

DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECEMASAN IBU YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS

Starry Kireida Kusnadi¹, Ressa Mardiyanti², Sekaring Ayumeida Kusnadi³, Lisa Latul Dwi Maisaroh⁴, Eli Elisnawati⁵

¹Fakultas Psikologi Universitas Wijaya Putra

²Fakultas Psikologi Universitas Wijaya Putra

³Fakultas Hukum Universitas Wijaya Putra

⁴Fakultas Psikologi Universitas Wijaya Putra

⁵Fakultas Psikologi Universitas Wijaya Putra

Email starrykusnadi@uwp.ac.id

Abstract :

The purpose of this research is to see how the influence of social support on anxiety in mothers who have children with special needs. Social support refers to comfort, care, appreciation, or assistance to someone from other people or from a group (Uchino in Sarafino & Smith, 2014). Social support can be considered as a condition that is beneficial to individuals obtained from other people who can be trusted. From this situation, the individual will know that other people pay attention, respect, and love him. Social support as a source of emotional, informational or assistance provided by people around the individual to deal with any problems and crises that occur daily in life. Social support as support or assistance that comes from other people such as friends, neighbors, coworkers and other people. Anxiety is a general condition of fear or discomfort that can affect emotional states that have the characteristics of physiological arousal, unpleasant feelings of tension, and an understanding feeling that something bad will happen. This research is a quantitative research. The subjects in this study were mothers who had children with special needs. The scale used in this study is the social support scale adapted from Maya Ainun Nuzula's research (2018) consisting of 27 items using a Likert scale consisting of 5 alternative answers, namely Strongly Agree (SS), Agree (S), Hesitate (R), Disagree (TS), and Strongly Disagree (STS). Anxiety scale adapted from Florentina Dyani Anindyasari's research (2019) which consists of 40 items using a Likert scale consisting of 5 alternative answers, namely Very Appropriate (SS), Appropriate (S), Less Appropriate (KS), Not Appropriate (TS), and Very Inappropriate (STS). The data analysis technique used is a simple linear regression test with the help of IBM SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) version 2.1. The results of the study based on a simple linear regression test showed that the value of t count > t table was (-3.814 > 0.05) and a significance of 0.00 < 0.05, which means that there is a significant effect in a negative direction between the variables of social support and anxiety. This means that if the social support received by mothers who have children with special needs is high, the anxiety they feel will be low. Conversely, if the social support received by mothers who have children with special needs is low, then the anxiety they feel will be high.

Keywords : Social support, anxiety, mothers, children with special needs

Abstrak :

Tujuan penelitian ini untuk melihat bagaimana pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Dukungan sosial merujuk pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan kepada seseorang dari orang lain atau dari grup (Uchino dalam Sarafino & Smith, 2014). Dukungan sosial dapat dianggap sebagai sesuatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain yang dapat dipercaya. Dari keadaan tersebut individu akan mengetahui bahwa orang lain memperhatikan, menghargai, dan mencintainya. Dukungan sosial sebagai sumber emosional, informasional atau pendampingan yang diberikan oleh orang-orang disekitar individu untuk menghadapi setiap permasalahan dan krisis yang terjadi sehari-hari dalam kehidupan. Dukungan sosial sebagai dukungan atau bantuan yang berasal dari orang lain seperti teman, tetangga, teman kerja dan orang-orang lainnya.

