

PENGARUH DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS ORANGTUA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS

Nur Inayah¹, Nanik Khofifah²

^{1,2}Universitas Yudharata Pasuruan, Indonesia

Corresponden E-mail; inayahpsi22@gmail.com

Abstrak

Orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus menghadapi berbagai tuntutan fisik, emosional, sosial, dan ekonomi yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis. Kondisi tersebut dapat menimbulkan stres, kelelahan, serta kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan kebutuhan anak. Salah satu faktor yang dapat membantu menghadapi tantangan tersebut adalah dukungan keluarga, meliputi dukungan emosional, penghargaan, instrumental, dan informasional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan keluarga terhadap kesejahteraan psikologis orang tua anak berkebutuhan khusus di SLBN Pandaan dan SLBN Sengon serta mengetahui kontribusi dukungan keluarga dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis orang tua. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi penelitian berjumlah 330 orang tua di SLBN Pandaan dan SLBN Sengon, dengan sampel sebanyak 181 responden yang ditentukan menggunakan rumus Slovin dan teknik convenience sampling. Pengumpulan data menggunakan Skala Dukungan Keluarga sebanyak 20 item dan Skala Kesejahteraan Psikologis sebanyak 27 item. Analisis data menggunakan regresi linear sederhana dengan bantuan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh positif dan signifikan dukungan keluarga terhadap kesejahteraan psikologis dengan nilai korelasi 0,506 dan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Nilai R^2 sebesar 0,256 menunjukkan kontribusi sebesar 25,6%. Temuan ini menegaskan pentingnya penguatan dukungan keluarga sebagai upaya membantu orang tua menghadapi tuntutan pengasuhan dan mempertahankan kesejahteraan psikologis.

Kata Kunci: Dukungan Keluarga; Kesejahteraan Psikologis; Orangtua Anak Berkebutuhan Khusus

Abstract

Parents of children with special needs face various physical, emotional, social, and economic demands that can impact their psychological well-being. These conditions can lead to stress, exhaustion, and difficulties in adapting to their child's needs. Family support encompassing emotional, esteem, instrumental, and informational support is a factor that can help in coping with these challenges. This study aimed to determine the influence of family support on the psychological well-being of parents of children with special needs at SLBN Pandaan and SLBN Sengon, as well as to assess the contribution of family support to enhancing parental psychological well-being. A quantitative approach with a correlational design was employed. The study population consisted of 330 parents from SLBN Pandaan and SLBN Sengon, with a sample of 181 respondents selected using Slovin's formula and convenience sampling. Data were collected using a 20-item Family Support Scale and a 27-item Psychological Well-being Scale. Data analysis was conducted using simple linear regression with the aid of SPSS. The results revealed a positive and significant influence of family support on psychological well-being, with a correlation coefficient of 0.506 and a significance level of 0.000 ($p < 0.05$). An R^2 value of 0.256 indicated a contribution of 25.6%. These findings underscore the importance of strengthening family support to assist parents in managing caregiving demands and maintaining their psychological well-being.

Keywords: Family Support; Psychological Well-being; Parents of Children with Special Need

Pendahuluan

Kesejahteraan Psikologis merupakan suatu keadaan saat individu mampu menerima dirinya, memiliki kemandirian pada tekanan dalam hidupnya, mampu membentuk hubungan hangat dengan orang lain, mampu mengontrol lingkungan, memiliki tujuan hidup dan mampu

merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu Prasetyaningrum, 2022. Selain itu, kesejahteraan psikologis juga mencerminkan kemampuan individu dalam mengelola emosi, menghadapi tekanan atau tantangan hidup secara adaptif, serta memiliki kemandirian dalam mengambil keputusan. Ryff dan Keyes (dalam Leonardi dkk 2023) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis adalah kemampuan seorang individu untuk menerima keadaan yang ada dalam dirinya, membentuk sebuah hubungan yang positif dengan individu lain, mampu untuk mengendalikan diri dan mampu untuk mencapai potensi sepenuhnya agar kehidupan individu tersebut berarti. Konsep ini tidak hanya berfokus pada perasaan bahagia, tetapi lebih pada kemampuan individu dalam menjalani kehidupan secara bermakna, dan produktif.

