



Dukungan Keluarga Terhadap Perkembangan Psikologis Anak Dengan Intelektual Disabilitas

Aishah^{1*}, Sri Nurhayati Selian²

^{1 2} Universitas Muhammadiyah Aceh

*Author Correspondence. Email : cutaishah68@gmail.com

Article Info	Abstract
Keywords: Family Support, Psychological Development, Intellectual Disabilities, Parenting, Children.	<i>Children with intellectual disabilities have different cognitive and adaptive developmental characteristics and therefore require consistent support from their immediate environment, particularly their families. Family support plays a role not only in fulfilling children's basic needs but also in promoting psychological development, including emotional regulation, self-confidence, independence, and social interaction skills. This literature review aims to analyze the forms of family support and their contribution to the psychological development of children with intellectual disabilities based on previous research findings. The study employed a literature review method by examining relevant scientific literature addressing family support, parenting, psychological development, mental health, and intellectual disabilities. The literature was analyzed using a descriptive-thematic approach through the stages of identification, selection, thematic grouping, content analysis, and synthesis of findings. The results indicate that family support contributes to children's psychological development through five main aspects: emotional support, family acceptance and positive parenting, developmental stimulation and opportunities for independence, support for social interaction, and strengthening psychological resilience. A family environment that is accepting, responsive, and consistent can help children develop a sense of security, self-esteem, emotional regulation, adaptive abilities, and quality of life. Therefore, strengthening family capacity is an essential component in supporting the psychological development and well-being of children with intellectual disabilities.</i>
Informasi Artikel	Abstrak
Dukungan Keluarga, Perkembangan Psikologis, Intelektual Disabilitas, Pengasuhan, Anak.	Anak dengan intelektual disabilitas memiliki karakteristik perkembangan kognitif dan adaptif yang berbeda sehingga membutuhkan dukungan konsisten dari lingkungan terdekat, khususnya keluarga. Dukungan keluarga tidak hanya berperan dalam memenuhi kebutuhan dasar, tetapi juga berkontribusi terhadap perkembangan psikologis anak, termasuk kemampuan mengelola emosi, membangun kepercayaan diri, mengembangkan kemandirian, dan meningkatkan kemampuan interaksi sosial. Kajian ini bertujuan menganalisis bentuk dukungan keluarga dan kontribusinya terhadap perkembangan psikologis anak dengan intelektual disabilitas berdasarkan hasil penelitian terdahulu. Penelitian menggunakan metode kajian pustaka dengan menelaah literatur ilmiah yang relevan mengenai dukungan keluarga, pengasuhan, perkembangan psikologis, kesehatan mental, dan intelektual disabilitas. Analisis dilakukan secara deskriptif-tematik melalui tahapan identifikasi, seleksi, pengelompokan tema, analisis isi, dan sintesis temuan. Hasil kajian menunjukkan bahwa dukungan keluarga berkontribusi terhadap perkembangan psikologis anak melalui lima aspek utama, yaitu dukungan emosional, penerimaan dan pola pengasuhan positif, stimulasi perkembangan dan kemandirian, dukungan terhadap interaksi sosial, serta penguatan ketahanan psikologis. Lingkungan keluarga yang menerima, responsif, dan konsisten dapat membantu anak mengembangkan rasa aman, harga diri, regulasi emosi, kemampuan adaptasi, dan kualitas hidup. Oleh karena itu, penguatan kapasitas keluarga menjadi bagian penting dalam mendukung perkembangan psikologis anak dengan intelektual disabilitas.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Perkembangan anak merupakan proses multidimensional yang mencakup aspek kognitif, emosional, sosial, bahasa, motorik, dan kemampuan adaptif. Anak dengan intelektual disabilitas memiliki karakteristik perkembangan yang memerlukan pendampingan sesuai dengan kemampuan dan kebutuhan individual. Selian (2024) menjelaskan bahwa pemahaman terhadap karakteristik psikologis anak berkebutuhan khusus menjadi dasar dalam menentukan bentuk pendampingan yang tepat. Dalam konteks pendidikan, Aishah et al. (2024) menegaskan bahwa layanan inklusif perlu memperhatikan keberagaman karakteristik peserta didik agar setiap anak memperoleh kesempatan berkembang secara optimal. Oleh karena itu, pemenuhan kebutuhan anak dengan intelektual disabilitas perlu dilakukan secara komprehensif, tidak hanya dalam aspek akademik, tetapi juga dalam aspek psikologis, sosial, komunikasi, dan adaptif.

Perkembangan psikologis menjadi salah satu aspek penting karena berkaitan dengan kemampuan anak dalam mengelola emosi, membangun kepercayaan diri, berkomunikasi, berinteraksi sosial, serta mengembangkan kemandirian. Hambatan dalam memahami informasi, mengekspresikan kebutuhan, dan menyesuaikan diri dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis anak. Aishah et al. (2024) menunjukkan pentingnya adaptasi pembelajaran berdasarkan karakteristik peserta didik dalam pendidikan inklusif, sedangkan Aishah et al. (2025) menekankan bahwa penyelenggaraan pendidikan inklusif membutuhkan dukungan berbagai komponen, termasuk guru, orang tua, kebijakan sekolah, dan lingkungan pendidikan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa perkembangan anak tidak berlangsung secara individual, tetapi dipengaruhi oleh kualitas lingkungan yang memberikan dukungan secara konsisten.