Kecemasan merupakan kondisi umum dari ketakutan atau perasaan tidak nyaman yang dapat mempengaruhi keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan *aprehensif* bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala dukungan sosial yang diadaptasi dari penelitian Maya Ainun Nuzula (2018) terdiri dari 27 item menggunakan skala *likert* yang terdiri dari 5 alternatif jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Ragu-ragu (R), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Skala kecemasan yang diadaptasi dari penelitian Florentina Dyani Anindyasari (2019) yang terdiri dari 40 item menggunakan skala *likert* yang terdiri dari 5 alternatif jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Kurang Sesuai (KS), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Teknik analisis data yang digunakan adalah uji regresi linier sederhana dengan bantuan IMB *SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) versi 2.1*. Hasil penelitian berdasarkan uji regresi linier sederhana menunjukkan bahwa nilai t hitung $>$ t tabel sebesar $(-3.814 > 0.05)$ dan signifikansi $0.00 < 0.05$ yang artinya ada pengaruh yang signifikan dengan arah negatif antara variabel dukungan sosial dengan kecemasan. Hal ini mengartikan bahwa bila dukungan sosial yang diterima ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus tinggi, maka kecemasan yang dirasakannya akan rendah. Sebaliknya bila dukungan sosial yang diterima ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus rendah, maka kecemasan yang dirasakannya akan tinggi.

Kata kunci : *Dukungan sosial, kecemasan, ibu, anak berkebutuhan khusus*

Pendahuluan

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang mengalami keterbatasan fisik, mental-intelektual, sosial, maupun emosional, yang berpengaruh secara signifikan dalam proses pertumbuhan atau perkembangannya dibandingkan anak-anak lain seusia dengannya (Iswarindi, 2022).

Direktorat Pembinaan SLB mengatakan salah satu gangguan psikiatrik pada anak dikenal dengan istilah "anak berkebutuhan khusus" (*special needs children*), yaitu anak yang secara bermakna mengalami kelainan atau gangguan (fisik, mental-intelektual, sosial dan emosional) dalam proses pertumbuhan dan perkembangannya dibandingkan dengan anak-anak lain seusianya adalah mereka memerlukan pelayanan pendidikan khusus (Mirnawati, 2020).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik pada tahun 2015 menunjukkan jumlah penyandang disabilitas Indonesia sebanyak 21,5 juta jiwa. Angka ini terus bertambah setiap tahunnya. Data tersebut jauh menggambarkan jumlah penyandang disabilitas di Indonesia dibandingkan survei tiga tahun sebelumnya yakni pada tahun 2012. Pada tahun 2012 tercatat 6 juta jiwa kemudian pada tahun 2014 naik menjadi 10 juta difabel (Tempo, n.d., 2019).

Anak yang terlahir dengan kondisi yang kurang sehat dapat menyebabkan orang tua sedih dan terkadang tidak siap untuk menerima keadaan anaknya dengan berbagai alasan. Terlebih lagi adanya rasa malu sehingga tidak sedikit yang memperlakukan anak tersebut dengan tidak baik. Sehingga hal tersebut membutuhkan perhatian lebih dari para orang tua dan saudaranya (Joglosemar, n.d. 2010 dalam Rahimi et al., 2019). Hardman, dkk (dalam Hidayati et al., 2011) mengatakan bahwa memiliki anak yang berkebutuhan khusus sangat mempengaruhi keadaan ibu, ayah serta anggota keluarga dengan cara bervariasi. Seperti rentang dan dinamika emosi yang dirasakan bermacam-macam.

Banyak pemberitahuan tentang gangguan yang dialami anak pada masa pertumbuhan dan perkembangan sangat menarik perhatian masyarakat khususnya ibu. Ibu merupakan orang pertama yang menjadi landasan pembelajaran kehidupan bagi anak. Ibu juga dapat dikatakan sebagai ujung tombak dari tanggungjawab mendidik dan merawat anak-anaknya. Ibu berperan

sebagai perawat utama bagi anaknya. Baik dan buruk perilaku seorang anak dipengaruhi oleh kepribadian ibunya dalam merawat anak. Pengaruh yang besar dari dalam diri ibu menuntut ibu untuk berperan aktif dalam merawat anak, terutama pada anak reterdasi mental (Mike Saeli Yuliana, 2017).

Mengasuh anak berkebutuhan khusus, umumnya akan muncul kesulitan-kesulitan yang dihadapi oleh ibu, seperti terjadinya kebingungan anak mereka tidak berkembang sebagaimana mestinya, ibu juga merasa kesulitan mencari informasi tentang kondisi anaknya, ibu juga tertekan dan malu dengan kondisi anaknya dan juga kesulitan membagi perhatian (Azni & Nugraha, 2019).