Menurut Hermina Hospitals (2024), orang tua dari anak berkebutuhan khusus (ABK) memiliki risiko stres 44% lebih tinggi dan rentan mengalami kelelahan mental (*burnout*) dibandingkan orang tua pada umumnya. Fenomena tersebut diperkuat oleh hasil pra penelitian yang peneliti lakukan pada 20 orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLBN Sengon. Hasilnya menunjukkan bahwa 12,55% orangtua masih belum menerima diri sebagai orang tua anak berkebutuhan khusus, serta 13,3% merasa tidak percaya diri dengan apa yang sedang dilaluinya. Selain itu 11,6% belum berani untuk berinteraksi dengan orang lain. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus masih mengalami kesulitan dalam mencapai kesejahteraan psikologis, khususnya pada penerimaan diri, kepercayaan diri, dan kemampuan menjalin hubungan sosial. Kondisi tersebut dapat mempengaruhi cara orang tua menghadapi tuntutan pengasuhan, menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, serta menjalani peran sebagai orang tua secara lebih positif dan adaptif.

Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian Sekararum 2025 mengemukakan, orangtua dari anak berkebutuhan khusus (ABK) menghadapi tantangan yang kompleks, baik secara emosional, sosial, maupun ekonomi. Kehadiran anak dengan kebutuhan khusus seringkali menimbulkan perubahan signifikan dalam dinamika keluarga, serta menuntut penyesuaian jangka panjang dalam pengasuhan, pendidikan, dan kehidupan sehari-hari. Proses adaptasi ini menjadi ujian psikologis yang kompleks, karena orang tua harus menyeimbangkan antara tuntutan pengasuhan yang berat dan kebutuhan untuk mempertahankan kesejahteraan psikologis mereka sendiri Vidyasari (2025). Stres pengasuhan yang tinggi, stigma sosial, serta tekanan keluarga dan ekonomi merupakan faktor-faktor yang memperburuk kerentanan psikologis orang tua Winefield (dalam Vidyasari, 2025).

Menurut Ryff (dalam Sulistia, 2025), kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain faktor demografi, dukungan sosial, jaringan sosial, religiusitas dan kepribadian. Salah satu faktor yang berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus yaitu faktor dari dukungan sosial. Dukungan sosial bisa berupa dukungan emosional, dukungan penghargaan kepada individu.

Faktor dukungan sosial merupakan salah satu aspek penting yang memengaruhi kondisi psikologis individu khususnya saat menghadapi tekanan dan berbagai tuntutan. Dukungan sosial berperan sebagai sumber kekuatan yang membantu orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus merasa diperhatikan, dihargai, dicintai, dan tidak menghadapi masalah seorang diri. Adanya dukungan dari orang-orang terdekat dapat membantu orang tua mengurangi stres, meningkatkan kemampuan beradaptasi, serta menciptakan perasaan aman dan nyaman dalam menghadapi berbagai permasalahan kehidupan. Selain itu, dukungan sosial juga mampu meningkatkan rasa percaya diri, memberikan motivasi, dan membantu individu

mempertahankan kondisi psikologis yang positif sehingga kesejahteraan psikologis dapat tercapai dengan lebih baik.

Dalam penelitian ini, bentuk dukungan sosial yang difokuskan adalah dukungan keluarga, karena keluarga merupakan lingkungan sosial terdekat bagi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus cenderung menghadapi berbagai tekanan psikologis, seperti beban emosional, kecemasan, kelelahan, serta tingginya tuntutan dalam proses pengasuhan dibandingkan dengan orang tua pada umumnya. Oleh karena itu, dukungan keluarga dalam bentuk perhatian, kasih sayang, penerimaan, motivasi, maupun bantuan secara langsung memiliki peran yang penting dalam membantu orang tua menghadapi berbagai tantangan dalam proses pengasuhan. Kehadiran dukungan keluarga yang optimal diharapkan dapat membantu orang tua menjalankan peran pengasuhan secara lebih adaptif dan positif, sehingga mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis orang tua. Berdasarkan uraian diatas, dapat ditegaskan bahwa dukungan keluarga merupakan aspek krusial dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis bagi orang tua anak berkebutuhan khusus. Oleh karena itu, penelitian ini sangat penting untuk dilakukan guna mengetahui secara jelas bagaimana pengaruh dukungan keluarga terhadap *psychological well being* orangtua anak berkebutuhan khusus.

Dukungan keluarga sangatlah penting karena keluarga merupakan unit terkecil dalam masyarakat dan sebagai penerima asuhan keperawatan. Dukungan keluarga merupakan bentuk pemberian dukungan terhadap anggota keluarga lain yang mengalami permasalahan, yaitu dukungan pemeliharaan, emosional untuk mencapai kesejahteraan anggota keluarga dan memenuhi kebutuhan psikososial Adzra (2022). Menurut Kusnadi (dalam Sulistia 2025), yang menegaskan bahwa dukungan keluarga merupakan prediktor penting dalam pencarian makna dan kesejahteraan psikologis orang tua.

