

## **Hubungan Antara *Problem Focused Coping* Dengan Kecemasan Pada Orang Tua Anak Keterlambatan Berkembang Pasien Terapi Okupasi Di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Kota Semarang**

**Wiranty Quratu 'Ain<sup>1</sup>, Abdurrohim<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Mahasiswa, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

<sup>2</sup> Dosen, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

*Corresponding Author*

*Email : [wiranty21@gmail.com](mailto:wiranty21@gmail.com)*

### **Abstrak**

*Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara problem focused coping dengan kecemasan pada orang tua anak keterlambatan berkembang pasien terapi okupasi di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang. Hipotesis pada penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara problem focused coping dan kecemasan. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik accidental sampling. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 40 orang tua pasien anak keterlambatan berkembang terapi okupasi di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 2 skala. Skala Problem Focused Coping yang terdiri dari 22 aitem memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,953 dan Kecemasan yang terdiri dari 12 aitem memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,766. Teknik analisis data menggunakan analisis Spearman. Hasil hipotesis menggunakan teknik analisis Spearman diperoleh hasil  $r_s = -0,550$  dengan signifikansi 0,000 ( $p < 0,01$ ) sehingga menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara variabel bebas dan variabel tergantung, sehingga hipotesis yang diajukan diterima.*

**Kata Kunci:** *problem focused coping, kecemasan.*

### **Abstract**

*This study aims to examine the relationship between problem focused coping and anxiety in parents of children with developmental delay in occupational therapy patients at Roemani Muhammadiyah Semarang Hospital. The hypothesis in this study is that there is a relationship between problem focused coping and anxiety. The sampling technique in this study used accidental sampling technique. The sample in this study amounted to 40 parents of children with developmental delays in occupational therapy at Roemani Muhammadiyah Semarang Hospital. The measuring instrument*

*used in this study consists of 2 scales. The Problem Focused Coping scale consisting of 22 items has a reliability coefficient of 0.953 and Anxiety consisting of 12 items has a reliability coefficient of 0.766. Data analysis techniques using Spearman analysis. Hypothesis results using Spearman's analysis technique obtained the results of  $r_s = -0.550$  with a significance of 0.000 ( $p < 0.01$ ) so that it shows there is a significant negative relationship between the independent variable and the dependent variable, so the proposed hypothesis is accepted.*

**Keywords:** *problem focused coping, anxiety.*

## 1. PENDAHULUAN

Anak-anak dengan kategori berkebutuhan khusus sendiri merupakan anak yang memerlukan perlakuan khusus karena gangguan atau kelainan tumbuh kembang. Dalam konteks istilah disabilitas, anak berkebutuhan khusus, baik fisik seperti kesulitan berbicara atau gangguan pendengaran maupun psikologis seperti autisme dan ADHD, diartikan memiliki satu atau lebih keterbatasan. Orang tua yang memiliki anak dengan status berkebutuhan khusus atau keterlambatan berkembang tentu saja membutuhkan lebih banyak waktu dan energi untuk merawat anak-anak yang mengalami keterlambatan berkembang.

Terapi okupasi merupakan gabungan dari dua kata yang memiliki arti pengobatan, sedangkan okupasi artinya pekerjaan, maka terapi okupasi adalah kegiatan yang melatih keterampilan gerak tubuh dan ilmu yang mengarahkan aktivitas secara langsung kepada orang yang terkena dampak agar kesehatan meningkat dan terpelihara serta mencegah kecacatan melalui aktivitas dan kerja pasien dengan disabilitas mental dan fisik (Andriyani, 2019). Terapi okupasi dapat dilakukan kepada anak-anak yang memiliki kebutuhan khusus serta keterlambatan berkembang yang tidak sesuai dengan perkembangan usia pada umumnya melalui rujukan dokter maupun psikolog. Terapi ini sangat berguna untuk melatih motorik gerak tubuh anak menjadi lebih baik melalui serangkaian aktivitas yang telah memenuhi prosedur didalamnya.

