

**DUKUNGAN SOSIAL PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK DENGAN *DOWN SYNDROME*:
TINJAUAN LITERATUR SISTEMATIS****Dea Zulkarneni, Hanifa Laura Dalimunthe**

Departemen Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang

Email: deazulkarneni31@gmail.com**Abstract**

Down Syndrome is a condition characterized by limitations in intellectual development and certain physical features. Children with *Down Syndrome* face cognitive and social challenges that require extra attention from parents, especially mothers. These demands can negatively affect the mother's physical health and increase stress levels. Therefore, social support is highly needed. This study aims to describe the types of social support received by parents of children with *Down Syndrome*. The method used is a Systematic Literature Review of 10 selected articles based on inclusion criteria, along with a phenomenological interview with one mother who has a child with *Down Syndrome*. The results show that social support emotional, informational, and instrumental is crucial in enhancing self-acceptance, reducing stress, and strengthening parenting abilities. These findings highlight the importance of providing appropriate support to ensure parental well being.

Keywords: *down syndrome, parents, social support.*

Abstrak

Down Syndrome adalah kondisi yang ditandai dengan keterbatasan perkembangan intelektual dan ciri fisik tertentu. Anak dengan *Down Syndrome* menghadapi tantangan kognitif dan sosial yang menuntut perhatian lebih dari orang tua, khususnya ibu. Tuntutan ini dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik dan meningkatkan stres ibu. Oleh karena itu, dukungan sosial sangat dibutuhkan. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan bentuk dukungan sosial yang diterima orang tua dengan anak *Down Syndrome*. Metode yang digunakan adalah *Systematic Literature Review* dari 10 artikel terpilih berdasarkan kriteria inklusi, serta wawancara fenomenologis dengan satu ibu yang memiliki anak *Down Syndrome*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial, baik emosional, informatif, maupun instrumental, sangat penting dalam meningkatkan penerimaan diri, mengurangi stres, dan memperkuat kemampuan pengasuhan. Temuan ini menegaskan pentingnya penyediaan dukungan yang tepat untuk kesejahteraan orang tua.

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

Article History

Received: Juni 2026

Reviewed: Juni 2026

Published: Juni 2026

Plagiarism Checker No 77

Copyright : Author**Publish by : Liberosis**

This work is licensed under
a [Creative Commons
Attribution-NonCommercial
4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

PENDAHULUAN

Kehadiran seorang anak dalam sebuah keluarga merupakan peristiwa yang sarat makna dan emosi. Bagi sebagian besar orang tua, kelahiran anak adalah momen yang sangat ditunggu-tunggu dan dirayakan dengan penuh suka cita. Anak dipandang sebagai titipan Tuhan sekaligus harapan masa depan keluarga. Sejak anak dilahirkan, orang tua umumnya membayangkan bahwa anak tersebut akan tumbuh dan berkembang secara normal, memiliki potensi untuk meraih kesuksesan, serta menjadi pribadi yang berguna bagi diri sendiri, keluarga, dan masyarakat. Dalam pandangan ini, anak tidak hanya menjadi pusat kasih sayang, tetapi juga simbol dari keberlanjutan dan kebahagiaan keluarga (Saputra et al., 2018).

Namun demikian, tidak semua kelahiran berjalan sesuai harapan. Dalam beberapa kasus, anak dilahirkan dengan kondisi khusus yang memerlukan perhatian dan penanganan lebih. Salah satu kondisi yang paling umum ditemui adalah *down syndrome*, yaitu kelainan genetik yang menyebabkan gangguan perkembangan fisik dan intelektual. Bagi sebagian besar orang tua, mengetahui bahwa anak mereka terdiagnosis *down syndrome* bisa menjadi pengalaman yang sangat mengejutkan dan emosional. Perasaan sedih, terkejut, bingung, marah, hingga penolakan sering kali muncul sebagai reaksi awal. Beberapa orang tua juga mengalami rasa bersalah atau mempertanyakan mengapa kondisi tersebut menimpa mereka. Tidak jarang, mereka merasa masa depan anak akan suram dan penuh hambatan (Saputra et al., 2018).

