

DUKUNGAN SOSIAL DAN KECEMASAN PADA ORANG TUA DENGAN ANAK DISABILITAS

Trias Putri Agustin¹, Sheilla Varadhila Peristianto²

Email: 210810049@student.mercubuana-yogya.ac.id¹ sheilla@mercubuana-yogya.ac.id²

Universitas Mercu Buana Yogyakarta^{1,2}

Abstrak

Orang tua dengan anak disabilitas mengalami kecemasan yang besar terutama karena kekhawatiran terhadap pandangan orang lain terhadap anak, diasingkan saat bersosialisasi, dan terhadap kemandirian anak. Dukungan sosial yang diberikan oleh orang lain membantu orang tua menghadapi kecemasan yang timbul dari mengasuh anak dengan disabilitas. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengkaji hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan pada orang tua dengan anak disabilitas. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan sampel 63 orang tua berusia 20-65 tahun yang memiliki anak disabilitas. Sampel diambil menggunakan teknik purposive sampling. Data didapatkan melalui kuisioner yang diberikan secara langsung kepada responden menggunakan skala DASS 42 (Depression Anxiety Stress Scales) dan skala MSPSS (Multidimensional Scale of Perceived Social Support). Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan Pearson Product Moment Corellation dengan bantuan software jamovi. Hasil analisis dari penelitian ini menunjukkan dukungan sosial memiliki hubungan negatif dengan kecemasan, ini berarti semakin besar dukungan sosial yang diterima, maka semakin rendah Tingkat kecemasan yang dialami. Temuan ini menekankan pentingnya peran dukungan sosial dalam mengelola kecemasan dan implikasinya sebagai rujukan referensi pada konteks komunitas marginal, dalam hal ini adalah disabilitas.

Kata kunci: Disabilitas; Dukungan Sosial; Kecemasan; Orang tua; Pinilih.

Abstract

Parents with children with disabilities experience great anxiety mainly due to concerns about the views of others towards the child, being isolated when socializing, and towards the child's independence. Social support provided by others can help parents deal with anxiety arising from caring for children with disabilities. The purpose of this study was to examine the relationship between social support and anxiety in parents who have children with disabilities. This study uses a quantitative research method and includes a sample of 63 respondents of parents who have children with disabilities with an age range of 20-65 years. The sampling technique used was purposive sampling technique. Data were collected by distributing questionnaires directly to the respondents using the DASS 42 (Depression Anxiety Stress Scales) and the MSPSS (Multidimensional Scale of Perceived Social Support). The data analysis technique in this study is Pearson Product Moment Corellation with the help of Jamovi software. The results of the analysis of this study show that social support has a negative relationship with anxiety, meaning that the higher the social support received, the lower the level of anxiety felt. This finding emphasizes the important role of social support in managing anxiety and its implications as a reference point in the context of marginalized communities, in this case disability.

Keywords: Anxiety; Disability; Parents; Pinilih; Social Support

PENDAHULUAN

Orang tua memegang peranan penting dalam membantu proses tumbuh kembang anak, karena orang tua merupakan sumber belajar pertama (Asikin dkk., 2023). Anak usia dini merupakan masa kritis dalam pendidikan seseorang, sehingga orang tua perlu sadar dan peka

terhadap kebutuhan anaknya. Bagi orang tua dengan anak disabilitas, ini menjadi tantangan yang lebih besar dengan tanggung jawab yang lebih berat, kondisi ini menyebabkan orang tua mengalami tekanan dan tantangan yang lebih besar. Salah satu kondisi psikologis yang dihadapi oleh orang tu dengan anak penyandang

disabilitas adalah kecemasan (Breslau dkk., 1982). Kecemasan adalah ketakutan atau kekhawatiran akan terjadinya hal yang tidak menyenangkan di masa mendatang (Lovibond & Lovibond 1995).