Terapi okupasi membantu orang tua untuk meningkatkan daya fokus dan ketahanan anak dengan status keterlambatan berkembang, dimana setiap anak memiliki permasalahan yang berbeda-beda. Setelah anak melakukan terapi okupasi orang tua masih harus menjalankan tugas mereka dirumah yaitu melanjutkan serangkaian aktivitas yang dapat menunjang pertumbuhan anak-anak seperti mengurangi aktivitas *gadget* anak, membatasi penggunaan televisi di rumah dan memberikan berbagai macam permainan yang dapat melatih motorik dan fisik anak. Orang tua pada umumnya justru memberikan respon yang berbanding terbalik, masih banyak para orang tua yang lalai akan tugas lanjutan yang harus dilakukan setelah anak selesai melakukan terapi okupasi. Para orang tua masih sering memberikan *gadget* kepada anak-anak dengan alasan agar anak tidak menangis ataupun mengalami tantrum dan para orang tua masih kurang dalam melatih motorik anak-anak dengan keterlambatan berkembang dan hanya mengandalkan pada kegiatan yang berlangsung selama terapi okupasi

Adanya terapi okupasi dapat meringankan rasa cemas orang tua terkait masalah pertumbuhan anak-anak yang berkembang tidak sesuai usia, karena saat berada di terapi okupasi anak berhadapan dengan para pelatih profesional yang telah terjun selama bertahun-tahun dalam mengatasi masalah tumbuh kembang anak. Namun, banyak orang tua yang masih merasa cemas mengenai tumbuh kembang anak mereka, sehingga anak-anak dengan keterlambatan perkembangan sering kali diharuskan mengikuti berbagai pelatihan di tempat lain, baik melalui terapi maupun sekolah khusus. Rasa cemas yang dialami para orang tua didukung oleh beberapa faktor yang menyebabkan orang tua merasa cemas terhadap tumbuh kembang anak-anak diantaranya kecemasan mengenai kemampuan menulis, membaca, menyelesaikan sekolah, berinteraksi dengan teman sekolah dan guru, kemampuan mengikuti pelajaran dengan baik, dan kemampuan dalam memahami materi pembelajaran (Ayu Ariesta, 2016).

Maulidia et al., (2016) mengungkapkan bahwa kecemasan merupakan respon emosional yang berasal dari sumber yang tidak spesifik dan dapat menimbulkan perasaan khawatir, tidak nyaman, dan terancam. Menurut Fortinash, Worent, dan Maher dalam Shabirah et al., (2024) hal ini sesuai dengan aspek kognitif dimana kecemasan menghadapi dunia kerja mengacu pada diri seseorang yang terlalu memikirkan bahaya dan menganggap dirinya tidak mampu bertahan di dunia kerja karena tidak memiliki keterampilan yang diperlukan. Penelitian yang dilakukan oleh (Nurussakinah et al., 2019) menunjukkan hasil bahwa orang tua cenderung berada pada tingkat kecemasan sedang dimana orang tua hanya fokus pada pikiran yang menjadi perhatiannya dan masih dapat melakukan sesuatu sesuai arahan.

Anak dengan keterlambatan berkembang tidak mampu melakukan aktivitas secara mandiri sehingga memerlukan perhatian dan dukungan dari orang-orang disekitarnya, terutama ibu sebagai orang tua. Permasalahan ini mengakibatkan ketergantungan anak dengan keterlambatan berkembang dan keterbelakangan mental meningkat dibandingkan anak normal pada umumnya sehingga memberikan beban tambahan pada keluarga, terutama orang tua (Lestari et al., 2021).

Ketika menghadapi permasalahan yang menimbulkan stress seseorang cenderung akan menggunakan mekanisme perlindungan diri berupa perilaku *coping stress* untuk mengatasi tekanan-tekanan psikologis yang dialami, sehingga tidak menimbulkan efek berupa stress (Sofia & Sari, 2021). Sarafino dalam Kesuma, (2016) mengungkapkan *coping stress* merupakan cara yang digunakan seseorang agar dapat mengelola keadaan yang dianggap tidak sesuai melalui usaha yang telah dilakukan dan dianggap sebagai penyebab munculnya masalah.

Lazarus dan Folkman (1984) membagi coping stress pada individu menjadi dua macam, yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. *Problem focused coping* adalah cara seseorang untuk secara langsung menghadapi atau mencoba mengatasi permasalahan yang menjadi sumber stress, penggunaan *coping* ini digunakan apabila individu tersebut menganggap permasalahan yang dialami masih bisa diatasi. Sementara *Emocition Focused Coping* adalah upaya individu untuk berusaha mengalihkan emosi yang dirasakan tanpa berusaha untuk mengubah sumber stress (*stressor*) yang dialami secara langsung, penggunaan *coping* ini cenderung dilakukan apabila masalah yang menjadi sumber stres dianggap tidak dapat diubah lagi situasinya (Pratiwi & Hirmaningsih, 2016).

