

## HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK TUNAGRAHITA SEDANG

*Starry Kireida Kusnadi, Nur Irmayanti, Husni Anggoro, Kemilau Senja Berlian  
Agustina*

Fakultas Psikologi, Universitas Wijaya Putra  
E-mail penulis: *starrykusnadi@uwp.ac.id*

### **Abstract**

*The purpose of this study was to see how the relationship between family support and psychological well-being of parents who have moderately retarded children. Family support is a form of interpersonal relationship that includes attitudes, actions and acceptance of family members, so that family members feel someone is paying attention. Psychological well-being is a condition in which individuals are able to accept themselves as they are, able to form warm relationships with others, have independence from social pressures, are able to control the external environment, have a meaning in life, and are able to realize themselves continuously. High family support will have a positive impact on psychological well-being. This research uses quantitative methods. The scale used is the family support scale adapted from the research of Meka Yusselda and Ice Yulia (2016), and the psychological well-being scale from Ryff's Scales of Psychological Well-being which was adapted from the research of M. Ilham Fahmy AM (2017). The subjects in this study were 30 parents. The results showed that there was a significant relationship between family support and psychological well-being ( $r = 0.734$ ;  $p < 0.00$ ). Thus, it can be concluded that the higher the family support, the higher the psychological well-being of parents who have children with moderate mental retardation and vice versa.*

**Key words:** *Family support, psychological well-being, moderate mentally retarded children*

### **Abstrak**

Tujuan penelitian ini untuk melihat bagaimana hubungan dukungan keluarga dengan *psychological well-being* pada orang tua yang memiliki anak tunagrahita sedang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah 30 orang tua. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala dukungan keluarga yang diadaptasi dari penelitian Meka Yusselda dan Ice Yulia (2016), dan skala *psychological well-being* dari Ryff's Scales of Psychological Well-being yang diadaptasi dari penelitian M. Ilham Fahmy AM (2017). Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan *psychological well-being* ( $r = 0,734$ ;  $p < 0,00$ ). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi dukungan keluarga, semakin tinggi pula *psychological well-being* pada orang tua yang memiliki anak tunagrahita sedang dan begitupula sebaliknya.

**Kata kunci:** *Dukungan keluarga, psychological well-being, anak tunagrahita sedang*

## PENDAHULUAN

Tidak semua anak terlahir dengan kondisi yang sehat dan sempurna, beberapa dari mereka lahir dengan memiliki keterbatasan atau ketidakmampuan, baik fisik maupun psikis. Orang sering menyebut mereka sebagai penyandang cacat. Istilah lain dari anak penyandang cacat adalah anak berkebutuhan khusus. Menurut Manggungsong (2009) anak berkebutuhan khusus mungkin saja mengalami gangguan atau ketunaan seperti, gangguan fisik (tunadaksa), emosional atau perilaku, penglihatan (tunanetra), komunikasi, pendengaran (tunarungu), kesulitan belajar (tunalaras), atau mengalami retardasi mental (tunagrahita).

*American Association on Mental Retardation* (AAMR) menjelaskan keterbelakangan mental atau tunagrahita berarti menunjukkan keterbatasan dalam fungsi intelektual yang ada di bawah rata-rata, dan keterbatasan pada dua atau lebih keterampilan adaptif seperti berkomunikasi, merawat diri sendiri, keterampilan sosial, kesehatan dan keamanan, fungsi akademis, waktu luang, dan sebagainya. Keadaan ini nampak sebelum usia 18 tahun (Suharmini, 2007). Sedangkan, *American Psychological Association* (APA) yang dipublikasikan melalui *Manual of Diagnosis and Professional Practice in Mental Retardation* th. 1996, mengemukakan tentang batasan tunagrahita. Batasan dari APA ini dapat dimaknai, bahwa anak tunagrahita adalah anak yang secara signifikan memiliki keterbatasan fungsi intelektual dan keterbatasan fungsi adaptif. Keadaan ini terjadi sebelum usia 22 tahun. Batasan dari APA dan AAMR ini letak perbedaannya pada usia munculnya tunagrahita, yaitu sebelum usia 18 tahun (batasan dari AAMR) dan sebelum 22 tahun (APA). Batasan ini apabila disatukan, maka dapat dikatakan, bahwa keterbatasan fungsi intelektual dan fungsi adaptif nampak sebelum usia 18-22 tahun (Suharmini, 2007).

