

DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA TERHADAP RESILIENSI PADA IBU DENGAN ANAK RETARDASI MENTAL

Karina Safitri & Iriani Indri Hapsari
Jurusan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta

karinasevani@gmail.com

Iriani_Hapsari@unj.ac.id

Abstract

The study was conducted to determine the effect of family social support against the resiliency of mother with mentally retarded children. The population in this study were all mothers who have mentally retarded child at South Jakarta. Samples used in this study amounted to 56 mothers who have mentally retarded children. Sampling using a purposive sampling technique.

The study using quantitative methods with two instruments as a measure of family social support and resiliency measurement tools from the RQ-Test made by Reivich and Shattle (2002) that has been modified. Processing method of data analysis techniques in the testing hypothesis using Regression Analysis. The hypothesis in this study is that there is significant influence between family social support and resiliency of mother with mentally retarded children.

Result explains that there is significant influence between family social support against resiliency. Regression equation obtained is $Y = 75,311 + 0.212 X$, which means there is a positive influence between family social support to resiliency with the value $F = 22.842$, $p = 0.000 < 0.05$ (significant). The amount of influence (R Square) to the occurrence of family social support against resiliency is 0,297 which means that the family social support influence the resiliency by 29,7% and the remaining 70,3% influenced by other factors outside of family social support. It can be interpreted any significant positive effect of family social support and the resiliency. The study concluded that the higher score on family social support, have the higher also the resiliency of mother with mentally retarded child and if a mother with mentally retarded child has a lower score on family social support it will also lower the resiliency.

Key words: Mentally retarded, family social support, resiliency

1. Pendahuluan

Semua individu ingin dilahirkan dalam keadaan sempurna baik secara fisik maupun mental, namun kenyataannya tidak semua individu lahir dalam keadaan sempurna, terdapat individu yang lahir dengan memiliki keterbatasan.

Salah satu kategori individu yang memiliki keterbatasan dalam *exceptional children* adalah retardasi mental (Heward, 1996). Retardasi mental secara umum dihubungkan dengan keterlambatan intelektual yang terlihat jelas dalam reaksi tidak

adaptif terhadap input lingkungan (Payne & Patton, 2006).

Retardasi mental menurut *Diagnostic and Statical Manual of Mental Disorder* merupakan gangguan yang ditandai oleh fungsi intelektual yang secara signifikan di bawah rata-rata (IQ kira-kira 70 atau lebih rendah) yang bermula sebelum usia 18 tahun disertai penurunan fungsi adaptif. Fungsi adaptif ialah kemampuan individu tersebut untuk secara efektif menghadapi kebutuhan untuk mandiri yang dapat diterima oleh lingkungan sosialnya (DSM-IV-TRTM, 2000).

Anak retardasi mental memiliki keterbatasan intelegensi. Intelegensi merupakan fungsi yang kompleks yang diartikan sebagai kemampuan untuk mempelajari informasi dan keterampilan-keterampilan menyesuaikan diri dengan masalah-masalah dan situasi-situasi kehidupan baru, belajar dari pengalaman masalah, berpikir abstrak, kreatif, dapat menilai secara kritis, menghindari kesalahan-kesalahan, mengatasi kesulitan, dan kemampuan untuk merencanakan masa depan (Somantri, 2007).

Hal seperti ini tentunya sulit untuk diterima oleh orangtua, ketika anaknya berbeda dengan anak lainnya dan memiliki keterbatasan. Dalam hal ini orangtua sangat berperan dalam kehidupan anak, tentang kesulitan orangtua dalam menerima kondisi anak, menghadapi permasalahan-permasalahan yang timbul serta menghadapi tekanan dari masyarakat sebab anak dengan retardasi mental jarang diterima dan sering ditolak oleh kelompok (Somantri, 2007).

Orangtua dengan anak retardasi mental menghadapi banyak tantangan (Cherry dan Minnes dalam Bauman, 2004). Orangtua menghadapi tantangan berupa isolasi sosial. Lingkungan dan teman tidak dapat memahami keperluan anak dengan retardasi mental (Friedrich, Greenberg, & Crinic, 1998 dalam Bauman, 2004). Tantangan juga dihadapi orangtua ketika mengajak anak mereka ke tempat-tempat umum (Kazak & Wilcox, dalam Bauman, 2004). Selain itu, keterbatasan-keterbatasan yang dimiliki anak retardasi mental membuat orangtua mengalami kesulitan dalam membesarkan dan mendidik anak tersebut.