Keterbatasan yang dimiliki anak membuat ibu mengalami kesulitan dalam mengelola emosi negatif yang dirasakan oleh ibu. Jika orang tua tidak mampu mengendalikan emosional-emosionalnya maka seorang ibu dapat lebih mudah mengalami gejala depresi, kecemasan, kekhawatiran, perasaan putus asa dan stres. Memberikan definisi stres sebagai suatu keadaan tertekan, baik secara fisik maupun psikologis (Astianto & Suprihadi, 2014).

Menurut Gargiulo (dalam Amelasasih, 2018) reaksi orang tua yang menolak kenyataan, marah, sedih, dan merasa bersalah sebagai reaksi umum saat mengetahui anaknya berbeda dengan anak normal lainnya. Orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus memiliki tantangan yang besar dalam proses pengasuhan anak serta untuk dapat membesarkannya. Keluarga akan merasakan kecemasan yang menyebabkan efek yang besar dari peristiwa tersebut.

Keadaan ini menimbulkan rasa kekhawatiran bagi keluarga khususnya orang tua. Tidak jarang mereka akan mengalami kondisi cemas yang sangat berlebihan ditambah lagi dengan kondisi anak yang sakit ataupun yang berkebutuhan khusus. Kecemasan adalah suatu dorongan yang kuat terhadap perilaku, baik perilaku yang kurang sesuai ataupun perilaku yang mengganggu. Keduanya merupakan manifestasi dari pertahanan terhadap kecemasan tersebut (Gunarsa, 2008 dalam Iswarindi, 2022).

Menurut King (dalam Iswarindi, 2022) gangguan kecemasan adalah gangguan psikologis yang mencakup ketegangan motorik (seperti bergetar, tidak dapat duduk tenang, tidak dapat bersantai); hiperaktivitas (pusing, jantung yang berdetak kencang, dan juga berkeringat); dan harapan-harapan dan pikiran-pikiran yang mendalam. Cemas bisa terjadi pada siapa saja, termasuk juga pada orang tua dalam menjalankan perannya. Hal itu bisa terjadi terutama saat ada anggota keluarga yang sakit, khususnya anak. Ansietas atau kecemasan dapat meningkatkan atau menurunkan kemampuan seseorang untuk memberikan perhatian. Ketika dihadapkan pada kondisi perasaan yang tidak menentu dan tidak jelas sumbernya yang berasal dari antisipasi terhadap adanya bahaya atau suatu ancaman, ketika dihadapkan pada perubahan dan kebutuhan untuk melakukan tindakan yang berbeda, cemas akan dialami seseorang (Potter dalam Indrayani & Santoso, 2012).

Menurut Nevid, dkk (dalam Annisa & Ifdil, 2016) kecemasan merupakan kondisi umum dari ketakutan atau perasaan tidak nyaman yang dapat mempengaruhi keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan *aprehensif* bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.

Beban yang dirasakan oleh orang tua anak berkebutuhan khusus bukan hanya secara fisik dan psikis, hal ini sesuai dengan apa yang dinyatakan oleh Gupta & Singhal (2004 dalam Iswarindi, 2022) bahwa orangtua dengan anak disabilitas secara alami mengalami kecemasan diberbagai aspek dalam keluarga seperti tuntutan untuk mengasuh dalam keseharian, tekanan emosional, kesulitan interpersonal, masalah finansial dan konsekuensi sosial yang merugikan seperti dikucilkan oleh masyarakat. Kekhawatiran ataupun kecemasan ini juga dapat menyebabkan

