



This is an open article under the  
CC-BY-SA license

## EDUKASI DAN PENDAMPINGAN IBU DENGAN ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SLB N I PADANG

Mutiara Anissa<sup>1</sup>, Resti Rahmadika Akbar<sup>2</sup>, Anita Darmayanti<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah, Padang

Email: mutiaraanissa@fk.unbrah.ac.id<sup>1\*</sup>

Submitted : 01 September 2023

Accepted : 12 Januari 2024

Published : 30 April 2024

**Abstrak** Anak berkebutuhan khusus (ABK) adalah anak yang memiliki keluarbiasaannya atau keterbatasan baik secara mental-intelektual, fisik, emosional maupun sosial yang dapat mempengaruhi proses perkembangan dan pertumbuhannya dibandingkan dengan anak-anak lain yang seumuran dengannya. Setiap ABK memiliki kemampuan dan potensi yang berbeda walaupun dengan keterbatasan yang mereka miliki. Dalam mengembangkan kemampuan dan potensi anak berkebutuhan khusus maka perlu diperlukan keluarga atau orang tua yang memberikan dukungan utama dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Mitra merupakan Sekolah Luar Biasa Negeri 1 Padang dengan jumlah siswa berkebutuhan khusus cukup banyak. Permasalahan yang dihadapi mitra adalah adanya orangtua yang belum bisa menerima kondisi anaknya dan orangtua yang masih belum memahami keterbatasan dari anaknya sehingga solusi yang dibutuhkan adalah kebutuhan informasi dan emosional. Pada kegiatan ini diperoleh hampir sebagian peserta mengalami keluhan mudah menjadi takut, merasa cemas, tegang dan khawatir serta tidak mampu berperan dalam kehidupan. Sekitar 37,5% peserta mengalami keluhan fisik seperti sakit kepala, kehilangan nafsu makan, gangguan pencernaan. Edukasi yang diberikan meliputi kebutuhan untuk informasi dan dukungan emosional. Dukungan informasi meliputi pemberian informasi mengenai gangguan yang termasuk dalam kategori ABK, gejala dan tatalaksana yang diberikan pada ABK serta sikap orangtua dalam menghadapi ABK. Dukungan emosional berupa pengenalan gejala stress dan manajemen stress.

Kata kunci: ABK, ibu, stres

### 1. PENDAHULUAN

Lima tahun pertama kehidupan umumnya dikenal sebagai masa kanak-kanak awal. Hal ini merupakan bagian penting dalam kehidupan karena pertumbuhan dan perkembangan utama seorang anak, terutama perkembangan otak. Meskipun angka kematian anak

balita menurun di negara berpendapatan rendah dan menengah, kecacatan pada anak usia dini masih terus meningkat. Sekitar 200 juta anak balita di negara berkembang gagal mencapai potensi perkembangannya karena kemiskinan, kekurangan gizi, dan kesehatan yang

buruk. Kehilangan penglihatan, gangguan pendengaran, penyakit neonatal, kelahiran prematur, dan infeksi merupakan penyebab utama disabilitas perkembangan balita (Rani, Id, & Khan, 2021).

Anak berkebutuhan khusus (ABK) adalah anak yang memiliki keluarbiasaan atau keterbatasan baik secara mental-intelektual, fisik, emosional maupun sosial yang dapat mempengaruhi proses perkembangan dan pertumbuhannya dibandingkan dengan anak-anak lain yang seusia dengannya. Anak yang tergolong dalam ABK adalah anak dengan tunanetra, tunarungu, tunawicara, tunagrahita, tunadaksa, tunalaras, tunaganda, kesulitan belajar, lamban belajar, gangguan spektrum autisme, memiliki gangguan motorik, menjadi korban penyalahgunaan narkoba dan memiliki kelainan lainnya (S. Lestari, Yani, & Nurhidayah, 2018). Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik dalam Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas BPS), pada tahun 2019 tercatat jumlah anak di Indonesia mencapai 84,4 juta anak dan 0,79% diantaranya adalah ABK. (Biro Hukum Dan Humas And Perempuan, Kementerian Pemberdayaan anak, 2021).

