

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Dalam kehidupan sehari-hari, setiap individu akan menghadapi berbagai tantangan, baik itu dari aspek pribadi ataupun sosial. Dalam satu situasi inilah, individu membutuhkan dukungan sosial. Menurut Sarafino dukungan sosial merujuk pada kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diterima oleh individu atau kelompok.¹ Dukungan sosial memberikan rasa nyaman, kasih sayang, penghargaan, dan bantuan kepada individu dari orang lain maupun kelompok tertentu. Menurut nin lin dkk dukungan sosial dapat diartikan sebagai suatu kekuatan atau elemen dalam lingkungan

¹ Sarafino, E.P, Smith, T.W., *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions, 7 Ed* (New York: John Wiley & Sons,inc, 2011), h.81

sosial yang membantu mempermudah keberlangsungan hidup manusia.²

Menurut Gottlieb dalam bukunya irwan dukungan sosial merupakan bentuk informasi, baik verbal amupun nonverbal, berupa saran, bantuan nyata, atau tindakan yang diberikan oleh individu-individu yang dekat dengan subjek dalam lingkungannya.³ Dukungan ini juga mencakup kehadiran serta berbagai hal yang dapat memberikan manfaat emosional atau mempengaruhi perilaku. dukungan sosial menurut Taylor merupakan bentuk informasi dari orang yang dicintai dan diperhatikan, dihormati dan dihargai, serta merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban bersama dari orangtua, teman, ataupun jaringan lingkungan sosial lainnya.⁴

² Lin Nin, Ensel Walter, Dean Alfred, *Social Support, Life Events, and Depression* (Florida: Academic Press, 1986), h.19

³ Irwan, *Etika Dan Pelaku Kesehatan* (Yogyakarta: CV. Absolute Media, 2017), h.157

⁴ Taylor shelley E, *Health Psychology* (New York: McGraw-Hill Education, 2018), h.151

Menurut Cohen dan Wills yang dikutip oleh Yeny Dukungan sosial dapat memberikan dampak yang positif dan meningkatkan rasa harga diri, yang dapat memberikan pengaruh pada kebahagiaan seseorang. Dukungan sosial timbul karena adanya persepsi bahwa terdapat orang-orang yang akan membantu apabila ada peristiwa yang dianggap dapat menimbulkan masalah dan bantuan sehingga dapat menaikkan rasa positif pada individu tersebut.⁵ Sedangkan menurut Rook dalam Smet menjelaskan bahwa dukungan sosial adalah salah satu fungsi dari hubungan sosial, dimana hubungan tersebut mencerminkan kualitas umum dari interaksi antar individu.⁶

Berdasarkan beberapa pengertian dukungan sosial diatas maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah suatu bentuk dukungan atau bantuan berupa kenyamanan, perhatian, dihargai, dan informasi

⁵ Wijaya Duriana Y, *Stress Dan Social Support* (Jakarta: Universitas Esa Unggul, 2018).

⁶ Smet bart, *Psikologi Kesehatan* (Jakarta: Grasido Gramedia, 1994), h.134

bermanfaat yang berasal dari orang yang memiliki hubungan sosial akrab dengan individu yang menerima bantuan.

2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial

Manurut Sarafino ada beberapa aspek dukungan sosial yaitu:⁷

a) Dukungan emosional

Dukungan emosional merupakan dukungan yang berupa perhatian terhadap individu, kepedulian sehingga membuat perasaan individu menjadi nyaman, merasa dicintai oleh orang sekitar.

b) Dukungan penghargaan

Dukungan penghargaan merupakan dukungan yang memberikan penghargaan positif kepada individu, dorongan semangat, memberikan ide atau pendapat, serta perbandingan secara positif terhadap orang lain.

⁷ Sarafino, E.P, Smith, T.W., *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, 7 Ed (New York: John Wiley & Sons,inc, 2011), h.81

c) Dukungan instrumental

Dukungan instrumental adalah dukungan yang diterima individu dari seseorang dalam bentuk bantuan nyata seperti bantuan materi, pelayanan, pemberian barang-barang serta bantuan finansial.

d) Dukungan informasi

Dukungan informasi adalah dukungan yang diterima seseorang dari orang sekitar berupa nasihat, saran, arahan, untuk memecahkan suatu masalah.