Berbagai macam masalah yang mereka hadapi, dukungan keluarga sangat penting untuk perkembangan moral bagi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dan hal ini berdampak kepada kesejahteraan psikologis mereka. Dukungan keluarga merupakan salah satu unsur terpenting dalam menyelesaikan masalah dengan adanya dukungan keluarga akan dapat menambah rasa percaya diri serta motivasi dalam menghadapi masalah ataupun penyakit yang sedang terjadi (Anjalina, 2024).

Berdasarkan uraian di atas, dapat ditegaskan bahwa dukungan keluarga merupakan aspek krusial dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis bagi orang tua anak berkebutuhan khusus. Namun, penelitian terdahulu menunjukkan hasil yang belum sepenuhnya konsisten mengenai peran dukungan keluarga terhadap kesejahteraan psikologis. Selain itu, sebagian penelitian lebih banyak mengkaji dukungan sosial secara umum atau melihat hubungan antarvariabel, sehingga masih terdapat keterbatasan dalam menjelaskan sejauh mana dukungan yang berasal dari keluarga secara khusus dapat memberikan pengaruh terhadap kesejahteraan psikologis orang tua anak berkebutuhan khusus. Celah tersebut menjadi penting untuk dikaji karena keluarga merupakan lingkungan terdekat yang berperan langsung dalam memberikan dukungan emosional, instrumental, penghargaan, maupun informasi dalam menghadapi tuntutan pengasuhan anak berkebutuhan khusus. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk memperoleh pemahaman yang lebih jelas mengenai pengaruh dukungan keluarga terhadap kesejahteraan psikologis orang tua anak berkebutuhan khusus, sekaligus memberikan gambaran mengenai pentingnya keterlibatan keluarga dalam mendukung kondisi psikologis orang tua.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional, yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan keluarga sebagai variabel bebas (X) terhadap kesejahteraan psikologis sebagai variabel (Y) orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Populasi penelitian adalah orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLBN Pandaan dan SLBN Sengon yang berjumlah 330 orangtua. Sampel ditentukan menggunakan rumus slovin pada taraf signifikansi 5%, sehingga diperoleh 181 orangtua dari SLBN Pandaan dan SLBN Sengon. Responden dalam penelitian ini dipilih menggunakan *convenience sampling* adalah teknik pengambilan sampel non-probabilitas di mana peneliti memilih anggota sampel berdasarkan kemudahan akses dan ketersediaan mereka. Ini berarti bahwa sampel diambil dari individu yang paling mudah dijangkau oleh peneliti, seperti orang-orang yang berada di sekitar lokasi peneliti atau responden yang mudah dihubungi. Metode ini melibatkan populasi secara acak, sehingga sampel mencerminkan secara akurat keragaman dan distribusi keseluruhan populasi.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan dua skala psikologi. Skala kesejahteraan psikologis disusun berdasarkan aspek Ryff (dalam Sayyidah, 2022) yang meliputi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, tujuan hidup, penguasaan terhadap lingkungan dan pengembangan diri dengan total item 27 item. Skala dukungan keluarga disusun berdasarkan aspek Sarafino (dalam Nuha, 2023) yang mencakup dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informal yang berjumlah 20 item. Kedua skala menggunakan model Likert dengan empat pilihan jawaban (Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, Sangat Tidak Setuju) serta terdiri dari item *favourable* dan *unfavorable*. Sebelum digunakan dalam penelitian, kedua instrument terlebih dahulu diuji validitasnya menggunakan korelasi item-total dengan kriteria $\geq 0,30$. Hasil uji validitas menunjukkan skala kesejahteraan psikologis terdiri dari 27 item valid dan skala dukungan keluarga 19 item yang dinyatakan valid. Selanjutnya uji reliabilitas menggunakan koefisien Cronbach's Alpha menunjukkan bahwa skala Kesejahteraan Psikologis memiliki nilai $\alpha = 0,895$ dan skala Dukungan Keluarga memiliki nilai $\alpha = 0,882$. Nilai tersebut menunjukkan bahwa kedua instrument memiliki reliabilitas yang sangat baik sehingga layak digunakan dalam penelitian.