Setiap ABK, memiliki hak untuk tumbuh dan berkembang, hak mendapatkan pendidikan, kasih sayang, dan penghidupan yang layak. Mereka memiliki kemampuan dan potensi yang berbeda walaupun dengan keterbatasan yang mereka miliki. Orang tua memiliki peran utama dalam mengembangkan kemampuan ABK. Orang tua memerlukan pengetahuan tentang penanganan anak mereka, karena setiap anak berkebutuhan khusus memiliki permasalahan yang berbeda. (S. Lestari et al., 2018)

Ibu berperan penting pada ABK baik dalam pengembangan, kesejahteraan dan kualitas hidup anak. Ibu memiliki peran sentral dalam memberikan dukungan fisik, mental, emosional dan sosial yang diperlukan untuk membantu ABK berkembang secara optimal. Ibu seringkali menjadi pengasuh utama yang berperan dalam memenuhi kebutuhan anak, mengatasi tantangan, dan membangun koneksi emosional yang kuat (Papadopoulos, 2021).

Penelitian menunjukkan bahwa ibu dan ayah memiliki peran yang berbeda secara signifikan dalam keluarga, terutama keluarga yang memiliki anak dengan ABK. Para ayah

menghadapi tantangan pekerjaan, menyeimbangkan kehidupan keluarga dan memenuhi kebutuhan sehingga ayah memiliki keterbatasan dalam konteks sekolah atau terapi (Bourke-taylor et al., 2022).

Orang tua dari anak dengan kebutuhan khusus dapat mengalami peningkatan tantangan pengasuhan dibandingkan dengan orang tua dari anak-anak yang tidak memiliki kebutuhan tersebut, termasuk peningkatan biaya terkait medis, tantangan dalam perawatan anak, dan terbatasnya kesempatan kerja (Fairfax et al., 2019). Tantangan ini dikombinasikan dengan tanggung jawab langsung orang tua dalam layanan kesehatan, dapat meningkatkan dampak pengasuhan terhadap orang tua yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus. Menurut pemaparan dari keluarga yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus, perawatan terhadap anak menjadi hal yang menyita waktu dan perhatian. Orang tua yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus sangat mungkin mengalami kesulitan dalam mengelola stres. (P. D. A. Lestari & Ediati, 2021; Suwoto, 2023)

Tekanan yang dialami orang tua akibat mengasuh anak disebut dengan

stres pengasuhan. Stres pengasuhan adalah kondisi aversif psikologis dan reaksi fisiologis yang muncul dikarenakan serangkaian situasi penuh tekanan pengasuhan oleh orang tua. Kondisi ini dirasakan oleh ibu seiring dengan meningkatnya tuntutan pengasuhan yang melebihi sumber daya yang dimiliki untuk mengurus anak mereka (Suwoto, 2023).

Orang yang paling banyak menanggung beban akibat kekurangan ini yaitu orangtua serta keluarga dari anak tersebut. Anak dengan kebutuhan khusus menimbulkan dampak pada orangtua seperti rasa bersalah, berdosa, kurang percaya diri, terkejut/tidak percaya, malu, dan over protective. Orangtua yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus mengalami perasaan sedih, menolak, depresi, malu, marah, dan menerima keadaan anaknya. (Rhidenour, McCormack, & Holder, 2022)

Bukan hanya orangtua, saudara dari anak berkebutuhan khusus juga berjuang dengan perasaan yang sulit seperti ketakutan, kemarahan, cemburu, rasa bersalah, malu, kesepian, kebingungan, dan tertekan. (Rhidenour et al., 2022)

Berbagai hambatan dan kesulitan dalam perkembangan ABK serta pengalaman orangtua dengan ABK yang telah dipaparkan di atas, menunjukkan bahwa orangtua melalui proses yang tidak mudah dalam menerima keadaan dan kondisi anaknya. Orangtua mengalami berbagai macam emosi, memiliki sudut pandang sendiri, serta berpengaruh pada perilaku yang ditunjukkan oleh orangtua dengan ABK tersebut. (Rhidenour et al., 2022)

Berdasarkan wawancara penulis dengan Kepala Sekolah SLB N 1 Padang, masih ada orang tua yang belum bisa menerima kondisi anaknya. Ada juga orang tua yang belum memahami keterbatasan anaknya sehingga tetap menginginkan anaknya normal seperti anak lainnya. Hasil wawancara penulis dengan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, menunjukkan bahwa masih terdapat orangtua yang tidak memahami gangguan yang dimiliki anaknya, tidak mengizinkan anaknya untuk sekolah di SLB dan adanya anak berkebutuhan khusus dengan orangtua (ayah atau ibu) yang memiliki gangguan jiwa.