masalah dalam kehidupan pernikahan yang berhubungan dengan pengasuhan anak disabilitas, beban finansial yang besar untuk memenuhi kebutuhan, serta kelelahan dan kehilangan waktu luang karena bertanggung jawab dalam mengasuh anak disabilitas.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ariesta (2016) menunjukkan bahwa kecemasan orang tua terhadap pendidikan anak berkebutuhan khusus yang dalam hal ini adalah ayah dan ibu yaitu memiliki kecemasan yaitu mengenai kemampuan menulis, kemampuan membaca, kemampuan menyelesaikan sekolah dengan baik, kemampuan berinteraksi dengan teman sekolah dan gurunya, kemampuan mengikuti pelajaran dengan baik, kemampuan dalam memahami materi pelajaran. Kecemasan orang tua terhadap pekerjaan anak-anak yang berkebutuhan khusus berawal pada kemampuan sekolah anak-anaknya yang menurut mereka awal meniti karier di dunia pekerjaan adalah kemampuan dan kecakapan yang didapat disekolah. Maka dari itu kecemasan-kecemasan orang tua terhadap pekerjaan anak yang berkebutuhan khusus yaitu kecemasan tidak akan ada tempat bekerja yang akan menerima anak-anak mereka yang berkebutuhan khusus karena tidak adanya potensi atau keterampilan serta tidak menunjukkan kepribadian yang baik. Selain kecemasan orang tua terhadap pekerjaan anak berkebutuhan khusus yaitu apakah anak-anak mereka bisa bekerja melihat keadaan anak-anak mereka dengan segala keterbatasannya. Namun kecemasan terhadap pekerjaan ini tidak secara menyeluruh menjadi kecemasan para orang tua. Mereka para orang tua ada yang belum memikirkan pekerjaan anak mereka yang berkebutuhan khusus namun hanya melihat kenyataan saat ini dengan segala kekurangan anak-anak mereka yang belum mampu untuk menempuh dunia kerja. Orang tua yang memiliki kecemasan terhadap karier anak berkebutuhan khusus memiliki berbagai harapan pada anak mereka. Diantaranya yang paling utama adalah harapan kesehatan agar anak-anak mereka sekolah dengan baik dan kemudian bisa melanjutkan kejenjang maa depan selanjutnya yaitu pekerjaan. Selain itu harapan orang tua terhadap karier anak berkebutuhan khusus adalah bisa bekerja dengan baik dan bisa mengembangkan potensinya jika anak tersebut memiliki potensi.

Penelitian yang dilakukan oleh Susirah Soetardjo (dalam Sumirta, 2013) menyatakan bahwa 70% dari orang tua yang mempunyai anak yang menderita autisme mengatakan merasa cemas terhadap kesembuhan anak, sedangkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hanjoyo Limas (dalam Sumirta, 2013) menunjukkan bahwa 73% orang tua dengan anak autisme mengalami kecemasan terhadap perkembangan dan penyembuhan anaknya.

Apabila kecemasan tersebut tidak diatasi maka akan terjadi pergeseran tingkat cemas yang mengarah ke situasi panik sehingga orang tua tidak mampu berperan secara optimal untuk bekerjasama dalam perawatan anak. Hal ini dapat berakibat pada lambatnya perkembangan anak untuk mengarah pada kesembuhan (Sintowati, 2007 dalam Sumirta, 2013).

Dukungan sosial yang berasal dari keluarga dekat maupun lingkungan sekitar akan mampu memberikan pengaruh yang positif pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Ketika membesarkan, mendampingi serta mengasuh anak dengan berkebutuhan khusus, orang tua membutuhkan dukungan sosial untuk menghadapi situasi yang dialaminya (Hidayati et al., 2011 dalam Isfiyanti, 2018). Orang tua yang saling membantu, yang mendapatkan bantuan dari anggota keluarga lainnya, dari teman-teman, dan dari orang lain dapat membuat orang tua dapat menanggulangi kecemasannya dalam membesarkan anak dengan berkebutuhan khusus.