Verešová & Malá, (2012) menemukan bahwa *problem focused coping* memiliki efek yang bagus dalam meningkatkan kesehatan tubuh dan juga meningkatkan kemampuan pengaturan kualitas hidup yang lebih baik. Efek ini berdampak pada tubuh dikarenakan *problem focused coping* berorientasi pada masa depan, sumber daya internal yang dimiliki individu yang memungkinkan individu untuk menguatkan tujuan dan rencana hidupnya dan memungkinkan individu untuk memahami masalah sebagai sebuah tantangan yang harus diselesaikan. Menurut Lazarus dan Folkman (1984) ada enam faktor yang mempengaruhi kecenderungan seseorang untuk menggunakan *problem focused coping*, yaitu faktor kesehatan dan energi, keyakinan positif, kemampuan memecahkan masalah, keterampilan sosial, dukungan sosial, dan sumber daya material. Oleh sebab itu orang tua dengan anak yang memiliki masalah keterlambatan berkembang dan berkebutuhan khusus perlu melakukan *problem focused coping* dengan baik guna menurunkan tingkat kecemasan terhadap perkembangan anak yang sedang melakukan terapi dan pandangan orang sekitar terkait terapi okupasi yang sedang anak jalani (Mayangsari et al., 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Ardani et al., 2020) menjelaskan bahwa ada hubungan antara mekanisme koping dengan kecemasan orang tua yang memiliki anak retardasi mental. Sebagian besar responden yang menggunakan mekanisme koping adaptif sebanyak 26 orang (52%) terdapat pada indikator yaitu mencari dukungan sosial berupa bantuan, informasi, nasehat, dan saran kepada keluarga atau teman dekat. Sedangkan untuk responden yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 16 orang (44%) terdapat pada indikator ketakutan. Lebih lanjut, terdapat hasil penelitian yang dilakukan oleh (Febyanti et al., 2022) menunjukkan bahwa semakin baik *problem focused coping* maka akan semakin rendah kecemasan dan sebaliknya, semakin rendah *problem focused coping* maka akan semakin tinggi kecemasan.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara *problem focused coping* dengan kecemasan pada orang tua anak pasien keterlambatan berkembang yang sedang melakukan perawatan terapi okupasi di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang.

## 2. METODE

Peneliti mempergunakan sampel berupa orang tua yang memiliki anak dengan keterlambatan perkembangan dan berkebutuhan khusus yang sedang menjalani terapi okupasi pada tanggal 6 Januari sampai 22 Januari 2025 di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan yang memiliki variabel bebas sebagai variabel yang mempengaruhi serta variabel tergantung sebagai variabel yang dipengaruhi.

Teknik Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *accidental sampling*. Pengertian *accidental sampling* menurut Sugiyono (2016), *accidental sampling* adalah suatu teknik penentuan sample yang didasarkan pada kebetulan, dimana setiap pasien yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dan dapat digunakan sebagai sample, jika individu yang kebetulan ditemui tersebut dianggap sesuai sebagai sumber data.

Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian ini adalah korelasi Pearson atau product moment. Korelasi product moment digunakan karena terdapat dua variabel penelitian yang mana kedua variabel tersebut ingin diketahui korelasinya (Sugiyono, 2016). Analisis data pada penelitian ini akan dilakukan dengan bantuan software komputer melalui program SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*).

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1.**

Uji Normalitas

Variabel	Mean	Standar deviasi	KS-Z	Sig.	P	Ket.
<i>Problem focused coping</i>	72,45	10,172	0,182	0,002	< 0,05	Tidak Normal
Kecemasan	20,72	4,355	0,126	0,109	> 0,05	Normal

Dari hasil uji normalitas dapat diketahui bahwa variabel kecemasan terdistribusi secara normal. Akan tetapi, variabel *problem focused coping* tidak terdistribusi secara normal.