Menyikapi keadaan demikian, keluarga sebenarnya akan melakukan penyesuaian psikologis dengan situasi

yang dialami. Hal inilah yang melatarbelakangi ketertarikan untuk melakukan pengabdian dalam mengenai penyesuaian psikologis orangtua dengan ABK.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nurdiana Safitri di SLB N I Padang dan SLB YPPLB Padang diperoleh bahwa 71,6% ibu yang mempunyai ABK mengalami stres sedang. Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat. Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan mekanisme coping pada ibu dengan ABK sehingga mencegah atau meminimalkan terjadinya stress.

## 2. TINJAUAN PUSTAKA

Anak yang tidak mampu menjalani kehidupan normal karena kekurangan fisik dan mental disebut disabilitas dan kondisi ini dapat membatasi fungsi dalam berbagai cara. Hal ini terkait dengan penyakit, kelainan, atau kondisi terkait kesehatan lainnya, pembatasan partisipasi, dan pembatasan aktivitas dalam konteks lingkungan seseorang. Disabilitas dapat dikategorikan menjadi dua dimensi utama yaitu disabilitas fisik dan ketidakmampuan belajar. Terkadang, hal ini mungkin disebabkan oleh dua dimensi secara tumpang tindih.

Disabilitas fisik adalah suatu kondisi yang terutama mengurangi mobilitas individu, perawatan diri dan aktivitas kehidupan sehari-hari.

Ketidakmampuan belajar adalah suatu kondisi yang menyebabkan orang membutuhkan waktu lebih lama untuk belajar dan mungkin memerlukan bantuan untuk mengembangkan keterampilan baru dan berinteraksi dengan orang lain. Kesehatan fisik dapat menurun dengan cepat dan kematian dini dapat terjadi karena disabilitas pada masa kanak-kanak.

Jumlah anak penyandang disabilitas di dunia semakin meningkat dan menjadi beban global. Disabilitas masa kanak-kanak tidak hanya membatasi kondisi fisik, mental, sosial, dan ekonomi anak tetapi juga berdampak pada keluarga dan masyarakatnya. Untuk memberikan dukungan dan layanan yang diperlukan kepada anak-anak penyandang disabilitas, keluarga mereka memberikan banyak waktu dan upaya yang cenderung membuat mereka mengalami beban ekonomi, kehilangan pekerjaan, kesehatan psikologis dan fisik yang buruk, dan konsekuensi sosial yang negatif. Selain itu, anak-anak yang lahir di negara berpendapatan miskin memiliki risiko kecacatan yang lebih

tinggi karena buruknya layanan antenatal, buruknya layanan terkait kesehatan, dan kemiskinan. Hal ini menyebabkan anak-anak penyandang disabilitas, akan sulit untuk mendapatkan pendidikan berkualitas, bebas kemiskinan, bebas kelaparan dan kesehatan serta kesejahteraan yang baik untuk semua anak termasuk penyandang disabilitas pada tahun 2030. (Rani et al., 2021)

Prevalensi disabilitas perkembangan pada anak balita bervariasi dari satu daerah ke daerah lain. Pada tahun 2016, secara global terdapat 52,9 juta anak balita yang mengalami disabilitas perkembangan dan angka prevalensinya sebesar 8,4%. Di antara mereka, 95% tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Jumlah kasus disabilitas perkembangan pada balita tertinggi dilaporkan di kawasan Asia Selatan (15,0 juta) dan terendah di kawasan Oseania (0,11 juta). Afrika Sub-Sahara juga terkena dampak parah dari masalah ini. (Rani et al., 2021)

Orang tua dari anak dengan kebutuhan khusus dapat mengalami peningkatan tantangan pengasuhan dibandingkan dengan orang tua dari anak-anak yang tidak memiliki kebutuhan tersebut, termasuk

peningkatan biaya terkait medis, tantangan dalam perawatan anak, dan terbatasnya kesempatan kerja.(Fairfax et al., 2019)