Dukungan sosial merujuk pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan kepada seseorang dari orang lain atau dari grup (Uchino dalam Sarafino & Smith, 2014). Dukungan sosial dapat dianggap sebagai sesuatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain yang dapat dipercaya. Dari keadaan tersebut individu akan mengetahui bahwa orang lain

memperhatikan, menghargai, dan mencintainya. Dukungan sosial sebagai sumber emosional, informasional atau pendampingan yang diberikan oleh orang-orang disekitar individu untuk menghadapi setiap permasalahan dan krisis yang terjadi sehari-hari dalam kehidupan. Dukungan sosial sebagai dukungan atau bantuan yang berasal dari orang lain seperti teman, tetangga, teman kerja dan orang-orang lainnya.

Menurut Friedman & Bowden (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.

Dukungan sosial mencakup dua hal yaitu: (a) jumlah sumber dukungan sosial yang tersedia merupakan persepsi individu terhadap sejumlah orang yang dapat diandalkan saat individu membutuhkan bantuan; (b) tingkat kepuasan akan dukungan sosial yang diterima. Tingkatan kepuasan akan dukungan sosial yang diterima berkaitan dengan persepsi individu bahwa kebutuhannya akan terpenuhi (Sarafino & Smith, 2014). Dukungan sosial dapat bersumber dari berbagai macam, dari individu atau pun dari kelompok, baik yang bersifat formal maupun non formal, atau ada ikatan keluarga atau pun tidak ada ikatan keluarga. Dukungan sosial yang berasal dari orang ain yang memiliki ikatan keluarga, misalnya dari pasangan, saudara, atau dukungan sosial yang berasal dari orang lain yang tidak memiliki ikatan keluarga, misalnya dari teman. Dukungan sosial dapat juga diperoleh dari orang lain yang tidak memiliki ikatan keluarga dan bersifat formal atau dari profesional, misalnya, dokter, psikolog, atau psikiater. Dukungan sosial pun dapat diperoleh dari suatu organisasi atau perkumpulan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Raisa & Ediati (2017) mengenai hubungan dukungan sosial dengan resiliensi bahwa terdapat korelasi yang positif antara dukungan sosial dan resiliensi. Ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan oleh individu maka semakin tinggi resiliensi pada individu tersebut. Dengan mendapatkan dukungan sosial dari suatu perkumpulan bagi orang tua yang memiliki anak dengan kondisi yang sama, orang tua merasa dirinya dicintai, berharga, dan bernilai.

Penelitian yang dilakukan oleh Afiati (2019) menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial suami dengan kecemasan pada ibu terhadap masa depan anak berkebutuhan khusus di SLB Manunggal Slawi. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan oleh suami maka semakin rendah kecemasan yang dirasakan oleh ibu.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dengan kecemasan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Subjek dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala dukungan sosial yang diadaptasi dari penelitian Maya Ainun Nuzula (2018) terdiri dari 27 item dan menggunakan skala *likert* yang terdiri dari 5 pilihan jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Ragu-ragu (R), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Skala kecemasan yang diadaptasi dari penelitian Florentina Dyani Anindiyasari (2019) yang terdiri dari 40 item dan

menggunakan skala *likert* yang terdiri dari 5 pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Kurang Sesuai (KS), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Teknik analisis data yang digunakan adalah regresi linier sederhana dengan bantuan *IMB SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) versi 2.1*.

Hasil dan Pembahasan

Pada penelitian ini terdapat dua data kuantitatif yang dihasilkan, yaitu skor skala dukungan sosial dan skor kecemasan.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia

Usia	f	%
49	1	2,85%
47	2	5,71%
44	4	11,43%
42	4	11,43%
41	2	5,71%
38	4	11,43%
35	4	11,43%
34	4	11,43%
31	2	5,71%
29	2	5,71%
28	3	8,58%
27	3	8,58%
Total	35	100%

Hasil analisis data tabel distribusi frekuensi berdasarkan usia menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia yang paling banyak yaitu usia 27 tahun sebanyak 3 responden (8,58%), usia 28 tahun sebanyak 3 responden (8,58%), usia 29 tahun sebanyak 2 responden (5,71%), usia 31 sebanyak 2 responden (5,71%), usia 34 sebanyak 4 responden (11,43%), usia 35 sebanyak 4 responden (11,43%), usia 38 sebanyak 4 responden (11,43%), usia 41 sebanyak 2 responden (5,71%), 42 sebanyak 4 responden (11,43%), 44 sebanyak 4 responden (11,43%), 47 sebanyak 2 responden (5,71%), dan 49 sebanyak 1 responden (2,85%) dari total 35 responden.

