

Efektifitas Pelatihan Penerimaan Kondisi Anak Untuk Meningkatkan *Well-Being Caregiver* Anak Berkebutuhan Khusus

Ade Siti Mariyam^{1*}, Adhissa Qanita², Fildzah Rudyah³, Ernita Zakiah⁴
^{1,2,3,4}Program Studi Psikologi, Universitas Negeri Jakarta
Email: AdeSitiMariyam@unj.ac.id^{1*}

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektifitas dari pelatihan penerimaan kondisi anak berkebutuhan khusus dalam meningkatkan well-being caregiver. Dalam menghadapi anak berkebutuhan khusus caregiver menghadapi tantangan yang cukup berat sehingga membuat mereka mengalami kecemasan maupun stress yang berlebih yang berdampak pada penerimaan mereka terhadap anak berkebutuhan khusus. Penelitian ini menggunakan metode mixed method. Hasil analisis kuantitatif dengan menggunakan t-test menunjukkan bahwa ada peningkatan kapasitas pengetahuan orang tua dalam memahami anak berkebutuhan khusus sehingga meningkatkan penerimaan mereka terhadap anak berkebutuhan khusus. Hasil analisis kualitatif menunjukkan bahwa adanya peningkatan dari caregiver untuk menerima anak berkebutuhan khusus ditunjukkan dengan caregiver yang mau lebih terbuka, mulai menerima takdir dan mau mengembangkan dirinya untuk lebih memahami anak berkebutuhan khusus.

Keywords: Anak berkebutuhan khusus, Penerimaan kondisi anak, Well-being

PENDAHULUAN

Anak Berkebutuhan Khusus atau Anak Luar Biasa adalah anak yang menyimpang dari rata-rata anak normal dalam hal; ciri-ciri mental, kemampuan-kemampuan sensorik, fisik dan neuromuskular, perilaku sosial dan emosional, kemampuan berkomunikasi, maupun kombinasi dua atau lebih dari hal-hal diatas; sejauh ia memerlukan modifikasi dari tugas-tugas sekolah, metode belajar atau pelayanan terkait lainnya, yang ditujukan untuk pengembangan potensi atau kapasitasnya secara maksimal (Mangunsong, 2014).

Anak-anak ini memerlukan pendidikan khusus dikarenakan mereka tampak berbeda dari anak pada umumnya dalam satu atau lebih hal yaitu anak-anak dengan kebutuhan khusus memiliki keterbelakangan mental, ketidakmampuan belajar atau gangguan atensi, mengalami masalah dalam emosi dan

perilaku, hambatan fisik, hambatan dalam berkomunikasi, autism, *traumatic brain injury*, hambatan dalam pendengaran, hambatan dalam penglihatan hingga talenta luar biasa ((Hallahan et al., 2009).

Karakteristik Anak berkebutuhan khusus yang memiliki perbedaan dengan anak regular lainnya membuat orang tua dan guru menghadapi tantangan yang baru. Pada tahap awal orang tua seringkali dihadapkan dengan perasaan bersalah, tekanan emosional bahkan sampai pada mengisolasi dirinya sendiri. Perasaan seperti ini juga diperparah oleh stigma yang masih berkembang di Masyarakat terkait dengan memiliki anak berkebutuhan khusus serta kurangnya dukungan dari keluarga dan orang terdekat (Holland & Pell, 2018; Sedibe & Fourie, 2018). Sebagai contoh Ibu N (35) mengungkapkan bahwa dirinya merasa gelisah Ketika melihat tumbuh kembang

anaknya berbeda dari teman sebaya. Ia juga merasa cemas tentang masa depan anaknya. Kekhawatirannya ini menjadi stress yang berkepanjangan terutama ketika Ibu N sedang sendirian dan tidak dipahami oleh lingkungan sekitarnya. (Mariskha, 2026).

Kondisi yang dialami oleh Ibu N ini seringkali dialami oleh orang tua lain yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Kondisi ini berdampak pada penerimaan orang tua terhadap anaknya yang mempunyai kebutuhan khusus karena orang tua belum bisa berdamai dengan dirinya, masih merasa rendah diri, dan masih menyesuaikan ekspektasinya yang tidak sesuai dengan harapannya ((Daire et al., 2015)

Tingginya tingkat stress dan penerimaan yang masih rendah dalam mengasuh anak berkebutuhan khusus dapat melemahkan kepercayaan diri orang tua terhadap kemampuan pengasuhan mereka. Kondisi ini dapat memengaruhi kualitas interaksi orang tua dan anak serta menghambat perkembangan sosial-emosional anak (Rahayu & Mangunsong, 2020). Oleh karena itu orang tua perlu untuk meningkatkan penerimaannya terlebih dahulu kepada anak berkebutuhan khusus supaya orang tua mempunyai *self efficacy* yang tinggi dan dapat melakukan coping yang tepat sehingga bisa memberikan pengasuhan yang sesuai dengan karakteristik anaknya.