Dalam lingkungan tersebut, keluarga memiliki posisi yang sangat strategis karena menjadi lingkungan terdekat dan paling berkelanjutan dalam kehidupan anak. Orang tua tidak hanya memenuhi kebutuhan dasar, tetapi juga memberikan kasih sayang, penerimaan, perlindungan, motivasi, stimulasi, serta kesempatan bagi anak untuk belajar dan berkembang. Nwafor et al. (2022) menunjukkan adanya keterkaitan antara dukungan keluarga dan kualitas kehidupan keluarga yang memiliki anak dengan disabilitas intelektual dan perkembangan. Selian dan Yulasteriyani (2024) juga menunjukkan bahwa orang tua anak berkebutuhan khusus menghadapi berbagai tantangan dalam menyeimbangkan tanggung jawab pengasuhan dengan tuntutan pekerjaan dan kehidupan keluarga. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kualitas dukungan

keluarga perlu dipahami sebagai bagian penting dari lingkungan perkembangan anak, sekaligus perlu didukung agar orang tua mampu menjalankan fungsi pendampingan secara optimal.

Dukungan keluarga dapat diwujudkan dalam bentuk dukungan emosional, instrumental, informasional, penghargaan, dan keterlibatan langsung dalam aktivitas anak. Dukungan tersebut berhubungan dengan perkembangan psikologis karena memberikan rasa aman, meningkatkan penerimaan diri, memperkuat motivasi, serta membuka kesempatan bagi anak untuk mengembangkan kemampuan secara bertahap. Intan dan Selian (2025) menunjukkan bahwa dukungan orang tua dapat membantu anak dengan disabilitas mencapai perkembangan dan capaian belajar sesuai potensinya. Westlake et al. (2024) juga menekankan pentingnya hubungan positif antara orang tua dan anak dalam mendukung perkembangan dan kesejahteraan anak dengan intelektual disabilitas. Dengan demikian, dukungan keluarga tidak hanya berfungsi sebagai bantuan praktis, tetapi juga menjadi sumber pengalaman emosional dan sosial yang dapat memperkuat kepercayaan diri, kemandirian, kemampuan komunikasi, serta penyesuaian diri anak.

Efektivitas dukungan keluarga, bagaimanapun, tidak terlepas dari kapasitas orang tua dalam memahami kebutuhan dan kondisi anak. Anfasa dan Selian (2025) menunjukkan pentingnya informasi dan komunikasi yang jelas bagi orang tua dalam memahami proses asesmen psikologis anak berkebutuhan khusus. Ranta et al. (2025) menunjukkan bahwa intervensi psikologis bagi orang tua dapat meningkatkan kesejahteraan orang tua sekaligus mendukung hasil perkembangan anak, sedangkan Scripps et al. (2025) menekankan perlunya dukungan berkelanjutan bagi orang tua dalam menghadapi tuntutan pengasuhan. Temuan-temuan tersebut memperlihatkan bahwa dukungan terhadap orang tua juga menjadi bagian dari upaya memperkuat lingkungan perkembangan anak.

Meskipun penelitian sebelumnya telah membahas karakteristik anak berkebutuhan khusus, pendidikan inklusif, keterlibatan orang tua, kesejahteraan keluarga, dan intervensi bagi orang tua, kajian yang secara khusus mengintegrasikan berbagai bentuk dukungan keluarga dan menguraikan kontribusinya terhadap perkembangan psikologis anak dengan intelektual disabilitas secara komprehensif masih terbatas. Sebagian penelitian lebih banyak berfokus pada aspek pendidikan, kesejahteraan keluarga, keterlibatan orang tua, atau intervensi tertentu secara terpisah. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kebutuhan untuk menyatukan temuan-temuan tersebut dalam suatu kerangka kajian yang menempatkan dukungan keluarga sebagai faktor

penting dalam perkembangan psikologis anak, khususnya pada aspek emosional, kepercayaan diri, kemandirian, komunikasi, dan kemampuan sosial. Kebaruan kajian ini terletak pada pemetaan dan sintesis berbagai bentuk dukungan keluarga serta penjelasan mengenai kontribusinya terhadap beberapa dimensi perkembangan psikologis anak dengan intelektual disabilitas berdasarkan temuan penelitian sebelumnya. Dengan demikian, kajian ini tidak hanya mengidentifikasi bentuk dukungan keluarga, tetapi juga menjelaskan bagaimana dukungan tersebut dapat berkontribusi terhadap proses perkembangan psikologis anak.

