

KONSELING KELOMPOK UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA ORANG TUA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS

Baiq Ade Septa Iswarindi¹, Rahma Widyana²

Program Studi Magister Psikologi Profesi Fakultas Psikologi

Email: ¹ baiqadesepta@gmail.com, rahma@mercubuana-yogya.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok untuk menurunkan kecemasan pada orang tua anak berkebutuhan khusus. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pretest-posttest control group design* yang melibatkan 2 kelompok subjek yang dipilih secara random dan diukur sebanyak tiga kali (pretest, posttest, follow up dalam 14 hari setelah perlakuan). Subjek penelitian ini sebanyak 10 orang tua anak berkebutuhan khusus yang berada dalam kategori kecemasan ringan hingga berat. Subjek dibagi menjadi 2 kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan konseling kelompok selama 3 sesi. Alat ukur yang digunakan untuk melihat skor kecemasan adalah HARS (*Hamilton Rating Scale for Anxiety*). Teknik analisis yang digunakan menggunakan *Wilcoxon* dan *Mann Whitney*. Hasil analisis yang diperoleh *Mann Whitney* untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diperoleh hasil pada proses follow up diperoleh $Z = 2.530$ dengan $p = 0.008 < 0.050$ yang artinya tingkat kecemasan kelompok eksperimen setelah diberi konseling kelompok lebih rendah dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak diberi konseling kelompok. Sedangkan, hasil *Wilcoxon* untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian konseling kelompok pada kelompok eksperimen $Z = 2.060$ dengan $p = 0.039 < 0.050$ menunjukkan adanya penurunan kecemasan sebelum dan sesudah konseling kelompok, begitu juga setelah 14 hari pemberian konseling kelompok didapatkan hasil $Z = 2.121$ dengan $p = 0.34 < 0.050$ menunjukkan penurunan kembali tingkat kecemasan setelah 14 hari. Penelitian ini menunjukkan bahwa konseling kelompok sebagai salah satu cara untuk menurunkan kecemasan orang tua pada anak berkebutuhan khusus.

Kata kunci: Konseling kelompok, kecemasan, orang tua anak berkebutuhan khusus.

GROUPS TO REDUCE ANXIETY IN PARENTS OF CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS

Baiq Ade Septa Iswarindi¹, Rahma Widyana²
Master of Professional Psychology Study Program, Faculty of
Psychology Email: ¹ baikadesepta@gmail.com, rahma@mercubuana-yogya.ac.id

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of group counseling to reduce anxiety in parents of children with special needs. The method used in this study was a pretest-posttest control group design involving 2 groups of subjects selected at random and measured three times (pretest, posttest, follow-up within 14 days after treatment). The subjects of this study were 10 parents of children with special needs who were in the category of mild/ low to severe anxiety. The subjects were divided into 2 experimental groups and control groups. The experimental group was given group-counseling treatment for 3 sessions. The measuring instrument used to measure anxiety scores is HARS (Hamilton Rating Scale for Anxiety). The analytical technique used is *Wilcoxon* and *Mann Whitney*. The results of the analysis obtained by *Mann Whitney* to find out the difference in anxiety levels between the experimental group and the control group, the results obtained in the follow-up process were $Z = 2,530$ with $p = 0.008 < 0.050$, which means that the anxiety level of the experimental group after being given group counseling was lower than the control group that was not given group counseling. While the results of *Wilcoxon* to determine the difference in anxiety levels before and after group counseling in the experimental group $Z = 2.060$ with $p = 0.039 < 0.050$. It reveals a decrease in anxiety before and after group counseling, as well as after 14 days of group counseling the results obtained $Z = 2.121$ with $p = 0.34 < 0.050$ indicating a decrease in anxiety levels after 14 days. This study shows that group counseling is one way to reduce parental anxiety in children with special needs.

Keywords: Group counseling, anxiety, parents of children with special needs.