Cemas yang dialami orang tua disebabkan oleh berbagai faktor. Hasil dari studi literatur yang telah dilakukan mengungkapkan bahwa kekhawatiran orang tua yang terbesar adalah terkait dengan kondisi anak yang akan dipandang berbeda, *dibully*, bahkan diasingkan oleh anak lain ketika sudah mulai bersosialisasi, selain itu orang tua juga mengkhawatirkan kemandirian anak (Ghaisani & Hendriani, 2022). Hal ini didukung oleh hasil penelitian Rini dkk., (2020) dalam (Lubis & Hayati, 2020) yang mendapatkan hasil sebesar 88,68% orang tua dari anak berkebutuhan khusus yang berpartisipasi sebagai responden mengalami kecemasan.

Hasil *literatur review* dengan partisipan yang berbeda menunjukkan bahwa dukungan sosial pada ibu bisa berdampak pada keadaan psikologis orang tua saat merawat anak yang memiliki disabilitas (Khoeriyah, 2021). Dalam Sari (2013) penelitian lainnya, menunjukkan bahwa partisipan (orang tua dengan anak disabilitas) yang menerima dukungan sosial rendah biasanya lebih rentan mengalami kecemasan. Dukungan sosial adalah persepsi atau pengalaman seseorang bahwa mereka dicintai, dihargai, dan menjadi

bagian dari jaringan komunikasi dan timbal balik yang terdapat dari tiga aspek yaitu dukungan dari keluarga, dukungan dari teman sebaya, dan dukungan dari orang yang signifikan lainnya (Zimet dkk. 1988).

Dampak dukungan sosial terhadap orang tua dari anak penyandang disabilitas dapat berupa pengurangan kecemasan, dengan dukungan sosial yang diterima dapat membantu orang tua dengan anak penyandang disabilitas menghadapi banyak tantangan yang menimbulkan kekhawatiran tentang masa depan anak dan kesulitan dalam memenuhi kebutuhan anak (Stevanny & Laksmiwati, 2023). Orang tua yang memiliki dukungan sosial mendapat perhatian, perhatian, dan pengertian yang lebih besar, sehingga orang tua dengan anak penyandang disabilitas dapat mengatasi situasi sulit dengan lebih mudah dan mengurangi kecemasan.

Hasil penelitian Kireida Kusnadi dkk., (2022) menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kecemasan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Kemudian riset yang dilakukan oleh Kusnadi dkk. (2022) menyatakan hal yang serupa, Semakin banyak dukungan sosial yang diterima ibu dengan anak berkebutuhan khusus, maka rasa cemas yang mereka rasakan akan berkurang. Menurut Wibhowo & Sanjaya (2022) pemberian dukungan sosial berdampak

menurunkan rasa kecemasan, individu yang kurang mendapatkan dukungan sosial dari orang lain merasakan kecemasan yang cenderung tinggi.

Berdasarkan pembahasan di atas, Peneliti ingin mengetahui hubungan dukungan sosial dengan kecemasan orang tua dengan anak disabilitas di Pinilih. Penelitian ini merupakan penelitian pertama yang dilakukan mengenai dukungan sosial dan kecemasan di kalangan orang tua anak penyandang disabilitas di Pinilih, Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan referensi pada konteks komunitas marginal, dalam hal ini adalah disabilitas.

METODE PENELITIAN

Metode yang diterapkan dalam penelitian ini adalah metode penelitian Kuantitatif deskriptif dengan desain korelasional untuk mengetahui keterkaitan variabel dukungan sosial dan kecemasan pada orang tua dengan anak disabilitas. Pada penelitian ini kecemasan sebagai variabel terikat dan dukungan sosial sebagai variabel bebas. Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari orang tua yang memiliki anak disabilitas dengan rentang usia 20-65 tahun di Pinilih yang berjumlah 63 partisipan. Perolehan partisipan dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan berdasarkan kriteria. Kriteria partisipan dalam penelitian

ini adalah orang tua yang memiliki anak disabilitas dengan rentang usia 20-65 tahun.