Tabel 2. Tabel Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Jumlah Subjek	Presentase (%)
Wiraswasta	2	5,71%
Pedagang	2	5,71%
Karyawan Swasta	8	22,86%
Guru	3	8,58%
Ibu Rumah Tangga	20	57,14%
Total	35	100%

Hasil analisis data tabel distribusi frekuensi berdasarkan pekerjaan ibu menunjukkan bahwa karakteristik responden pekerjaan ibu yang paling banyak yaitu ibu rumah tangga sebanyak

20 responden (57,14), karyawan swasta sebanyak 8 responden (22,86), guru sebanyak 3 responden (8,58), pedagang sebanyak 2 responden (5,71), dan wiraswasta sebanyak 2 responden (5,71) dari total 35 responden.

Tabel 3. Gambaran Data Hipotetik
Variabel Dukungan Sosial

Nilai Max	Nilai Min	Mean	Range	SD
135	27	81	108	18

Tabel 4. Kategorisasi Variabel Dukungan Sosial

Kategori	Range	Frekuensi	Persentase
Sangat Rendah	$X \leq 54$	0	0%
Rendah	$54 < X \leq 72$	0	0%
Sedang	$72 < X \leq 90$	0	0%
Tinggi	$90 < X \leq 108$	17	48,57%
Sangat Tinggi	$X < 108$	18	51,43%
Jumlah		35	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi di atas menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus bergerak pada kategori sangat tinggi sebanyak 18 responden (51,43%), dan kategori tinggi sebanyak 17 responden (48,57%).

Tabel 5. Gambaran Data Hipotetik
Variabel Kecemasan

Nilai Max	Nilai Min	Mean	Range	SD
40	200	120	196	26,7

Tabel 6. Kategorisasi Variabel Kecemasan

Kategori	Range	Frekuensi	Persentase
Sangat Rendah	$X \leq 79,95$	1	2,86%
Rendah	$79,95 < X \leq 106,65$	34	97,14%
Sedang	$106,65 < X \leq 133,35$	0	0%
Tinggi	$133,35 < X \leq 160,05$	0	0%
Sangat Tinggi	$X < 160,05$	0	0%
Jumlah		35	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi di atas menunjukkan bahwa variabel kecemasan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus bergerak pada kategori rendah sebanyak 34 responden (97,14%), dan kategori sangat rendah sebanyak 1 perempuan (2,86%).

Tabel 7. Hasil Uji Regresi Linier Sederhana

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	143,783	14,030	10,248	,000
	DUKUNGAN SOSIAL	-,501	,131	-,553	,001

a. Dependent Variable: KECEMASAN

Berdasarkan uji regresi linier sederhana menunjukkan bahwa nilai t hitung > t tabel sebesar (-3.814 > 0.05) dan signifikansi $0.00 < 0.05$ yang artinya ada pengaruh yang signifikan dengan arah negatif antara variabel dukungan sosial dengan kecemasan. Hal ini mengartikan bahwa bila dukungan sosial yang diterima ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus tinggi, maka kecemasan yang dirasakannya akan rendah. Sebaliknya bila dukungan sosial yang diterima ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus rendah, maka kecemasan yang dirasakannya akan tinggi.