Analisis data dilakukan dalam dua tahap. Pertama, analisis statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik data penelitian melalui nilai rata-rata (*mean*) standar deviasi, serta kategorisasi Tingkat variabel. Kedua, analisis statistik inferensial dilakukan dengan menguji asumsi normalitas menggunakan (*Kolmogorov-Smirnov Test*) dan linearitas. Analisis statistik inferensial diawali dengan uji normalitas menggunakan one sample Kolmogorov-smirnov serta uji linearitas. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data kedua variabel berdistribusi normal dan untuk uji linearitas menunjukkan bahwa data kedua variabel memenuhi asumsi linearitas. Oleh karena itu, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan Uji Koefisien Korelasi Antar Kriteria dan Prediktor, Uji Koefisien Determinan (R^2) dan Uji F (F-test) untuk mengetahui pengaruh dukungan keluarga terhadap kesejahteraan psikologis orangtua anak berkebutuhan khusus. Seluruh proses analisis data dilakukan menggunakan IBM SPSS Statistics versi 26.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Subjek Penelitian

Penelitian ini melibatkan 181 orangtua anak berkebutuhan khusus di SLBN Pandaan dan SLBN Sengon. Karakteristik subjek penelitian disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Subjek Penelitian

Jenis Kekhususan	Jumlah	Persen
Tunarungu	45	25%
Tunawicara	34	19%
Tuna Grahita	37	20%
Tuna Netra	28	15%
Tuna Daksa	14	8%
Autisme	15	8%
Down Syndrom	5	3%
ADHD	3	2%

Berdasarkan Tabel 1, responden yang memiliki anak dengan kekhususan tunarungu mendominasi penelitian ini (25%).

Deskripsi dan Kategorisasi Variabel penelitian

Tabel 2. Statistik Deskriptif dan Kategorisasi Variabel Penelitian

Variabel	Skor Hipotetik			Kategori		
	Mean Empirik	SD Empirik	Mean Hipotetik	Rendah (%)	Sedang (%)	Tinggi (%)
Dukungan Keluarga	53,64	5,07	47,5	9,94	30,94	44,57
Kesejahteraan Psikologis	59,87	5,55	67,5	27,62	35,36	23,20

Sebagian besar responden berada pada dukungan keluarga berada pada kategori tinggi (44,57%) sedangkan kesejahteraan psikologis berada pada kategori sedang (35,36%).

Uji Asumsi dan Hipotesis

Sebelum dilakukan uji hipotesis dilakukan uji normalitas dan uji linearitas. Hasil uji normalitas menunjukkan kedua variabel berdistribusi normal ($p > 0,05$). Uji linearitas menunjukkan bahwa uji linearitas dalam penelitian ini terpenuhi.

Tabel 3. Hasil Uji Koefisien Korelasi

Correlations			
		Dukungan keluarga	Kesejahteraan Psikologis
Dukungan Keluarga	Pearson Correlation	1	.506**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	181	181
Kesejahteraan Psikologis	Pearson Correlation	.506**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	181	181
Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).			

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis orang tua anak berkebutuhan khusus di SLBN Pandaan dan SLBN Sengon. Hal tersebut ditunjukkan melalui hasil uji regresi linear dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga H1 diterima. Temuan ini menunjukkan bahwa keberadaan keluarga tidak hanya berfungsi sebagai sumber bantuan dalam memenuhi kebutuhan pengasuhan, tetapi juga menjadi salah satu sumber daya psikologis yang membantu orang tua dalam mempertahankan kesejahteraan psikologis ketika menghadapi berbagai tuntutan pengasuhan anak berkebutuhan khusus. Dengan demikian, semakin tinggi dukungan keluarga yang diterima, semakin tinggi pula kecenderungan kesejahteraan psikologis orang tua, dan sebaliknya.