Secara medis, *down syndrome* adalah kondisi genetik yang terjadi akibat kelebihan kromosom 21, sehingga individu memiliki 47 kromosom, bukan 46 seperti pada umumnya. Kondisi ini mengakibatkan berbagai gangguan perkembangan, baik secara fisik maupun kognitif. Beberapa ciri fisik umum yang terlihat pada anak dengan *down syndrome* antara lain adalah bentuk wajah yang khas, tonus otot yang rendah (*hypotonia*), serta keterlambatan perkembangan motorik dan bahasa. Selain itu, individu dengan *down syndrome* rentan terhadap berbagai masalah kesehatan seperti gangguan pendengaran, kelainan jantung bawaan, serta gangguan sistem imun (Saputra et al., 2018).

Dari sudut pandang kognitif, anak-anak yang didiagnosis dengan *Down Syndrome* memperlihatkan pola perkembangan yang unik, terutama dalam aspek memori jangka pendek. Temuan dari Haugaard (dalam Rahmi et al., 2022) menyoroti adanya disfungsi pada sistem penyimpanan memori sementara ini, yang berimplikasi pada kemampuan mereka untuk memproses dan mengingat informasi verbal yang baru diterima. Sebagai contoh, seorang anak dengan *Down Syndrome* mungkin mengalami kesulitan untuk mengulang kembali urutan kata atau kalimat yang baru saja diucapkan oleh orang lain, meskipun pengulangan tersebut diminta dalam waktu yang sangat singkat setelah pendengaran. Keterbatasan ini tidak hanya bersifat permukaan, tetapi juga mencerminkan perbedaan mendasar dalam arsitektur kognitif mereka yang mempengaruhi proses pembelajaran dan interaksi verbal sehari-hari.

Lebih lanjut, studi neuroanatomis yang dikutip oleh Papalia, Old, dan Fieldman (dalam Rahmi et al., 2022) mengindikasikan adanya penyusutan volume otak pada individu dengan *Down Syndrome*. Fenomena ini, yang melibatkan pengurangan ukuran di berbagai area otak yang krusial untuk fungsi kognitif, diyakini menjadi salah satu faktor utama yang berkontribusi pada disfungsi kognitif yang seringkali menyertai kondisi genetik ini. Penyusutan volume otak ini tidak hanya bersifat global, tetapi dapat mempengaruhi area spesifik yang bertanggung jawab atas proses atensi, memori, bahasa, dan fungsi eksekutif. Akibatnya, anak-anak dengan *Down Syndrome* mungkin menunjukkan variasi dalam kemampuan kognitif mereka, namun secara umum, mereka cenderung menghadapi tantangan yang lebih signifikan dibandingkan dengan

rekan-rekan seusia mereka dalam tugas-tugas yang melibatkan pemrosesan informasi yang kompleks dan abstraksi.

Selain itu, karakteristik umum profil kognitif anak Down Syndrome mencakup tingkat inteligensi yang secara statistik berada di bawah rata-rata populasi umum. Haugaard (dalam Rahmi et al., 2022) mencatat bahwa rata-rata skor IQ pada populasi ini adalah sekitar 50. Penting untuk dipahami bahwa angka ini merupakan representasi statistik dan tidak menggambarkan kemampuan individu secara keseluruhan. Namun, keterbatasan dalam inteligensi ini memiliki implikasi langsung terhadap perkembangan bahasa dan kemampuan berkomunikasi mereka. Proses akuisisi kosakata yang lebih lambat, kesulitan dalam memahami struktur gramatikal yang kompleks, dan tantangan dalam mengekspresikan pikiran dan ide secara verbal merupakan konsekuensi yang seringkali dihadapi. Keterbatasan ini dapat menghambat interaksi sosial mereka, terutama dalam konteks di mana komunikasi verbal menjadi modalitas utama.

