



**PSIKOEDUKASI PARENTING: PENTINGNYA PENERIMAAN DIRI IBU
PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS (ABK)**

***PARENTING PSYCHOEDUCATION: THE IMPORTANCE OF MATERNAL SELF-
ACCEPTANCE IN CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS (ABK)***

Raihana^{1*}, Dian Tri Utami², Ary Antony Putra³, Rivaloni Evelin⁴, Salma Putri Khairani⁵

^{1*2,3,4,5} Universitas Islam Riau, Pekanbaru

^{1*}raihana@fis.uir.ac.id ²diantriutami@fis.uir.ac.id

Article History:

Received: February 17th, 2025

Revised: April 10th, 2025

Published: April 15th, 2025

Abstract: *Often parents who have children with special needs experience significant physical and mental stress. This burden causes an emotional response in parents, especially in the crucial early stages, which requires parents to adjust to a different role because they have a child who requires special attention. Parental support, especially mothers, is a crucial factor in the medical assistance and recovery process of children with special needs. The purpose of this PkM is to help partners in increasing the self-acceptance of mothers and helping the welfare of children with special needs by mothers knowing the potential of their children and giving appreciation to children when in the home environment. The method used in this PkM uses service learning (SL) methodology. This method involves academics in providing services to the community as part of learning, the community in question is the parents of SLB Kasih Ibu students in grade 1 SD totaling 16 people. The results of this PkM implementation show that mothers who have children with special needs are very happy and enthusiastic about this material, as evidenced by the many questions the team received during the PkM implementation.*

Keywords: *Keywords: Self-acceptance, mothers, children with special needs.*

Abstrak

Seringkali orang tua yang mempunyai anak berkebutuhan khusus mengalami tekanan baik secara fisik maupun mental yang signifikan. Beban ini menimbulkan respon emosional dalam diri orang tua, terutama pada tahap-tahap awal yang sangat krusial, sehingga menuntut orang tua untuk menyesuaikan diri dengan peran yang berbeda karena memiliki anak yang memerlukan perhatian khusus. Dukungan orang tua khususnya ibu menjadi faktor krusial dalam bantuan medis dan proses kesembuhan anak yang memiliki kebutuhan khusus. Tujuan PkM ini untuk membantu mitra dalam meningkatkan penerimaan diri para ibu dan membantu mensejahterakan anak berkebutuhan khusus dengan cara ibu mengetahui potensi yang dimiliki anak serta memberikan apresiasi kepada anak ketika di lingkungan rumah. Adapun metode yang digunakan dalam PkM ini menggunakan metodologi *service learning* (SL). Metode ini melibatkan akademisi dalam memberikan pelayanan kepada masyarakat sebagai bagian dari pembelajaran, masyarakat yang dimaksud

adalah orang tua siswa SLB Kasih Ibu kelas 1 SD yang berjumlah 16 orang. Hasil pelaksanaan PkM ini menunjukkan bahwa ibu-ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus sangat senang dan antusias terhadap materi ini, terbukti dari banyaknya pertanyaan yang tim terima ketika pelaksanaan PkM.

Kata Kunci: Penerimaan diri, Ibu, anak berkebutuhan khusus.

PENDAHULUAN

Di Indonesia jumlah anak berkebutuhan khusus berusia 5-19 tahun mencapai 2 juta jiwa pada tahun 2021. Jumlah ini menjadikan Indonesia yang terbesar keempat di dunia, jika kita merujuk pada data tersebut maka jumlah orang tua dengan anak berkebutuhan khusus di Indonesia tidak jauh dari jumlah ABK tersebut.

