

## **HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP TINGKAT STRES PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK RETARDASI MENTAL**

**Ulfa Suryani\*, Velga Yazia**

Program Studi S1 keperawatan, STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang, Jln Jamal Jamil Pondok Kopi Siteba Surau Gadang, Kec. Nanggalo, Kota Padang, Sumatera Barat 25173, Indonesia

\*ulfasuryani1803@gmail.com

Memiliki anak yang normal baik fisik maupun mental adalah harapan bagi semua orang tua namun jika dalam perkembangan anaknya mengalami suatu gangguan maka orang tua akan menjadi merasa bersalah. Peran wanita sebagai seseorang ibu merupakan sumber stres tersendiri ketika memiliki anak retardasi mental. Orang tua yang memiliki anak retardasi mental merasakan harga diri menurun sehingga menimbulkan stres pada orang tua yang memiliki anak retardasi mental. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga terhadap tingkat stres pada ibu yang memiliki anak retardasi mental di SLB Wacana Asih Padang Selatan. Jenis penelitian deskriptif korelasi dengan desain *cross sectional*. Sampel berjumlah 40 responden. Teknik pengambilan sampel dengan *total sampling*. Data di analisa menggunakan uji *Chi-square*. Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan dapat dilihat bahwa 28 responden (70,0%) memiliki tingkat stres ringan, pada dukungan keluarga hasil penelitian menunjukkan bahwa (57,5%) memiliki sikap negatif. Hasil uji statistik didapatkan *p value* 0,016 ( $p \leq 0,05$ ), terdapat hubungan antara dukungan keluarga terhadap tingkat stres pada ibu yang memiliki anak retardasi mental di SLB wacana Asih. Disimpulkan bahwa dukungan keluarga rendah mengakibatkan stres pada ibu yang memiliki anak retardasi mental.

*Kata kunci:* dukungan keluarga, tingkat stres, retardasi mental

### ***THE RELATIONSHIP OF FAMILY SUPPORT TO STRESS LEVEL IN MOTHERS WHO HAVE MENTALLY RETARDED CHILDREN***

#### **ABSTRACT**

*Having normal children, both physically and mentally, is hope for all parents, but if their child develops a disorder, the parents will feel guilty. The role of women as a mother is a source of stress in itself when having children with mental retardation. Parents who have children with mental retardation feel self-esteem decreases, causing stress to parents who have children with mental retardation. The purpose of this study was to determine the relationship between family support and stress levels in mothers who have mentally retarded children at SLB Wacana Asih Padang Selatan. This type of research is descriptive correlation with cross sectional design. The sample is 40 respondents. Sampling technique with total sampling. The data were analyzed using the Chi-square test. Based on the results of research that has been done, it can be seen that 28 respondents (70.0%) have a mild level of stress, on family support the results of the study show that (57.5%) have a negative attitude. Statistical test results obtained *p value* 0.016 ( $p < 0.05$ ), there is a relationship between family support and stress levels in mothers who have children with mental retardation in SLB Discourse Asih.*

*Keywords:* family support; retardation; stress level

#### **PENDAHULUAN**

Retardasi mental merupakan kemampuan mental yang tidak mencukupi dan merupakan suatu kondisi yang ditandai oleh intelegensi yang rendah tingkat kecerdasan dibawah rata rata (IQ kira kira 70 atau lebih rendah) dan menyebabkan ketidakmampuan individu untuk belajar dan beradaptasi terhadap tuntunan masyarakat atas kemampuan yang dianggap normal (Prabowo, 2014). Oleh karena itu anak retardasi mental akan membawa efek ketidakmampuan dan

keterlibatan yang berfungsi dalam lingkungan seperti kehidupan belajar, bermain, bekerja, pengenalan serta interaksinya. Gangguan mental disebut sebagai sindroma pola sikap atau psikologis yang menyimpang pada individu (Hardiansah et al., 2020).