Tantangan ini dikombinasikan dengan tanggung jawab langsung orang tua dalam layanan kesehatan, dapat meningkatkan dampak pengasuhan terhadap orang tua yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus. Bukti menunjukkan bahwa tantangan yang dialami oleh pengasuh anak dengan kebutuhan khusus dapat mempengaruhi kesehatan pengasuh secara keseluruhan. Misalnya, sebuah penelitian di Kanada menemukan bahwa pengasuh anak-anak dengan kebutuhan khusus memiliki kemungkinan dua kali lebih besar untuk mengalami gejala depresi, keterbatasan fisik, dan masalah kesehatan kronis dibandingkan dengan pengasuh anak-anak yang sehat. Ketika kesehatan pengasuh anak-anak dengan kebutuhan khusus diperiksa selama 10 tahun, kesehatan pengasuh yang dilaporkan sendiri lebih buruk dikaitkan dengan kebutuhan kesehatan anak selama 10 tahun tersebut. Selain itu, pengasuh anak-anak dengan kebutuhan khusus yang parah melaporkan kesehatan umum yang lebih buruk dibandingkan dengan pengasuh anak-anak dengan masalah

kesehatan yang tidak terlalu parah, yang, pada gilirannya, melaporkan kesehatan yang lebih buruk dibandingkan dengan pengasuh anak-anak yang sehat. Temuan dari penelitian ini mendukung gagasan bahwa kesehatan pengasuh dikaitkan dengan kompleksitas peran pengasuh. Kompleksitas pengasuhan bagi orang tua yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus dapat dipandang sebagai konsep multifaset yang mencakup dampak keparahan klinis atau medis dari masalah anak serta implikasi sosial, waktu, dan ekonomi dari pengasuhan, yang mungkin berbeda-beda tergantung pada kondisi anak. terhadap keadaan anak, orang tua, keluarga, dan lingkungan.(Fairfax et al., 2019)

Menurut pemaparan dari keluarga yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus, perawatan terhadap menjadi hal yang menyita waktu dan perhatian. Orang tua yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus sangat mungkin mengalami kesulitan dalam mengelola stres.(P. D. A. Lestari & Edianti, 2021; Suwoto, 2023)

Stres yang terjadi pada orang tua karena mengasuh anak disebut dengan stres pengasuhan atau parenting stress. Stres pengasuhan merupakan merupakan tekanan psikologis yang dialami oleh

# HUMANISM

## JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT

<http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/HMN>

orang tua sambil berusaha memenuhi tuntutan peran pengasuhan. Faktor yang berperan menimbulkan stres sebagai orang tua dapat dikategorikan menjadi 3 domain. Stres pada domain anak mengacu pada temperamen dan karakteristik perilaku anak, seperti mudah tersinggung dan ketidak patuhan. Stressor dalam domain orang tua melibatkan aspek komponen fungsi orangtua dan kepribadian, seperti perasaan bersalah, depresi, dan rasa rendahnya kompetensi dalam peran orang tua. Stres dalam domain hubungan orang tua-anak mengacu pada interaksi negatif antara orang tua dan anak, seperti konflik dan ketidakpuasan orangtua dengan interaksi ini. Tingkat stres yang tinggi dalam mengasuh anak telah dikaitkan dengan dampak yang tidak diinginkan seperti depresi dan kecemasan pada anak, perilaku maladaptif anak, dan gangguan perkembangan kognitif. Meningkatnya stres dalam mengasuh anak juga dapat mendorong orang tua untuk melakukan praktik pengasuhan yang maladaptif. Dalam kasus kondisi kronis, stres pengasuhan dapat mengganggu pengelolaan penyakit anak. Penting untuk mengetahui tingkat stres pengasuhan pada keluarga yang

memiliki anak dengan kondisi kronis dan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang dapat meningkat atau menurun tingkat stres ini. (Pinquart, 2018; Suwoto, 2023)

Karakteristik orang tua tertentu dapat menimbulkan parenting stress, misalnya mudah mengalami gangguan depresi, kedekatan terhadap anak, kesulitan dalam menjalankan peran orangtua, merasa tidak kompeten, terisolasi sosial, hubungan dengan pasangan yang kurang harmonis, dan kesehatan yang buruk. Sebaliknya karakteristik anak juga dapat menimbulkan stres pengasuhan, misalnya kondisi kesehatan anak, masalah perkembangan anak, kemampuan adaptasi, emosi serta perilaku anak. (Suwoto, 2023)