Tabel 8. Uji Determinasi Antar Variabel

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.553 ^a	.306	.285	6.32240

a. Predictors: (Constant), DUKUNGAN SOSIAL

Berdasarkan hasil uji koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,306 yang artinya terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan sebesar 30,6%, sedangkan 69,4% dukungan sosial dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ada dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat dijelaskan bahwa terdapat 35 ibu yang memiliki dukungan sosial yang bergerak dari tinggi menuju sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial yang berasal dari keluarga dekat maupun lingkungan sekitar akan mampu memberikan pengaruh yang positif pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Ketika membesarkan, mendampingi serta mengasuh anak dengan berkebutuhan khusus, orang tua membutuhkan dukungan sosial untuk menghadapi situasi yang dialaminya (Hidayati et al., 2011 dalam Isfiyanti, 2018). Orang tua yang saling membantu, yang mendapatkan bantuan dari anggota keluarga lainnya, dari teman-teman, dan dari orang lain dapat membuat orang tua dapat menanggulangi kecemasannya dalam membesarkan anak dengan berkebutuhan khusus.

Dukungan sosial merujuk pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan kepada seseorang dari orang lain atau dari grup (Uchino, dalam Sarafino & Smith, 2014). Dukungan sosial dapat dianggap sebagai sesuatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain yang dapat dipercaya. Dari keadaan tersebut individu akan mengetahui bahwa orang lain memperhatikan, menghargai, dan mencintainya. Dukungan sosial sebagai sumber emosional, informasional atau pendampingan yang diberikan oleh orang-orang disekitar individu untuk menghadapi setiap permasalahan dan krisis yang terjadi sehari-hari dalam kehidupan. Dukungan sosial sebagai dukungan atau bantuan yang berasal dari orang lain seperti teman, tetangga, teman kerja dan orang-orang lainnya.

Selain dukungan sosial, skor kecemasan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus bergerak pada kategori rendah menuju sangat rendah. Menurut Nevid, dkk (dalam Annisa & Ifdil, 2016) kecemasan merupakan kondisi umum dari ketakutan atau perasaan tidak nyaman yang dapat mempengaruhi keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan *aprehensif* bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Ansietas atau kecemasan dapat meningkatkan atau menurunkan kemampuan seseorang untuk memberikan perhatian. Ketika dihadapkan pada kondisi perasaan yang tidak menentu dan tidak jelas sumbernya yang berasal dari antisipasi terhadap adanya bahaya atau suatu ancaman, ketika dihadapkan pada perubahan dan kebutuhan untuk melakukan tindakan yang berbeda, cemas akan dialami seseorang (Potter dalam Indrayani & Santoso, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian dapat menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Berdasarkan hasil uji regresi linier sederhana menunjukkan bahwa nilai t hitung $>$ t tabel sebesar $(-3.814 > 0.05)$ dan signifikansi $0.00 < 0.05$ yang artinya ada pengaruh yang signifikan dengan arah negatif antara variabel dukungan sosial dengan kecemasan. Hal ini mengartikan bahwa bila dukungan sosial yang diterima ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus tinggi, maka kecemasan yang dirasakannya akan rendah. Sebaliknya bila dukungan sosial yang diterima ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus rendah, maka kecemasan yang dirasakannya akan tinggi.

Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan dengan arah negatif terhadap kecemasan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Hal ini menunjukkan bahwa apabila dukungan sosial yang didapatkan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus tinggi, maka kecemasan yang dimiliki akan rendah. Sebaliknya bila dukungan sosial rendah, maka kecemasan akan tinggi.

Bagi peneliti yang akan meneliti tentang dukungan sosial terhadap kecemasan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus diharapkan dapat menggali banyak data dengan cara observasi dan wawancara yang lebih mendalam, mencari subjek yang lebih banyak sesuai dengan kriteria, membandingkan tingkat kecemasan ibu dan ayah yang memiliki anak berkebutuhan khusus, lebih fokus pada satu jenis disabilitas yang diteliti agar hasilnya dapat lebih maksimal, dan peneliti dapat meneliti dukungan sosial dengan variabel-variabel lain, misalnya dengan variabel *strategi coping*.