Di sisi lain bagi guru, mendidik siswa berkebutuhan khusus memerlukan strategi yang berbeda dan perlu mengaplikasikan konsep Pendidikan inklusif. Konsep Pendidikan ini mengharuskan guru untuk menyesuaikan strategi pembelajarannya untuk setiap siswa (Mariyam & Kurinawati, 2019;

Mariyam & Kurniawati, 2022). Hal ini menjadi tantangan bagi guru karena guru harus membuat kurikulum yang khusus untuk setiap anak dan memberikan metode atau strategi yang khusus pada setiap anak berkebutuhan khusus. Kondisi ini membuat beban guru menjadi bertambah. (Mariyam & Kurinawati, 2019). Lebih lanjut beberapa guru juga belum mempunyai kompetensi yang mumpuni untuk menangani anak berkebutuhan khusus, belum tersedianya guru pendamping khusus dan beberapa sekolah belum memberikan dukungan yang sesuai (Engelbrecht et al., 2003; Mariyam, 2016; Mariyam & Kurinawati, 2019; Schmidt et al., 2024)

Kondisi ini membuat penerimaan guru terhadap anak berkebutuhan khusus rendah karena guru mengalami stress, *burnout* dan merasa kewalahan saat mengajar anak berkebutuhan khusus. Hal ini dapat melemahkan kemampuan guru dalam mengelola kelas secara efektif, sehingga meningkatkan risiko kelelahan emosional dan menurunkan kepercayaan diri profesional.(Engelbrecht et al., 2003; Kara, 2024; Schmidt et al., 2024). Oleh karena itu perlu untuk meningkatkan penerimaan guru sehingga guru dapat mencegah guru mengalami stress dan mendorong guru untuk mendalami lebih jauh mengenai strategi maupun metode untuk anak berkebutuhan khusus.

Penelitian-penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pengasuh anak berkebutuhan khusus menghadapi berbagai tantangan emosional, seperti stres berkepanjangan, perasaan bersalah, kelelahan

psikologis, serta penurunan kesejahteraan subjektif akibat tuntutan pengasuhan yang kompleks. Berbagai studi juga menekankan pentingnya penerimaan terhadap kondisi anak sebagai faktor kunci dalam proses adaptasi psikologis pengasuh. Namun, kajian empiris yang secara khusus menelaah efektivitas intervensi berbasis pelatihan penerimaan kondisi anak berkebutuhan khusus dalam meningkatkan kesejahteraan (well-being) caregiver masih relatif terbatas, terutama dalam konteks budaya dan sosial tertentu. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas pelatihan penerimaan kondisi anak berkebutuhan khusus sebagai upaya intervensi psikologis dalam meningkatkan well-being caregiver, sehingga diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dan praktis dalam pengembangan program pendampingan bagi pengasuh anak berkebutuhan khusus.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan *mixed method*. Pendekatan penelitian *mixed method* merupakan pendekatan penelitian yang menggabungkan metode kuantitatif dan kualitatif secara bersamaan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai suatu fenomena (Sugiyono, 2015). Desain pendekatan *mixed method* yang digunakan yaitu eksplanatori sekuensial. Desain eksplanatori sekuensial yaitu desain yang dalam pengumpulan data, peneliti mengumpulkan data kuantitatif terlebih dahulu lalu mendalaminya dengan pendekatan kualitatif. Pada pendekatan kuantitatif peneliti menggunakan metode

eksperimen dengan model *one-group pretest-posttest design*. Peneliti menggunakan satu kelompok untuk diberikan intervensi berupa pelatihan dengan tema penerimaan kondisi anak berkebutuhan khusus. Sebelum memberikan pelatihan ini peneliti melakukan pretest terlebih dahulu kepada kelompok lalu melakukan pelatihan dan diakhiri dengan memberikan posttest. Pretest dan posttest yang diberikan berupa soal yang menyangkut aspek kognitif mengenai materi karakteristik anak berkebutuhan khusus, strategi pendampingan anak berkebutuhan khusus, dan manajemen emosi dalam menghadapi anak berkebutuhan khusus.