3. Faktor-Faktor yang mempengaruhi dukungan sosial

Menurut Stanley dalam Irwan faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial adalah sebagai berikut:⁸

a) Kebutuhan fisik

Kebutuhan fisik dapat mempengaruhi dukungan sosial, adapun kebutuhan fisik ini meliputi sandang, pangan, dan papan. Jika seseorang kurang terpenuhinya kebutuhan fisik maka seseorang tersebut kurang mendapat dukungan sosial. Hal ini disebabkan

⁸ Irwan, *Etika Dan Pelaku Kesehatan* (Yogyakarta: CV. Absolute Media, 2017), h.159

karena kebutuhan dasar yang belum terpenuhi dapat memicu rasa tidak percaya diri, perasaan rendah diri, hingga ketidakstabilan emosi, sehingga memengaruhi kemampuan individu untuk berinteraksi dan membangun relasi yang positif dengan orang lain.

b) Kebutuhan sosial

Kesadaran diri yang positif berarti seseorang lebih dipahami oleh masyarakat dibandingkan dengan orang yang belum bersosialisasi. Seseorang yang mengenal dirinya dengan baik akan selalu dikenal masyarakat. Untuk itu pengakuan sangat diperlukan untuk memberikan penghargaan. Pengakuan ini dapat meningkatkan rasa percaya diri, memperkuat identitas diri, serta memotivasi individu untuk terus mengembangkan kemampuan dirinya. Dengan demikian, kesadaran diri yang positif tidak hanya berdampak pada perkembangan pribadi, tetapi juga berperan penting dalam membangun relasi sosial

yang sehat dan mendapatkan penerimaan di lingkungan sekitar.

c) Kebutuhan psikis

Kebutuhan psikis yang dimaksud adalah rasa ingin tahu, perasaan religious, rasa aman yang tidak mungkin dapat terpenuhi tanpa adanya pertolongan dari orang lain. Apalagi jika orang tersebut sedang menghadapi masalah baik ringan atau berat, maka orang tersebut akan cenderung mencari dukungan sosial dari orang yang berda disekitarnya, sehingga dirinya merasa dicintai, dipedulikan, dan dihargai. Dukungan sosial tersebut dapat berupa perhatian, nasihat, pendampingan emosional, maupun bantuan praktis, yang semuanya berperan penting dalam membuat individu merasa dicintai, dihargai, dan dipedulikan. Dengan terpenuhinya kebutuhan psikis melalui interaksi sosial, individu akan lebih mampu mengatasi tekanan, meningkatkan ketahanan mental, serta membangun hubungan interpersonal yang

positif, sehingga kesejahteraan psikologisnya dapat terjaga.

Berdasarkan pendapat di atas, maka peneliti menyimpulkan dukungan sosial individu dapat dipengaruhi oleh kebutuhan fisik, kebutuhan sosial, dan kebutuhan psikis.

B. Anak Berkebutuhan Khusus

Menurut Heward yang dikutip oleh Dinnie mengatakan bahwa anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memiliki karakteristik yang unik dan berbeda dari anak-anak pada umumnya namun, tnpa selalu menunjukkan dengan keterbatasan dalam aspek mental, emosional, atau fisik.⁹ pada umumnya masyarakat biasanya menyebut anak berkebutuhan khusus ini dengan sebutan anak yang cacat atau anak yang luar biasa . istilah lain juga mengatakan bahwa anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memiliki hambatan

⁹ Dinnie R Desiningrum, *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus* (Yogyakarta: Psikosain, 2014).h.2

dalam aspek fisik, mental, atau emosi yang tidak terkontrol sehingga memerlukan pembelajaran yang secara khusus.¹⁰

Anak berkebutuhan khusus tidak selalu mengacu pada anak dengan keterbatasan, tetapi juga mencakup anak dengan kecerdasan dan bakat istimewa, kondisi ini tentu memerlukan penanganan yang berbeda dari anak-anak pada umumnya.¹¹ Anak berkebutuhan khusus ini menghadapi tantangan dalam belajar dan berkembang. Oleh karena itu, mereka memerlukan layanan pendidikan yang disesuaikan dengan kebutuhan belajar masing-masing anak.¹² Setiap anak berkebutuhan khusus memiliki karakteristik yang berbeda-beda antara satu dengan yang lainnya, salah satu anak berkebutuhan khusus yaitu anak tunagrahita.

¹⁰ Jati Rinarki A, *Pendidikan Dan Bimbingan Anak Berkebutuhan Khusus* (Bandung:PT.Remaja Rosdakarya,2018), h.6

¹¹ Akhmad Syah Roni Amanullah, “Mengenal Anak Berkebutuhan Khusus: Tuna Grahita,Down Syndrom Dan Autisme,” *Jurnal Almurtaja : Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* 1, no. 1 (2022): 7–12.

¹² Safira Aura Fakhiratunnisa et al.,“Konsep Dasar Anak Berkebutuhan Khusus,” *Masaliq:Jurnal Pendidikan Dan Sains* 2, no. 1 (2022): 26–42, <https://doi.org/10.58578/masaliq.v2i1.83>.