Berdasarkan research gap tersebut, kajian pustaka ini bertujuan untuk menganalisis bentuk-bentuk dukungan keluarga dan kontribusinya terhadap perkembangan psikologis anak dengan intelektual disabilitas. Kajian ini secara khusus berfokus pada dukungan emosional, instrumental, informasional, penghargaan, dan keterlibatan keluarga serta keterkaitannya dengan perkembangan emosional, kepercayaan diri, kemandirian, komunikasi, dan kemampuan sosial anak. Hasil kajian diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai posisi keluarga dalam mendukung perkembangan psikologis anak dengan intelektual disabilitas serta menjadi dasar bagi penguatan kolaborasi antara keluarga, sekolah, dan tenaga profesional dalam memberikan pendampingan yang sesuai dengan kebutuhan individual anak.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kajian pustaka (literature review) dengan pendekatan deskriptif-tematik. Metode ini digunakan untuk mengidentifikasi, menelaah, membandingkan, dan mensintesis berbagai hasil penelitian yang relevan dengan dukungan keluarga terhadap perkembangan psikologis anak dengan intelektual disabilitas. Kajian pustaka dilakukan melalui proses yang terencana untuk memperoleh pemahaman menyeluruh mengenai suatu permasalahan berdasarkan hasil penelitian terdahulu. Booth et al. (2021) menjelaskan bahwa kajian literatur memerlukan tahapan yang sistematis dalam menentukan fokus, menemukan sumber yang relevan, mengevaluasi literatur, serta mengorganisasi informasi yang diperoleh. Oleh karena itu, metode kajian pustaka dipandang sesuai untuk mengintegrasikan berbagai temuan mengenai dukungan keluarga dan perkembangan psikologis anak.

Sumber data penelitian berupa artikel ilmiah dan sumber akademik yang relevan dengan topik kajian. Penelusuran literatur dilakukan melalui Google Scholar, PubMed, ScienceDirect, serta portal jurnal nasional dan internasional. Kata kunci yang digunakan meliputi family support, family involvement, intellectual disability, children with intellectual disabilities,

psychological development, parenting, parental involvement, dan social-emotional development. Ermel et al. (2021) menekankan bahwa proses kajian literatur perlu dilakukan melalui strategi pencarian yang jelas agar sumber yang diperoleh memiliki relevansi dengan pertanyaan atau tujuan penelitian. Berdasarkan prinsip tersebut, literatur dipilih berdasarkan kriteria inklusi, yaitu membahas anak dengan intelektual disabilitas atau kebutuhan perkembangan yang relevan, dukungan keluarga atau orang tua, serta perkembangan psikologis, sosial, emosional, atau kemampuan adaptif anak.

Proses seleksi literatur dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu identifikasi, penyaringan, penilaian relevansi, dan analisis isi. Pada tahap identifikasi, artikel dikumpulkan berdasarkan kata kunci yang telah ditentukan. Selanjutnya, judul dan abstrak diperiksa untuk menilai kesesuaian dengan fokus penelitian. Artikel yang tidak berkaitan dengan dukungan keluarga, anak dengan intelektual disabilitas, atau perkembangan psikologis dikeluarkan dari proses kajian. Dongre et al. (2024) menjelaskan bahwa proses penelitian membutuhkan prosedur yang sistematis dalam menentukan sumber, mengumpulkan informasi, dan menilai kesesuaian data dengan tujuan penelitian. Literatur yang memenuhi kriteria kemudian dibaca secara mendalam untuk mengidentifikasi karakteristik penelitian, bentuk dukungan keluarga, keterlibatan orang tua, proses pendampingan, dan temuan mengenai perkembangan anak.

Analisis data dilakukan menggunakan analisis deskriptif-tematik dengan mengorganisasi temuan berdasarkan kesamaan fokus, konsep, dan hasil penelitian. Setiap artikel dianalisis untuk mengidentifikasi bentuk dukungan keluarga, keterlibatan orang tua, kondisi psikologis keluarga, hubungan orang tua dan anak, serta implikasinya terhadap perkembangan anak dengan intelektual disabilitas. Selian (2024) menempatkan pemahaman mengenai perkembangan psikologis, keluarga, intervensi, serta evaluasi anak berkebutuhan khusus sebagai bagian penting dalam memahami kebutuhan anak secara komprehensif. Temuan dari berbagai literatur kemudian dibandingkan dan disintesis untuk memperoleh pola yang lebih umum. Hasil sintesis dikelompokkan ke dalam lima tema utama, yaitu (1) dukungan emosional dan penerimaan keluarga, (2) keterlibatan orang tua dalam pendidikan dan intervensi, (3) dukungan keluarga terhadap perkembangan sosial dan emosional, (4) pengaruh kondisi psikologis orang tua terhadap pengasuhan, dan (5) kolaborasi keluarga dengan sekolah dan tenaga profesional.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Dukungan Emosional Keluarga Membangun Rasa Aman dan Stabilitas Psikologis Anak

Dukungan emosional keluarga merupakan fondasi penting dalam membangun rasa aman dan stabilitas psikologis anak dengan intelektual disabilitas. Dukungan tersebut mencakup kasih sayang, perhatian, penerimaan, empati, komunikasi, serta kehadiran orang tua dalam kehidupan anak. Selian dan Yulasteriyani (2024) menunjukkan bahwa orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus menghadapi berbagai tuntutan emosional dan psikologis sehingga membutuhkan strategi pengelolaan stres, komunikasi terbuka, serta dukungan sosial. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kemampuan keluarga menciptakan suasana yang menerima dan responsif sangat penting bagi anak. Lingkungan keluarga yang memberikan penerimaan secara konsisten dapat membantu anak merasa dihargai, terlindungi, dan memiliki tempat yang aman untuk mengekspresikan kebutuhan serta perasaannya.