Pengumpulan data menggunakan skala DASS 42 (*Depression Anxiety Stress Scales*) 14 aitem aspek kecemasan dari Lovibond & Lovibond (1995) untuk mengukur variabel kecemasan dengan nilai *alfa Cronbach* berada diatas 0,9 untuk masing-masing dimensi (Arinda 2022). Skala MSPSS (*Multidimensional Scale of Perceived Social Support*) oleh Zimet dkk. (1988) digunakan untuk mengukur variabel dukungan sosial dengan nilai *alfa Cronbach* sebesar 0.900 (Dintari 2019). Teknik analisis data pada penelitian ini adalah korelasi *product moment* dengan bantuan *software Jamovi versi 2.3.2.1*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Demografi Partisipan

Data yang diperoleh kemudian dilakukan analisis data yang mencakup analisis deskriptif, uji normalitas, uji linieritas, dan uji hipotesis.

Dari hasil yang diperoleh, berdasarkan kategorisasi usia terdapat delapan (13%) peserta dengan rentang usia 20-35 tahun, 40 (63%) peserta dengan rentang usia 36-50 tahun, dan 15 (24%) peserta dengan rentang usia 51-65 tahun. Dari data tersebut dapat diketahui bahwa peserta pada penelitian ini didominasi oleh orang tua dengan rentang usia 36-50 tahun.

Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif ini digunakan untuk mengetahui persentase partisipan yang merasakan kecemasan dan tingkat mendapatkan dukungan sosial. Dari 63 partisipan terdapat 29% (18 responden) yang merasakan kecemasan dengan tingkat rendah hingga berat dan terdapat 98% (62 orang) partisipan menerima dukungan sosial dengan tingkat sedang hingga tinggi. Berdasarkan data ini, dapat dilihat bahwa partisipan mendapatkan dukungan sosial yang baik dan cenderung merasakan kecemasan yang rendah.

Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan untuk mengonfirmasi bahwa data memenuhi kriteria untuk dilakukan analisis lebih lanjut. Uji asumsi atau uji pra-syarat yang dilakukan meliputi uji normalitas dan uji linieritas.

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan teknik *saphiro wilk*. Hasil uji menunjukkan data untuk variabel kecemasan dan dukungan sosial berdistribusi normal. Nilai signifikansi $p=0,071$ dan $p=0,072$ ($p > 0,05$).

Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan bertujuan untuk memastikan hubungan linier antara dukungan sosial dan kecemasan. Hasil uji menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial dan variabel kecemasan memiliki

hubungan yang bersifat linier dengan nilai $F=56,4$ dan $p<0,001$ ($p<0,050$).

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk menganalisis hubungan antara dukungan sosial dan kecemasan dengan menggunakan teknik korelasi *product moment pearson*. Hipotesis yang diuji adalah terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dan kecemasan. Hasil analisis memperlihatkan nilai koefisien korelasi sebesar $-0,693$ ($r_{xy} = -0,693$) menunjukkan bahwa kedua variabel penelitian memiliki korelasi negatif. Nilai r_{xy} rentang $0,61$ sampai dengan $0,80$ memiliki korelasi yang kuat, sehinggal hasil koefisien menunjukkan korelasi yang kuat. Selanjutnya Koefisien determinasi yang disimbolkan dengan R^2 sebesar $0,480$. Hal ini membuktikan bahwa variabel dukungan sosial dapat memberikan kontribusi pada kecemasan sebesar $48,0\%$.

Hasil analisis pada penelitian ini mengungkapkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan negatif di kalangan orang tua yang memiliki anak penyandang disabilitas ($r = -0,693$, $p < 0,001$). Maknanya, semakin tinggi dukungan sosial diterima maka semakin rendah kecemasan dirasakan. Sementara, apabila dukungan sosial yang diterima rendah, maka kecemasan yang dirasakan semakin tinggi. Hasil ini konsisten dengan penelitian Kusnadi dkk. (2022) yaitu terdapat

hubungan yang signifikan ke arah negatif antara dukungan sosial yang disesuaikan dan kecemasan pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus. Jika tingkat dukungan sosial tinggi, kecemasan yang dirasakan cenderung lebih rendah, dan sebaliknya. Hal ini didukung juga dari pernyataan Wibhowo & Sanjaya (2022) pemberian dukungan sosial berdampak menurunkan rasa kecemasan, apabila individu kurang menerima dukungan sosial dari individu lain memiliki rasa kecemasan tinggi. Penelitian lain dari Özyazıcıoğlu & Buran (2014) bahwa dukungan sosial membantu orang tua untuk mengelola kecemasan yang berkaitan dengan pengasuhan anak penyandang disabilitas.