Menurut islam anak berkebutuhan khusus sama dengan anak normal lainnya. Hal ini dijelaskan dalam Qur'an surat At-Tin/95:4-6:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ﴿٤﴾
 ثُمَّ رَدَدْنَاهُ أَسْفَلَ سَافِلِينَ ﴿٥﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا
 الصَّالِحَاتِ فَلَهُمْ أَجْرٌ غَيْرُ مَمْنُونٍ ﴿٦﴾

Artinya: “ (4) Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya. (5) Kemudian kami kembalikan dia ke tempat yang serendah-rendahnya. (6) Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan, maka mereka akan mendapat pahala yang tidak ada putusnya”.

Dari firman Allah tersebut yang dapat disarikan bahwa Allah SWT menciptakan manusia di muka bumi ini dalam keadaan yang paling sempurna. Tidak ada istilah yang cacat di dalamnya. Anak yang memiliki berkebutuhan khusus seperti anak tunagrahita membutuhkan dukungan

dari berbagai aspek seperti, orang tua, keluarga, teman, guru, dan lingkungan sekitar.

1. Pengertian Anak Tunagrahita

Anak berkebutuhan khusus sering disebut juga sebagai anak luar biasa, yang memiliki kebutuhan atau kelainan khusus. Salah satunya adalah anak tunagrahita, yaitu anak yang mengalami keterbatasan mental dan kesulitan berpikir. Seseorang dikatakan tunagrahita jika tingkat kecerdasannya sangat rendah (di bawah rata-rata), sehingga untuk menjalani proses perkembangan, ia membutuhkan bantuan atau layanan khusus, termasuk dalam hal pendidikan.¹³ Anak tunagrahita bukanlah anak yang sakit, melainkan anak yang mengalami kelainan akibat penyimpangan yang terlihat secara signifikan pada aspek fisik, mental, intelektual, emosional, sikap, dan perilaku.¹⁴

¹³ Jati Rinarki A, *Pendidikan Dan Bimbingan Anak Berkebutuhan Khusus* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2018), h.98

¹⁴ Jati Rinarki A, *Pendidikan Dan Bimbingan Anak Berkebutuhan Khusus* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2018), h.99 Jati Rinarki A, *Pendidikan Dan Bimbingan Anak Berkebutuhan Khusus* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2018).

Tunagrahita adalah istilah lain untuk menggambarkan kondisi retardasi mental. Kata "tuna" berarti merugi, sedangkan "grahita" berarti pikiran. Retardasi mental, atau dalam bahasa Inggris dikenal sebagai Mental Retardation, merujuk pada keterbelakangan mental. Istilah tunagrahita digunakan untuk menyebut anak atau individu yang memiliki kecerdasan pada level yang rendah.¹⁵ IQ mereka cenderung berada di bawah rata-rata, yang dapat menghambat aktivitas dalam kehidupan sehari-hari. Anak dengan tunagrahita adalah individu yang mengalami hambatan dalam perkembangan kecerdasannya, sehingga tidak dapat mencapai tingkat perkembangan yang optimal.¹⁶

Sedangkan menurut Grossman yang secara resmi digunakan AAMD (*American Association on Mental*

¹⁵ Triyani Pujiastuti, *Perkembangan Keagamaan Anak Tunagrahita (Studi Kasus Di Sekolah Luar Biasa Negeri Kota Bengkulu)* (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2021), h.57

¹⁶ Badriyah, L & Pasmawati,H., *Problematika Pada Anak Berkebutuhan Khusus: Sebagai Panduan Bagi Pendampingan ABK* (Jakarta: Rumah Literasi Publishing,2020), h.20

Deficiency) sebagai berikut: “*mental retardation refers to significantly subaverage general intellectual functioning resulting in or adaptive behavior and manifested during the development period*”. Yaitu, ketunagrahitan mengacu pada fungsi intelektual umum yang secara nyata (signifikan) berada dibawah rata-rata (normal) bersamaan dengan kekurangan dalam tingkah laku penyesuaian diri kepada lingkungan sekitar dan semua ini berlangsung pada masa perkembangannya.¹⁷

Selain itu, menurut Sulthon anak tunagrahita cenderung memiliki kemampuan bahasa yang terbatas, sehingga banyak di antara mereka yang kesulitan dalam berkomunikasi dengan jelas. Secara umum, keterbatasan kemampuan ini juga membuat mereka kesulitan dalam mengendalikan diri, mudah terpengaruh emosi, dan sering marah tanpa alasan yang jelas.¹⁸ Anak tunagrahita mempunyai batas kemampuan intelektual