Prevalensi down syndrome cukup tinggi, yaitu sekitar 1 dari 800 kelahiran di seluruh dunia, dan terjadi di semua ras serta kelompok sosial ekonomi. Berdasarkan data global, diperkirakan terdapat sekitar empat juta orang dengan down syndrome di dunia. Di Indonesia sendiri, jumlah penderita down syndrome mencapai sekitar 300 ribu kasus. Hal ini menunjukkan bahwa down syndrome merupakan isu yang tidak dapat diabaikan, terutama dalam konteks kesehatan masyarakat dan pendidikan inklusif (Saputra et al., 2018).

Data sensus penduduk Indonesia tahun 2010 mencatat bahwa dari total 237 juta penduduk, terdapat sekitar 355.859 anak usia sekolah (5-18 tahun) yang tergolong sebagai anak berkebutuhan khusus. Namun, sangat disayangkan bahwa 74,6% dari anak-anak ini belum mendapatkan layanan pendidikan yang memadai. Ini berarti mayoritas dari mereka tidak memiliki akses ke pendidikan yang dapat menunjang perkembangan dan kemandiriannya secara optimal. Kondisi ini mengindikasikan adanya tantangan besar dalam penyediaan layanan inklusif, baik dari sisi infrastruktur, tenaga pengajar, maupun penerimaan sosial terhadap anak berkebutuhan khusus, termasuk anak dengan down syndrome (Kompasamia, 2016 dalam Saputra et al., 2018).

Selain tantangan medis dan pendidikan, orang tua dari anak dengan down syndrome juga menghadapi beban psikososial yang tidak ringan. Dalam masyarakat yang masih memiliki stigma terhadap anak berkebutuhan khusus, orang tua sering kali harus menghadapi tekanan sosial. Mereka mungkin merasa malu, takut dijauhi, atau bahkan menutupi kondisi anak dari lingkungan sekitar. Perasaan malu ini, jika tidak ditangani dengan baik, dapat berujung pada penolakan terhadap anak, baik secara eksplisit maupun implisit. Penolakan ini bisa berupa kurangnya keterlibatan emosional, membatasi partisipasi anak dalam kegiatan sosial, atau bahkan membatasi akses anak terhadap layanan kesehatan dan pendidikan (Saputra et al., 2018).

Dalam situasi yang penuh tekanan tersebut, dukungan sosial memainkan peran yang sangat penting. Dukungan sosial dapat diartikan sebagai segala bentuk bantuan, baik secara emosional, instrumental, informatif, maupun penilaian yang diberikan oleh individu atau kelompok yang memiliki hubungan dekat dengan seseorang. Dukungan ini biasanya berasal dari pasangan, keluarga besar, teman, komunitas, atau tenaga profesional seperti konselor dan psikolog. Friedman (dalam Saputra et al., 2018) menjelaskan bahwa dukungan sosial adalah

suatu keadaan yang menguntungkan yang diperoleh seseorang dari orang lain yang dapat dipercaya, sehingga individu merasa dihargai, dicintai, dan diperhatikan.

Dalam konteks tantangan yang dihadapi oleh individu dengan Down Syndrome dan keluarga mereka, dukungan sosial muncul sebagai faktor pelindung yang signifikan. Taylor (dalam Rahmi et al., 2022) mendefinisikan dukungan sosial sebagai aliran informasi dari orang-orang di sekitar individu yang memberikan rasa dicintai, diperhatikan, dihargai, dan dinilai keberadaannya. Lebih dari sekadar perasaan positif, dukungan sosial juga mencakup partisipasi dalam jaringan komunikasi yang saling menguntungkan dan adanya rasa kewajiban timbal balik antar anggota jaringan. Definisi ini menekankan aspek emosional, penghargaan, dan koneksi sosial sebagai komponen penting dari dukungan yang dirasakan.

Penelitian yang dilakukan oleh VanRiper (sebagaimana dikutip dalam National Down Syndrome Congress, 2013) secara spesifik menyoroti pentingnya dukungan sosial dalam konteks pengasuhan anak dengan Down Syndrome. Studi tersebut menemukan bahwa ketersediaan dukungan dan bimbingan dari para profesional, seperti terapis, pendidik khusus, dan pekerja sosial, serta dari orang tua lain yang juga memiliki anak dengan Down Syndrome, memainkan peran yang sangat penting dalam mengurangi tingkat kekhawatiran yang dirasakan oleh orang tua. Berbagi pengalaman, mendapatkan informasi yang relevan, dan menerima dukungan emosional dari individu yang memahami tantangan yang dihadapi dapat memberikan rasa lega dan harapan bagi orang tua.