Hubungan emosional yang positif antara orang tua dan anak dapat menjadi sarana penting untuk mengembangkan rasa percaya, kenyamanan, dan kemampuan berinteraksi. Anak dengan intelektual disabilitas dapat mengalami hambatan dalam memahami situasi sosial dan mengungkapkan perasaan sehingga membutuhkan respons orang tua yang sabar dan konsisten. Zabidi et al. (2023) menemukan bahwa kualitas hubungan orang tua–anak dalam keluarga yang memiliki anak dengan intelektual disabilitas berkaitan dengan kedekatan dan konflik, sementara aktivitas yang dilakukan bersama dapat memperkuat kedekatan hubungan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kehadiran orang tua dalam aktivitas sehari-hari tidak hanya memenuhi kebutuhan praktis, tetapi juga memberikan kesempatan bagi anak untuk memperoleh pengalaman emosional positif yang dapat memperkuat rasa aman dan hubungan interpersonal.

Dukungan emosional juga dapat diperkuat melalui intervensi yang meningkatkan kualitas hubungan orang tua dan anak. Interaksi yang hangat, responsif, dan berorientasi pada kebutuhan anak dapat membantu menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan emosional dan perilaku. Westlake et al. (2024) melalui tinjauan sistematis dan meta-analisis menunjukkan bahwa intervensi yang berfokus pada hubungan orang tua–anak merupakan pendekatan penting dalam keluarga yang memiliki anak dengan intelektual disabilitas. Hubungan yang lebih positif dapat menjadi dasar bagi terciptanya komunikasi, penerimaan, dan keterlibatan yang lebih baik dalam keluarga. Dengan demikian, dukungan emosional bukan hanya berupa kasih sayang, tetapi

juga diwujudkan melalui kualitas interaksi yang konsisten dan responsif terhadap kebutuhan psikologis anak.

2. Penerimaan Keluarga dan Pola Pengasuhan Positif Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak

Penerimaan keluarga terhadap kondisi anak merupakan dasar penting dalam membangun lingkungan pengasuhan yang mendukung perkembangan psikologis. Penerimaan tidak hanya berarti mengakui keberadaan intelektual disabilitas, tetapi juga memahami kebutuhan, kemampuan, dan potensi anak tanpa memberikan stigma atau perlakuan yang merendahkan. Abani et al. (2023) menunjukkan bahwa penerimaan orang tua terhadap anak dengan intelektual disabilitas merupakan proses yang kompleks karena dipengaruhi pengalaman emosional, tantangan sosial, stigma, serta strategi koping keluarga. Penerimaan yang berkembang secara positif memungkinkan orang tua memandang anak berdasarkan kemampuan dan potensinya, sehingga anak memperoleh pengalaman dihargai, dicintai, dan memiliki kesempatan untuk berkembang sesuai dengan kapasitasnya.

Pola pengasuhan positif selanjutnya perlu diwujudkan melalui pemberian aturan yang jelas, komunikasi yang sesuai kemampuan anak, penghargaan terhadap perilaku positif, serta kesempatan untuk melakukan aktivitas secara mandiri. Arango et al. (2025) menemukan bahwa pola pengasuhan pada keluarga yang memiliki anak dengan intelektual disabilitas dapat berbeda dibandingkan dengan anak tanpa disabilitas, termasuk dalam aspek promosi otonomi dan sikap permisif. Temuan tersebut menunjukkan pentingnya memberikan kesempatan kepada anak dengan intelektual disabilitas untuk melakukan aktivitas sesuai kemampuannya, bukan selalu mengambil alih tugas anak. Pemberian kesempatan tersebut dapat membantu anak memperoleh pengalaman keberhasilan, meningkatkan rasa kompeten, dan secara bertahap membangun kepercayaan terhadap kemampuan dirinya.

Keseimbangan antara perlindungan dan pemberian kesempatan menjadi bagian penting dalam pengasuhan anak dengan intelektual disabilitas. Perlindungan tetap diperlukan untuk memastikan keselamatan dan memenuhi kebutuhan anak, tetapi perlindungan yang berlebihan dapat membatasi pengalaman anak dalam belajar mengambil keputusan dan menyelesaikan tugas sederhana. Sebaliknya, pola pengasuhan yang terlalu keras dapat menimbulkan rasa takut dan mengurangi kenyamanan anak dalam berinteraksi. Oleh karena itu, keluarga perlu menerapkan pendekatan yang responsif dengan menyesuaikan bantuan berdasarkan kemampuan anak. Ketika

anak diberikan kesempatan untuk mencoba, melakukan kesalahan, memperoleh bimbingan, dan menerima penghargaan atas usahanya, pengalaman tersebut dapat memperkuat kemandirian, rasa kompeten, dan kepercayaan diri dalam kehidupan sehari-hari.