Temuan tersebut menjadi menarik karena dukungan keluarga dalam konteks orang tua anak berkebutuhan khusus tidak hanya dapat dipahami sebagai bantuan secara langsung, tetapi juga sebagai bentuk penguatan psikologis dalam menghadapi kondisi pengasuhan yang berlangsung secara terus-menerus. Orang tua yang memperoleh perhatian, kepedulian, bantuan, penghargaan, maupun informasi dari keluarga dapat merasa bahwa tanggung jawab pengasuhan tidak sepenuhnya harus dihadapi seorang diri. Perasaan tersebut dapat membantu orang tua mengurangi tekanan psikologis dan membangun pandangan yang lebih positif terhadap dirinya maupun kondisi anak. Oleh karena itu, dukungan keluarga dapat menjadi faktor protektif yang membantu orang tua tetap mampu menjalankan fungsi psikologisnya di tengah tuntutan pengasuhan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Muthoharoh dkk. (2022) yang menjelaskan bahwa individu dengan dukungan keluarga yang tinggi cenderung memiliki perilaku yang lebih positif dan kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Dukungan keluarga dapat membantu individu memperoleh perasaan positif terhadap dirinya serta membangun cara pandang yang lebih adaptif terhadap permasalahan. Dukungan tersebut juga berperan dalam menjaga kondisi mental individu sehingga dapat mengurangi stres, kecemasan, dan perasaan tidak berdaya. Temuan ini diperkuat oleh Sulistia (2025) yang menunjukkan bahwa semakin besar dukungan atau penguatan yang diberikan keluarga, semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Jika dikaitkan dengan konsep *psychological well-being* Ryff, dukungan keluarga dapat membantu orang tua mengembangkan beberapa aspek kesejahteraan psikologis. Dukungan emosional dan penghargaan dapat memperkuat penerimaan diri karena orang tua merasa diterima dan tidak dinilai secara negatif oleh lingkungan terdekatnya. Dukungan informasional dapat membantu orang tua memahami kondisi anak dan menentukan cara menghadapi permasalahan secara lebih efektif. Sementara itu, dukungan instrumental dapat mengurangi beban pengasuhan sehingga orang tua memiliki kesempatan untuk memenuhi kebutuhan dirinya sendiri. Dengan demikian, dukungan keluarga berpotensi tidak hanya meningkatkan perasaan nyaman secara emosional, tetapi juga membantu orang tua membangun kemampuan untuk menjalani kehidupan secara lebih adaptif.

Hal tersebut menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis orang tua anak berkebutuhan khusus tidak semata-mata ditentukan oleh kemampuan individu dalam menghadapi masalah. Lingkungan keluarga memiliki peran dalam menciptakan kondisi yang memungkinkan orang tua mengembangkan penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, maupun tujuan hidup. Dengan kata lain, ketika keluarga memberikan ruang bagi orang tua

untuk didukung, didengarkan, dan dibantu, orang tua memiliki sumber daya yang lebih besar untuk mengelola tuntutan pengasuhan secara adaptif.

Temuan lain yang penting adalah nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,307. Artinya, dukungan keluarga memberikan kontribusi sebesar 30,7% terhadap variasi *psychological well-being* orang tua anak berkebutuhan khusus, sedangkan 69,3% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Hasil tersebut memberikan gambaran bahwa dukungan keluarga merupakan faktor yang penting, tetapi bukan satu-satunya faktor yang menentukan kesejahteraan psikologis orang tua. Besarnya kontribusi 30,7% justru menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan kondisi yang kompleks dan terbentuk melalui interaksi berbagai faktor personal maupun lingkungan.

Faktor lain yang berpotensi berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis antara lain kondisi sosial ekonomi, jaringan sosial, dukungan teman sebaya, religiusitas, kualitas lingkungan, *self-efficacy*, penerimaan diri, kebersyukuran, dan strategi koping. Salah satu faktor yang menarik untuk diperhatikan adalah dukungan sosial teman sebaya. Orang tua anak berkebutuhan khusus yang berinteraksi dengan individu yang memiliki pengalaman serupa dapat memperoleh kesempatan untuk berbagi pengalaman, memperoleh informasi, serta merasa bahwa dirinya dipahami. Kondisi tersebut dapat mengurangi perasaan terisolasi dan membantu orang tua mengembangkan cara menghadapi permasalahan yang lebih adaptif.

Hal ini sejalan dengan Satria (2024) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis, khususnya pada aspek otonomi, penguasaan lingkungan, dan hubungan positif dengan orang lain. Husada dkk. (2024) juga menunjukkan bahwa dukungan sosial berkaitan dengan penerimaan orang tua terhadap kondisi anak. Orang tua yang memperoleh dukungan sosial lebih besar cenderung lebih mudah menerima kondisi anaknya. Temuan tersebut memberikan pemahaman bahwa dukungan yang berasal dari lingkungan sosial dapat melengkapi dukungan keluarga dalam membantu orang tua menghadapi tuntutan pengasuhan.

Selain itu, penelitian Sekararum (2025) menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis orang tua anak berkebutuhan khusus berkaitan dengan penerimaan diri, dukungan sosial, kebersyukuran, *self-efficacy*, dan strategi koping. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa kesejahteraan psikologis tidak hanya berkaitan dengan seberapa banyak bantuan yang diterima orang tua, tetapi juga bagaimana orang tua memaknai bantuan tersebut dan menggunakannya untuk menghadapi situasi pengasuhan. Dengan demikian, dukungan eksternal dan sumber daya internal orang tua dapat saling melengkapi dalam membentuk kesejahteraan psikologis.