Lebih lanjut, dukungan sosial dapat bersumber dari berbagai relasi dan lingkungan sosial. Buckley dan Sarafino & Smith (dalam Rahmi et al., 2022) mengidentifikasi beberapa sumber utama dukungan sosial, termasuk keluarga dan teman, yang merupakan sumber dukungan emosional dan praktis yang paling dekat dan seringkali paling signifikan. Selain itu, profesional seperti dokter dan terapis memberikan dukungan informasi dan keahlian. Organisasi masyarakat dan kelompok dukungan orang tua juga memainkan peran penting dalam menyediakan wadah untuk berbagi pengalaman, mendapatkan informasi khusus mengenai Down Syndrome, dan membangun rasa komunitas di antara individu dan keluarga yang menghadapi tantangan serupa.

Keberadaan dukungan sosial yang memadai terbukti memberikan manfaat besar bagi kesehatan fisik dan mental seseorang. Dukungan yang tepat dapat membantu individu mengatasi stres, meningkatkan rasa percaya diri, serta memberikan motivasi untuk terus berjuang menghadapi tantangan hidup. Dalam konteks orang tua anak dengan down syndrome, dukungan sosial berperan dalam meningkatkan kapasitas orang tua untuk menerima dan mencintai anak apa adanya, mengakses layanan yang dibutuhkan, serta membangun harapan positif terhadap masa depan anak. Secara lebih spesifik, berbagai penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial yang memadai berhubungan dengan rendahnya tingkat depresi, meningkatnya kualitas hidup, serta meningkatnya keterlibatan orang tua dalam pengasuhan dan pendidikan anak (Saputra et al., 2018).

Dukungan sosial juga memiliki efek langsung terhadap kesehatan. Individu yang menerima dukungan sosial cenderung memiliki tingkat kematian yang lebih rendah, lebih cepat pulih dari sakit, serta memiliki fungsi kognitif dan emosional yang lebih baik. Oleh karena itu, dalam merancang intervensi bagi keluarga anak berkebutuhan khusus, penting untuk mempertimbangkan aspek dukungan sosial sebagai faktor pelindung yang krusial. Tanpa dukungan yang memadai, orang tua rentan mengalami kelelahan emosional, konflik dalam

keluarga, hingga burnout dalam pengasuhan, yang pada akhirnya berdampak negatif terhadap perkembangan anak. (Saputra et al., 2018)

Dalam konteks ini, perlu ada perhatian lebih dari berbagai pihak—baik pemerintah, lembaga pendidikan, tenaga kesehatan, maupun masyarakat umum—untuk menciptakan ekosistem yang ramah dan mendukung bagi keluarga dengan anak berkebutuhan khusus. Layanan konseling, program edukasi orang tua, komunitas dukungan sebaya, serta akses terhadap pendidikan inklusif adalah beberapa upaya konkret yang dapat memperkuat kapasitas keluarga dalam mengasuh anak dengan down syndrome. Dengan adanya sistem dukungan yang kuat, maka keluarga tidak akan merasa sendirian dalam perjuangannya, dan anak dengan down syndrome pun memiliki peluang lebih besar untuk tumbuh secara optimal, sesuai dengan potensi yang dimilikinya (Saputra et al., 2018).

Mengingat kompleksitas tantangan yang dihadapi oleh keluarga dengan anak Down Syndrome, mulai dari kejutan diagnosis, beban psikologis, hingga hambatan perkembangan anak akibat kondisi genetik dan persepsi sosial, peran dukungan sosial yang komprehensif dan berkelanjutan menjadi semakin krusial. Dukungan ini tidak hanya berfungsi sebagai penyangga emosional bagi orang tua, tetapi juga sebagai katalisator dalam meningkatkan penerimaan, mengakses sumber daya yang diperlukan, dan membangun harapan yang realistis terhadap potensi anak. Oleh karena itu, pemahaman mendalam mengenai dinamika dukungan sosial dalam konteks keluarga anak Down Syndrome menjadi landasan penting untuk merancang intervensi yang efektif dan menciptakan lingkungan yang inklusif serta memberdayakan bagi tumbuh kembang optimal anak dan kesejahteraan keluarganya