Sebagian anak memang terlahir dalam keadaan yang kurang sempurna. Secara fisik, psikologis, kognitif, atau sosial mereka terhambat dalam mencapai tujuan atau kebutuhan dan potensi secara maksimal. Mereka yang disebut dengan anak berkebutuhan khusus ini berbeda dengan kebanyakan anak karena mereka memiliki kekurangan seperti keterbelakangan mental, kesulitan belajar, gangguan emosional, keterbatasan fisik, gangguan bicara dan

bahasa, kerusakan pendengaran, kerusakan penglihatan, ataupun memiliki bakat khusus. Oleh karena itu mereka membutuhkan pendidikan khusus dan pelayanan terkait untuk mengembangkan segenap potensi yang dimiliki. (Rhidenour et al., 2022)

Sebagaimana telah disampaikan di atas bahwa orang yang paling banyak menanggung beban akibat kekurangan ini yaitu orangtua serta keluarga dari anak tersebut. Anak dengan kebutuhan khusus menimbulkan dampak pada orangtua seperti rasa bersalah, berdosa, kurang percaya diri, terkejut/tidak percaya, malu, dan over protective. Orangtua yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus mengalami perasaan sedih, menolak, depresi, malu, marah, dan menerima keadaan anaknya. (Rhidenour et al., 2022)

Reaksi awal orangtua saat mengetahui anaknya termasuk ABK adalah mengalami perasaan terkejut, tidak dapat menerima keadaan anaknya, menyalahkan diri sendiri, dan menghindar dari kenyataan yang menimpa anaknya. Respon selanjutnya adalah munculnya rasa sedih, kecewa, dan marah. Pada saat itu, mereka sering menyalahkan diri sendiri dan tidak menerima kenyataan. Orangtua sering

mengajukan pertanyaan yang mengekspresikan kekecewaan, kemarahan, dan kesedihan. Reaksi mereka selanjutnya adalah mulai menerima keterbatasan anak dan menyesuaikan diri dengan keadaan anak. Namun proses penerimaan dan penyesuaian diri tersebut dapat memakan waktu yang cukup lama dan mungkin mengalami pasang surut dalam prosesnya. (Rhidenour et al., 2022)

Berdasarkan studi yang dilakukan terhadap ibu dan ayah dengan anak berkebutuhan khusus mengatakan bahwa perasaan yang muncul saat pertama kali mengetahui anaknya mengalami disabilitas adalah terkejut, sedih, dan bertanya-tanya pada dirinya sendiri mengapa Tuhan memberinya cobaan yang berat. Ibu tersebut juga berpikir apa kesalahan yang pernah dilakukannya hingga anaknya mengalami ini. Selama beberapa bulan ibu tersebut terlarut dalam perasaan sedih. Perasaan yang muncul pada seorang ayah saat pertama kali mengetahui bahwa anaknya mengalami disabilitas yaitu terkejut, sedih, dan bertanya-tanya mengapa dirinya diberikan anak dengan kebutuhan khusus. (Rhidenour et al., 2022)

Peran orangtua sangat dibutuhkan sebagai penopang anak berkebutuhan khusus. Masalah yang harus dihadapi oleh orangtua dengan anak berkebutuhan khusus antara lain terkait dengan mengkomunikasikan keadaan anak pada anggota keluarga lainnya, mengatur pengeluaran keluarga, memperlakukan ABK dan memberinya pengajaran yang baik sehingga ABK dapat tumbuh dengan mandiri serta menjadi lebih baik. ABK membutuhkan waktu, perhatian, biaya, usaha, dan kesabaran yang lebih dari orang tua, juga memerlukan banyak bantuan dari orang tuanya dalam berbagai hal termasuk kegiatan sehari-hari seperti mandi, makan, berganti baju, buang air kecil, buang air besar, dan sebagainya. Oleh karena itu, orangtua dengan ABK memerlukan perhatian ekstra dalam mengurus anaknya dan hal ini menyebabkan beban orangtua dengan ABK lebih berat dibandingkan dengan orangtua yang memiliki anak normal. (Rhidenour et al., 2022)

