

HUBUNGAN SPIRITUALITAS DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP *HARDINESS* PADA ORANG TUA ANAK DENGAN *DOWN SYNDROME*

Syifa Alfianita Nafi'ul¹, Anisa Fitriani²

¹ Mahasiswa, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

² Dosen, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

**Corresponding Author:*
anisa.fitriani@unissula.ac.id

Abstrak

Orang tua yang memiliki anak dengan down syndrome menghadapi berbagai tantangan psikologis dalam proses pengasuhan sehingga memerlukan ketangguhan psikologis (hardiness). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara spiritualitas dan dukungan sosial dengan hardiness pada orang tua yang memiliki anak dengan down syndrome yang tergabung dalam komunitas POTADS Jawa Tengah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek penelitian berjumlah 68 orang tua. Data dikumpulkan menggunakan skala hardiness yang terdiri dari 14 aitem ($\alpha = 0,876$), skala spiritualitas yang terdiri dari 19 aitem ($\alpha = 0,944$), serta skala dukungan sosial yang terdiri dari 14 aitem ($\alpha = 0,925$). Hipotesis pertama dianalisis menggunakan regresi linear berganda dan ditemukan hasil $r = 0,732$ dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara spiritualitas dan dukungan sosial secara simultan dengan hardiness. Hipotesis kedua dan ketiga diuji menggunakan korelasi parsial. Hipotesis kedua menghasilkan nilai $r_{x1y} = 0,462$ dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan positif dan signifikan antara spiritualitas dengan hardiness setelah dikontrol oleh dukungan sosial. Hipotesis ketiga menghasilkan nilai $r_{x2y} = 0,362$ dengan signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan hardiness setelah dikontrol oleh spiritualitas. Mayoritas responden berada pada kategori tinggi pada ketiga variabel. Penelitian ini menyimpulkan bahwa spiritualitas dan dukungan sosial berperan penting dalam mendukung hardiness orang tua anak dengan down syndrome.

Kata Kunci: *hardiness, spiritualitas, dukungan sosial, orang tua, down syndrome*

Abstract

Parents who have children with down syndrome face various psychological challenges in the parenting process, requiring psychological hardiness. This study aims to determine the relationship between spirituality and social support with hardiness in parents who have children with down syndrome who are members of the POTADS community in Central Java. This study uses a quantitative approach with a correlational design. There were 68 parents as research subjects. Data were

collected using a hardiness scale consisting of 14 items ($\alpha = 0.876$), a spirituality scale consisting of 19 items ($\alpha = 0.944$), and a social support scale consisting of 14 items ($\alpha = 0.925$). The first hypothesis was analyzed using multiple linear regression and found a result of $r = 0.732$ with a significance of 0.000 ($p < 0.05$), which means that there is a significant relationship between spirituality and social support simultaneously with hardiness. The second and third hypotheses were tested using partial correlation. The second hypothesis produced a value of $r_{x1y} = 0.462$ with a significance of 0.000 ($p < 0.05$), which means that there is a positive and significant relationship between spirituality and hardiness after controlling for social support. The third hypothesis produced a value of $r_{x2y} = 0.362$ with a significance of 0.001 ($p < 0.05$), which means that there is a positive and significant relationship between social support and hardiness after controlling for spirituality. The majority of respondents were in the high category for all three variables. This study concludes that spirituality and social support play an important role in supporting the hardiness of parents of children with down syndrome.

Keywords: *hardiness, spirituality, social support, parents, down syndrome*

1. PENDAHULUAN

Orang tua yang memiliki anak dengan *down syndrome* menghadapi berbagai tantangan dalam proses pengasuhan yang bersifat jangka panjang. Tantangan tersebut tidak hanya berkaitan dengan kebutuhan perawatan fisik dan pendidikan anak, tetapi juga mencakup tekanan psikologis, seperti stres pengasuhan, kelelahan emosional, serta kekhawatiran terhadap perkembangan dan masa depan anak. Penelitian menunjukkan bahwa orang tua yang memiliki anak dengan disabilitas perkembangan cenderung mengalami tingkat stres pengasuhan yang lebih tinggi dibandingkan orang tua anak tanpa disabilitas (Hayes & Watson, 2013). Kondisi tersebut juga diperkuat oleh temuan penelitian yang menunjukkan bahwa tekanan psikologis pada orang tua anak dengan disabilitas dapat berlangsung secara berkepanjangan dan memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka (Turda, 2023). Kondisi ini menuntut orang tua untuk memiliki kemampuan adaptasi dan ketahanan psikologis yang baik agar tetap mampu menjalankan peran pengasuhan secara optimal.