Daftar Pustaka

- Afiati, A. N. (2019). *HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL SUAMI DENGAN KECEMASAN PADA IBU TERHADAP MASA DEPAN ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SLB MANUNGGAL SLAWI*. Universitas Islam Sultan Agung.
- Amelasasih, P. (2018). Resiliensi orangtua yang mempunyai anak berkebutuhan khusus. *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi)*, 11(2), 72–81.
- Anindiyasari, F. D. (2019). *Perbedaan tingkat kecemasan antara ayah dan ibu yang memiliki anak autis di Yogyakarta*. <https://repository.usd.ac.id/33005/>
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep kecemasan (anxiety) pada lanjut usia (lansia). *Konselor*, 5(2), 93–99.
- Ariesta, A. (2016). Kecemasan Orang Tua Terhadap Karier Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Riset*

Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling, 5(4).

- Astianto, A., & Suprihadi, H. (2014). Pengaruh stres kerja dan beban kerja terhadap kinerja karyawan PDAM Surabaya. *Jurnal Ilmu & Riset Manajemen*, 3(7), 1–17.
- Azni, H. N. P., & Nugraha, S. (2019). *Hubungan social support dengan parenting stress pada ibu dengan anak tunagrahita di SLB-C Z Bandung*.
- Friedman, M. M., & Bowden, V. R. (2010). *Buku ajar keperawatan keluarga*.
- Gunarsa, S. D. (2008). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. BPK Gunung Mulia.
- Gupta, A., & Singhal, N. (2004). Positive perceptions in parents of children with disabilities. *Asia Pacific Disability Rehabilitation Journal*, 15(1), 22–35.
- Hidayati, F., Kaloeti, D. V. S., & Karyono, K. (2011). *Peran ayah dalam pengasuhan anak*.
- Indrayani, A., & Santoso, A. (2012). Hubungan pendidikan kesehatan dengan kecemasan orang tua pada anak hospitalisasi. *Jurnal Keperawatan Diponegoro*, 1(1), 163–168.
- Isfiyanti, C. (2018). *PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES PENGASUHAN PADA IBU DENGAN ANAK DOWN SYNDROME*. Universitas Airlangga.
- Iswarindi, B. A. S. (2022). *Konseling Kelompok untuk Menurunkan Kecemasan pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Joglosemar. (n.d.). (2010). *Bantu Anak Berkebutuhan Khusus*. <http://revisi.joglosemar.co/berita/bantu-anak-berkebutuhan-khusus-29311.html>
- MIKE SAELI YULIANA. (2017). *HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DAN SELF EFFICACY DENGAN STRES PENGASUHAN PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK RETARDASI MENTAL DI SLB NEGERI SEMARANG*. <http://eprints.undip.ac.id/55200/>
- Mirnowati, M. P. (2020). *Identifikasi Anak Berkebutuhan Khusus Dalam Pendidikan Inklusif*. https://repo-dosen.ulm.ac.id/bitstream/handle/123456789/17393/identifikasi_anak_berkebutuhan_khusus_di_sekolah_inklusi-mirnowati.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Nuzula, M. A. (2018). *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Harga Diri Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus*. Universitas Brawijaya.
- Rahimi, W., Bahri, S., & Fajriani, F. (2019). Dukungan Orang Tua Terhadap Pendidikan Anak Tunanetra Di Sekolah Dasar Luar Biasa Kota Banda Aceh. *JIMBK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan & Konseling*, 4(2).
- Raisa, R., & Ediati, A. (2017). Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada narapidana di lembaga pasyarakatan kelas iia wanita semarang. *Jurnal Empati*, 5(3), 537–542.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Sintowati, R. (2007). *Autisme*. Jakarta: Sunda Kelapa Pustaka.
- Sumirta, I. N. (2013). Kecemasan Orang Tua pada Anak Autisme. *Jurnal Gema Keperawatan*, 6(1), 27–33.
- Tempo. (n.d.). (2019). *survei-penyandang-disabilitas-2020-pakai-metode-baru-apa-itu*. <https://difabel.tempo.co/read/1237348/survei-penyandang-disabilitas-2020-pakai-metode-baru-apa-itu/full&view=ok>