



## HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEMANDIRIAN PERAWATAN DIRI ANAK RETARDASI MENTAL

### *THE RELATIONSHIP OF FAMILY SUPPORT TO THE SELF-CARE INDEPENDENCE OF CHILDREN WITH MENTAL RETARDATION*

Elsi Rahmadani<sup>1\*</sup>, Gita Maya Sari<sup>2</sup>, Ariyus Popsi Gito<sup>3</sup>

Stikes Tri Mandiri Sakti Bengkulu<sup>1,2,3</sup>

(elsirahmadani@yahoo.co.id)

#### ABSTRAK

Anak dengan retardasi mental merupakan anak dengan IQ di bawah rata-rata dengan ketidakmampuan menjalankan aktivitas sehari-hari dan memelihara perawatan diri dan perlu mendapatkan dukungan keluarga. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan dukungan keluarga terhadap kemandirian perawatan diri pada anak retardasi mental di SLB Negeri di Bengkulu. Penelitian ini merupakan jenis penelitian korelasi kuantitatif dengan desain analisis cross-sectional. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 43 responden dari orang tua anak retardasi mental di SLB Negeri Bengkulu dengan teknik purposive sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dukungan keluarga dan kemandirian perawatan diri serta analisis data menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan 51,2 % responden memiliki dukungan keluarga kurang dan (51,2%) memiliki kemandirian perawatan diri baik pada anak retardasi mental di SLB Negeri Bengkulu. Hasil uji statistik Chi-Square menunjukkan  $p=0,022 < 0,05$ . Kesimpulannya adalah ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kemandirian perawatan diri pada anak retardasi mental di SLB Negeri Bengkulu. Maka diharapkan keluarga dapat memberikan dan meningkatkan dukungan yang baik bagi anak penyandang retardasi mental dengan memberikan dukungan informasional, emosional, penilaian, dan instrumental.

Kata Kunci : Dukungan Keluarga, Kemandirian Perawatan Diri, Retardasi Mental

#### ABSTRACT

*Children with mental retardation are children with below average IQ with the inability to carry out daily activities and maintain self-care and need family support. The purpose of this study was to analyze the relationship between family support and self-care independence in children with mental retardation at SLB Negeri in Bengkulu. This study is a type of quantitative correlation research with a cross-sectional analysis design. The sample in this study was 43 respondents from parents of children with mental retardation at SLB Negeri Bengkulu with a purposive sampling technique. Data collection using a questionnaire on family support and self-care independence and data analysis using the Chi-Square test. The results showed that 51.2% of respondents had less family support and (51.2%) had good self-care independence in children with mental retardation at SLB Negeri Bengkulu. The results of the Chi-Square statistical test showed  $p = 0.022 < 0.05$ . The conclusion is that there is a relationship between family support and self-care independence in children with mental retardation at SLB Negeri Bengkulu. It is hoped that families can provide and improve good support for children*



*with mental retardation by providing informational, emotional, assessment and instrumental support.*

*Key Word : Family Support, Self-Care Independence, Mental Retardation*

SYED ZASAINIKA

## PENDAHULUAN

Anak berkebutuhan khusus ialah anak yang mempunyai keterbatasan, baik secara mental, fisik, emosional, intelektual maupun sosial yang mempengaruhi proses perkembangan dan pertumbuhannya dibandingkan anak usia lainnya. Retardasi mental merupakan salah satu anak berkebutuhan khusus. Anak dengan retardasi mental merupakan klasifikasi dari anak berkebutuhan khusus, retardasi mental merupakan gangguan pada IQ dan tingkat kecerdasan (intelligence quotient) yang memiliki karakteristik di bawah rata-rata (IQ dibawah 70), salah satu masalah dari anak retardasi mental adalah ketidakmampuan menjalankan aktivitas sehari-hari dan memelihara perawatan diri. Retardasi mental atau anak tunagrahita adalah anak yang mempunyai keterlambatan, misalnya dalam hal, makan, mandi, sikat gigi, mencuci, memakai pakaian dan lain sebagainya (Maidartati & Aminah, 2019).

Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2018, menunjukkan anak Indonesia yang menyandang retardasi mental adalah 962.011 orang dengan kriteria retardasi mental ringan 80%, retardasi mental sedang 12% dan retardasi mental sangat berat 8%. Dari jumlah tersebut diketahui 60% diderita oleh anak laki-laki dan 40% diderita anak perempuan. Berdasarkan data World Health Organization (2019) memperkirakan bahwa lebih dari 450 juta anak mengalami retradasi mental di dunia.