Jumlah anak-anak tunagrahita diperkirakan 2,5-3% dari jumlah populasi umumnya. Sesuai dengan karakteristiknya, kira-kira 85% anak-anak yang termasuk tunagrahita ringan dari populasi tunagrahita yang ada. Jumlah tunagrahita sedang (*moderate mental retardation*) diperkirakan 10% dari jumlah populasi tunagrahita yang ada. (Suharmini, 2007). Di Indonesia sendiri, jumlah penyandang tunagrahita pada tahun 2012 adalah 13,68% dari 2.126.000 jiwa yang merupakan penyandang disabilitas (Pusdatin dan Direktorat Orang Dengan Kecacatan, 2012 dalam Badan Pendidikan dan Penelitian Kesejahteraan Sosial Pusat Data dan Informasi Kesejahteraan Sosial, 2012).

Anak Tunagrahita dapat dikategorikan kedalam 3 kategori yang didasarkan pada skor IQ, yakni ringan, sedang, dan berat. Menurut Sutjihati Somantri (2005 dalam Anggraeni, 2014) anak tunagrahita sedang disebut juga embisil. Kelompok ini memiliki IQ 51-36 pada skala Binet dan 54-40 menurut skala *Weschler* (WISC). Anak terbelakang mental sedang bisa mencapai perkembangan usia mental sampai lebih 7 tahun. Anak tunagrahita sedang dapat dididik mengurus diri sendiri, melindungi diri sendiri dari bahaya seperti menghindari kebakaran, berjalan di jalan raya, berlindung dari hujan dan sebagainya. Anak tunagrahita sedang sangat sulit bahkan tidak dapat belajar secara akademik seperti

belajar menulis, membaca dan berhitung walaupun anak tunagrahita sedang masih dapat menulis secara sosialnya misalnya menulis namanya sendiri, alamat rumahnya dan lain-lain. Selain itu, anak tunagrahita sedang masih dapat di didik mengurus diri seperti mandi, berpakaian, makan, minum, mengerjakan pekerjaan rumah tangga dan sebagainya. Dalam kehidupan sehari-hari, anak tunagrahita sedang membutuhkan pengawasan yang terus menerus. Anak tunagrahita sedang juga masih dapat bekerja di tempat kerja terlindung (*Sheltered Workshop*) (Wantah, 2007).

Lahirnya anak tunagrahita tidak hanya dapat membuat orang tua merasa terganggu, namun juga dapat membawa perubahan dalam kehidupan sosial, harapan, rencana, serta kesehatan psikologis, dan kesejahteraan orang tua terutama ibu (Singh, 2015). Perubahan-perubahan yang terjadi dengan lahirnya anak tunagrahita dapat membuat orang tua mengalami penolakan yang disertai perasaan terkejut, stres, sedih, bingung, sehingga menimbulkan perasaan dan emosi negatif seperti khawatir, marah, dan frustrasi. Stres yang terjadi pada ibu dapat berasal dari peningkatan tuntutan dalam pengasuhan anak, koordinasi dengan pihak profesional (Baker dkk, 2003), biaya layanan anak yang mahal, perasaan terisolasi dan kurangnya dukungan sosial, dan dapat menempatkan orang tua dari anak tunagrahita beresiko untuk mengalami 3 tekanan psikologis yang lebih tinggi (Olsson & Hwang, 2001). Selain perubahan negatif, terdapat pula perubahan positif yang ditimbulkan dari lahirnya anak tunagrahita dalam kehidupan orang tua yaitu diantaranya adalah meningkatnya spiritualitas, memperluas wawasan, mengembangkan kemampuan dan keterampilan, mempererat hubungan keluarga, memperluas relasi, lebih toleran, lebih pengertian, serta memiliki tujuan hidup dan prioritas dalam hidup (Stainton & Besser, 1998; Hastings & Taunt, 2002 dalam Rahmahdianti & Rusli, 2020).