Berdasarkan data *World Health Organization (WHO)* tahun 2018 memperkirakan 10% dari jumlah penduduk di negara maju mengalami kecacatan dan 12% dijumpai di negara berkembang. Angka kejadian retardasi mental lebih banyak laki laki dibandingkan perempuan. Prevalensi retardasi mental di Amerika sekitar 1-3%, berarti 2,5 juta orang di Amerika mengalami cacat mental. Sedangkan di Indonesia yang menyandang keterbelakangan mental adalah 62.011 orang. Perbandingan 60% diderita anak laki-laki dan 40% diderita anak perempuan (Depkes RI, 2014). Dinas Pendidikan dan Budaya Provinsi Sumatera Barat, (2021) didapatkan rekapitulasi data sekolah luar biasa terdapat 148 SLB di Sumatera Barat, kota padang merupakan jumlah terbanyak siswa SLB yaitu 1466 dari 39 SLB. Siswa dengan retardasi mental merupakan jumlah yang paling banyak dibandingkan dengan jenis kecacatan lain. Dari 39 SLB di kota Padang SLB yang memiliki siswa terbanyak adalah SLB wacana asih yang berjumlah 40 orang anak retardasi mental.

Ciri-ciri anak retardasi mental yaitu lambatnya keterampilan dalam perkembangan kecerdasannya, anak retardasi mental akan mengalami berbagai hambatan dalam upaya memenuhi kebutuhan-kebutuhan, anak retardasi mental mengalami lemah ingatan, lemah pikiran (Widiastuti, 2020). Dengan adanya hambatan pada anak retardasi mental tentunya tidak mudah diterima oleh orang tua, ketika anaknya berbeda dengan anak-anak yang lain dan memiliki keterbatasan. Keadaan ini membuat orang tua tidak mudah menerima keadaan anak, menghadapi permasalahan-pemmasalahan yang muncul, serta menghadapi tekanan dari masyarakat menjadi penyebab anak retardasi mental sulit diterima dan sering ditolak oleh kelompok. Orang tua dengan anak retardasi mental menghadapi banyak tantangan. Tantangan yang dihadapi oleh orang tua berupa isolasi sosial, serta pengasuhan orang tua pada anak retardasi mental (Lutfianawati et al., 2019).

Pengasuhan pada anak retardasi mental yaitu merasa terkucilkan oleh keterbatasan anak, adanya rasa lelah karena tuntutan untuk mengasuh anak berkebutuhan khusus, terisolasi secara sosial dan terbebani biaya finansial pengasuhan yang lebih besar sehingga merawat dan mengasuh anak berkebutuhan khusus dapat menimbulkan stres bagi orang tua (Kusumastuti, 2020). Kondisi stres yang dialami ibu dapat menyebabkan ibu tidak dapat mengasuh anaknya dengan baik, kondisi ini dapat diperbaiki dengan bantuan dukungan keluarga. Dukungan keluarga dapat berasal dari orang tua, pasangan, anggota keluarga. Dukungan keluarga meliputi pemberian semangat dan perhatian. Dukungan keluarga dapat mencegah kecemasan, meningkatkan harga diri, mencegah gangguan psikologis dan mengurangi stres (Kurnia, 2019).

Faktor-faktor yang mengakibatkan stres dan adalah usia orang tua, perkawinan, keterlibatan orang tua dalam mengasuh anak, pendidikan orang tua, pengalaman sebelumnya dalam mengasuh anak, lingkungan hidup, tingkat pendapatan orang tua sangat pengaruh terhadap tingkat stres pengasuhan yang dimiliki orang tua (Nurmalia, 2021). Stres yang dialami orang tua disebabkan karena kelelahan atau beban dalam merawat anak retardasi mental yang membutuhkan waktu tambahan dalam merawat anak retardasi mental, tingkat kesabaran yang tinggi, kesehatan fisik yang terganggu, tanggung jawab yang tidak terbatas, merasa putus asa, rasa malu yang dialami

keluarga dengan kondisi anaknya dan juga efek stigmatisasi dari masyarakat yang akan berdampak terhadap kehidupan orang tua (Kurnia, 2019).