Saudara dari anak berkebutuhan khusus juga berjuang dengan perasaan yang sulit seperti ketakutan, kemarahan, cemburu, rasa bersalah, malu, kesepian, kebingungan, dan tertekan. Mereka menganggap hidup dengan ABK sebagai suatu ujian. Saudara dari ABK sering

menunjukkan peningkatan toleransi untuk perbedaan serta memiliki tingkat empati yang lebih tinggi, juga mengalami peningkatan dalam kedewasaan dan tanggung jawab. Anak yang lebih tua diharapkan untuk ikut bertanggung jawab dalam mengasuh saudaranya yang memiliki keterbatasan. Hal ini menjadi lebih berat dibandingkan mengasuh adik yang normal karena anak yang memiliki keterbatasan memerlukan waktu dan perhatian yang lebih banyak namun hanya mendapat sedikit balasan. Hal ini menjadi beban tambahan bagi orangtua dengan ABK, karena orangtua harus menjelaskan bagaimana keadaan dan keterbatasan ABK pada anaknya yang lain. Orangtua juga harus memberi pemahaman pada anaknya bahwa mereka harus lebih menyayangi dan lebih sabar dalam menghadapi saudaranya yang mengalami keterbatasan. (Rhidenour et al., 2022)

Kakek dan nenek mempunyai peranan penting dalam kehidupan cucu mereka. Mereka adalah sumber dukungan emosional yang berharga bagi orang tua dan cucu secara umum, terutama ketika seorang anak mengalami keterbatasan. beberapa penelitian menunjukkan bahwa dalam situasi ini, kakek-nenek turun tangan dan

membantu keluarga dengan merawat anak yang berkebutuhan khusus atau dengan mengawasi saudara kandung yang sehat. Mereka memberikan dukungan moral bagi orang tua yang kewalahan, merawat saudara kandung dan/atau anak yang berkebutuhan khusus, dan terkadang bahkan menawarkan dukungan finansial. Orang tua mengidentifikasi kakek-nenek sebagai orang pertama yang mereka cari pertolongan selama masa-masa sulit dan mereka juga orang pertama yang diberi tahu tentang masalah anak mereka. (Priboi et al., 2022)

Ketidaksesuaian antara harapan dan kenyataan serta berbagai masalah yang datang akan menjadi tantangan bagi orangtua dengan ABK untuk menerima anaknya atau tidak. Orangtua memegang tanggung jawab dan peran yang besar dalam perkembangan anaknya. Dalam perkembangannya, ABK memerlukan perhatian yang ekstra. Hal ini bukanlah sesuatu yang mudah karena membutuhkan kerelaan dan kesabaran. Seiring berjalannya waktu dengan tuntutan pengasuhan, orangtua yang memiliki ABK memiliki proses penerimaan dan penyesuaian diri yang berbeda dengan orang tua yang memiliki

anak yang tidak mengalami hambatan perkembangan. (Rhidenour et al., 2022)

Berbagai hambatan dan kesulitan dalam perkembangan ABK serta pengalaman orangtua dengan ABK yang telah dipaparkan di atas, menunjukkan bahwa orangtua melalui proses yang tidak mudah dalam menerima keadaan dan kondisi anaknya. Orangtua mengalami berbagai macam emosi, memiliki sudut pandang sendiri, serta berpengaruh pada perilaku yang ditunjukkan oleh orangtua dengan ABK tersebut. (Rhidenour et al., 2022)

Menyikapi keadaan demikian, orangtua sebenarnya akan melakukan penyesuaian psikologis dengan situasi yang dialami. Hal inilah yang melatarbelakangi ketertarikan untuk melakukan pengabdian dalam mengenai penyesuaian psikologis orangtua dengan ABK.

### 3. METODE PELAKSAAN PENGABDIAN

Mitra merupakan Sekolah Luar Biasa Negeri 1 Padang dengan jumlah siswa berkebutuhan khusus cukup banyak. Lokasi Mitra berjarak lebih kurang 11 km dengan jarak tempuh 30 menit dari Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah. Mitra merupakan sekolah luar biasa negeri 1.

Pelaksanaan pengabdian dilakukan dalam beberapa tahap yaitu:

### 1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini tim pengabdian mengunjungi sekolah untuk studi awal, melakukan wawancara dengan mitra tentang masalah dan solusi yang dapat diberikan. Tim pengabdian juga mulai mengumpulkan data dan materi untuk edukasi.

### 2. Tahap Rekrutmen

Proses ini dengan mengirimkan undangan pada orangtua siswa dan bekerjasama dengan mitra yaitu SLB N 1 Padang.

### 3. Tahapan Penyuluhan

Sebelum pemberian penyuluhan, pada orangtua akan dinilai status mental emosionalnya dengan menggunakan kuesioner *Self Reporting Questionnaire* (SRQ).

### 4. Tahapan Evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk mengetahui pemahaman orangtua tentang materi ABK yang telah diberikan.