Dukungan sosial terdiri dukungan dari keluarga, dukungan dari teman, serta dukungan dari orang yang signifikan lainnya (Zimet dkk., 1988). Keluarga sebagai orang terdekat anak memberikan peran penting dalam hidup anak. Penelitian Desiningrum (2022) menunjukkan bahwa dukungan keluarga berpengaruh signifikan terhadap stres dan kecemasan pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme (ASD). Selain dukungan yang didapat dari keluarga, dukungan yang diberikan oleh teman sebaya juga memiliki kontribusi dalam menurunkan kecemasan, hal ini didukung oleh hasil riset Fauziyah & Ariati (2015) menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya memberikan

kontribusi positif sebesar 28,9% terhadap kecemasan ketika menghadapi kehidupan kerja. Diperkuat dengan pernyataan Levina (2012) dalam (Pratiwi dkk. 2024) Semakin besar tingkat dukungan sosial dari teman sebaya maka semakin sedikit rasa cemas yang dialami. Orang signifikan lainnya seperti pasangan atau mentor dapat memberikan dukungan emosional yang intens dan kehadiran yang menenangkan. Dalam penelitian Kugbey dkk. (2015) mengemukakan bahwa Dukungan sosial dari orang terdekat telah terbukti memainkan peran penting dalam mengurangi kecemasan dan meningkatkan kesejahteraan psikologis orang tua dengan anak penyandang disabilitas. Temuan ini sama dengan temuan-temuan sebelumnya, meskipun dengan partisipan yang berbeda. Penelitian ini juga menambah bukti bahwa dukungan sosial memberikan kontribusi aktif terhadap kecemasan, yang telah diidentifikasi dalam berbagai studi sebelumnya.

Penelitian ini memiliki keterbatasan yang perlu dipertimbangkan yaitu data dikumpulkan melalui kuisioner *self-report* yang bisa terpengaruh oleh bias subjektif partisipan, namun Peneliti telah melakukan usaha-usaha seperti menggunakan skala kuisioner yang telah divalidasi sehingga mengurangi potensi kesalahan atau bias dari alat ukur itu sendiri, mendampingi secara langsung ketika peserta melakukan

pengisian kuisioner, dan Peneliti menekankan bahwa jawaban peserta akan dirahasiakan untuk mengurangi tekanan sosial atau keinginan untuk memberikan jawaban yang diharapkan. Peneliti selanjutnya dianjurkan untuk mengkombinasikan metode penelitian kualitatif dengan kuantitatif untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang pengalaman subjektif individu terkait dukungan sosial dan kecemasan, mengkaji hubungan antara dukungan sosial dengan kondisi psikologis lainnya seperti depresi atau stres, untuk mendapatkan gambaran yang komprehensif, atau melakukan penelitian eksperimental untuk menguji efektivitas berbagai jenis intervensi dukungan sosial dalam mengurangi kecemasan.