Penelitian Kurnia, (2019) tentang tingkat stres pada ibu yang memiliki anak retardasi mental di SLB Bandar Lampung ditemukan sampel sebanyak 122 orang tua dari anak retardasi mental sebagian besar orang tua mendapatkan dukungan keluarga yaitu sebanyak 108 orang dengan persentase (88,5%), memiliki tingkat stres ringan yaitu sebanyak 114 orang dengan persentase (93,4%). Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan tingkat stres orang tua dari anak retardasi mental, semakin tinggi dukungan keluarga yang didapat maka semakin rendah tingkat stres yang dialami orang tua dari anak. Dukungan keluarga sangat berpengaruh terhadap tingkat stres ibu yang memiliki anak retardasi mental.

Dukungan keluarga adalah suatu hal yang penting ketika individu mengalami suatu tekanan, dukungan keluarga menjadi sumber dalam meningkatkan kesejahteraan ibu dengan anak retardasi mental, dengan adanya dukungan keluarga yang diterima ibu, akan membantu ibu dalam menghadapi situasi yang tidak menyenangkan, membantu ibu lebih baik dalam menyesuaikan diri dengan keadaan yang terjadi dan memiliki peranan penting (Olianda, 2020). Peranan penting seperti melindungi ancaman kesehatan mental, jika memiliki dukungan keluarga yang lebih kecil memungkinkan untuk mengalami psikis yang negatif. Dukungan keluarga yang didapatkan lebih tinggi akan menjadi lebih optimis dalam menghadapi kehidupan, terampil dalam memenuhi kebutuhan psikologis dan mampu berupaya dalam beradaptasi dengan stres, peran keluarga yang baik sangat dibutuhkan (Pudjibudojo, 2019).

Peran keluarga yang baik akan memberikan motivasi dan dukungan, keluarga dalam hal ini adalah lingkungan terdekat dalam kehidupan mereka, peran dan keterlibatan keluarga sangat mendukung penderita yang membutuhkan dukungan keluarga karena keluarga mampu memberikan kepercayaan dan sikap yang baik, keluarga mempunyai fungsi memberikan rasa aman, rasa percaya, rasa kasih sayang, dan menyiapkan peran di lingkungan masyarakat (Hardiansah et al., 2020). Penelitian Patilima et al, (2021) tentang hubungan dukungan keluarga pada Orangtua peserta didik retardasi mental di SLB Negeri Kota Gorontalo didapatkan menggunakan kategori rendah sebanyak 3 responden (5,3%), kategori sedang sebanyak 26 responden (45,6%), dan kategori tinggi sebanyak 28 responden (49,1%). Penerimaan diri pada Orangtua siswa retardasi mental di SLB Negeri Kota Gorontalo didapatkan untuk kategori rendah sebanyak 3 responden (5,3%), kategori sedang sebanyak 14 responden 24,6% dan kategori tinggi sebanyak 40 responden (70,2%). Penelitian Olianda, (2020) tentang hubungan dukungan keluarga memiliki hubungan terhadap stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak tunagrahita. Dukungan pada kategori tinggi sebanyak 27 orang (75%), sedangkan untuk stres pengasuhan berada pada kategori rendah yaitu sebanyak 24 orang (85,7%). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga terhadap tingkat stres pada ibu yang memiliki anak retardasi mental di SLB wacana asih padang selatan.

## **METODE**

Jenis penelitian ini adalah deskriptif korelasi dengan desain penelitian *cross sectional*. Desain penelitian *cross sectional*. Penelitian ini telah dilakukan di SLB Wacana Asih. Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan pada tanggal 29 Juli- 2 Agustus 2022. Pada penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh ibu yang memiliki anak retardasi mental kategori sedang di SLBN Wacana Asih 2022 berjumlah 40 orang dengan jumlah populasi 40 orang. Instrument

penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah lembar kuisioner tingkat stres (DASS) dan kuesioner dukungan keluarga

## HASIL

Tabel 1  
 Tingkat Stres Pada Orang Tua yang Memiliki Anak Retardasi Mental (n=40)

Tingkat Ansietas	f	%
Negatif	23	57,5
Positif	17	42,5

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan dapat dilihat bahwa 23 (70,0%) ibu yang memiliki anak retardasi mental dengan tingkat stres ringan, 5 responden (7,5) dengan tingkat stres sedang, 7 responden (17,5) dengan stres normal.