Pengabdian ini melibatkan dosen Universitas Baiturahmah, mahasiswa pendidikan dokter Universitas Baiturahmah dan SLB N 1 Padang.

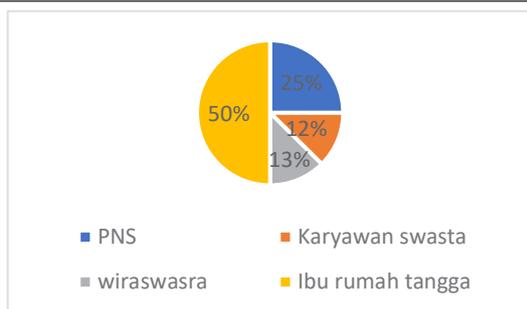
## 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada tanggal 15 Maret 2023 di SLB N 1 Padang. Kegiatan dihadiri 24 orang walimurid dan didampingi oleh guru SLB N 1 Padang. Kegiatan ini dimulai dengan pembukaan kegiatan oleh Kepala Sekolah SLB N 1 Padang. Kegiatan dilanjutkan dengan pemberian materi tentang Anak Berkebutuhan Khusus yaitu meliputi jenis, gejala dan tatalaksana. Materi yang diberikan selanjutnya adalah tentang gangguan mental emosional pada Ibu dengan anak ABK dan manajemen stress.



**Gambar 1.** Pemberian Materi

Pada kegiatan ini juga dilakukan *sharing* pengalaman ibu dengan ABK. Mereka juga *sharing* tentang cara mengatasi masalah emosional yang muncul pada ibu yang mempunyai ABK. Peserta yang merupakan mayoritas ibu sekitar 50% sebagai ibu rumah tangga.



**Gambar 2.** Distribusi Pekerjaan Peserta

Status mental emosional adalah gambaran keadaan emosional dan psikologis seseorang pada suatu waktu tertentu. Hal ini mencakup berbagai aspek keadaan mental seperti suasana hati, perasaan, tingkat stres, ketegangan, dan kestabilan emosi. Status mental emosional dapat bervariasi dari satu orang ke orang lain, dan bahkan dari satu waktu ke waktu dalam kehidupan seseorang.

**Tabel 1.** Gejala Mental Emosional

Pertanyaan	Ya	Tidak
Apakah anda sering menderita sakit kepala?	37.5%	62.5%
Apakah Anda kehilangan nafsu makan?	37.5%	62.5%
Apakah tidur Anda tidak lelap?	12.5%	87.5%
Apakah Anda mudah menjadi takut?	50%	50%
Apakah Anda merasa cemas, tegang dan khawatir	50%	50%
Apakah tangan Anda gemetar?	25%	75%
Apakah Anda mengalami gangguan pencernaan?	37.5%	62.5%

Apakah anda merasa sulit berpikir jernih?	12.5%	87.5%
Apakah Anda merasa tidak bahagia?	37.5%	62.5%
Apakah anda lebih sering menangis?	50%	50%
Apakah Anda merasa sulit untuk menikmati aktivitas sehari-hari?	37.5%	62.5%
Apakah Anda mengalami kesulitan untuk mengambil keputusan?	37.5%	62.5%
Apakah aktivitas/tugas sehari-hari Anda terbengkalai?	37.5%	62.5%
Apakah anda merasa tidak mampu berperan dalam kehidupan?	50%	50%
Apakah Anda kehilangan minat terhadap banyak hal?	25%	75%
Apakah Anda merasa tidak berharga?	37.5%	62.5%
Apakah Anda mempunyai pikiran untuk mengakhiri hidup Anda?	0	100%
Apakah Anda merasa Lelah sepanjang waktu?	25%	75%
Apakah Anda merasa tidak enak di perut?	37.5%	62.5%
Apakah Anda mudah Lelah?	37.5%	62.5%

Pada kegiatan ini diperoleh hampir sebagian peserta mengalami keluhan mudah menjadi takut, merasa cemas, tegang dan khawatir serta tidak mampu berperan dalam kehidupan. Sekitar

37,5% peserta mengalami keluhan fisik seperti sakit kepala, kehilangan nafsu makan, gangguan pencernaan. Peserta tersebut juga ada yang merasa tidak bahagia dan aktivitas sehari-hari menjadi terganggu. Rata-rata keluhan ini dirasakan oleh ibu yang tidak bekerja. → revisi B

Hasil tersebut menunjukkan bahwa ibu dengan anak ABK mengalami masalah psikologis sehingga membutuhkan manajemen stress. Pada saat materi manajemen stress, peserta dikenalkan dengan gejala gangguan mental emosional dan manajemen stress. Salah satu manajemen stress adalah mengembangkan mekanisme koping yang sehat seperti teknik relaksasi, olahraga rutin, konsumsi makanan sehat dan melakukan *self-assurance*.