Memiliki seorang anak dengan kelainan perkembangan bisa menjadi beban bagi orang tua dalam ranah keluarga. Menyita lebih banyak waktu dan perhatian bagi seorang anak, peran keluarga memegang peranan yang sangat penting dalam memengaruhi kehidupan anak, terutama pada tahap-tahap awal yang sangat krusial. Jika orang tua tidak mampu mengelola emosi negatif secara efektif, konsekuensinya dapat berdampak pada anak. Dukungan orang tua menjadi faktor krusial dalam bantuan medis dan proses kesembuhan anak yang memiliki kebutuhan khusus (Miranda, 2013). Pemikiran bahwa memiliki anak merupakan anugerah dalam struktur keluarga merupakan norma yang diterima secara luas, terutama di Indonesia. Bagi suami istri, kehadiran anak dianggap sebagai tambahan bagi kebahagiaan keluarga (Ali, M, Gazadinda, R, & Rahma, N., 2020). Kehadiran anak sering dianggap sebagai faktor yang mampu meningkatkan harmoni dalam kehidupan berkeluarga karena dianggap sebagai jaminan kelanjutan generasi mendatang. (Adnan, 2020)

Seringkali orang tua yang mempunyai anak berkebutuhan khusus mengalami tekanan baik secara fisik maupun mental yang signifikan. Beban ini menimbulkan respon emosional dalam diri orang tua menuntut mereka untuk menyesuaikan diri dengan peran yang berbeda karena memiliki anak yang memerlukan perhatian khusus (Miranda dalam Muttaqin, et al 2024). Kelahiran anak dengan disabilitas dapat menyebabkan kesedihan bagi orang tua. Pada awal-awal diagnosa sampai kelahiran anak, orang tua tidak siap menerima situasi ini, terutama karena alasan-alasan tertentu seperti rasa malu. Sehingga orang tua tidak memperlakukan anak dengan baik. Kondisi ini memerlukan perhatian ekstra dari orang tua dan anggota keluarga lainnya (Jesslin, J & Kurniawati, F., 2020).

Pada banyak kasus orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK) pada akhirnya bisa menerima keadaan anak mereka, meskipun perjalanan menuju penerimaan tersebut melibatkan beberapa tahap. Proses untuk dapat menerima keadaan diri sebagai ibu dari anak berkebutuhan khusus merupakan proses yang sulit. Setiap ibu memiliki proses dan cara yang berbeda untuk mencapai tahapan tersebut, mulai dari tidak percaya, shock, sedih, kecewa, hingga menolak. Proses penerimaan terhadap situasi ini tidaklah mudah, dan seringkali orang tua membutuhkan waktu untuk merenung dan mencari tindakan yang tepat. Beberapa mungkin memilih untuk tidak

membicarakan masalah ini kepada orang lain, kecuali kepada dokter yang merawat anak tersebut, bahkan kepada teman, tetangga, dan keluarga dekat (Rachmayanti, S & Zulkaida, A., 2007). Tahap yang sulit bagi orang tua anak dengan kebutuhan khusus sebelum mereka akhirnya mencapai tahap penerimaan (Khoirunnisa, Aquino, Parestorian, & Kurniawan, 2023)

Penerimaan ini tidak mudah karena orang tua biasanya berharap agar anak mereka lahir dalam keadaan normal seperti anak-anak pada umumnya. Mereka berharap anak mereka tumbuh menjadi individu yang sehat secara fisik dan mental, memiliki keterampilan, bersifat menyenangkan, cerdas, dan mampu menjadi generasi penerus keluarga (Sang, M. E. L, Junias, M. S, & Anakaka, D. L., 2022)

Tujuan PkM ini untuk membantu mitra dalam meningkatkan penerimaan diri para orang tua dan membantu mensejahterakan anak berkebutuhan khusus dengan cara orangtua mengetahui potensi yang dimiliki anak serta memberikan apresiasi kepada anak ketika di lingkungan rumah. Pengabdian ini dilaksanakan dengan metode *partisipatif learning*, para orang tua diberikan kesempatan untuk bertanya dan memberikan masukan pada psikoedukasi yang dilakukan. Pengabdian ini bekerjasama dengan SLB Mitra Kasih Ibu, yang terletak di jalan Kartama Pekanbaru. Peserta pengabdian adalah para orang tua khususnya ibu dari siswa di SLB Mitra Kasih Ibu kelas 1 SD yang berjumlah 20 orang dst.