3. Stimulasi Perkembangan dan Kesempatan untuk Mandiri Mendukung Kompetensi Psikologis

Anak dengan intelektual disabilitas membutuhkan stimulasi yang disesuaikan dengan kemampuan, kebutuhan, dan tahap perkembangannya. Keluarga memiliki posisi strategis karena proses stimulasi dapat dilakukan melalui aktivitas sederhana dalam kehidupan sehari-hari. Prasaja dan Harumi (2023) menunjukkan bahwa pemberdayaan keluarga melalui peningkatan pengetahuan, sikap, dan keterampilan orang tua serta program latihan di rumah dapat meningkatkan kemandirian anak dalam aktivitas kehidupan sehari-hari. Temuan tersebut menunjukkan bahwa stimulasi tidak selalu harus dilakukan melalui terapi formal, tetapi dapat diintegrasikan dalam rutinitas seperti makan, berpakaian, merapikan barang, dan melakukan aktivitas rumah tangga. Dengan demikian, keterlibatan keluarga menjadi sarana penting dalam mengembangkan kemampuan adaptif dan kemandirian anak.

Pemberian kesempatan kepada anak untuk melakukan aktivitas secara mandiri juga memiliki makna psikologis karena memungkinkan anak memperoleh pengalaman keberhasilan dan merasakan bahwa dirinya memiliki kemampuan. Taub dan Werner (2023) menunjukkan bahwa keluarga memiliki peran penting dalam memberikan kesempatan kepada anak dengan disabilitas untuk mengembangkan pengambilan keputusan secara mandiri dan self-determination. Kesempatan tersebut dapat diberikan melalui pilihan sederhana dalam kehidupan sehari-hari, seperti memilih pakaian, menentukan aktivitas, atau menyelesaikan tugas sesuai kemampuan. Ketika orang tua tidak selalu mengambil alih pekerjaan anak, tetapi memberikan bantuan secara bertahap, anak memperoleh pengalaman untuk belajar, mencoba, dan bertanggung jawab terhadap pilihannya sehingga kompetensi psikologis dan keyakinan terhadap kemampuan diri dapat berkembang.

Stimulasi dan latihan kemandirian perlu diberikan secara bertahap dengan mempertimbangkan kemampuan individual anak. Bantuan orang tua sebaiknya diberikan ketika anak mengalami kesulitan, kemudian dikurangi secara perlahan ketika keterampilannya meningkat. Pendekatan tersebut memungkinkan anak memperoleh pengalaman keberhasilan tanpa menghadapi tuntutan yang terlalu tinggi. Prasaja dan Harumi (2023) memperlihatkan

bahwa pelatihan keluarga yang disertai program latihan di rumah dapat membantu meningkatkan kemampuan anak dalam melakukan aktivitas sehari-hari secara lebih mandiri. Oleh karena itu, keluarga tidak hanya berfungsi sebagai pemberi bantuan, tetapi juga sebagai fasilitator perkembangan yang memberikan kesempatan kepada anak untuk berlatih secara konsisten. Pengalaman tersebut dapat memperkuat rasa kompeten, kemandirian, dan kepercayaan diri anak.

4. Dukungan Keluarga Memperkuat Kemampuan Interaksi Sosial Anak

Perkembangan psikologis anak dengan intelektual disabilitas tidak dapat dipisahkan dari kesempatan untuk berinteraksi dan berpartisipasi dalam lingkungan sosial. Anak dapat menghadapi hambatan dalam komunikasi, memahami aturan sosial, mengambil keputusan, serta membangun hubungan dengan orang lain. Dean et al. (2021) melalui kajian tentang peran keluarga dalam perkembangan self-determination menunjukkan bahwa keluarga memiliki posisi penting dalam menyediakan dukungan dan kesempatan bagi anak dengan intellectual and developmental disabilities untuk mengembangkan kemampuan menentukan pilihan dan berpartisipasi dalam kehidupannya. Dengan demikian, keluarga tidak hanya berfungsi sebagai pengasuh, tetapi juga sebagai fasilitator yang membantu anak memperoleh pengalaman sosial, mengembangkan kemampuan berkomunikasi, dan membangun kepercayaan diri dalam berinteraksi.

Keluarga dapat memberikan kesempatan kepada anak untuk berinteraksi dengan saudara, teman sebaya, tetangga, maupun masyarakat dalam situasi yang aman dan sesuai dengan kemampuan anak. Orang tua dapat memberikan contoh konkret mengenai cara menyapa, meminta bantuan, menunggu giliran, berbagi, dan menghargai orang lain. Friedman (2022) menunjukkan bahwa kontinuitas dan rasa aman memiliki hubungan positif dengan kualitas hidup individu dengan intellectual and developmental disabilities, termasuk aspek hubungan dan kehidupan sosial. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa lingkungan yang stabil dan memberikan rasa aman dapat membantu anak mengembangkan hubungan interpersonal secara lebih positif. Oleh karena itu, keluarga perlu menciptakan rutinitas dan lingkungan sosial yang memungkinkan anak berinteraksi secara konsisten.