Anak Retardasi mental atau tunagrahita merupakan salah satu contoh kelainan yang dapat ditemui di berbagai tempat, dengan ciri-ciri penderitanya memiliki tingkat kecerdasan di bawah rata-rata Intelligence Quotient (IQ) yaitu 84 ke bawah dan mengalami kesulitan dalam beradaptasi serta melakukan berbagai aktivitas sehari-hari seperti mengurus diri sendiri (mandi, makan, belajar, buang air besar/BAB dan mendekorasi) (Maidartati et al., 2018).

Menurut Muhith (2015), berdasarkan tingkat Intelligence Quotient (IQ)-nya, ciri-ciri tunagrahita dibedakan menjadi tunagrahita ringan (IQ = 50 – 70, sekitar 85% penderita tunagrahita), tunagrahita sedang (IQ = 35-55, sekitar 10% penderita tunagrahita), tunagrahita berat (IQ = 20-40, sebanyak 4% penderita tunagrahita), dan tunagrahita sangat berat (IQ = 20-25, sekitar 1 hingga 2% orang yang terkena keterbelakangan mental).

Perawatan diri sangat diperlukan bagi anak berkebutuhan khusus yang mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas secara mandiri; Keterampilan merawat diri pada anak berkebutuhan khusus dapat meliputi keterampilan memakai dan melepas pakaian, kebersihan diri, menggunakan toilet, dan keterampilan mendekorasi (Kartika et al., 2020). Anak-anak retardasi mental yang kurang mandiri saat melakukan perawatan diri, sebanyak 48% anak tidak mencuci tangan pakai sabun, 42% tidak menggosok badan dengan sabun ketika mandi, dan 42% tidak merapikan pakaian (Maidartati, Hayati, 2019).

Anak retardasi mental memiliki kemampuan perawatan diri yang lebih rendah dibandingkan anak yang lahir normal. Perawatan diri adalah kemampuan untuk merawat atau membantu diri sendiri dalam kehidupan sehari-hari sehingga tidak bergantung pada orang lain, anak retardasi mental mengalami kesulitan dalam mengurus diri sendiri, sehingga membutuhkan bantuan orang lain saat melakukan berbagai aktivitas (Panzilion, Juli Andri, 2021). Penelitian Santy & Sari (2018) menyatakan bahwa kemandirian adalah kemampuan dalam mengurus dirinya sendiri, tetapi yang ia temukan adalah masih dibutuhkannya bantuan dari orang lain.

Kemampuan 45,5% anak retardasi mental untuk ke toilet sepenuhnya bergantung pada orang tua dan atau guru seperti Buang Air Besar (BAB) dan Buang Air Kecil (BAK) (Yulianti, 2023). Anak retardasi mental yang belum mampu melakukan kegiatan sehari-hari atau kemandirian dalam merawat diri sendiri akan bergantung pada peran serta dan dukungan penuh dari keluarga dukungan dan penerimaan dari setiap anggota keluarga akan memberikan energi dan kepercayaan

dalam diri anak retardasi mental untuk lebih berusaha meningkatkan setiap kemampuan yang dimiliki, sehingga hal ini akan membantunya untuk dapat hidup mandiri, lepas dari ketergantungan pada bantuan orang lain (Syahda, 2018).

Penelitian oleh Syahda (2018) bahwa anak yang tidak memperoleh dukungan keluarga memiliki peluang 14 kali lipat untuk tidak mandiri. Menurut Swenson (2014) tanpa adanya dukungan keluarga, kehidupan sebagian besar individu penyandang disabilitas akan berkurang kenyamanan, kemandirian, kesempatan, dan hubungan pengasuhan (Haryati, 2018).

Selain itu, berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti pada bulan September 2024 SLB Negeri di Bengkulu diperoleh hasil wawancara dengan lima orang tua wali anak tunagrahita. Dari kelima orangtua, peneliti menemukan bahwa tiga dari lima orangtua mengatakan bahwa anak-anak mereka masih membutuhkan bantuan untuk mengurus diri sendiri. Misalnya, anak-anak membutuhkan bantuan saat akan memakai baju, saat makan, dan saat membersihkan diri.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan dukungan keluarga dengan kemandirian perawatan diri anak retardasi mental di SLB Negeri di Bengkulu.

## BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, menggunakan desain penelitian korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 43 ibu yang memiliki anak retardasi mental di SLB negeri Bengkulu dengan cara tehnik purposive sampling. Kuesioner dukungan keluarga yang diadopsi dari penelitian Kusumaningrum (2019) ini berisi pertanyaan tentang dukungan keluarga. Dukungan keluarga terdiri dari 4 sub bab: informasional, instrumental, emosional, dan asesmen. Kuesioner dukungan keluarga memiliki 18 pertanyaan yang dibagi menjadi lima pertanyaan dukungan informasional, 5 pertanyaan untuk dukungan asesmen, 4 pertanyaan untuk dukungan instrumental, dan 4 pertanyaan untuk dukungan emosional. Kuesioner ini merupakan hasil

modifikasi dari instrumen Pediatric Evaluation of Disability Inventory (PEDI) dan Child and Adolescent Self Care Performance Questionnaire (SPQ). Kuesioner ini terdiri dari 10 pertanyaan tentang kemandirian perawatan diri. Analisa data dilakukan univariat dan bivariat dilakukan dengan uji Chi-Square.

## HASIL

### Analisa Univariat

Tabel 1  
Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga Anak Retardasi Mental

Dukungan Keluarga	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	21	48,8
Kurang	22	51,2
Total	43	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden 51,2 % (22 responden) memiliki dukungan keluarga kurang pada anak retardasi mental di SLB Negeri Bengkulu.

Tabel 2  
Distribusi Frekuensi Kemandirian Perawatan Diri Pada Anak Retardasi Metal

Kemandirian Perawatan Diri	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	22	51,2
Kurang	21	48,8
Jumlah	37	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden (51,2%) memiliki kemandirian perawatan diri baik pada anak retardasi mental di SLB Negeri Bengkulu.

### Analisis Bivariat

Tabel 3  
Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kemandirian Perawatan Diri Pada Anak Retardasi Mental

Dukungan keluarga	Kemandirian Perawatan Diri						p
	Baik		Kurang		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Baik	1	71,	6	28,	2	100	0,022
	5	4	6	1			
Kurang	7	31,	1	68,	2	100	
		8	5	2	2		
Total	2	100	2	100	4	100	
	2		1		3		

Berdasarkan Tabel 3 diperoleh hasil dari 21 responden yang memiliki dukungan keluarga baik, terdapat 15 responden memiliki kemandirian perawatan diri baik dan 6 responden memiliki kemandirian perawatan diri kurang. Dari 22 responden yang memiliki dukungan keluarga kurang, terdapat 7 responden memiliki kemandirian perawatan diri baik dan 15 responden memiliki kemandirian perawatan diri kurang. Hasil analisis statistik yang dilakukan dengan uji chi square diperoleh hasil sebesar 0,022 lebih kecil dari nilai p sebesar 0,005 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kemandirian perawatan diri pada anak retardasi mental di SLB Negeri Bengkulu dengan hubungan sangat kuat.

Hasil penelitian ini didukung oleh Yulianti (2023) bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga terhadap tingkat perawatan diri pada 36 anak retardasi mental dengan rentang usia 7-17 tahun Nilai p value sebesar 0,001.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Prawestri dan Hartati (2019) yang menyatakan bahwa sebagian besar anak tuna grahita kurang mandiri dalam melakukan perawatan diri eliminasi (BAK/BAB) yaitu sebanyak 50,9%. Hal ini dikarenakan regulasi sensori anak terhadap sfingter uretra atau dorongan untuk melakukan eliminasi dipengaruhi oleh kecerdasan intelektualnya. Orang tua hendaknya menciptakan lingkungan kamar mandi yang aman bagi anak dan memberikan pujian ketika anak dapat menyelesaikan proses eliminasi secara mandiri. Hal ini merupakan salah satu bentuk asesmen dan dukungan emosional yang diberikan orang tua kepada anak (Farrag, 2016).

Dukungan keluarga sangat mempengaruhi kemandirian anak dalam mengurus dirinya sendiri. Dukungan keluarga juga dapat meningkatkan harga diri dan dorongan seseorang untuk mengatasi permasalahannya sendiri (Mairdarti et al, 2019).

Hasil penelitian (Kartika et al., 2020) Menunjukkan bahwa dukungan yang sering diberikan terhadap anak retardasi mental adalah

dukungan emosional, sebanyak 22 orang (56.4%), kemudian dukungan informasional sebanyak 21 orang (53.8%), dukungan penghargaan sebanyak 21 orang (53.8%), dukungan sosial sebanyak 21 orang (53.8%) dan dukungan yang terakhir yaitu dukungan instrumental sebanyak 20 orang (51.3%).

Anak retardasi mental yang belum mampu melakukan kegiatan sehari-hari atau kemandirian dalam merawat diri sendiri akan bergantung pada peran serta dan dukungan penuh dari keluarga dukungan dan penerimaan dari setiap anggota keluarga akan memberikan energi dan kepercayaan dalam diri anak retardasi mental untuk lebih berusaha meningkatkan setiap kemampuan yang dimiliki, sehingga hal ini akan membantunya untuk dapat hidup mandiri, lepas dari ketergantungan pada bantuan orang lain (Syahda, 2018).