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi literatur dengan metode Systematic Review (SR), yang secara umum dikenal dengan istilah Systematic Literature Review (SLR). Pendekatan ini merupakan metode penelitian yang dirancang secara sistematis untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mensintesis hasil-hasil dari berbagai penelitian yang telah dipublikasikan, yang relevan dengan pertanyaan penelitian atau topik yang sedang dikaji. SLR dilakukan dengan mengikuti prosedur yang ketat dan terstandarisasi agar hasil yang diperoleh bersifat valid, dapat dipercaya, dan dapat direplikasi oleh peneliti lain. Dengan kata lain, metode ini tidak hanya bertujuan untuk mengumpulkan literatur, tetapi juga untuk melakukan penilaian kritis terhadap literatur tersebut, menyaring informasi yang relevan, dan merangkum hasil temuan secara terstruktur.

SLR menjadi sangat penting dalam dunia akademik karena dapat digunakan untuk membangun kerangka teori yang kuat, memperkuat argumen penelitian, serta membantu mengidentifikasi kesenjangan dalam literatur yang dapat dijadikan pijakan untuk penelitian selanjutnya. Metode ini sering digunakan di berbagai bidang ilmu, termasuk ilmu sosial, kedokteran, pendidikan, dan psikologi, karena mampu memberikan gambaran menyeluruh mengenai suatu fenomena. Melalui pendekatan ini, peneliti dapat memastikan bahwa hasil penelitiannya tidak bersifat spekulatif, melainkan didasarkan pada bukti-bukti ilmiah yang telah diuji dan divalidasi oleh penelitian-penelitian sebelumnya.

SLR dilakukan melalui serangkaian langkah yang dimulai dari perumusan tujuan dan pertanyaan penelitian yang jelas dan spesifik. Setelah itu, peneliti menetapkan kriteria inklusi dan eksklusi yang akan digunakan dalam proses seleksi literatur. Kriteria ini penting untuk memastikan bahwa hanya studi-studi yang relevan dan memenuhi standar kualitas tertentu yang akan disertakan dalam tinjauan. Tahap berikutnya adalah proses pencarian literatur, yang biasanya dilakukan melalui berbagai basis data ilmiah, seperti Google Scholar, Scopus, Web of Science, atau PubMed, tergantung pada bidang kajian. Setelah memperoleh hasil pencarian awal, peneliti melakukan penyaringan berdasarkan judul dan abstrak, kemudian dilanjutkan dengan evaluasi menyeluruh terhadap teks lengkap untuk menentukan kesesuaian studi dengan kriteria yang telah ditentukan sebelumnya.

Dalam penelitian ini, penulis menerapkan metode Systematic Literature Review (SLR) untuk mengkaji literatur yang berhubungan dengan topik Dukungan Sosial Orang Tua dengan Anak Down Syndrome. Langkah awal yang dilakukan adalah pencarian artikel ilmiah melalui Google Scholar dengan menggunakan kata kunci yang relevan. Dari proses pencarian awal tersebut, diperoleh sebanyak 2,890 artikel yang muncul berdasarkan kombinasi kata kunci yang digunakan. Penelitian ini menggunakan pendekatan mixed method, yaitu dengan menggabungkan Systematic Literature Review (SLR) dan wawancara mendalam. SLR dilakukan dengan menelaah 10 artikel ilmiah dari berbagai jurnal nasional dan internasional yang relevan, dipublikasikan dalam kurun waktu sepuluh tahun terakhir, guna mengidentifikasi bentuk, sumber, dan dampak dukungan sosial bagi orang tua. Sementara itu, wawancara dilakukan terhadap beberapa orang tua yang memiliki anak dengan Down Syndrome untuk mengeksplorasi pengalaman subjektif mereka terkait penerimaan dan dukungan yang diterima.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kehadiran anak dengan kebutuhan khusus, seperti anak dengan down syndrome, merupakan tantangan tersendiri bagi para orang tua. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada aspek fisik dan perkembangan anak, tetapi juga memberikan tekanan emosional dan psikososial bagi keluarga, terutama orang tua. Salah satu faktor penting yang dapat membantu orang tua dalam menghadapi tantangan tersebut adalah dukungan sosial (Sari & Wimbarti, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Maulida dan Widyastuti (2020) menunjukkan bahwa orang tua yang memiliki anak dengan down syndrome dan mendapatkan dukungan sosial yang memadai cenderung menunjukkan kemampuan coping yang lebih baik dan tingkat stres yang lebih rendah. Dukungan ini bisa datang dari pasangan, keluarga besar, teman, hingga institusi pendidikan atau komunitas yang peduli terhadap anak berkebutuhan khusus. Bentuk dukungan sosial yang paling berpengaruh adalah dukungan emosional, seperti empati, pemahaman, dan perhatian yang diberikan kepada orang tua.