Dengan keterbatasan yang dimiliki oleh anak retardasi mental membuat anak sangat bergantung pada orangtua. Banyak pengorbanan bagi orangtua untuk membesarkan anak mereka.

Orangtua terutama ibu merupakan orang yang paling berperan dalam merawat dan mendidik anak. Ibu dianggap memiliki sifat-sifat dan keterampilan untuk merawat dan mendidik anak, karena itulah tanggung jawab dalam merawat dan mendidik anak lebih dibebankan kepada ibu daripada ayah maupun anggota keluarga lainnya. Ibu yang paling sering terlibat dalam lingkungan sosial anak sehingga rentan mengalami kesedihan dan terhadap penerimaan masyarakat atas masalah anak. Orang yang bisa mengatasi tekanan dan mampu beradaptasi dalam situasi sulit termasuk kategori orang yang resilien.

Menurut Reivich & Shatte (2002) resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk bertahan, bangkit, dan menyesuaikan dengan kondisi yang sulit. Resiliensi adalah kapasitas untuk

merespon secara sehat dan produktif ketika berhadapan dengan kesengsaraan atau trauma, yang diperlukan untuk mengelola tekanan hidup sehari-hari.

Bagi ibu dengan anak retardasi mental untuk mencapai resiliensi bukanlah hal yang mudah. Dibutuhkan waktu yang lama dan bantuan dari orang-orang sekitar. Orang yang memiliki resiliensi dapat mengatasi berbagai permasalahan kehidupan dengan cara mereka. Mereka akan mampu mengambil keputusan dalam kondisi yang sulit.

Dalam proses mencapai resiliensi diperlukan faktor-faktor pendukung. Menurut Jew, Green, dan Kroger (1999, dalam Isaacson 2002) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor untuk dapat mencapai resiliensi. Ibu dengan anak retardasi mental dapat melakukan adaptasi secara baik dengan bantuan dukungan sosial yang didapat.

Dukungan sosial adalah informasi yang diterima dari orang lain bahwa individu tersebut dicintai, diperhatikan, dihargai dan bernilai dan merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan saling dibutuhkan yang didapat dari orangtua, suami, atau orang yang dicintai, anggota keluarga, teman, hubungan sosial dan komunitas (Taylor, 2006).

Dukungan sosial keluarga menyediakan sumber untuk meningkatkan kesejahteraan ibu dengan anak retardasi mental karena dengan bantuan yang diberikan oleh keluarga membantu ibu untuk menghadapi situasi yang tidak menyenangkan dan untuk penyesuaian diri yang lebih baik, sebagai penopang ketika seseorang sedang mengalami masalah. Dukungan sosial merupakan bantuan dari seseorang yang diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan yang baik meliputi pemberian semangat dan perhatian sehingga dapat mencegah kecemasan, meningkatkan harga diri, mencegah gangguan psikologis dan mengurangi stres. (Jhonson & Jhonson, dalam Amalia dan Indati, 2005). Dukungan sosial mencakup beberapa komponen seperti informasi, nasihat-nasihat yang diberikan, dan dukungan emosional (Ammermen & Campo, dalam Bauman, 2004).

Dukungan yang diterima ibu dapat membuat ibu berhasil dan sukses menghadapi tantangan memiliki anak dengan retardasi mental. Oleh karena itu dukungan dari keluarga atau dukungan sosial keluarga sangat penting untuk membantu ibu mengembangkan kemampuannya sesuai dengan kapasitas yang dimiliki anak.

2. Metode Penelitian

Pada penelitian ini tipe penelitian yang digunakan adalah dalam penelitian ini adalah tipe penelitian kuantitatif Kausal-Komparatif dengan desain *Ex Post Facto*. *Ex Post Facto* adalah penelitian dimana variabel-variabel bebas telah terjadi ketika peneliti mulai dengan pengamatan variabel terkait dalam suatu penelitian (Sukardi, 2011). Pada penelitian ini, keterkaitan antara variabel bebas dengan variabel terikat sudah terjadi secara alami (Sukardi, 2011).