Kesempatan berinteraksi juga perlu diberikan secara bertahap agar anak tidak mengalami tekanan ketika menghadapi situasi sosial baru. Orang tua dapat mempersiapkan anak dengan memberikan penjelasan sederhana mengenai orang yang akan ditemui, kegiatan yang akan dilakukan, dan perilaku yang diharapkan. Anak juga perlu diberikan kesempatan untuk

berpartisipasi dalam kegiatan keluarga dan masyarakat tanpa pembatasan yang berlebihan. Dukungan tersebut memungkinkan anak memperoleh pengalaman diterima, dihargai, dan dilibatkan. Melalui pengalaman sosial yang berulang, anak dapat mengembangkan kemampuan komunikasi, kerja sama, empati, penyesuaian diri, serta kepercayaan diri. Dengan demikian, dukungan keluarga menjadi salah satu faktor penting dalam memperluas kesempatan sosial dan memperkuat perkembangan psikologis anak dengan intelektual disabilitas.

5. Dukungan Keluarga Membangun Ketahanan Psikologis dan Kualitas Hidup Anak

Ketahanan psikologis merupakan kemampuan untuk beradaptasi terhadap tekanan, perubahan, dan berbagai tantangan yang muncul dalam kehidupan. Pada keluarga yang memiliki anak dengan intelektual disabilitas, proses adaptasi tersebut membutuhkan dukungan yang konsisten karena keluarga menghadapi tuntutan pengasuhan, pendidikan, kesehatan, dan sosial secara bersamaan. Widyawati et al. (2023) menunjukkan bahwa faktor protektif, seperti dukungan sosial, penilaian positif, dan pengalaman kompensasi, berperan dalam membentuk resiliensi orang tua, sedangkan resiliensi orang tua selanjutnya berhubungan dengan kualitas hidup anak dengan disabilitas perkembangan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan keluarga dalam menghadapi tekanan dapat menciptakan kondisi pengasuhan yang lebih positif dan mendukung kesejahteraan psikologis anak.

Dukungan sosial keluarga juga menjadi sumber penting dalam membangun kemampuan keluarga menghadapi berbagai tekanan pengasuhan. Keluarga yang memperoleh dukungan emosional, informasi, dan bantuan praktis memiliki sumber daya yang lebih besar untuk mempertahankan fungsi pengasuhan ketika menghadapi kesulitan. Hassanein et al. (2021) menemukan bahwa dukungan sosial yang diterima dan diberikan keluarga secara signifikan menjelaskan variasi kualitas hidup keluarga yang memiliki anak dengan intelektual disabilitas. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa kualitas hidup tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi anak, tetapi juga oleh sumber daya sosial yang tersedia bagi keluarga. Oleh karena itu, penguatan jejaring dukungan keluarga dapat menjadi strategi penting untuk membantu keluarga mempertahankan kondisi psikologis yang adaptif.

Ketahanan psikologis juga tidak berarti bahwa anak atau orang tua harus menghadapi seluruh permasalahan secara mandiri. Ketahanan berkembang melalui proses adaptasi yang didukung oleh lingkungan, hubungan keluarga yang stabil, serta kesempatan memperoleh bantuan ketika menghadapi kesulitan. Cheng et al. (2024) menunjukkan bahwa resiliensi orang

tua anak dengan intelektual disabilitas berkaitan dengan kemampuan regulasi diri, sementara kelelahan kerja atau career burnout memberikan pengaruh negatif terhadap resiliensi. Temuan ini memperlihatkan bahwa kondisi psikologis pengasuh perlu menjadi perhatian dalam membangun lingkungan perkembangan anak. Orang tua yang memperoleh dukungan dan mampu mengelola tekanan dengan baik akan lebih memungkinkan memberikan pendampingan yang konsisten, responsif, dan mendukung perkembangan psikologis anak.