Peserta kegiatan pengabdian berpartisipasi aktif dalam kegiatan pengabdian ini. mereka dapat menjawab pertanyaan saat kuis dan berperan aktif dalam diskusi.

## 5. KESIMPULAN

Ibu yang memiliki ABK perlu memperoleh informasi tentang ABK dan dampak psikologisnya. Mereka perlu diberikan keterampilan dalam manajemen stress dalam merawat ABK.

Pengabdian ini berjalan dengan lancar, dimana semua peserta berpartisipasi.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih tim pengabdian sampaikan kepada Yayasan Universitas Baiturrahman, Kepala sekolah, guru, ibu yang mempunyai ABK di SLB N 1 Padang atas dukungannya sehingga pengabdian berjalan dengan lancar.

## DAFTAR PUSTAKA

- BIRO HUKUM DAN HUMAS, & PEREMPUAN, KEMENTERIAN PEMBERDAYAAN ANAK, D. P. (n.d.). KEMEN PPPA: SETIAP ANAK DISABILITAS BERHAK MEMPEROLEH PENDIDIKAN.
- Bourke-taylor, H. M., Cotter, C., Joyce, K. S., Reddihough, D. S., Cotter, C., Joyce, K. S., & Reddihough, D. S. (2022). Fathers of children with a disability : health , work , and family life issues. *Disability and Rehabilitation*, 44(16), 4441–4451. <https://doi.org/10.1080/09638288.2021.1910739>
- Fairfax, A., Brehaut, J., Colman, I., Sikora, L., Kazakova, A., Chakraborty, P., & Potter, B. K. (2019). A systematic review of the association between coping strategies and quality of life among caregivers of children with chronic illness and/or disability. *BMC Pediatrics*, 19(1), 1–16. <https://doi.org/10.1186/s12887-019-1587-3>

- Lestari, P. D. A., & Ediati, A. (2021). Self Compassion Dan Stres Pengasuhan Orang Tua Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal EMPATI*, 10(4), 270–276. <https://doi.org/10.14710/empati.2021.32603>
- Lestari, S., Yani, D. I., & Nurhidayah, I. (2018). Kebutuhan Orang Tua dengan Anak Disabilitas. *Journal of Nursing Care*, 1(1), 50. <https://doi.org/10.24198/jnc.v1i1.15764>
- Papadopoulos, D. (2021). Mothers' experiences and challenges raising a child with autism spectrum disorder: A qualitative study. *Brain Sciences*, 11(3), 1–16. <https://doi.org/10.3390/brainsci11030309>
- Pinquart, M. (2018). Parenting stress in caregivers of children with chronic physical condition—A meta-analysis. *Stress and Health*, 34(2), 197–207. <https://doi.org/10.1002/smi.2780>
- Priboi, C., Gantner, B., Holmer, P., Neves, L., Maria, E., Roser, K., & Michel, G. (2022). Psychological outcomes and support in grandparents whose grandchildren suffer from a severe physical illness: A systematic review. *Heliyon*, 8(5), e09365. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e09365>
- Rani, S., Id, S., & Khan, M. H. (2021). Risk factors for early childhood disability in Bangladesh : Evidence from Multiple Indicator Cluster Survey 2019. *PLoS ONE*, 16(11), 1–18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0259532>
- Rhidenour, K. B., McCormack, M., & Holder, J. L. (2022). Resilience , and positive parenting in parents of children with syndromic autism and intellectual disability . Evidence from the impact of the COVID-19 pandemic on family ' s quality of life and parent – child relationships. *Autism Research : Official Journal of the International Society for Autism Research*, 15(12), 2381–2398. <https://doi.org/10.1002/aur.2825>
- Suwoto, A. N. (2023). Menurunkan stres pengasuhan pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus. *Procedia : Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 11(2), 55–62. <https://doi.org/10.22219/procedia.v11i2.24345>