Cramm dan Nieboer (2011 dalam Rahmahdianti & Rusli, 2020) mendapati bahwa stres yang dialami oleh orang tua dari anak tunagrahita memberikan pengaruh yang besar terhadap *psychological well-being* orang tua sebagai pengasuh anak yang paling dekat secara emosional. Menurut Ryff (1989) *psychological well-being* adalah keadaan dimana individu mampu menerima dirinya apa adanya, mampu membentuk hubungan yang hangat kepada orang lain, memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial, mampu mengontrol lingkungan eksternal, memiliki arti hidup, serta mampu merealisasikan dirinya secara kontinyu. *Psychological well-being* merupakan realisasi dan pencapaian penuh dari potensi individu dimana individu dapat menerima masa lalunya dengan segala kelebihan dan kekurangannya (*self acceptance*), menunjukkan sikap mandiri (*autonomy*), mampu membina hubungan yang positif dengan orang lain (*positive relation with others*), dapat menguasai lingkungannya (*environmental mastery*), memiliki tujuan dalam hidup (*purpose in life*), serta mampu mengembangkan pribadinya (*personal growth*) (Ryff, 1989).

Dukungan keluarga merupakan unsur terpenting dalam membantu individu menyelesaikan masalah, dukungan keluarga akan menambah rasa percaya diri dan motivasi untuk menghadapi masalah dan meningkatkan kepuasan hidup. Menurut

## HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK TUNAGRAHITA SEDANG

Friedman (2010) dukungan keluarga memiliki empat dimensi yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif. Dukungan emosional merupakan dukungan yang melibatkan rasa empati, kasih sayang, peduli terhadap seseorang sehingga memberikan perasaan nyaman, dihargai, diperhatikan, diperlihatkan, dan dicintai. Dukungan penghargaan ini meliputi dukungan yang terjadi lewat ungkapan rasa hormat (penghargaan) positif. Dukungan informatif yaitu dengan memberikan nasehat, arahan, atau sugesti mengenai bagaimana seseorang melakukan sesuatu. Dukungan instrumental meliputi bantuan yang diberikan secara langsung atau nyata.

Penelitian yang dilakukan oleh Pradana & Kustanti (2017) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial suami dengan *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak autisme. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial suami yang dirasakan oleh ibu maka semakin tinggi *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak autisme. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Asmarani & Sugiasih (2020) juga menemukan hasil yang sama, yakni dukungan sosial suami secara signifikan berhubungan dengan kesejahteraan psikologis pada ibu yang memiliki anak tunagrahita.

Berdasarkan apa yang telah dipaparkan sebelumnya, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang hubungan antara dukungan keluarga dengan *psychological well-being* pada orang tua yang memiliki anak tunagrahita untuk memperkuat hasil-hasil penelitian sebelumnya. Sehingga, peneliti melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan *Psychological Well-Being* Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Tunagrahita Sedang”.

### METODE

#### *Desain*

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan adalah korelasional yang bertujuan untuk menguji hubungan antara dukungan keluarga dengan *psychological well-being* pada orang tua yang memiliki anak tunagrahita sedang.

#### *Partisipan*

Subjek dalam penelitian ini adalah 30 orang tua yang memiliki anak tunagrahita sedang.

#### *Instrumen*

Skala yang digunakan untuk mengukur dukungan keluarga adalah skala dukungan keluarga yang didasarkan pada Teori Friedman, yang diadaptasi dari penelitian Yusselda

dan Yulia (2016). Skala tersebut mengukur empat dimensi dari dukungan keluarga, yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif, yang berjumlah 20 aitem dengan menggunakan skala likert yang terdiri atas 5 pilihan jawaban. Sedangkan, untuk mengukur *psychological well-being* digunakan skala *psychological well-being* dari Ryff's Scales of Psychological Well-being yang diadaptasi dari penelitian Fahmy AM (2017) yang berjumlah 22 aitem dengan menggunakan skala likert yang terdiri atas 5 pilihan jawaban yaitu Sangat setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

#### Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi *product moment* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) Windows Seri 16.