METODE

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah menggunakan metode *service learning* (SL). Metode SL adalah pendekatan Pendidikan yang melibatkan akademisi dalam memberikan pelayanan kepada masyarakat sebagai bagian dari pembelajaran (Rusli, T. S, Boari, Y, & Amelia, D. A, 2024). Pengabdian ini didesain lebih menekankan partisipatif dari peserta pelatihan. Pengabdian masyarakat ini akan dilaksanakan di SDLB Kasih Ibu Pekanbaru.

Adapun peserta psikoedukasi parenting ini akan diikuti oleh 30 orang tua siswa kelas 1 & 2 di SDLB Kasih Ibu. Sedangkan tahap pelaksanaan pengabdian masyarakat ini di mulai dari:

1. Asesmen (tahap persiapan)

Pada tahap ini mitra sangat berperan penting karena dengan berdiskusi dan asesmen yang dilakukan mitra, tim pengabdian menjadi lebih memahami kebutuhan sekolah dan para wali murid. Asesmen dilakukan dengan tujuan untuk menggali permasalahan serta materi apa yang dibutuhkan oleh sekolah dan para wali murid di SDLB Kasih Ibu

2. Sosialisasi

Setelah hasil asesmen didapatkan, tim pengabdian melakukan sosialisasi kepada mitra untuk menyelenggarakan pelatihan. Selanjutnya mitra melakukan sosialisasi kepada orang tua siswa khususnya ibu untuk mengikuti pelatihan ini.

3. Pelaksanaan pelatihan.

Materi psikoedukasi yang akan disampaikan terdiri dari 2 sesi.

Pada sesi pertama tim pengabdian memberikan materi edukasi tentang anak berkebutuhan

khusus dan penerimaan ibu yang memiliki ABK kepada peserta. Sementara pada sesi ke 2 pemateri menyampaikan bagaimana menggali potensi anak berkebutuhan khusus, jika potensi ini bisa diketahui sejak dini akan menjadi sumber kesejahteraan baru bagi anak yang bisa diaprsesiasikan oleh orang tua di tengah Masyarakat.

4. Evaluasi kegiatan

Tahap ecaluasi dilakukan oleh tim pengabdian yaitu para peserta memberikan pemahamannya tentang pelatihan yang sudah diberikan dengan menyebarkan form lembar evaluasi kepada peserta dan peserta wajib mengisi form tersebut.

5. Tahap pembuatan laporan

Pembuatan laporan disesuaikan dengan hasil yang telah dicapai selama melakukan pengabdian. Dimana laporan berisi pemaparan proses pelaksanaan kegiatan dari awal sampai akhir.

HASIL

Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini merupakan salah satu bentuk usaha untuk memberikan informasi yang lebih luas kepada masyarakat dalam bentuk ilmu pengetahuan. Kegiatan PkM yang dilaksanakan ini telah memberikan nilai tambah bagi masyarakat terutama orang tua siswa khususnya ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Pelaksanaan Tindakan dan hasil yang dilakukan dalam PkM ini dapat diuraikan sebagai berikut:

a. Pelaksanaan Program

Pelaksanaan program dimulai dengan penyampaian materi yang terdiri dari 2 sesi. Pada sesi pertama tim pengabdian memberikan materi edukasi tentang anak berkebutuhan khusus dan penerimaan ibu yang memiliki ABK kepada peserta. Sementara pada sesi ke 2 pemateri menyampaikan bagaimana menggali potensi anak berkebutuhan khusus, jika potensi ini bisa diketahui sejak dini akan menjadi sumber kesejahteraan baru bagi anak yang bisa diaprsesiasikan oleh orang tua di tengah masyarakat.