Salah satu karakteristik psikologis yang berperan penting dalam menghadapi kondisi penuh tekanan adalah *hardiness*. *Hardiness* merupakan pola kepribadian yang ditandai oleh komitmen (*commitment*), kontrol (*control*), dan tantangan (*challenge*), yang membantu individu memandang situasi stres sebagai bagian dari kehidupan yang dapat dihadapi dan dikelola secara konstruktif (Kobasa, 1979). Maddi (2002) menjelaskan bahwa individu dengan *hardiness* yang tinggi cenderung lebih mampu mempertahankan keterlibatan dalam aktivitas kehidupan serta memandang perubahan sebagai peluang untuk berkembang. Selain itu, individu dengan tingkat *hardiness* yang tinggi umumnya memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengelola stres serta menunjukkan penyesuaian psikologis yang lebih adaptif ketika menghadapi situasi sulit (Bartone, 2007).

Pada konteks orang tua yang memiliki anak dengan *down syndrome*, *hardiness* menjadi aspek yang krusial karena berkaitan dengan kemampuan orang tua untuk

bertahan dalam tekanan pengasuhan jangka panjang. *Hardiness* memungkinkan orang tua tetap terlibat secara positif dalam pengasuhan meskipun dihadapkan pada berbagai keterbatasan dan tuntutan yang kompleks. Penelitian menunjukkan bahwa tingkat ketahanan psikologis yang baik pada orang tua anak dengan disabilitas perkembangan berkaitan dengan kemampuan adaptasi keluarga yang lebih baik serta tingkat stres pengasuhan yang lebih rendah (Widyawati dkk., 2023).

Salah satu faktor internal yang diperkirakan berperan dalam meningkatkan *hardiness* adalah spiritualitas. Spiritualitas berkaitan dengan kemampuan individu dalam menemukan makna hidup, tujuan, serta hubungan dengan Tuhan atau kekuatan transendental yang diyakini (Ellison, 1983). Pargament (1997) menjelaskan bahwa spiritualitas dapat menjadi sumber kekuatan psikologis yang membantu individu menghadapi berbagai tekanan hidup. Dalam situasi penuh tekanan, spiritualitas dapat membantu individu menerima kondisi yang dihadapi serta memaknai pengalaman hidup secara lebih positif. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa praktik spiritual seperti doa, refleksi diri, serta keyakinan religius dapat membantu orang tua anak berkebutuhan khusus dalam meningkatkan ketahanan psikologis serta kemampuan *coping* adaptif (Duarte dkk., 2022). Koenig (2021) juga menyatakan bahwa spiritualitas berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis individu ketika menghadapi kondisi hidup yang sulit.

Selain faktor internal, faktor eksternal berupa dukungan sosial juga memiliki peran penting dalam membentuk *hardiness*. Dukungan sosial merujuk pada persepsi individu terhadap ketersediaan bantuan emosional, instrumental, dan informasional yang diperoleh dari lingkungan sosial, seperti keluarga, teman, dan komunitas (Sarason, 1990). Dukungan sosial yang memadai dapat membantu individu mengurangi beban psikologis serta meningkatkan rasa diterima oleh lingkungan. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis dan kemampuan adaptasi pada orang tua anak dengan kebutuhan khusus (Prastuti & Amrullah, 2021).

Di Indonesia, komunitas Persatuan Orang Tua Anak dengan *Down Syndrome* (POTADS) berperan sebagai wadah dukungan sosial bagi orang tua yang memiliki anak dengan *down syndrome*. Melalui komunitas ini, orang tua dapat saling berbagi pengalaman, memperoleh informasi, serta mendapatkan dukungan emosional dari sesama orang tua yang menghadapi kondisi serupa. Penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan dalam kelompok dukungan sebaya dapat membantu mengurangi perasaan isolasi sosial serta meningkatkan ketahanan psikologis keluarga (Duarte dkk., 2022).

Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji stres pengasuhan, resiliensi, serta dukungan sosial pada orang tua anak berkebutuhan khusus, kajian yang secara khusus menempatkan *hardiness* sebagai variabel utama pada orang tua anak dengan *down syndrome* masih relatif terbatas, khususnya dalam konteks Indonesia. Selain itu, penelitian yang mengintegrasikan faktor spiritualitas dan dukungan sosial sebagai faktor yang berhubungan dengan *hardiness* juga masih jarang dilakukan.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara spiritualitas dan dukungan sosial dengan *hardiness* pada orang tua yang memiliki anak dengan *down syndrome* yang tergabung dalam komunitas POTADS

wilayah Jawa Tengah. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris dalam memahami faktor-faktor psikososial yang berperan dalam meningkatkan *hardiness* pada orang tua anak dengan *down syndrome*.

2. METODE

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Desain ini dipilih untuk menguji hubungan antara variabel spiritualitas dan dukungan sosial dengan *hardiness* pada orang tua yang memiliki anak dengan *down syndrome*. Pendekatan kuantitatif korelasional memungkinkan peneliti memperoleh gambaran empiris mengenai kekuatan dan arah hubungan antarvariabel yang diteliti secara objektif (Sugiyono, 2013).

Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah orang tua yang memiliki anak dengan *down syndrome* dan tergabung sebagai anggota aktif komunitas Persatuan Orang Tua Anak dengan *Down Syndrome* (POTADS) wilayah Jawa Tengah. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *cluster random sampling* berdasarkan wilayah domisili. Jumlah responden yang memenuhi kriteria dan dapat dianalisis dalam penelitian ini adalah 68 orang.

Instrumen Penelitian

Pengumpulan data dilakukan menggunakan tiga instrumen skala psikologi berbentuk skala Likert, yaitu:

1. Skala *Hardiness*, yang diadaptasi dari *Dispositional Resilience Scale* (DRS-15) oleh Bartone (2007), terdiri dari dimensi *commitment*, *control*, dan *challenge* ($\alpha = 0,876$).
2. Skala Spiritualitas, yang mengacu pada *Spiritual Well-Being Scale* (SWBS) yang dikembangkan oleh Ellison (1983), meliputi dimensi *religious well-being* dan *existential well-being* ($\alpha = 0,944$).
3. Skala Dukungan Sosial, yang diadaptasi dari *Perceived Community Support Questionnaire* (PCSQ) oleh Herrero & Gracia (2007), yang mengukur persepsi dukungan sosial berbasis komunitas ($\alpha = 0,925$).

Seluruh instrumen telah melalui proses uji daya beda aitem dan uji reliabilitas. Hasil pengujian menunjukkan bahwa ketiga skala memiliki koefisien reliabilitas *Cronbach's Alpha* yang tinggi ($> 0,80$), sehingga dinyatakan reliabel dan layak digunakan (Azwar, 2021).

Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 27.0. Tahapan analisis meliputi uji asumsi klasik (normalitas, linearitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas), analisis regresi linear berganda untuk menguji hubungan simultan, serta uji parsial (*t-test*) untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel independen terhadap *hardiness*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara spiritualitas dan dukungan sosial dengan *hardiness* pada orang tua yang memiliki anak dengan *down syndrome*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa spiritualitas dan dukungan sosial memiliki peran penting dalam membentuk ketangguhan psikologis orang tua dalam menghadapi berbagai tantangan pengasuhan anak dengan kebutuhan khusus.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara spiritualitas dan dukungan sosial secara simultan dengan *hardiness* pada orang tua yang memiliki anak dengan *down syndrome*. Hal ini ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi ganda sebesar $R = 0,732$ dengan sumbangan efektif sebesar 53,6%, yang berarti bahwa spiritualitas dan dukungan sosial secara bersama-sama memberikan kontribusi yang cukup besar terhadap terbentuknya *hardiness* pada orang tua.