Tabel 2.  
 Dukungan Keluarga (n=40)

Dukungan Keluarga	f	%
Ringan	28	70,0
Normal	7	17,5
Sedang	5	7,5

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan dapat dilihat bahwa 23 responden (57,5%) ibu yang memiliki anak retardasi mental memiliki dukungan keluarga negatif, 17 responden (42,5%) memiliki dukungan keluarga positif.

Tabel 3.  
 Hubungan Dukungan Keluarga Tingkat Stres pada Ibu yang Memiliki Anak Retardasi Mental

Dukungan Keluarga	Tingkat Stres				Jml	%	P Value
	Ringan		Sedang				
	f	%	f	%			
Negatif	15	65,2	1	4,3	23	100	0,0016
Positif	13	76,5	4	23,5	17	100	

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa proporsi responden yang memiliki dukungan keluarga negatif lebih banyak pada tingkat stres ringan (65,2%). Berdasarkan uji statistik diperoleh *p value* = 0,016 (*p value* < 0,05), ada hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres pada ibu yang memiliki anak retardasi mental di SLB Wacana Asih Padang Selatan 2022.

## PEMBAHASAN

### Tingkat Stres

Stres merupakan keseluruhan proses yang meliputi stimulasi, kejadian, peristiwa, respon, dan interpretasi individu yang menyebabkan timbulnya ketegangan di luar kemampuan seseorang untuk mengatasinya (Lutfianawati, 2019). Stres merupakan situasi yang biasa muncul dalam berbagai aspek kehidupan termasuk dalam proses pengasuhan. Pengasuhan terhadap anak yang mengalami hambatan, memunculkan kesulitan tersendiri bagi orangtua karena anak-anak yang mengalami retardasi mental memiliki keterbatasan yang signifikan dari fungsi intelektual dan

perilaku adaptif, antara lain kemampuan konseptual, sosial, dan keterampilan praktis (Khoiriyyah, 2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan stres yaitu usia, problem orang tua, hubungan interpersonal, pekerjaan, lingkungan hidup, keuangan, penyakit fisik dan dukungan keluarga (Sumiati, 2015).

Berdasarkan analisa peneliti tingkat stres orang tua yang memiliki anak retardasi mental memiliki beban psikologis atas kondisi anaknya, tetapi orang tua selalu sabar atas perilaku anaknya dan sering menasehati anaknya. Orang tua beranggapan anaknya berbeda dengan anak lain tapi memiliki kemampuan bagus yang berbeda dari anak lain, tetapi terkadang orang tua merasa kesal dan mudah tersinggung ketika anaknya dibanding bandingkan dengan anak yang lain. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian ditemukan 70,0% orang tua mengatakan selalu sabar tidak mudah marah, 7,5% orang tua sering merasa tegang pada situasi tertentu, 17,5% orang tua mengatakan cepat tenang setelah sesuatu yang mengganggu

### **Dukungan Keluarga**

Keluarga adalah dua atau lebih dari dua individu yang tergabung karena adanya hubungan darah, hubungan perkawinan atau pengangkatan dan mereka hidup dalam satu rumah tangga, berinteraksi antara satu dengan yang lain dan didalam perannya masing masing menciptakan dan mempertahankan kebudayaan. Dukungan keluarga adalah proses yang terjadi selama masa hidup, dengan sifat dan tipe dukungan keluarga yang bervariasi pada masing masing tahap siklus kehidupan, dengan adanya dukungan keluarga dapat meningkatkan adaptasi dalam kesehatan keluarganya (Friedman, 2014).