Agar pelaksanaan program ini lebih menarik maka dilakukan sesi tanya jawab, ada beberapa pertanyaan yang diutarakan oleh ibu-ibu peserta program, namun secara keseluruhan ibu-ibu peserta program merasakan apa yang disampaikan dalam program ini sesuai dengan apa yang mereka alami selama ini. Pengetahuan ibu-ibu juga makin bertambah ketika pada materi kedua ibu-ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus mengetahui apa yang harus dilakukan untuk menggali potensi anak mereka yang mengalami kekurangan. Sehingga anak-anak tersebut bisa mendapatkan kesejahteraannya dengan potensi mereka sendiri.



Gambar 1: Dosen PIAUD FAI UIR sedang memberikan materi kepada ibu-ibu siswa SLB Kasih Ibu (Sumber: Foto Pribadi, 2025)

b. Evaluasi Program

Setiap kegiatan yang dilakukan harus di sertai dengan evaluasi. Evaluasi dilakukan untuk mengukur apakah pelaksanaan kegiatan atau program berhasil secara keseluruhan. Pada kegiatan ini tim PkM telah melakukan evaluasi, yaitu:

- 1) Target peserta sebanyak 20 orang tidak terpenuhi, pada pelaksanaan PkM ini peserta yang hadir hanya berjumlah 16 orang ada 4 orang ibu siswa SLB yang tidak hadir karena alasan pekerjaan, ini menjadi masukan bagi tim pengabdian karena program ini dilaksanakan di hari dan jam kerja. Sehingga tidak semua ibu bisa menghadirinya.
- 2) Ibu-ibu siswa SLB menginginkan program psikoedukasi parenting ini rutin dilaksanakan, agar pengetahuan mereka bertambah terkait pengasuhan anak berkebutuhan khusus.

Ibu-ibu siswa SLB mengungkapkan bahwa 2 materi yang disampaikan pada program PkM ini sangat sesuai dengan apa yang mereka alami. Langkah-langkah apa yang sudah mereka jalani ketika mengetahui anak mereka mengalami kekurangan dan bagaimana mereka menggali potensi diri anak-anak mereka yang berkebutuhan khusus.

PEMBAHASAN.

Pelaksanaan kegiatan psikoedukasi parenting dengan tema penerimaan diri ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus ini sangat bermanfaat untuk ibu-ibu siswa SLB Kasih Ibu, ketika sesi tanya jawab beberapa ibu mengungkapkan bahwa materi yang disampaikan berupa tahapan penerimaan diri ibu ketika mengetahui anak mereka mengalami kekurangan sangat sesuai, mereka jadi mengingat kembali seperti apa dulunya ketika mengetahui anak mereka di diagnosa mengalami kekurangan.

Ibu-ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus pada akhirnya menerima keberadaan anak mereka yang mengalami kekurangan dengan lapang dada, berikut beberapa tahapan penerimaan diri ibu menurut Ross (Santrock, 2014), yaitu:

1. Tahap penolakan (denial)

Pada tahap ini, perilaku pengingkaran atau menolaka menjadi ciri khas. Penyangkalan biasanya bersifat sementara dan dengan cepat berubah menjadi fase lain dalam menghadapi kenyataan.

2. Tahap kemarahan (*anger*)

Saat penyangkalan tidak lagi berlaku, langkah pertama berubah menjadi kemarahan, melampiaskan kemarahan pada segala sesuatu di sekitarnya.

3. Tahap tawar-menawar (*bargaining*)

Setelah fase kemarahan, dia akan berpikir dan merasa bahwa protesnya tidak ada gunanya.

4. Tahapan Depresi (*depression*)

Pada tahap ini, dia merasa sedih atau getir, mengesampingkan kemarahan dan sikap defensif, dan mulai menghadapi kehilangan secara konstruktif. Tingkat emosional kesedihan, ketidakberdayaan, keputusan, rasa bersalah, penyesalan yang mendalam, kesepian dan waktu menangis berguna di masa ini.

5. Tahap penerimaan (*acceptance*)

Seiring waktu berlalu, rasa sakit yang menyakitkan berkurang dan mulai dapat beradaptasi.