Hasil penelitian ini juga memperkuat penelitian Astiti et al. (2024), Kusadi dkk. (2021), dan Muthoharoh dkk. (2022) yang sama-sama menunjukkan adanya hubungan atau pengaruh positif antara dukungan sosial/keluarga dengan kesejahteraan psikologis orang tua anak berkebutuhan khusus. Namun, penelitian ini memberikan sudut pandang yang lebih spesifik dengan menempatkan dukungan keluarga sebagai prediktor kesejahteraan psikologis pada orang tua anak berkebutuhan khusus di SLBN Pandaan dan SLBN Sengon. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya menguatkan temuan penelitian terdahulu, tetapi juga menunjukkan bahwa dukungan keluarga tetap relevan dalam konteks orang tua yang menjalankan pengasuhan anak berkebutuhan khusus pada lingkungan pendidikan khusus.

Menariknya, nilai kontribusi sebesar 30,7% juga dapat menjadi dasar untuk melihat adanya *research gap* bahwa peningkatan kesejahteraan psikologis orang tua tidak cukup hanya

melalui penguatan dukungan keluarga. Masih terdapat 69,3% variasi kesejahteraan psikologis yang dapat dijelaskan oleh faktor lain. Hal ini membuka peluang bagi penelitian selanjutnya untuk mengkaji bagaimana dukungan keluarga berinteraksi dengan faktor internal seperti *self-efficacy*, penerimaan diri, religiusitas, dan strategi koping, maupun faktor eksternal seperti komunitas orang tua dan dukungan teman sebaya. Penelitian selanjutnya bahkan dapat menguji apakah dukungan keluarga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis secara langsung atau melalui faktor psikologis tertentu, seperti penerimaan diri atau *self-efficacy*.

Berdasarkan keseluruhan temuan tersebut, dapat dipahami bahwa keluarga memiliki posisi strategis dalam menjaga kesejahteraan psikologis orang tua anak berkebutuhan khusus. Dukungan keluarga bukan sekadar bantuan praktis dalam pengasuhan, melainkan dapat menjadi sumber rasa aman, penerimaan, penghargaan, dan penguatan yang membantu orang tua menghadapi tuntutan pengasuhan secara lebih adaptif. Namun demikian, kesejahteraan psikologis merupakan kondisi multidimensional sehingga penguatannya membutuhkan pendekatan yang lebih luas, yaitu dengan menggabungkan dukungan keluarga, dukungan sosial, penguatan kemampuan personal, serta lingkungan yang mendukung. Oleh karena itu, hasil penelitian ini memberikan implikasi bahwa upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis orang tua anak berkebutuhan khusus sebaiknya tidak hanya berfokus pada anak, tetapi juga memberikan perhatian terhadap kebutuhan psikologis orang tua sebagai bagian penting dari keberhasilan proses pengasuhan.

SIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan keluarga terhadap kesejahteraan psikologis orangtua anak berkebutuhan khusus. Berdasarkan hasil analisis, terdapat pengaruh dukungan keluarga terhadap kesejahteraan psikologis sehingga H_0 ditolak. Hasil analisis menunjukkan bahwa hubungan antara dukungan keluarga dan kesejahteraan psikologis memperoleh nilai korelasi sebesar 0,506 (50,6%). Selain itu dukungan keluarga memberikan kontribusi sebesar 25,6% terhadap kesejahteraan psikologis. Sedangkan sisanya 74,4% dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian ini. Hal ini mengindikasikan bahwa dukungan keluarga bukan satu-satunya faktor yang menentukan kesejahteraan psikologis orang tua anak berkebutuhan khusus. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan keluarga yang diterima oleh orang tua anak berkebutuhan khusus, maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis orang tua anak berkebutuhan khusus. secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi pihak sekolah dan keluarga dalam memberikan dukungan untuk orangtua dalam proses pengasuhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiba, N., & Setiawati, F. A. (2026). Development of a Psychological Well-Being Scale for Adolescents: A Contextual Study of High School Students in Indonesia. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 14(1), 40-50.
- Adzra, S. (2022). Gambaran hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada pasien penderita hipertensi: studi literature review. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 1(2), 53-64.
- Agisti, N. N. E., & Iskandar, I. (2025). Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Rantau BKI UIN SMH Banten. *Jurnal Riset Multidisiplin Edukasi*, 2(5), 288-302.