**Tabel 2.**

Uji Linieritas

Nilai F	Signifikansi	p	Ket.
31,396	0,000	p < 0,05	Linier

Berdasarkan uji linearitas pada variabel kecemasan dan *problem focused coping* diperoleh Flinear sebesar 31,396 dengan taraf signifikansi (sig) sebesar 0,000 (p<0,05). Hasil tersebut menunjukkan bahwa kecemasan dan *problem focused coping* berkorelasi secara linier.

#### Uji Hipotesis

Uji korelasi *Spearman* yaitu salah satu uji koefisien korelasi dalam statistic Non-Parametrik yang digunakan untuk mengukur erat tidaknya hubungan antara dua variabel yakni hubungan antara *problem focused coping* dengan kecemasan pada orang tua anak keterlambatan berkembang pasien terapi okupasi Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang serta data yang akan dikorelasikan tidak harus terdistribusi secara normal. Berdasar hasil uji korelasi *Spearman* diperoleh koefisien korelasi sebesar rs = -0,550 dan taraf signifikansi 0,000 (p<0,05) hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis diterima.

Hasil tersebut membuktikan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *problem focused coping* dan kecemasan pada orang tua anak pasien terapi okupasi di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang Artinya semakin tinggi problem focused coping, maka semakin rendah tingkat kecemasan dan sebaliknya semakin rendah problem focused coping maka semakin tinggi tingkat kecemasan pada orang tua anak keterlambatan berkembang pasien terapi okupasi di Rumah Sakit Roemani

Muhammadiyah Semarang. Penelitian ini mempunyai arah yang sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Puspita et al., (2024) berupa pasien yang menderita penyakit Diabetes Melitus di Puskesmas Pujoketo berjumlah 83 orang. Hasil uji korelasi menunjukkan nilai  $p = 0,000$ , angka tersebut menunjukkan bahwa nilai  $p < 0,05$ , artinya ada hubungan mekanisme koping dengan tingkat kecemasan pada penderita diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Pujokerto Kecamatan Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah.

Penelitian lain oleh Ayudytha et al., (2021) yang memiliki populasi dan subjek penelitian adalah lansia berjumlah 45 orang di wilayah kerja Puskesmas Rejosari Pekanbaru. Menggunakan teknik sampling accidental sampling dan alat ukur yang digunakan adalah Kuesioner Jalowiec Coping Scale dan Kuesioner STAI (State- Trait Anxiety Inventory). Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa berdasarkan hasil dari uji chi-square diperoleh  $p$  value mekanisme koping = 0.035 lebih kecil daripada nilai alpha ( $p < 0.050$ ), yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara Mekanisme Koping dengan Tingkat Kecemasan. Penelitian yang serupa oleh P.D. Azizi, Y. Oktarina, (2023) memiliki 102 pasien sebagai jumlah populasi dan 44 pasien sebagai sampel penelitian. Menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan cross sectional dan teknik pengambilan sampel menggunakan nonprobability sampling yaitu dengan teknik purposive sampling, setelah dilakukan uji chi-square didapatkan nilai  $p$ -value  $0,046 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang artinya terdapat hubungan antara mekanisme koping dengan tingkat kecemasan keluarga pasien yang dirawat di ruang ICU RSUD Raden Mattaher Jambi.

#### 4. KESIMPULAN

Berlandaskan pada data hasil penelitian maka hipotesis diterima, dengan kata lain *problem focused coping* dengan kecemasan pada orang tua anak keterlambatan berkembang pasien terapi okupasi memiliki arah hubungan negatif dan signifikan di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang. Hal tersebut menunjukkan bahwa apabila *problem focused coping* seseorang semakin tinggi, maka tingkat kecemasan akan semakin menurun. Sebaliknya, apabila *problem focused coping* semakin rendah maka tingkat kecemasan akan semakin tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Orang Tua Pasien

Para orang tua diharapkan mampu mempertahankan mekanisme koping yang baik terutama pada teknik koping *Problem Focused Coping* dengan cara ambil suatu tindakan dengan penuh perhitungan, dengan mengambil langkah tepat dalam menyelesaikan suatu permasalahan seperti memecahkan permasalahan menjadi beberapa bagian kecil yang mudah dikelola, membuat jadwal yang jelas dengan menentukan jadwal harian atau jadwal untuk diri sendiri, mencoba teknik relaksasi pernapasan saat dihadapkan dengan masalah dan luangkan waktu sejenak. Lalu orang tua juga dapat mencari dukungan sosial dengan menghubungi teman atau keluarga untuk bertukar pikiran dan mencari solusi. Bagi orang tua yang memiliki mekanisme koping yang rendah diharapkan dapat meningkatkan kemampuan pemecahan masalah dengan melibatkan diri dalam aktivitas yang memicu pemikiran kritis seperti bertukar pikiran, berdiskusi dengan pasangan serta belajar untuk dapat mengelola