## HASIL

**Tabel 1**  
**Gambaran Data Hipotetik Variabel Penelitian**

Variabel	Nilai Max	Nilai Min	Mean	Range	SD
Dukungan keluarga	100	20	60	80	13.33
PWB	110	22	66	88	14,66

Berdasarkan tabel 1, nilai rata-rata dukungan keluarga adalah 60 dengan nilai maksimal sebesar 100 dan nilai minimal sebesar 20. Sedangkan, pada variabel *psychological well-being* diperoleh nilai rata-rata sebesar 66 dengan nilai maksimal sebesar 110 dan nilai minimal sebesar 22.

**Tabel 2**  
**Hasil Korelasi Product Moment**

		Dukungan keluarga	PWB
<b>Dukungan keluarga</b>	Pearson Correlation	1	.734**
	Sig.(2-tailed)		.000
	N	30	30
<b>PWB</b>	Pearson Correlation	.734**	1
	Sig.(2-tailed)	.000	
	N	30	30

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)

Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui nilai koefisien korelasi adalah 0,734 ( $r= 0,734$ ),  $p<0.00$ ). Hal tersebut berarti terdapat hubungan antara dukungan keluarga terhadap *psychological well-being*. Arah korelasi tersebut adalah positif, yang berarti semakin

tinggi dukungan keluarga terhadap orang tua maka semakin tinggi pula *psychological well-being* orang tua, begitupun sebaliknya.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan positif antara dukungan keluarga dengan *psychological well-being* orang tua yang memiliki anak tunagrahita sedang. Hal tersebut berarti semakin tinggi dukungan keluarga terhadap orang tua maka semakin tinggi pula *psychological well-being* orang tua, begitupun sebaliknya. Hasil penelitian ini mendukung hasil-hasil penelitian sebelumnya yang juga menemukan bahwa dukungan keluarga memiliki keterkaitan dengan *psychological well-being* orang tua yang memiliki anak disabilitas (Pradana & Kustanti, 2017; Asmarani & Sugiasih, 2020)

Dukungan keluarga yang tinggi dapat membantu meningkatkan *psychological well-being* pada orang tua. Dukungan keluarga merupakan unsur terpenting dalam membantu individu menyelesaikan masalah, dukungan keluarga akan menambah rasa percaya diri dan motivasi untuk menghadapi masalah dan meningkatkan kepuasan hidup orang tua. Sebaliknya jika dukungan keluarga terhadap orang tua rendah, maka orang tua akan mengalami penurunan pada *psychological well-beingnya*. Orang tua akan menilai dirinya dengan negatif, tidak memiliki keinginan untuk menjalin hubungan dengan orang lain, kurang mandiri, tidak dapat mengendalikan hidup dan lingkungannya, tidak memiliki tujuan hidup, dan tidak berkembang menjadi pribadi yang lebih baik.

Meskipun jumlah partisipan dalam penelitian ini hanya 30 orang, namun sebelum peneliti melakukan analisis dengan menggunakan statistik parametrik, peneliti memastikan bahwa telah terpenuhinya uji asumsi yang bersifat parametrik. Sehingga dari segi metodologi, hasil penelitian ini menghasilkan kesimpulan yang dapat diandalkan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, Drias. (2014). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Permainan Tradisional Lompat Tali Bagi Anak Tunagrahita Sedang Kelas III SDLB di SLB C Wiyata Dharma II Tempel. *Skripsi*. Program Studi Pendidikan Luar Biasa Jurusan Pendidikan Luar Biasa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta. <https://core.ac.uk/download/pdf/78028343.pdf>
- Ardiyanto, Singgih. (2014). Meningkatkan Kemampuan Bina Diri Melalui Analisis Tugas Pada Anak Tunagrahita Sedang Kelas 1 Di SLB Limas Padang. *E-JUPEKhu (Jurnal Ilmiah Pendidikan Khusus)*, 3(2), 17-37. DOI: <https://doi.org/10.24036/jupe> 32450.64. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/jupekhu/article/view/3245>