- Anjalina, A. P., & Noor, M. A. (2024). Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan konsumsi minum obat anti hipertensi. *Jurnal Keperawatan Berbudaya Sehat*, 2(1), 40-44.
- Astiti, I. G. A. A. S. L. C., & Valentina, T. D. (2024). Kesejahteraan psikologis orang tua dengan anak berkebutuhan khusus: Literature review. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4(1), 8214-8228.
- Azwar, S. (2017) *Metode Penelitian Psikologi Edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Deviana, M., Umari, T., & Khadijah, K. (2023). Kesejahteraan psikologis (psychological well-being) remaja. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5(1), 3463-3468.
- Eva, N., & Bisri, M. (2018). Kesejahteraan psikologis siswa cerdas istimewa. *Malang: Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang*.
- Girindani, W. A., & Elisa, N. N. (2022). Dukungan sosial dan penerimaan diri pada orang tua yang memiliki anak down syndrome. *Jpk (Jurnal Pendidikan Khusus)*, 18(2), 107-112.
- Ghozali, I. (2021). Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 26 Edisi 10. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Haryanto, R. S. A., & Amaliyah, S. (2025). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap intensitas Perilaku Bunuh Diri Pada Mahasiswa. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 8(2), 297-310.
- Hermia Hospitals. (2024, November 20). Menjaga Kesehatan Mental Orang Tua Dengan Anak Berkebutuhan Khusus. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=r3cwiA-7Jhk&t=118s>
- Husada, Y. K. (2024). Hubungan Dukungan Sosial Dan Penerimaan Hubungan Dukungan Sosial dan Penerimaan Orangtua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Serina Sosial Humaniora*, 2(1), 43-48.
- Ikhwanisifa, I., Marettih, A. K. E., Susanti, R., & Zahira, G. R. (2024). Peran dukungan keluarga dan kebersyukuran terhadap kualitas hidup keluarga pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus: dukungan keluarga, kebersyukuran, kualitas hidup keluarga, anak berkebutuhan khusus. *Generasi Emas: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 7(1), 13-20.
- Islami, H. F., & Susilarini, T. (2021). Hubungan dukungan sosial keluarga dengan work family balance pada karyawan yang sudah menikah di bank mandiri area jakarta imam bonjol. *Ikra-Ith Humaniora: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 5(2), 1-7.
- Isnaeni, R., & Nashori, H. F. (2022). Pengaruh religiusitas dan welas asih diriterhadap kesejahteraan psikologis orang tua anak berkebutuhan khusus. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 27(1), 147-164.
- Jasmita, R. (2024). Pengaruh dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis terhadap loneliness pada lansia. *Cons-Iedu*, 4(1), 11-25.
- Kelana, S. (2022). Dukungan sosial keluarga bagi anak berkebutuhan khusus di sekolah luar biasa peduli anak nagari kecamatan akabiluru. *Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 4(2), 99-111.
- Kelly, Estalita. (2019). Statistik I. Pasuruan: Tidak Diterbitkan.
- Kelly, Estalita. (2020). Psikometri. Pasuruan: Tidak Diterbitkan.
- Kusnadi, S. K., Irmayanti, N., Anggoro, H., & Agustina, K. S. B. (2021). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Psychological wellbeing Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Tunagrahita Sedang. *Jurnal Psikologi Insight*, 5(1), 79-86