Selain para ibu-ibu siswa SLB Kasih Ibu ini sudah sepenuhnya menerima keberadaan anak-anak mereka, para ibu-ibu ini juga mulai fokus bagaimana mengembangkan potensi anaknya, dan melakukan yang terbaik agar anaknya lebih mandiri dan berguna saat dewasa nanti. Jika potensi ini bisa diketahui sejak dini akan menjadi sumber kesejahteraan baru bagi anak yang bisa diapresiasi oleh orang tua di tengah masyarakat. Potensi yang dimiliki oleh anak dapat berkembang dengan baik apabila ada dukungan dari orang tua (Haerunisa, 2021). Potensi anak masih menurut Haerunisa (Haerunisa, 2021) tidak hanya berwujud hal-hal yang bersifat intelektual saja, ada banyak potensi yang harus dikembangkan oleh orang tua sehingga anak mempunyai bekal yang cukup untuk mengembangkan dirinya.

KESIMPULAN.

Pelaksanaan PkM psikoedukasi parenting yang dilaksanakan di SLB Kasih Ibu ini telah dilaksanakan dengan memberikan edukasi berupa materi kepada ibu-ibu siswa SLB yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Kegiatan ini berjalan dengan lancar dan memberikan tambahan pengetahuan kepada ibu-ibu tersebut. Harapan tim pengabdian materi yang sudah di dapat bisa di implementasikan dalam pendampingan ibu pada anak-anak mereka yang memiliki kebutuhan khusus.

Adapun saran yang bisa diberikan kepada tim pengabdian masyarakat selanjutnya adalah dapat memberikan materi-materi tambahan lainnya yang dibutuhkan oleh para ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus sehingga dapat meningkatkan kemandirian anak dan kesejahteraan anak dimasa depan.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS.

Tim Pengabdian mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. DPPM Universitas Islam Riau yang telah memberikan dukungan dan kesempatan kepada tim pengabdian kepada masyarakat prodi PIAUD FAI UIR.
2. Seluruh ibu-ibu siswa kelas 1 SD SLB Kasih Ibu, semoga ilmu yang didapat memberikan manfaat besar dan dapat diaplikasikan di kepada anak-anak mereka.

DAFTAR REFERENSI

- Adnan, M. (2020). Mengenal Pola Asuh Orang Tua Dalam Pembentukan Akhlak Anak. *CENDEKIA: Jurnal Studi Keislaman*, 5(2).
- Ali, M, Gazadinda, R, & Rahma, N. (2020). Hubungan antara persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada orang tua anak berkebutuhan khusus. *JPPP-Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 9(2), 102–110.
- Haerunisa. (2021). *Pengembangan Potensi Anak Berkebutuhan Khusus (Tunanetra) Melalui Metode Bimbingan Kelompok Di Sekolah Luar Biasa Negeri 1 Dompu Tahun 2021*. Mataram: Universitas Islam Negeri Mataram.
- Jesslin, J, & Kurniawati, F. (2020). Perspektif Orangtua terhadap Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Inklusif. *JPI: Jurnal Pendidikan Inklusi*, 3(2), 72.
- Khoirunnisa, K., Aquino, A., Parestorian, P. H., & Kurniawan, K. (2023). Strategi Coping Stres Orang Tua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus: A Scoping Review. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(1), 110–120.
- Miranda, D. (2013). Strategi Coping dan Kelelahan Emosional (Emotional Exhaustion) Pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1 (2), 64–71.
- Rachmayanti, S, & Zulkaida, A. (2007). Penerimaan diri orangtua terhadap anak autisme dan peranannya dalam terapi autisme. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 7–17.
- Rusli, T. S, Boari, Y, & Amelia, D. A. (2024). *Pengantar Metodologi Pengabdian Masyarakat*. Pidie: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Sang, M. E. L, Junias, M. S, & Anakaka, D. L. (2022). Self-Acceptance in Stay at Home and Orphanage Teens. *Journal of Health and Behavioral Science*, 4(3), 411–421.
- Santrock, J. (2014). *Essentials of Life-Span Development. (3rd.ed)*. New York: McGraw-Hill Education.