PENUTUP

Penelitian ini meneliti hubungan antara dukungan sosial dan kecemasan pada orang tua dengan anak disabilitas. Hasil menunjukkan bahwa dukungan sosial berhubungan signifikan dengan arah negatif dengan kecemasan pada orang tua yang memiliki anak disabilitas. Temuan ini mendukung hipotesis bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan. Penelitian ini dibatasi oleh sampel yang kecil dan hanya mencakup anggota dari salah satu komunitas di Jogja. Penelitian lebih lanjut

diperlukan untuk menguji hubungan dukungan sosial dan kecemasan pada orang tua dengan anak disabilitas pada populasi lebih luas dan melakukan penelitian lebih lanjut faktor lainnya yang mempengaruhi kecemasan. Diharapkan bahwa melalui penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi pada konteks komunitas marginal, khususnya disabilitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Arinda, D. H. (2022). Uji Validitas Dan Reliabilitas Skala Depression, Anxiety, And Stress Scale-42 (Dass-42) Versi Bahasa Indonesia Pada Sampel Emerging Adulthood [Universitas Gadjah Mada]. <https://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/215931>
- Asikin, H. M., Nasir, M., Hasan, E., Nuralamsyah, M., & Podding, T. (2023). Asuhan Keperawatan Pada Anak Dengan Kebutuhan Khusus. Nas Media Pustaka.
- Breslau, N., Staruch, K. S., & Mortimer, E. A., Jr. (1982). Psychological Distress in Mothers of Disabled Children. *American Journal of Diseases of Children*, 136(8), 682–686. <https://doi.org/10.1001/archpedi.1982.03970440026007>
- Desiningrum, D. R. (2022). Emotional Competence, Family Social Support and Parental Stress in Mothers of Children with Autism during the Pandemic. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 11(2), 342. <https://doi.org/10.12928/jehcp.v11i2.22389>

- Fauziyah, F. K., & Ariati, J. (2015). Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa S1 Tingkat Akhir. *Jurnal EMPATI*, 4(4), Article 4. <https://doi.org/10.14710/empati.2015.14352>
- Khoeriyah, S. M. (2021). Literatur Review: Dukungan Sosial Bagi Ibu Yang Memiliki Anak Disabilitas. *Jurnal Kesehatan Karya Husada*, 9(1), 56–63. <https://doi.org/10.36577/jkkh.v9i1.449>
- Kireida Kusnadi, S., Mardiyanti, R., Kusnadi, S. A., Maisaroh, L. L. D., & Elisnawati, E. (2022). Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *Prosiding Seminar Nasional & Call for Paper “Peran Perempuan Sebagai Pahlawan di Era Pandemi” PSGESI LPPM UWP*, 9(01), 133–142. <https://doi.org/10.38156/gesi.v9i01.175>
- Kugbey, N., Osei-Boadi, S., & Atefoe, E. A. (2015). The Influence of Social Support on the Levels of Depression, Anxiety and Stress among Students in Ghana. *Journal of Education and Practice*.
- Kusnadi, S., Mardiyanti, R., Kusnadi, S., Maisaroh, L., & Elisnawati, E. (2022). Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. 9, 133–142. <https://doi.org/10.38156/gesi.v9i01.175>
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335–343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U).
- Özyazıcıoğlu, N., & Buran, G. (2014). Social Support and Anxiety Levels of Parents with Disabled Children. *Rehabilitation Nursing*, 39(5), 225–231. <https://doi.org/10.1002/rmj.137>
- Pratiwi, M. KM, L., Qomariyah, Febe Pasorong, A., Fadillah Heryanda, M., Jayanti, C., & Isti Haryanti, A. (2024). *Kesehatan Mental Post Partum*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Sari, N. P. R. D. (2013). PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN MASA DEPAN KARIR ANAK DITINJAU DARI SELFCONCEPT DAN PERSEPSI DUKUNGAN SOSIAL PADA IBU ANAK TUNARUNGU DI SMALB-B KARYA MULIA SURABAYA. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1). <https://ejournal.unesa.ac.id>
- Stevanny, S. M., & Laksmiwati, H. (2023). Gambaran Dukungan Sosial Orang Tua Yang Memiliki Anak Disabilitas Intelektual Di SLB Kabupaten Bangkalan. *Jurnal penelitian psikologi*, 10(03).
- Wibhowo, C., & Sanjaya, R. (2022). *Teknologi Informasi dalam Intervensi Psikologi: Kepribadian Ambang*. SCU Knowledge Media.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2