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Maidartati, Hayati (2019) dengan hasil uji statistik diperoleh P-Value = 0,001. Dukungan keluarga yang baik akan meningkatkan kualitas tumbuh kembang anak. Seseorang dengan dukungan keluarga yang tinggi lebih berhasil menghadapi dan mengatasi masalahnya dalam melakukan perawatan diri. Dukungan keluarga yang diterapkan dengan baik dapat menjadikan anak mandiri dalam melakukan perawatan diri, orang tua selalu memberikan anak informasi yang didapatkan, bantuan, cinta, kasih sayang, dan perhatian, membantu anak dalam memecahkan masalah dan membuat mereka merasa dihargai dan dicintai, menjalankan aktivitas sehari-hari (Maidartati & Hayati, 2019).

Penelitian lain juga sejalan dengan penelitian ini sesuai oleh Kusumaningrum (2019) dengan hasil uji statistik diperoleh P-Value = 0,000. Penelitian Kusumaningrum (2019) menggunakan 5 indikator dukungan keluarga yaitu: dukungan penilaian, dukungan informasional, dukungan instrumental, dukungan emosional serta dukungan sosial. Hal ini menyatakan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kemandirian perawatan diri pada anak retardasi mental.

Penelitian ini juga didukung oleh Syahda (2018) tentang hubungan dukungan keluarga dengan kemandirian anak tunagrahita di SLB Negeri Bangkinang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan



kemandirian anak tunagrahita dengan nilai OR=14,0 yang berarti anak yang tidak memperoleh dukungan keluarga memiliki peluang 14 kali lipat untuk tidak mandiri. Menurut Swenson (2014) tanpa adanya dukungan keluarga, kehidupan sebagian besar individu penyandang disabilitas akan berkurang kenyamanan, kemandirian, kesempatan, dan hubungan pengasuhan (Haryati, 2018).

## KESIMPULAN

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa semakin baik dukungan keluarga pada anak retardasi mental maka akan semakin baik kemandirian perawatan diri anak retardasi mental.

## DAFTAR PUSTAKA

- Kartika, Y. E., Nurhidayah, I. & Hendrawati .(2020). Dukungan keluarga dalam kemandirian perawatan diri anak retradasi mental ringan di SLB-C YKB Garut. *Jurnal Kesehatan Saelmakers*, 3, pp. 214–221.  
<https://journal.ukmc.ac.id/index.php/joh/article/view/86>
- Kusumaningrum, Y. (2019). *Hubungan dukungan keluarga dengan kemandirian perawatan diri anak retardasi mental*. Madiun. <http://repository.stikes-bhm.ac.id/716/>
- Maidartati, Sri Haryati, E. S. A. .(2018). Hubungan dukungan keluarga dengan kemandirian perawatan diri pada anak usia 6-13 tahun di SLB Cicalengka. <https://jurnal.unigal.ac.id/JKG/article/view/2633>
- Maidartati, Hayati, S. & Aliyah, R.(2018). Gambaran harga diri ibu yang memiliki anak retardasi mental usia 7-12 tahun, *Jurnal Keperawatan BSI*, 6(1), pp. 51–57. <https://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jk/article/view/3692/2357>
- Panzilion, Juli Andri, P. (2021). Therapy Brain GYM Terhadap Short Memory Anak Retardasi Mental. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 4(2). <http://www.ufrgs.br/actavet/31-1/artigo552.pdf>
- Prawitasari, N. R. N., Wijastuti, A., & Budiyanto, B. (2023). Assistive Technology in Improving Daily Living Activities of Children with Intellectual Disabilities. Atlantis Press SARL. [https://doi.org/10.2991/978-2-38476-008-4\\_52](https://doi.org/10.2991/978-2-38476-008-4_52)
- Pursitasari, I., & Allenidekania, A. (2019). Literature Review: Kemampuan Anak Berkebutuhan Khusus Melakukan Kebersihan Diri. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 305. <https://doi.org/10.26630/jk.v10i2.1317>
- Syahda, S. & Mazdarianti. (2018). Kemandirian anak retardasi mental, *Jurnal Basicedu*, 2(23), pp.4348.
- Yulianti, Septiana., Lestari, Sari, & Rinda (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kemampuan Perawatan Diri (Self Care) Pada Anak Retardasi Mental Di SLB. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan Klinik Vol 2 No. 3* (2023) – p-ISSN: 2809-235X e-ISSN: 2809-2090