang tua yang memiliki anak disabilitas tunagrahita lebih meningkat dibandingkan dengan orang tua yang memiliki anak yang normal. Emosi orang tua yang sering muncul adalah emosi marah. Hal yang sama dapat ditemui di Forum Komunikasi Keluarga Anak Dengan Kecacatan (FKKADK) Ujung Berung. Para orang tua di FKKADK mereka melakukan banyak terapi untuk mengatasi emosi marah diantaranya yaitu Terapi Istighfar.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui metode terapi istighfar yang dilakukan pada orang tua di Forum Komunikasi Keluarga Anak Dengan Kecacatan (FKKADK) Tunagrahita Ujung Berung dalam mengatasi emosi marah, selain itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi istighfar untuk mengatasi emosi marah pada orang tua yang memiliki anak disabilitas tunagrahita.

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kualitatif dan metode deskriptif dengan menekankan pada kekuatan analisis data pada sumber-sumber data yang ada, sehingga hasil penelitian tidak berupa angka-angka melainkan berupa interpretasi dan kata-kata. Teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui observasi, wawancara dan dokumentasi. Penelitian ini juga menggunakan metode studi kasus yaitu menekan pada kasus yang dialami oleh pengalaman pribadi orang tua yang memiliki anak disabilitas tunagrahita.

Hasil penelitian ini menunjukkan, bahwa proses terapi istighfar dengan menggunakan metode bertafakkur, yakin, posisi nyaman dan pejamkan mata, membaca istighfar dalam hati sebanyak 99 kali, khusus, ikhlas dan syukur yang dilakukan oleh subjek menghasilkan pengaruh yang positif berdasarkan hasil evaluasi konselor kepada klien bahwa klien mengatakan terapi istighfar dapat meredakan bahkan menghilangkan disaat emosi marah. Para orang tua akhirnya sudah bisa menerima kenyataan, sabar dan ikhlas dengan keadaan anaknya yang istimewa.

Kata Kunci: *Terapi Istighfar, Emosi Marah, Orang Tua Tuna Grahita.*