Temuan ini menunjukkan bahwa ketangguhan psikologis orang tua tidak terbentuk hanya dari satu faktor saja, melainkan dipengaruhi oleh interaksi antara faktor internal dan faktor eksternal. Spiritualitas sebagai kekuatan internal membantu individu dalam memaknai pengalaman hidup, sedangkan dukungan sosial sebagai faktor eksternal memberikan bantuan emosional, informasi, maupun dukungan praktis dalam menghadapi berbagai tuntutan pengasuhan.

Orang tua yang memiliki anak dengan *down syndrome* seringkali menghadapi tekanan psikologis yang cukup besar, seperti tuntutan perawatan jangka panjang, kekhawatiran terhadap masa depan anak, serta stigma sosial yang masih muncul di masyarakat. Dalam kondisi tersebut, keberadaan spiritualitas dan dukungan sosial dapat menjadi sumber kekuatan yang membantu orang tua untuk tetap bertahan dan beradaptasi dengan situasi yang dihadapi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan konsep *hardiness* yang dikemukakan oleh Kobasa (1979), yang menyatakan bahwa individu dengan tingkat *hardiness* yang tinggi cenderung memiliki kemampuan untuk memandang tekanan hidup sebagai tantangan yang dapat dihadapi dan dikelola secara konstruktif. Dengan adanya dukungan spiritual dan sosial yang memadai, individu akan lebih mampu mempertahankan sikap positif serta mengembangkan strategi *coping* yang adaptif dalam menghadapi berbagai kesulitan hidup.

Berdasarkan hasil analisis data, ditemukan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara spiritualitas dengan *hardiness* pada orang tua yang memiliki anak dengan *down syndrome*. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat spiritualitas yang dimiliki oleh orang tua, maka semakin tinggi pula tingkat *hardiness* yang dimiliki.

Spiritualitas berperan penting dalam membantu individu memberikan makna terhadap pengalaman hidup yang dialaminya. Bagi orang tua yang memiliki anak dengan *down syndrome*, spiritualitas dapat menjadi sumber kekuatan batin yang membantu mereka menerima kondisi anak dengan lebih ikhlas serta memandang situasi tersebut sebagai bagian dari rencana atau ketentuan Tuhan.

Individu yang memiliki tingkat spiritualitas yang tinggi cenderung memiliki sikap penerimaan yang lebih baik, serta mampu mengembangkan mekanisme *coping* yang

lebih adaptif ketika menghadapi tekanan hidup. Mereka tidak hanya berfokus pada kesulitan yang dihadapi, tetapi juga mampu melihat sisi positif dari pengalaman tersebut, seperti kesempatan untuk belajar, meningkatkan kesabaran, serta memperkuat keimanan.

Temuan penelitian ini sejalan dengan pendapat Pargament (1997) yang menyatakan bahwa spiritualitas merupakan salah satu sumber daya psikologis yang penting dalam menghadapi stres dan berbagai peristiwa kehidupan yang menekan. Spiritualitas memungkinkan individu untuk menemukan makna, harapan, dan tujuan hidup, sehingga mampu meningkatkan ketahanan psikologis dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan.

Dengan demikian, spiritualitas dapat menjadi salah satu faktor penting yang membantu orang tua dalam mempertahankan ketangguhan psikologis ketika menghadapi berbagai tuntutan dalam pengasuhan anak dengan *down syndrome*.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan *hardiness* pada orang tua yang memiliki anak dengan *down syndrome*. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh orang tua, maka semakin tinggi pula tingkat *hardiness* yang dimiliki.

Dukungan sosial dapat berasal dari berbagai sumber, seperti pasangan, keluarga, teman, komunitas, maupun lingkungan sosial lainnya. Dukungan tersebut dapat berupa dukungan emosional, dukungan instrumental, maupun dukungan informasi yang membantu individu dalam menghadapi berbagai kesulitan yang dialami.

Bagi orang tua yang memiliki anak dengan *down syndrome*, dukungan sosial sangat penting karena mereka seringkali menghadapi berbagai tantangan dalam proses pengasuhan. Kehadiran orang-orang terdekat yang memberikan dukungan dan perhatian dapat membantu mengurangi beban psikologis yang dirasakan serta memberikan rasa bahwa mereka tidak menghadapi situasi tersebut sendirian.