Dukungan keluarga sangat penting karena keluarga dapat memberikan dorongan fisik dan mental. Keluarga memiliki beberapa fungsi penunjang yaitu dukungan informasional, keluarga sebagai pemberi informasi seperti pemberian saran, informasi yang dapat digunakan seperti nasehat, usulan, saran. Dukungan penghargaan keluarga bertindak sebagai pemberi umpan balik, bimbingan dan kemampuan untuk memecahkan masalah dan memfasilitasi identitas anggota keluarga seperti berikan dukungan, apresiasi, perhatian. Dukungan instrumental keluarga adalah sumber daya bantuan praktis dan khusus, termasuk dari segi kebutuhan pangan dan minum, istirahat dan penyakit. Dukungan emosional keluarga sebagai tempat yang aman dan damai untuk istirahat serta membantu penguasaan emosi seperti adanya kepercayaan, perhatian, mendengarkan dan didengarkan (Quratta, 2020). Berdasarkan analisa peneliti kurangnya dukungan keluarga ini karena keluarga jarang bertemu dengan ibu, keluarga juga banyak yang bekerja sehingga ibu kurang mendapatkan perhatian dari keluarga dalam pengasuhan anaknya. Ketika ibu memerlukan biaya tambahan keluarga tidak dapat membantu dengan alasan masih banyak keperluan lain yang akan di beli. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian dimana 57,5% orang tua tidak memiliki teman untuk berbagi suka dan duka, jika pergi keluar tidak ada yang membantu menjaga anaknya. 42,5% orang tua sering mendapatkan informasi mengenai cara mengasuh anak, dan suami mendampingi saat merasa kesulitan merawat anak.

### **Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Tingkat Stres pada Ibu yang Memiliki Anak Retardasi Mental**

Penelitian ini didukung oleh penelitian Olianda (2020) yang membuktikan bahwa dukungan keluarga mempunyai hubungan yang signifikan dengan tingkat stres pada ibu yang memiliki anak tunagrahita dengan nilai  $0,026 < 0,05$ . Sejalan juga dengan penelitian Damaianti (2021) di dapatkan frekuensi distribusi dukungan keluarga terhadap tingkat stres (75,9%) dan di dapatkan

nilai signifikan dukungan keluarga dengan tingkat stres  $0,000 < 0,05$  berarti didapatkan adanya hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres pada ibu yang memiliki anak retardasi mental. Analisa peneliti adanya hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres ibu yang memiliki anak retardasi mental. Dengan adanya dukungan keluarga yang baik ibu dapat berbagi suka duka, bisa diajak bertukar pikir dan bisa mendapatkan informasi dan saran cara merawat anak retardasi mental dan diingatkan agar selalu sabar ketika anak nya dibandingkan dengan anak yang normal. Sehingga ibu tidak stres dalam menghadapi masalah karena ada tempat bercerita. Kurangnya dukungan keluarga dapat dilihat dari hasil penelitian separuh ibu yang memiliki anak retardasi mental 57,5% memiliki dukungan keluarga negatif. Asumsi peneliti dukungan keluarga yang negatif pada penelitian ini dikarenakan keluarga yang sibuk bekerja sehingga keluarga tidak selalu bertemu lama dengan ibu dan keluarga kurang perhatian kepada ibu yang memiliki anak retardasi mental

### **SIMPULAN**

Terdapat lebih dari separuh (57,5%) responden yang memiliki anak retardasi mental memiliki dukungan keluarga negatif. Terdapat lebih dari separuh (70,0%) responden yang memiliki anak retardasi mental memiliki tingkat stres ringan. Terdapat hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres pada ibu yang memiliki anak retardasi mental di SLB Wacana Asih Padang Selatan 2022.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Esti, J. (2020). *Keperawatan Keluarga Askep Stroke*. Pustaka Galeri Mandiri.
- Fadhillah, N. A. (2021). *Asuhan Keperawatan Keluarga Aplikasi Dalam Praktik* (Abdul, Ed.). CV Jakad Media Publishing.
- Hardiansah, Y., Alfian, N., & Amrullah, M. (2020). Gambaran Dukungan Keluarga Terhadap Anak Retardasi Mental Di SLB Praya. In *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda* (Vol. 8).
- Heni. (2017). *Kelalaian Perkembangan Pada Anak*.
- Khoiriyah, A. (2020). *Efektivitas Pelatihan Keterampilan Pengasuhan Untuk Menurunkan Stres Pengasuhan Pada Ibu Yang Memiliki Anak Retardasi Mental* (Vol. 24, Issue 2).
- Kurnia, P. F. D. (2019). *Dukungan Sosial Dan Tingkat Stres Orang Tua Yang Memiliki Anak Retardasi Mental* (Vol. 1, Issue 2).
- Kusumastuti, A. N. (2020). *Stres Pengasuhan Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus*.
- Lisinus, S. (2020). *Pembinaan Anak Berkebutuhan Khusus (Sebuah Perspektif Bimbingan dan Konseling)*. Yayasan Kita menulis.
- Lutfianawati, P. K. R. (2019). *Stres Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Dengan Retardasi Mental* . In *Maret* (Vol. 1, Issue 1).
- Marsidi, S. R. (2021). *Identification Of Stress, Anxiety, And Depression Levels Of Students In Preparation For The Exit Exam Competency Test* . *Journal of Vocational Health Studies*, 5(2), 87. <https://doi.org/10.20473/jvhs.v5.i2.2021.87-93>.