---

stres dengan lebih baik, pelajari teknik relaksasi seperti mediasi atau pernapasan dalam untuk menangkan pikiran.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang berniat untuk melakukan penelitian dengan permasalahan dan topik yang sama, disarankan untuk memasukkan dalam kolom identitas pada bagian skala seperti rentang lama waktu anak melaksanakan terapi okupasi dan keterlambatan berkembang yang dialami anak. Lalu menambah jumlah variabel lain dan memperluas cakupan penelitian untuk melihat perbandingan tingkat kecemasan dengan memasukkan variabel lain seperti dukungan sosial, nilai budaya, tipe kepribadian, dan tahap perkembangan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, J. (2019). Strategi *coping stress* dalam mengatasi problema psikologis. *At-Taujih*, 2(2), 37–55.
- Ardani, W. A., Sasono, T. N., & R, F. (2020). Hubungan mekanisme koping dengan tingkat kecemasan orang tua yang memiliki anak retardasi mental di slb bc pgri sumber pucung. *Midpro*, 12(1), 123–134.
- Ayu Ariesta. (2016). Kecemasan orang tua terhadap karier anak. *Journal Bimbingan Dan Konseling*, 4, 50–61.
- Azwar, S. (2017). *Penyusunan skala psikologi* (Edisi 2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Febyanti, H. M., & Fachrial, L. A. (2022). Hubungan problem focused coping dengan kecemasan menangani covid-19 pada perawat rs rujukan. *Jurnal Kesehatan dan Kedokteran*, 1(2), 9–15. <https://doi.org/10.56127/jukeke.v1i2.113>
- Kesuma, D. D. (2016). Stress dan Strategi Coping Pada Anak Pidana. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(3), 391–398.
- Lestari, G. M., P, T. M., & Brajadenta, G. S. (2021). Hubungan Pengetahuan Tentang Disabilitas Intelektual Terhadap Tingkat Kecemasan Orang Tua Yang Memiliki Anak Dengan Disabilitas Intelektual. *Kedokteran & Kesehatan Hubungan*, 7(2).
- Maulidia, R., Ugrasena, I. D. G., & Sufyanti, Y. (2016). Penurunan kecemasan dan koping orang tua dalam merawat anak yang mengalami hospitalisasi melalui penerapan caring swanson di RS Mardi Waluyo Blitar. *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti*, 4(1), 52–67.
- Mayangsari, W., Shinta, A., & Widianoro, F. X. W. (2022). Studi kasus strategi *coping stres* pada ibu rumah tangga dengan kecenderungan psikosomatis di yogyakarta. *Psikologi*, 18(1), 37–47.
- Pratiwi, A. C., & Hirmaningsih. (2016). Hubungan coping dan resiliensi pada perempuan kepala rumah tangga miskin. *Jurnal Psikologi*, 12(2), 68–73. <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v12i2.3231>
- Pratiwi, S. R., Widiati, E., & Solehati, T. (2017). Gambaran faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan pasien kanker payudara dalam menjalani kemoterapi. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 3(2), 167–174. <https://doi.org/10.17509/jpki.v3i2.9422>
- Sofia, M., & Sari, N. P. (2021). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan problem focused coping pada mahasiswa organisasi di fakultas syariah kuala. *Helathcare Technology*

---

*And Medicine*, 7(1).

Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (2nd ed.; Sutopo, Ed.). Yogyakarta: ALFABETA.

Untari, I. (2014). Hubungan antara kecemasan dengan prestasi uji osca I pada mahasiswa Akper PKU Muhammadiyah Surakarta. *Jurnal kebidanan*, 6(01), 10-15.  
<https://doi.org/10.35872/jurkeb.v6i1.126>

Verešová, M., & Malá, D. (2012). Stress, proactive coping and self-efficacy of teachers. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 55, 294-300.  
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.09.506>