¹⁷ Dinnie R Desiningrum, *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus* (Yogyakarta: Psikosain, 2014), h.16

¹⁸ Sulthon, *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus* (Depok: Rajawali Pers, 2020), h.25

dan kognitif dibawah rata-rata dengan anak normal pada umumnya. Hal ini lah yang menyebabkan mereka mengalami kesulitan dalam berpikir dan belajar. Menurut Martini kesulitan belajar terjadi akibat adanya gangguan tertentu yang dapat menghambat proses belajar anak tidak berlangsung secara efektif.¹⁹

Berdasarkan Penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa anak tunagrahita adalah anak yang mempunyai suatu kondisi yang kecerdasannya dibawah rata-rata, dengan ciri-ciri keterbatasan IQ serta ketidakcakapan dalam komunikasi sosial.

a) Klasifikasi Anak Tunagrahita

Pengelompokkan anak tunagrahita pada umumnya berdasarkan tingkat intelegensinya yang terdiri dari ringan, sedang, dan berat sebagai berikut:²⁰

¹⁹ Salsabila and Anugerah Sulistiyowati, “Upaya Guru Dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Anak Tunagrahita Ringan Di Sekolah Menengah Pertama Luar Biasa Negeri Jember.”

²⁰ Suharsiwi, *Buku Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus* (Yogyakarta: CV. Prima Print, 2017), h.63-65

1). Tunagrahita Ringan

Tunagrahita ringan, yang juga dikenal sebagai moron atau debil, adalah individu dengan IQ antara 68-52 menurut Binet atau 69-55 berdasarkan Skala Weschler (WISC). Mereka masih mampu mempelajari keterampilan dasar seperti membaca, menulis, dan berhitung sederhana. Dengan bimbingan serta pendidikan yang tepat, individu dengan tunagrahita ringan dapat mencapai kemampuan untuk mandiri secara finansial di kemudian hari.

2). Tunagrahita Sedang

Anak tunagrahita tingkat sedang, yang juga disebut sebagai imbesil, memiliki tingkat IQ antara 51-36 berdasarkan Skala Binet dan 54-40 menurut Skala Weschler (WIS). Anak dengan keterbelakangan mental pada tingkat ini dapat mencapai perkembangan mental setara dengan anak usia sekitar 7 tahun. Mereka mampu dilatih

untuk mengurus kebutuhan pribadi, seperti menjaga kebersihan diri, menghindari bahaya seperti kebakaran, berjalan dengan aman di jalan raya, atau mencari tempat berlindung saat hujan.

3). Tunagrahita Berat

Kelompok anak tunagrahita berat sering disebut sebagai idiot dan terbagi menjadi dua kategori: tunagrahita berat dan tunagrahita sangat berat.

Anak tunagrahita berat (severe) memiliki IQ antara 32-20 menurut Skala Binet dan 39-25 berdasarkan Skala Weschler (WISC). Sementara itu, anak tunagrahita sangat berat (profound) memiliki IQ di bawah 19 pada Skala Binet dan di bawah 24 pada Skala Weschler (WISC).

Kemampuan mental (MA) maksimal yang dapat dicapai oleh kelompok ini setara dengan anak di bawah usia tiga tahun. Anak-anak dalam kategori ini memerlukan bantuan penuh dalam kegiatan sehari-hari seperti berpakaian, mandi, makan, dan

sebagainya. Mereka juga membutuhkan perlindungan dari bahaya sepanjang hidupnya.

b) Karakteristik Anak Tunagrahita

Menurut Lubna ada beberapa karakteristik umum anak tunagrahita sebagai berikut²¹:

1).Intelektual

Pada umumnya, tingkat kecerdasan anak tunagrahita selalu berada di bawah rata-rata dibandingkan dengan anak seusianya. Perkembangan kemampuan intelektual mereka juga sangat terbatas. Mereka hanya dapat mencapai usia mental yang setara dengan anak Sekolah Dasar kelas IV atau kelas II, bahkan ada yang hanya mencapai usia mental anak pra sekolah. Dalam proses belajar, mereka kesulitan memahami konsep, terutama yang bersifat abstrak. Cara belajar mereka cenderung bersifat menghafal

²¹ Lubna, *Pendidikan Inklusi* (Mataram: Sanabil, 2021), h.51

atau membeo (rote learning) daripada memahami secara mendalam.