- Asmarani, F.F., & Sugiasih, I. (2020). Kesejahteraan Psikologis pada Ibu yang Memiliki Anak Tunagrahita Ditinjau dari Rasa Syukur dan Dukungan Sosial Suami. *Psisula Prosiding Berkala Psikologi 1*. DOI: 10.30659/psisula.v1i0.7688. [https://www.researchgate.net/publication/338862794\\_Kesejahteraan\\_Psikologis\\_pada\\_Ibu\\_yang\\_Memiliki\\_Anak\\_Tunagrahita\\_Ditinjau\\_dari\\_Rasa\\_Syukur\\_dan\\_Dukungan\\_Sosial\\_Suami](https://www.researchgate.net/publication/338862794_Kesejahteraan_Psikologis_pada_Ibu_yang_Memiliki_Anak_Tunagrahita_Ditinjau_dari_Rasa_Syukur_dan_Dukungan_Sosial_Suami)
- Astutik, D. (2019). Hubungan Antara Kesepian Dengan Psychological Well-Being Di Kelurahan Sananwetan Blitar. *Skripsi*. Keperawatan Universitas Airlangga.
- Baker, B.L., McIntyre, L.L., Blacher, J., Crnic, K., Edelbrock, C., & Low, C. (2003). Preschool Children with and without Developmental Delay: Behavior Problems and Parenting Stress Over Time. *Journal of Intellectual Disability Research*, 47(4/5), 217–230.
- Cramm, J., M., & Nieboer, A., P. (2011). Psychological Well-Being of Caregivers of Children with Intellectual Disabilities: Using Parental Stress as A Mediating Factor. *Journal of Intellectual Disabilities*, 15(2), 101–113.
- Fahmi AM, M.I. (2017). Hubungan antara *Parenting Self Efficacy* dengan *Psychological Well-being* Ibu yang Memiliki Anak dengan Disabilitas Intelektual. *Tesis*. Univeritas Muhammadiyah Malang.
- Friedman, M. M. (2010). *Keperawatan Keluarga, Riset, Teori, dan Praktek*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Kementerian Sosial RI. (2012). *Kementerian Sosial Dalam Angka Pembangunan Kesejahteraan Sosial*. Badan Pendidikan dan Penelitian Kesejahteraan Sosial Pusat Data dan Informasi Kesejahteraan Sosial. Jakarta
- Manggungsong, F. (2009). *Pendidikan Anak Luar Biasa*. Jakarta: LPSP3UI.
- Olsson, M.B., & Hwang, C.P. (2001). Depression in Mothers and Fathers of 12 Children with Intellectual Disability. *Journal of Intellectual Disability Research*, 45(6), 535-543.
- Pradana, A.P., & Kustanti, E.R. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Suami Dengan Psychological Well-Being Pada Ibu Yang Memiliki Anak Autisme. *Jurnal Empati*, 6(2), 83-90. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/19734/18665>
- Rahmahdianti., & Rusli, D. (2020). Gratitude Dan Psychological Well-Being Pada Ibu Bekerja Yang Memiliki Anak Tunagrahita. *Jurnal Riset psikologi*, 2020(1), 1-12. DOI: <http://dx.doi.org/10.24036/jrp.v2020i1.7968>. <http://ejournal.unp.ac.id/students/index.php/psi/article/view/7968/3744>

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK TUNAGRAHITA SEDANG

- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, Or Is It? Explorations on The Meaning of Psychological Wellbeing. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Singh, R. (2015). Psychological correlates of wellbeing in mothers of children with intellectual disability. *Journal of Disability Studies*, 1(1), 10-14.
- Stainton, T., & Besser, H. (1998). The Positive Impact of Children with an Intellectual Disability on The Family. *Journal of Intellectual & Developmental Disability*, 23(1), 57- 70.
- Suharmini, Tin. (2007). *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*. Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Direktorat Ketenagaan.
- Sutjihati, Somantri. (2006). *Psikologi Anak Luar Biasa*. Bandung: PT Rafika Aditama.
- Wantah, Maria J. (2005). *Pengembangan Disiplin dan Pembentukan Moral pada Anak Usia Dini*. Jakarta: Direktorat Pembinaan Pendidikan Tenaga Kependidikan dan Ketenagaan Perguruan Tinggi.
- Yuselda, M., & Wardani, I.Y. (2016). Dampak Dukungan Keluarga terhadap Kualitas Hidup Lansia. *Jurnal Keperawatan*. 8 (1), 9-13.