- Laka, L. (2023). *Metodologi Penelitian Dengan Pendekatan Kuantitatif Jilid 2*. Yogyakarta: Deepublish.
- Leonardi, F. N., & Astuti, N. W. (2023). Hubungan stres kerja dengan kesejahteraan psikologis guru. *Provita: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 16(2), 26-37.
- Mahendika, D. (2023). Pengaruh dukungan sosial, strategi coping, resiliensi, dan harga diri terhadap kesejahteraan psikologis siswa SMA di Kota Sukabumi. *Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science*.
- Muthoharoh, S., & Oktaviani, S. P. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Ilmu Keperawatan Tingkat Akhir. *Jurnal Keperawatan*, 15(2), 28-36.
- Nuha, Q. A., Riskasari, W., & Aquarisnawati, P. (2023). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dan Motivasi Dengan Kepatuhan Berobat Pasien Diabetes Mellitus (Dm) Tipe Ii Di Wilayah Kerja Puskesmas X Gresik. *Jurnal Psikologi Poseidon*, 80-92.
- Nurhayati, S., Harmiasih, S., Kaeksi, Y. T., & Yunitasari, S. E. (2023). Dukungan keluarga dalam merawat Anak Berkebutuhan Khusus: literature review. *JlIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(11), 8606-8614.
- Pasaribu, S. (2025). *Kesejahteraan Psikologi Perempuan: Teori Dan Riset*. umsu press.
- Pedhu, Y. (2022). Kesejahteraan psikologis dalam hidup membiara. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 10(1), 65-78.
- Praditya, S., Humaira, H. F., Hendrawan, F. Y., & Nashori, F. (2025). Peranan religiositas Islam terhadap kesejahteraan psikologis: Sebuah pendekatan kajian literatur sistematis. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 9(1), 48-61.
- Prasetyaningrum, J., Fadjaritha, F., Aziz, M. F., & Sukarno, A. (2022). Kesejahteraan psikologis santri Indonesia. *Profetika: Jurnal Studi Islam*, 86-97.
- Purnomosidi, F., Pi, M., Widiyono, S. K., Musslifah, A. R., & Psikolog, M. P. (2022). *Buku referensi kesejahteraan psikologis dengan sholat dhuha*. Lembaga Chakra Brahmana Lentera.
- Rahman, C. A., & Hasanati, N. (2025). *Kesejahteraan psikologis orang tua anak berkebutuhan khusus: Tinjauan sistematis berbasis model Ryff*. *Reflection Journal*, 5(2), 1154-1164.
- Rahmayanti, F., Rahmania, F., Anisa, S., & Nashori, F. (2022). Dukungan sosial dan beban pengasuhan pada orang tua anak berkebutuhan khusus. *Insan Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 7(2), 156-166.
- Rosyidah, R., Astuti, J. S., & Michelino, D. M. D. (2023). Peran Dukungan Keluarga terhadap Resiliensi Keluarga Tenaga Kerja Indonesia (TKI) di Bangkalan. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 14(1), 23-31.
- Saputri, I. A. D., & Ayriza, Y. (2021). Hubungan perilaku prososial dengan persepsi penerimaan teman sebaya pada remaja awal. *Acta Psychologia*, 3(1), 21-28.
- Satria, I. G. I. J., & Kurniawati, M. (2024). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap kesejahteraan psikologis (studi pada mahasiswa perantau). *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(6), 2764-2775.
- Sayyidah, A. F., Mardhotillah, R. N., Sabila, N. A., Rejeki, S., & Nomor, M. U. (2022). Peran religiusitas Islam dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis. *Jurnal Al-Qalb*, 13(2), 105.
- Sekararum, J. A. (2025). Kesejahteraan Psikologis Orangtua Anak Berkebutuhan Khusus Di PLDPI Surakarta. *Jurnal Talenta Psikologi*, 14(2).

- Seran, B., Anderson, E., & Manoppo, A. (2023). Dukungan keluarga dengan kualitas hidup. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(7), 1910-1919.
- Sulistia, K. W., & Maryatmi, A. S. (2025). Hubungan Penerimaan Diri dan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kesejahteraan Psikologis Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di Klinik Tumbuh Kembang X Bekasi Selatan. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 9(3), 185-193.
- Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Transilvanus, V. E., & Gaharpung, M. M. H. (2025). Kinerja, Kesejahteraan Psikologis dan Nature Relatedness Pada Penenun Warna Alam di Kabupaten Sikka Provinsi NTT. *Jurnal Projemen UNIPA*, 12(1), 01-09.
- Vidyasari, N. N. A., & Wilani, N. M. A. (2025). Kebersyukuran Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *Al-Zayn: Jurnal Ilmu Sosial & Hukum*, 3(5), 6017-6028.
- Virgiana, M. K. B., Azizah, I. N., Aula, S. T., Masfia, I., & Fahmy, Z. (2024). Dukungan keluarga sebagai faktor penentu prestasi akademik anak disabilitas netra. *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 2 (2), 112–138.
- Wahdiniawati, S. A., Lubis, F. M., Erlianti, D., Sari, V. B. M., Uhai, S., & Febrian, W. D. (2024). Keseimbangan kehidupan kerja: Mewujudkan kesejahteraan karyawan melalui manajemen SDM yang berkelanjutan. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran (JRPP)*, 7(1), 728-738
- Widyawati, S., Asih, M. K., & Utami, R. R. (2022). Studi deskriptif: kesejahteraan psikologis pada remaja. *Psibernetika*, 15(1).