Sementara itu, studi oleh Rachmawati dan Astuti (2022) mengungkapkan bahwa orang tua yang merasa tidak mendapatkan cukup dukungan sosial sering mengalami kelelahan emosional, rasa bersalah, dan menarik diri dari lingkungan sosialnya. Hal ini menunjukkan bahwa ketiadaan dukungan sosial dapat memperburuk tekanan psikologis yang dirasakan orang tua dalam merawat anak dengan down syndrome. Mereka juga cenderung lebih rentan mengalami gangguan psikologis, seperti kecemasan dan depresi.

Nama dan Judul Penelitian	Hasil Penelitian
Hartawan Syaputra, Abdul Wakhid, Zumrotul Choiriyah (2018), Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penerimaan Orang Tua Anak Down Syndrome.	Sebagian besar responden memiliki dukungan sosial yang baik (77,6%) dan penerimaan orang tua yang baik (83,7%). Hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan penerimaan orang tua anak down syndrome ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial, semakin baik penerimaan orang tua.
Yaumul Rahmi, Raissa Dwifandra Putri, Nur Amin Barokah Asfari (2022), Gambaran Dukungan Sosial pada Ibu yang Memiliki Anak Down Syndrome.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu menghadapi berbagai permasalahan dalam pengasuhan anak, seperti kekhawatiran terhadap kesehatan dan masa depan anak, stigma negatif masyarakat, serta beban biaya perawatan. Ibu menerima dukungan sosial berupa dukungan emosional, instrumental, informasi, dan pertemanan. Namun, dua dari tiga subjek menyatakan bahwa dukungan yang diterima belum memadai dalam membantu memperbaiki kondisi anak.
Azzumar Adhitia Santika, Firstyy Soraya Anugraheny & Yasmin Alvina (2020), Dukungan Sosial Orang Tua Anak dengan Anak Down Syndrome dalam Grup WhatsApp	Hasil penelitian menunjukkan bahwa keberadaan kelompok tersebut dimaknai sebagai sesuatu yang bermanfaat oleh para ibu. Hal ini dikarenakan kelompok tidak hanya memberikan dukungan informasi yang berguna dalam proses perawatan anak, tetapi juga menyediakan dukungan emosional yang berfungsi sebagai perisai dalam menghadapi <i>courtesy stigma</i> . Namun demikian, keterbatasan komunikasi nonverbal dalam interaksi berbasis daring menyebabkan komunikasi tatap muka dianggap lebih nyaman dan efektif dalam proses penerimaan dukungan sosial.
Tita Rahmi Priwanti, Ira Puspitawati, & Afni Fuad (2019), Dukungan Sosial dan Kepercayaan Diri pada Orang Tua dengan Anak Down Syndrome.	Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Berdasarkan analisis statistik, diperoleh nilai korelasi sebesar $r = 0,611$ dengan tingkat signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh orang tua, maka semakin tinggi pula tingkat kepercayaan diri yang dimiliki. Dengan demikian, dukungan sosial berperan penting dalam meningkatkan kepercayaan diri orang tua dalam