Pada penelitian ini menggunakan setting alamiah dan *independent variable* tidak dimanipulasi. Begitu pula dengan subjek penelitian tidak diberikan perlakuan khusus sehingga data yang diambil merupakan apa yang telah dialami oleh subjek penelitian. Untuk mendapatkan data, peneliti membuat kuesioner dengan model skala likert.

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2009). Dalam penelitian ini populasi adalah ibu yang memiliki anak retardasi mental di Jakarta Selatan.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2009). Roscoe (dalam Sugiyono 2009) menyatakan bahwa ukuran sampel yang layak dalam penelitian adalah antara 30 sampai dengan 500. Penulis mengumpulkan sampel sebanyak 56 untuk mewakili populasi yang ada.

Sampel dalam penelitian ini dipinhi menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan bentuk *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan dasar bertujuan, menentukan seseorang menjadi sampel berdasarkan tujuan tertentu (Sukardi, 2009). Pemilihan sampel dilakukan dengan cara *random sampling* sesuai dengan kemudahan yang ditemui di lapangan.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel yang kemudian dijadikan titik tolak dalam menyusun item-item instrumen yang berupa pernyataan atau pertanyaan. Jawaban setiap item yang dibagi menjadi 4 pilihan jawaban.

Skala dukungan sosial keluarga dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan teori dukungan sosial yang dibuat oleh Sarafino (1994). Skala ini terdiri dari 61 item dengan reliabilitas sebesar 0.951.

Untuk skala resiliensi peneliti mengadaptasi *RQ-Test* yang dibuat oleh Reivich

dan Shattle (2002) terdiri dari 41 item dengan reliabilitas sebesar 0,812.

3. Hasil dan Pembahasan

Tabel 1
Perhitungan Uji Regresi

R	R Square	Adjust R Square
0,545	0,297	0,284

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap resiliensi ibu dengan anak retardasi mental. Dari hasil penelitian dengan analisis regresi linier juga didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh yang positif dari dukungan sosial keluarga terhadap resiliensi. Besarnya kontribusi dari dukungan sosial keluarga terhadap resiliensi dapat diketahui dengan melihat hasil *R Square*. Nilai *R Square* yang diperoleh pada penelitian ini sebesar 0.297 atau sebesar 29,7%. Secara statistik nilai ini memberikan penjelasan bahwa terjadinya resiliensi pada ibu yang memiliki anak dengan retardasi mental dipengaruhi oleh dukungan sosial keluarga yang mereka dapatkan.

Hasil dari hipotesis menunjukkan bahwa jika ibu menerima dukungan sosial keluarga tinggi maka semakin tinggi pula resiliensi yang dimiliki ibu dengan anak retardasi mental.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan hal yang mempengaruhi resiliensi bukan hanya dukungan sosial keluarga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial keluarga memiliki pengaruh sebesar 29,7% sedangkan 70,3% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti yang disampaikan menurut Connor (dalam Lamsirar, 2010) bahwa keyakinan seseorang terhadap agama atau bentuk spiritualitas, kemampuan individu untuk berusaha sebaik mungkin dalam menghadapi masalah dan memiliki keyakinan bahwa dirinya dapat mencapai tujuan tertentu, serta kemampuan individu memandang perubahan atau stres sebagai tantangan mempengaruhi resiliensi yang dimiliki oleh individu.

Penelitian yang dilakukan oleh Hastuti dan Zamaralita (dalam Amalia dan Indati, 2005) menyebutkan bahwa ibu yang memiliki anak dengan retardasi mental memerlukan penyesuaian diri yang meliputi berbagai perubahan baik dalam diri individu maupun lingkungan dalam menghadapi anaknya yang mencakup tingkah laku dan emosi anak, masalah keuangan, kemandirian anak, masa depan anak, kesempatan memperoleh

pendidikan, dan pengasuhan yang merupakan beban bagi mereka. Dalam kesulitan tersebut kehadiran dukungan sosial keluarga bagi ibu yang memiliki anak dengan retardasi mental sangat diperlukan.