Temuan ini sejalan dengan teori dukungan sosial yang dikemukakan oleh Sarason, (1990), yang menyatakan bahwa dukungan sosial memiliki peran penting dalam menjaga kesejahteraan psikologis individu. Individu yang mendapatkan dukungan sosial yang memadai cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah serta kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi berbagai tekanan hidup.

Dengan adanya dukungan sosial yang kuat, orang tua dapat merasa lebih dihargai, dipahami, dan didukung dalam menjalani peran pengasuhan anak dengan kebutuhan khusus. Hal ini pada akhirnya dapat membantu meningkatkan ketangguhan psikologis atau *hardiness* dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Spiritualitas dan dukungan sosial secara simultan memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan *hardiness* pada orang tua yang memiliki anak dengan *down syndrome*.

2. Spiritualitas memiliki hubungan positif yang sangat signifikan dengan *hardiness*, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi spiritualitas orang tua, semakin tinggi pula tingkat *hardiness* yang dimiliki.
 3. Dukungan sosial juga memiliki hubungan positif yang sangat signifikan dengan *hardiness*, yang menandakan bahwa dukungan dari lingkungan sosial berperan penting dalam meningkatkan ketahanan psikologis orang tua.
- Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penguatan spiritualitas dan dukungan sosial merupakan faktor penting dalam meningkatkan *hardiness* pada orang tua anak dengan *down syndrome*.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2021). *Penyusunan skala psikologi* (3rd ed). Pustaka Pelajar.
- Bartone, T. (2007). *Test-retest reliability of the dispositional resilience scale-15, a brief hardiness scale*. 943–944.
- Duarte, E. D., Braga, P. P., Guimarães, B. R., da Silva, J. B., & Caldeira, S. (2022). A Qualitative Study of the Spiritual Aspects of Parenting a Child with Down Syndrome. *Healthcare (Switzerland)*, 10(3), 1–14. <https://doi.org/10.3390/healthcare10030546>
- Ellison, C. W. (1983). Spiritual Well-Being: Conceptualization and Measurement. *Journal of Psychology and Theology*, 11(4), 330–338.
- Giancarlo Lucchetti, Harold G Koenig, A. L. G. L. (2021). Spirituality, religiousness, and mental health: A review of the current scientific evidence. *World Journal of Clinical Cases*, 8960(26).
- Hayes, S. A., & Watson, S. L. (2013). The impact of parenting stress: a meta-analysis of studies comparing the experience of parenting stress in parents of children with and without autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43(3), 629–642. <https://doi.org/10.1007/s10803-012-1604-y>
- Herrero, J., & Gracia, E. (2007). Measuring Perceived Community Support: Factorial Structure, Longitudinal Invariance, and Predictive Validity of The PCSQ (Perceived Community Support Questionnaire). *Journal of Community Psychology*, 35(2), 197–217. <https://doi.org/10.1002/jcop>
- Kobasa. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*. *Personality and Social Psychology*, 37(1), 1–11. <https://doi.org/10.1007/BF00263951>
- Maddi, S. R. (2002). The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 54(3), 173–185. <https://doi.org/10.1037/1061-4087.54.3.175>
- Pargament K. I. (1997). *The psychology of religion and coping. Theory, research, practice*. New York: Guilford Press.

-
- Prastuti, E., & Amrullah, N. C. (2021). Ketabahan (*Hardiness*) dan Dukungan Sosial Ayah yang Memiliki Anak dengan Gangguan Spektrum Autisme. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 13(1), 15–23. <https://doi.org/10.15294/intuisi.v13i1.23552>
- Sarason, B. R., Pierce, G. R., & Sarason, I. G. (1990). Social support: The sense of acceptance and the role of relationships. *Social Support: An Interactional View*, pp. 97–128.
- Sugiyono. (2013). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Alfabeta.
- Turda, E. S. (2023). Dampak Stres Orang Tua terhadap Kualitas Hidup Ibu Anak Autis Gangguan Spektrum dan Sindrom Down. 38(3), 95–106.
- 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(5), 743–758. <https://doi.org/10.1007/s10882-022-09878-1>