	menghadapi dan merawat anak berkebutuhan khusus.
Pipit Meidy Teguh dan Eli Prasetyo (2021), <i>Dinamika Gratitude pada Ibu yang Memiliki Anak Down Syndrome</i> .	Hasil penelitian menunjukkan bahwa momen munculnya <i>gratitude</i> pada informan terjadi melalui proses internal dalam diri yang dipengaruhi oleh nilai-nilai spiritualitas. Selain itu, <i>gratitude</i> juga muncul ketika informan melakukan perbandingan kondisi dirinya dengan orang lain yang berada pada situasi yang kurang beruntung, serta adanya dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan sekitar. Lebih lanjut, keberadaan <i>gratitude</i> pada ketiga informan berkontribusi dalam memunculkan rasa empati, membantu informan dalam memaknai kehadiran anak, serta mendukung proses perkembangan anak secara positif.

Berdasarkan hasil kajian dari sepuluh artikel jurnal, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memiliki peran signifikan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis orang tua yang memiliki anak dengan down syndrome. Beberapa studi (Misnawati & Ramdhani, 2023; Apriyani & Ismawati, 2023; Fitri & Nurjanah, 2021) menunjukkan hubungan positif antara dukungan sosial dan ketahanan psikologis orang tua, yang secara langsung berdampak pada kemampuan mereka dalam mengasuh dan mendampingi perkembangan anak.

Namun demikian, satu studi (Yuliana & Prasetya, 2022) menunjukkan bahwa meskipun dukungan sosial berperan penting, faktor internal seperti penerimaan diri dan motivasi intrinsik juga turut menentukan keberhasilan orang tua dalam menghadapi tantangan merawat anak dengan down syndrome. Ini menunjukkan bahwa dukungan sosial bersifat penting, namun bukan satu-satunya faktor penentu kesejahteraan psikologis orang tua.

Secara keseluruhan, temuan dari sepuluh jurnal tersebut memperkuat literatur yang menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan faktor protektif yang penting bagi orang tua dari anak dengan down syndrome. Dukungan sosial tidak hanya membantu meringankan beban emosional, tetapi juga memperkuat kapasitas adaptif orang tua dalam menjalani peran pengasuhan yang kompleks. Oleh karena itu, intervensi sosial yang berfokus pada penguatan sistem dukungan sosial menjadi sangat penting dalam meningkatkan kualitas hidup keluarga dengan anak berkebutuhan khusus.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa orang tua, khususnya ibu, dari anak dengan Down Syndrome menghadapi berbagai tantangan yang kompleks baik dari sisi emosional, sosial, maupun praktis. Anak dengan Down Syndrome memiliki kebutuhan khusus yang memerlukan perhatian dan dukungan ekstra, yang berpotensi menimbulkan stres dan kelelahan pada orang tua. Dalam konteks ini, dukungan sosial terbukti memainkan peran yang sangat penting sebagai faktor pelindung. Dukungan yang berasal dari pasangan, keluarga, teman, tenaga profesional, dan komunitas sebaya mampu mengurangi tingkat stres, meningkatkan kesejahteraan emosional, serta memperkuat kapasitas orang tua dalam mengasuh dan mendampingi tumbuh kembang anak secara optimal. Hasil kajian sistematis ini menegaskan bahwa keberadaan dukungan sosial

yang memadai berkontribusi positif terhadap kualitas hidup orang tua dan anak dengan Down Syndrome.

SARAN

1. Untuk Orang Tua: Disarankan agar orang tua lebih aktif mencari dan membangun jaringan dukungan sosial, baik melalui komunitas orang tua dengan anak berkebutuhan khusus, layanan konseling, maupun pelatihan pengasuhan.
2. Untuk Pemerintah dan Lembaga Terkait: Perlu dikembangkan kebijakan dan program yang mendukung penyediaan layanan psikososial, pendidikan inklusif, dan pendampingan bagi keluarga dengan anak Down Syndrome, termasuk akses yang lebih luas terhadap terapi dan konseling.
3. Untuk Peneliti Selanjutnya: Diperlukan penelitian lebih lanjut yang mengkaji efektivitas intervensi berbasis dukungan sosial terhadap penurunan stres dan peningkatan kualitas hidup orang tua anak dengan Down Syndrome, dengan pendekatan kuantitatif maupun kualitatif.
4. Untuk Masyarakat: Masyarakat diharapkan lebih menerima dan mendukung keberadaan anak dengan kebutuhan khusus melalui peningkatan literasi inklusi sosial serta mengurangi stigma terhadap disabilitas intelektual.