2).Segi sosial

Dalam aspek kemampuan sosial, mereka juga mengalami keterlambatan dibandingkan dengan anak-anak normal seusianya. Hal ini terlihat dari ketidakmampuan mereka dalam bergaul, mengurus diri, memelihara, dan memimpin diri sendiri. Saat masih anak-anak, mereka memerlukan bantuan terus-menerus, seperti disuapi makanan, dipakaikan dan dilepaskan pakaian, serta diawasi secara intensif. Ketika dewasa, kebutuhan ekonomi mereka sangat bergantung pada dukungan orang lain.

C. Konseling Berkebutuhan Khusus

Menurut Dewa Ketut yang dikutip oleh buku Abdillah mengatakan bahwa konseling adalah bentuk bantuan yang diberikan kepada klien secara langsung untuk membantu mereka menyelesaikan masalah dengan pendekatan yang

sesuai dengan kondisi yang dialami, sehingga dapat mencapai kesejahteraan hidup.²² saat melakukan proses konseling seorang konselor harus mengetahui secara baik keadaan klien karena banyaknya jenis klien yang berbeda-beda terutama pada anak berkebutuhan khusus. Hal ini sejalan dengan pendapat Asroful yang menjelaskan bahwa konseling adalah bentuk bantuan yang diberikan oleh tenaga profesional (konselor) kepada konseli untuk memecahkan masalah.²³

Konseling berkebutuhan khusus diartikan sebagai pemberian layanan khusus kepada individu atau kelompok yang memerlukan perhatian dan perlakuan khusus. Dalam proses konseling konselor dapat menggunakan teknik-teknik yang lebih menyesuaikan dengan proporsi yang berbeda

²² Abdillah Henni Syafriana Nasution, *Bimbingan Dan Konseling. Konsep,Teori,Dan Aplikasinya* (Medan: Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia (LPPPI), 2018).h.6

²³ Asroful Kadafi, *Konselor Sebagai Penolong Profesional Pedoman Untuk Menjadi Penolong Profesional* (Jawa Timur: Unipma Press Universitas PGRI Maduin, 2021).h.5

dibandingkan layanan konseling bagi anak-anak pada umumnya²⁴.

Agar anak berkebutuhan khusus dapat menemukan jati diri dan berkembang menjadi pribadi yang lebih baik, konselor bersama orang tua atau wali memiliki tujuan dan harapan kepada anak berkebutuhan khusus. Dalam pemberian layanan konseling seorang konselor sebaik mungkin menerapkan ilmu, pengalaman, pengetahuan yang ada. Dalam melakukan konseling seorang konselor dapat menggunakan beberapa jenis layanan untuk diberikan kepada anak berkebutuhan khusus, diantaranya sebagai berikut:²⁵

1. Layanan Bimbingan Akademik

Layanan bimbingan akademik adalah dukungan yang diberikan untuk membantu anak dalam aspek akademik.

Meskipun anak berkebutuhan khusus (ABK) memiliki keterbatasan, kebutuhan akademik tetap menjadi hal yang

²⁴ Endang Pudjiastuti Sartinah, Sujarwanto., *Bimbingan Dan Knseling Anak Berkebutuhan Khusus* (Surabaya: CV.Jakad Media Publishing, 2021).h.15

²⁵ Rahmat Hidayat et al, "Konseling Berkebutuhan Khusus," *Sultra Educational Journal (Seduj)* 3, no. 3 (2023): 83–89, <https://jurnal-unsultra.ac.id/index.php/seduj/article/view/538/321>.

penting bagi mereka. Bentuk layanan ini mencakup penyediaan fasilitas pendidikan di Sekolah Luar Biasa (SLB), sekolah khusus untuk anak autis, kursus singkat, les privat, serta kegiatan akademik lainnya yang bertujuan mendukung proses belajar dan meningkatkan intelegensi mereka.

2. Layanan Bimbingan Sosial Pribadi

Layanan bimbingan sosial pribadi merupakan program yang memberikan tantangan serta pelatihan bagi anak berkebutuhan khusus agar mereka dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan dan membangun kemandirian. Layanan ini membantu anak dalam mengembangkan keterampilan beradaptasi di lingkungan baru, sehingga mereka dapat lebih percaya diri dalam berinteraksi dengan orang lain.

3. Layanan Bimbingan Karier

Layanan bimbingan karier bertujuan membantu anak berkebutuhan khusus dalam merencanakan masa depan mereka. Bimbingan ini mencakup perencanaan jangka

pendek maupun jangka panjang, baik yang bersifat ringan maupun menantang. Selain itu, anak juga diajarkan untuk memiliki impian dan cita-cita, yang dapat memberikan motivasi serta makna dalam hidup mereka. Dengan adanya harapan, mereka akan berusaha mencapai tujuan secara sportif dan dengan cara yang positif.