- Meylani Patilima, S., Mansye Soeli, Y., Suleman Antu Program Studi Ilmu Keperawatan, M., Olahraga dan Kesehatan, F., Negeri Gorontalo, U., Jend Sudirman No, J., Wumialo, K., & Kota Tengah Propinsi Gorontalo, K. (2021). *Dukungan Sosial Berhubungan Dengan Penerimaan Diri Orang Tua Yang Memiliki Anak Retardasi Mental*. <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj>.
- Nurjanah, T. D., Imawati, D., & Mariskha, S. E. (2022). *Gambaran Kecerdasan Emosi Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus Di SLBN Pembina Provinsi Kalimantan Timur*.
- Friedman, M. M., Bowden, V. R., & Jones, E. G. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga*. Edisi 5. Jakarta : EGC.
- Sumaiti. (2015). *Metode Pembelajaran*, Bandung : Wacana Prima.
- Olianda, R. G. (2020). *Hubungan Antara Hardiness Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Pengasuhan Pada Ibu Yang Memiliki Anak Tunagrahita*. In *Journal of Elementary Education* (Vol. 4, Issue 2). <https://www.jurnalfai-uikabogor.org/>.
- Prabowo. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Nuha Medika.
- Pudjibudojo. (2019). *Psikologi Perkembangan, Memahami Dinamika Perkembangan Anak*.
- Putri Hanna Nurmalia. (2021). *Hubungan Karakteristik Orang Tua Dengan Stres Pengasuhan Orang Tua Yang Memiliki Anak Retardasi Mental Di SLB Sebandar Lampung Tahun 2019 - 2020*. 18, 936.
- Qurrata. (2020). *Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Pasien Post Operasi Katarak*. Pustaka Galeri Mandiri.
- Saleh, R. T. (2020). *Manajemen Stres Kerja*.
- Nisa., Hartini. (2019). *Hubungan Tingkat Stres dengan Koping Orang Tua yang Memiliki Anak Tunagrahita di SLB N Kaliwungu Kudus*.
- Nataya. (2018). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Ibu yang Memiliki Anak Retardasi Mental*.
- Tasalim, C. (2021). *Stres Akademik dan Penanganan* (Guepedia/at, Ed.). Guepedia .
- Tinggi, S., Kesehatan, I., Klaten, M., Rusmariana, A., Muhasanah, R., Keperawatan, S., Ners, P., Fakultas, /, Muhammadiyah, U., & Pekalongan, P. (2021). *Parenting Stress Orang Tua Yang Memiliki Anak Retardasi Mental Di SLB*.
- Widiastuti, W. (2020). 392-Article Text-753-1-10-20190823. *Santiaji Pendidikan*, 9, 116–118.
- Yunita, I. (2020). *Psikoterapi Self Help Group Pada Keluarga Pasien Skizofrenia*. Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia.
- Nuralami, dkk. (2020). *Gambaran Strategi Koping Orang Tua Dengan Anak Retardasi Mental*. *Holistik Jurnal Kesehatan*. Vol 16, No 1.
- Wahyu, dkk. (2021). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Stres Pada Orang Tua yang Memiliki Anak Tunagrahita*. *Jurnal Psikologi*. Vol 5, No 2.

Andriani, dkk. (2020). *Hubungan Persepsi Ibu Terhadap Dukungan Keluarga dengan Stres pada Ibu yang Memiliki Anak Retardasi Mental di SLB Kaliwungu Kudus*. Jurnal Kebidanan.