DAFTAR PUSTAKA

- Saputra, H., Wakhid, A., & Choiriyyah, Z. (2018). Hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan orang tua anak down syndrome. *Jurnal Perawat Indonesia*, 2(2), 62.
- Rahmi, Y., Putri, R. D., & Asfari, N. A. B. (2022). Gambaran dukungan sosial pada ibu yang memiliki anak down syndrome. *Flourishing Journal*, 2(8), 540-552.
- Saputra, H., Wakhid, A., & Choiriyyah, Z. (2018). Hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan orang tua anak down syndrome. *Jurnal Perawat Indonesia*, 2(2), 62.
- Rahmi, Y., Putri, R. D., & Asfari, N. A. B. (2022). Gambaran dukungan sosial pada ibu yang memiliki anak down syndrome. *Flourishing Journal*, 2(8), 540-552.
- Santika, A. A., Anugraheny, F. S., & Alvina, Y. (2020). Dukungan Sosial Orang Tua Anak dengan Down Syndrome dalam Grup WhatsApp. *PERSPEKTIF*, 9(2), 329-337.
- Priwanti, T. R., Puspitawati, I., & Fuad, A. (2019). Dukungan sosial dan kepercayaan diri pada orang tua dengan anak Down syndrome. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 76-87.
- Teguh, P. M., & Prasetyo, E. (2021). Dinamika gratitude pada ibu yang memiliki anak Down Syndrome. *EXPERIENTIA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(1), 1-9.
- Mona, M. B., & Rehab, E. M. (2019). Relationship between parent stress, psychological well-being and coping strategies among parents with down syndrome children. *Journal of Nursing and Health Science*, 8(6), 1-18.

- Van Riper, M., Ryff, C., & Pridham, K. (1992). Parental and family well-being in families of children with down syndrome: A comparative study. *Research in nursing & health*, 15(3), 227-235.
- Noroozi, F., Farrar, Z., Gharibi, T., & Gashmard, R. (2024). Family Self-Support in Managing Down Syndrome Children: A Qualitative Study. *The Scientific World Journal*, 2024(1), 9992595.
- Hsiao, C. Y. (2014). Family demands, social support and family functioning in Taiwanese families rearing children with D own syndrome. *Journal of Intellectual Disability Research*, 58(6), 549-559.
- Siklos, S., & Kerns, K. A. (2006). Assessing need for social support in parents of children with autism and Down syndrome. *Journal of autism and developmental disorders*, 36, 921-933.
- Apriyani, D., & Ismawati, I. (2023). Peran dukungan sosial terhadap resiliensi orang tua anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Psikologi Terapan*, 9(1), 45-53.
- Fitri, R., & Nurjanah, S. (2021). Hubungan antara dukungan sosial dan stres pengasuhan pada orang tua anak dengan down syndrome. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 115-123.
- Maulida, D., & Widyastuti, T. (2020). Dukungan sosial terhadap kemampuan coping orang tua dari anak dengan kebutuhan khusus. *Psikoborneo*, 8(3), 244-251.
- Misnawati, M., & Ramdhani, N. (2023). Dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis pada orang tua anak dengan kebutuhan khusus. *Jurnal Psikologi*, 19(1), 30-40.
- Rachmawati, S., & Astuti, N. (2022). Kualitas hidup orang tua anak dengan down syndrome: Peran dukungan sosial. *Jurnal Kesehatan Jiwa*, 10(2), 89-98.
- Sari, D. R., & Wimbarti, S. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres pengasuhan pada ibu anak dengan down syndrome. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 18(1), 57-66.
- Yuliana, R., & Prasetya, R. A. (2022). Pengaruh penerimaan diri terhadap kesejahteraan subjektif orang tua anak down syndrome. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(1), 102-110.