Ibu yang menerima dukungan sosial keluarga dengan baik memandang suatu situasi yang penuh tekanan dengan tenang, sebab ibu yang mendapatkan dukungan sosial keluarga akan berusaha mengubah respon terhadap sumber tekanan dan berusaha mencari seseorang untuk membantu meringankan beban yang ditanggung.

Dukungan sosial keluarga yang diberikan kepada ibu membantu proses resiliensi ibu yang memiliki anak retardasi mental, hal ini dikarenakan kondisi anaknya yang berbeda dengan anak lain karena mengalami keterbatasan dalam intelektual, sosial maupun fisik, kondisi tersebut sangat mempengaruhi kondisi psikologis seorang ibu karena ibu adalah orang yang mengandung, menyusui dan merawat. Oleh karena itu keadaan ibu yang memiliki anak retardasi mental hendaknya diberi dukungan, bantuan dari orang-orang terdekat khususnya keluarga sehingga mereka dapat menikmati hidup dengan lebih baik dan mampu bermanfaat bagi dirinya, keluarga dan lingkungannya. Oleh karena itu, keadaan ibu yang memiliki anak dengan retardasi mental hendaknya diberi dukungan sosial keluarga agar mereka dapat beradaptasi dengan keadaan, karena dukungan sosial keluarga memiliki pengaruh terhadap resiliensi pada ibu dengan anak retardasi mental.

Dukungan sosial keluarga yang diberikan kepada ibu membantu proses resiliensi ibu yang memiliki anak retardasi mental, hal ini dikarenakan kondisi anaknya yang berbeda dengan anak lain karena mengalami keterbatasan dalam intelektual, sosial maupun fisik, kondisi tersebut sangat mempengaruhi kondisi psikologis seorang ibu karena ibu adalah orang yang mengandung, menyusui dan merawat. Oleh karena itu keadaan ibu yang memiliki anak retardasi mental hendaknya diberi dukungan, bantuan dari orang-orang terdekat khususnya keluarga sehingga mereka dapat menikmati hidup dengan lebih baik dan mampu bermanfaat bagi dirinya, keluarga dan lingkungannya. Oleh karena itu, keadaan ibu yang memiliki anak dengan retardasi mental hendaknya diberi dukungan sosial keluarga agar mereka dapat beradaptasi dengan keadaan, karena dukungan sosial keluarga memiliki pengaruh terhadap resiliensi pada ibu dengan anak retardasi mental.

4. Kesimpulan

Dari pengolahan data dan analisis hasil yang telah dilakukan, diperoleh kesimpulan bahwa terdapat pengaruh antara dukungan sosial keluarga dengan resiliensi ibu dengan anak retardasi mental. Pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap resiliensi pada ibu dengan anak retardasi mental sebesar 29,7%.

Daftar Pustaka

- Amalia, Mira., & Indiaty, Aisah. 2005. *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Ibu yang Memiliki Anak Retardasi Mental* http://psychology.uui.ac.id/images/stories/jadwal_kuliah/naskah-publikasi-01320074.pdf
- DSM IV-TR. 2000. *Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders (DSM IV-TR)*. Washington DC: American Psychiatric Association
- Heward, William L (1996). *Exceptional Children (An Introduction to Special Education)*. 5 th Edition . New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Lamsirar, Yristie. 2010. *Hubungan antara Religious Coping dan Resiliensi pada Orngtua yang Memiliki Anak dengan Gangguan Sprektum Autistik* (skripsi). Universitas Indonesia
- Payne, J., & Patton, J. R. (2006). *Mental Retardation*. Ohio: Bell 7 Howel
- Reivich, K., & Shatte, A. 2002. *The Recilience Factor: 7 Essential Skills For Overcoming Life's Inevitable Ocstacle*, New York: Broadway Press.
- Sarafino, E. P. 1994. *Health psychology : Biopsychological Interactions (2nd ed)*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Somantri, T.Sutjihati. 2007. *Psikologi Anak Luar Biasa*. Bandung: PT Refika Aditama
- Sugiyono, DR. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sukardi. 2009. *Metodologi Penelitian Pendidikan*, Jakarta: PT Bumi Aksara
- Taylor, S.E. 2003. *Health Psychology*. University of California, Los Angeles: Mc Graw Hill.