Kualitas hidup anak pada akhirnya berkaitan dengan kemampuan keluarga menyediakan lingkungan yang aman, suportif, dan memungkinkan anak berpartisipasi dalam kehidupan sehari-hari. Anak dengan intelektual disabilitas tidak hanya membutuhkan layanan pendidikan, kesehatan, dan terapi, tetapi juga membutuhkan hubungan keluarga yang memberikan rasa memiliki, penghargaan, kesempatan berpartisipasi, serta pengalaman positif. Nwafor et al. (2022) menemukan bahwa dukungan keluarga berperan sebagai faktor protektif terhadap dampak negatif stres yang berkaitan dengan kualitas hidup keluarga yang memiliki anak dengan intelektual dan perkembangan disabilitas. Dengan demikian, dukungan keluarga perlu dipandang sebagai proses multidimensional yang mencakup dukungan emosional, sosial, instrumental, dan psikologis. Lingkungan keluarga yang kuat dapat membantu meningkatkan kemampuan adaptasi dan menciptakan kondisi yang lebih mendukung kesejahteraan anak.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian pustaka, dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga memiliki peran fundamental dalam perkembangan psikologis anak dengan intelektual disabilitas. Keluarga tidak hanya berperan dalam memenuhi kebutuhan dasar anak, tetapi juga menjadi lingkungan utama yang memberikan rasa aman, kasih sayang, penerimaan, stimulasi, serta pendampingan dalam menghadapi berbagai tantangan perkembangan. Dukungan yang diberikan secara konsisten dapat membantu anak mengembangkan kepercayaan diri, kemampuan mengelola emosi, kemandirian, keterampilan sosial, dan ketahanan psikologis sesuai dengan karakteristik serta potensi individualnya.

Dukungan keluarga dalam perkembangan anak dapat dikelompokkan ke dalam lima aspek utama, yaitu dukungan emosional dan penerimaan, pola pengasuhan positif, stimulasi serta kesempatan mengembangkan kemandirian, fasilitasi interaksi sosial, dan penguatan ketahanan psikologis. Kelima aspek tersebut tidak berdiri sendiri, tetapi saling berkaitan dalam menciptakan lingkungan keluarga yang aman, responsif, dan mendukung. Semakin konsisten

dukungan yang diberikan, semakin besar peluang anak memperoleh pengalaman positif yang dapat memperkuat kompetensi psikologis dan kemampuan adaptifnya.

Penerimaan keluarga terhadap kondisi anak menjadi dasar penting dalam membangun perkembangan psikologis yang positif. Kasih sayang, penghargaan, komunikasi yang sesuai, serta kesempatan untuk berpartisipasi dapat membantu anak merasa dihargai dan memiliki kemampuan. Sebaliknya, penolakan, stigma, perlakuan negatif, tuntutan yang tidak sesuai kemampuan, perlindungan berlebihan, dan pembatasan interaksi dapat meningkatkan ketergantungan serta menghambat perkembangan kepercayaan diri dan kemandirian anak. Oleh sebab itu, keluarga perlu menerapkan pola pengasuhan yang seimbang antara perlindungan, pendampingan, pemberian stimulasi, dan kesempatan bagi anak untuk mencoba sesuai kemampuannya.

Implikasinya, dukungan terhadap anak dengan intelektual disabilitas tidak seharusnya hanya berfokus pada anak, tetapi juga pada penguatan kapasitas keluarga. Peningkatan pengetahuan orang tua, keterampilan pengasuhan, dukungan psikososial, akses terhadap layanan profesional, serta kolaborasi antara keluarga, sekolah, tenaga profesional, dan masyarakat perlu dikembangkan secara berkelanjutan. Dengan pendekatan yang komprehensif dan berorientasi pada potensi anak, keluarga dapat menjadi lingkungan utama yang membantu anak dengan intelektual disabilitas mencapai perkembangan psikologis yang optimal, meningkatkan kemandirian, memperluas partisipasi sosial, dan memperoleh kualitas hidup yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Abani, M. S., Anislag, R. T., Budiongan, G. L., Cagape, W. E., & Paz, C. V. (2023). The parents' acceptance of their children with intellectual disability: A phenomenological study. *International Journal of Research Publication*, 126(1), 129–138. <https://doi.org/10.47119/IJRP1001261620225000>
- Aishah, A., Nurdin, D., Sa'ud, U. S., Meirawan, D., & Nuphanudin, N. (2024). Membangun kepemimpinan inklusif: Studi kasus manajemen layanan inklusi pada SD Negeri 25 Banda Aceh. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 12(4), 53–67. <https://doi.org/10.29210/1115600>
- Aishah, A., Sa'ud, U. S., Meirawan, D., & Nurdin, D. (2024). Curriculum adaptation in science subjects at Banda Aceh inclusive elementary school. *Jurnal Penelitian Pendidikan IPA*, 10(10), 7409–7414. <https://doi.org/10.29303/jppipa.v10i10.8773>

- Aishah, A., Sa'ud, U. S., Meirawan, D., & Nurdin, D. (2025). Management of inclusive education in primary schools. *Briliant: Jurnal Riset dan Konseptual*, 10(4), 843–853. <https://doi.org/10.28926/briliant.v10i4.1986>
- Anfasa, M. R., & Selian, S. N. (2025). Pengalaman ibu dalam mendampingi proses asesmen psikologis anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Psikologi Udayana*, 12(2). <https://doi.org/10.24843/JPU.2025.v12.i02.p03>
- Arango, P. S., Sabat, C., & Gatica, F. (2025). Parental attitudes and practices in families with siblings with and without intellectual disability: Influences of sociodemographic and child-related factors. *Research in Developmental Disabilities*, 165, 105107. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2025.105107>
- Booth, A., Sutton, A., Clowes, M., & Martyn-St James, M. (2021). *Systematic approaches to a successful literature review* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Cheng, S., Xuxu, L., & Deng, M. (2024). The resilience of parents of children with intellectual disabilities: An effort from self-regulation and career burnout. *Child: Care, Health and Development*, 50(4), e13286. <https://doi.org/10.1111/cch.13286>
- Dean, E. E., Kirby, A. V., Hagiwara, M., Shogren, K. A., Ersan, D. T., & Brown, S. (2021). Family role in the development of self-determination for youth with intellectual and developmental disabilities: A scoping review. *Intellectual and Developmental Disabilities*, 59(4), 315–334. <https://doi.org/10.1352/1934-9556-59.4.315>
- Della, F., & Selian, S. N. (2026). Makna keterlibatan orang tua dalam keberhasilan intervensi dini pada anak berkebutuhan khusus: Studi fenomenologi. *Jurnal Pendidikan Kebutuhan Khusus*, 10(2), 199–217. <https://doi.org/10.24036/jpkk.v10i2.1701>
- Dongre, S. B., Yenireddy, A., Sukaiya, G. U., & Khade, A. N. (2024). *Research methodology: Methods, approaches & techniques*. Academic Guru Publishing House.
- Ermel, A. P. C., Lacerda, D. P., Morandi, M. I. W. M., & Gauss, L. (2021). *Literature reviews: Modern methods for investigating scientific and technological knowledge*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-75722-9>
- Friedman, C. (2022). The impact of continuity and security on quality of life. *Intellectual and Developmental Disabilities*, 60(2), 101–112. <https://doi.org/10.1352/1934-9556-60.2.101>

- Hassanein, E. E. A., Adawi, T. R., & Johnson, E. S. (2021). Social support, resilience, and quality of life for families with children with intellectual disabilities. *Research in Developmental Disabilities*, 112, 103910. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2021.103910>
- Intan, I., & Selian, S. N. (2025). Dukungan orang tua dan prestasi belajar anak *Down syndrome* di sekolah luar biasa (SLB). *Journal of Innovative and Creativity (Joecy)*, 5(3), 29568–29577. <https://joecy.org/index.php/joecy/article/view/4427>
- Maulana, Z., & Selian, S. N. (2026). Family and schools collaboration in supporting children with specific learning disorders. *International Journal of Multidisciplinary Research*, 2(2), 72–82. <https://ojssulthan.com/ijmr/article/view/940>
- Nwafor, C. E., Ofonedu, M., Nwankwo, N. I., Obuna, A., & Ugwu, P. C. (2022). Perceived stress moderates the relationship between family support and family quality of life among parents of children living with intellectual and developmental disabilities. *Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities*, 19(4), 370–378. <https://doi.org/10.1111/jppi.12425>
- Prasaja, P., & Harumi, L. (2023). The effectiveness of family empowerment in increasing the independence of the daily living activities of children with intellectual disability. *Jurnal Keterampilan Fisik*, 8(1). <https://doi.org/10.37341/jkf.v8i1.387>
- Ranta, K., Saarimäki, H., Gummerus, J., Virtanen, J., Peltomäki, S., & Kontu, E. (2025). Psychological interventions for parents of children with intellectual disabilities to enhance child behavioral outcomes or parental well-being: A systematic review, content analysis and effects. *Journal of Intellectual Disabilities*, 29(2), 500–535. <https://doi.org/10.1177/17446295241302857>
- Scripps, E., Sutherland, D., Langdon, P. E., Hastings, R. P., & Gray, K. M. (2025). Supporting parents of adolescents with intellectual disabilities: A systematic review of interventions. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 38(1), e70004. <https://doi.org/10.1111/jar.70004>
- Selian, S. N. (2024). *Psikologi anak berkebutuhan khusus*. Banda Aceh: Syiah Kuala University Press.
- Selian, S. N., & Yulasteriyani. (2024). Pengalaman orang tua yang bekerja dengan anak berkebutuhan khusus: Studi fenomenologi. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan)*, 11(2), 129–140. <https://doi.org/10.21009/JKKP.112.02>

- Taub, T., & Werner, S. (2023). Perspectives of adolescents with disabilities and their parents regarding autonomous decision-making and self-determination. *Research in Developmental Disabilities*, 136, 104442. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2023.104442>
- Westlake, F., Westlake, M., & Totsika, V. (2024). A systematic review and meta-analysis of the effectiveness of interventions targeting the parent-child relationship in families of children with an intellectual disability. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 37(6), e13273. <https://doi.org/10.1111/jar.13273>
- Widyawati, Y., Scholte, R. H. J., Kleemans, T., & Otten, R. (2023). Parental resilience and quality of life in children with developmental disabilities in Indonesia: The role of protective factors. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 35, 743–758. <https://doi.org/10.1007/s10882-022-09878-1>
- Zabidi, A. S., Hastings, R. P., & Totsika, V. (2023). Spending leisure time together: Parent child relationship in families of children with an intellectual disability. *Research in Developmental Disabilities*, 133, 104398. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2022.104398>