Pada pendekatan kualitatif, peneliti menggunakan metode *focus grup discussion* untuk mendapatkan data atau menggali aspek afektif yaitu makna dari pengalaman hidup individu terkait suatu fenomena serta perasaan yang dirasakan oleh setiap individu. Selain dari aspek afektif pada proses *focus grup discussion* ini juga peneliti menggali lebih dalam mengenai strategi yang dilakukan oleh setiap peserta pelatihan dalam mendampingi anak berkebutuhan khusus. Pada *focus grup discussion* ini peneliti membuat panduan sesuai dengan teori grief Elizabeth Kübler-Ross's model (Choi, 2012; Papa & Litz, 2011).

Responden penelitian ini yaitu guru dan orang tua dari jenjang Taman Kanak-Kanak dan Sekolah Dasar yang memiliki dan mengajar anak berkebutuhan khusus. Pada penelitian ini responden harus mengikuti rangkaian pelatihan yang didesain dengan durasi 3 jam (4 JP).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di Yayasan Pesantren Islam Tarogong Garut Jawa Barat. Penelitian ini diikuti oleh 40 responden yang terdiri dari 13 orang tua dan 27 guru dari jenjang Taman Kanak-Kanak dan Sekolah Dasar.

Pelatihan Penerimaan Kondisi Anak Berkebutuhan Khusus.

Pelatihan ini terdiri dari 3 sesi dengan materi pengenalan karakteristik anak berkebutuhan khusus dan strategi pendampingannya, siklus penerimaan diri dan strategi manajemen emosi, serta terapi kelompok dalam menghadapi kondisi anak berkebutuhan khusus.

Pada sesi 1 peneliti memberikan pelatihan dengan metode ceramah. Tujuan sesi ini yaitu meningkatnya pengetahuan responden mengenai karakteristik anak berkebutuhan khusus dan strategi yang dapat dilakukan untuk mendampingi dan mengembangkan anak berkebutuhan khusus. Pada sesi ini peneliti menggunakan teori rujukan materi dari buku psikologi dan Pendidikan anak berkebutuhan khusus dari mangunsong (2009).

Pada sesi 2 peneliti memberikan pelatihan dengan menggunakan teknik siklus pembelajaran pengalaman (ekperiential learning cycle) yang dikembangkan oleh David Kolb. Tujuan sesi ini yaitu responden dapat menerapkan strategi penerimaan dalam menghadapi kondisi anak berkebutuhan khusus.

Pada sesi 3 peneliti melakukan konseling kelompok kepada responden untuk mengembangkan keterampilan dalam

menghadapi anak berkebutuhan khusus dan mengatasi emosi maupun perasaan negatif responden saat menghadapi anak berkebutuhan khusus.

Pengetahuan Orang Tua dan Guru mengenai startegi pendampingan dan strategi penerimaan anak berkebutuhan khusus.

Tabel 1. Hasil uji t

	Mean	SD	df	Sig. (2-tailed)
Pretest	84.3750	10.20228	39	0.000
Posttest	95.1250	10.83013		

Hasil uji paired sampel t test menunjukkan bahwa mean pretest 84.3750, mean posttest 95.1250, dan nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Berdasarkan hasil ini dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata hasil belajar pretest dan posttest yang menunjukkan bahwa ada peningkatan kapasitas pengetahuan mengenai strategi pempingan dan penerimaan dalam menghadapi kondisi anak berkebutuhan khusus.

Hasil ini sesuai dengan penelitian-penelitian terdahulu yang mengungkapkan bahwa Seminar dan pelatihan berperan penting dalam meningkatkan pemahaman orang tua terhadap kebutuhan serta tantangan yang dihadapi anak berkebutuhan khusus, sehingga mendorong penerimaan yang lebih baik dan terciptanya dukungan yang positif di lingkungan keluarga. Selain itu, workshop yang menekankan kerja sama antara guru dan orang tua dapat memperkuat pertukaran pengetahuan, keterampilan, dan pengalaman, yang berdampak pada peningkatan kualitas dukungan bagi anak. Di sisi lain, guru yang memiliki pelatihan pendidikan khusus cenderung lebih mendukung penerapan

pendidikan inklusif, sehingga mampu menciptakan lingkungan kelas yang lebih menerima dan inklusif bagi anak berkebutuhan khusus (Halimah et al., 2023; Kurt et al., 2024; Raviv, 2016; Sümer Dodur & Yüzbaşıoğlu, 2025).

Data *Focus Grup Discussion* dianalisis secara tematik dengan menghasilkan tema sebagai berikut :

a. Penerimaan Awal Orang Tua Terhadap Kondisi Anak

Pada fase awal ketika orang tua pertama kali menerima informasi mengenai kondisi anak yang memiliki kebutuhan khusus, muncul berbagai reaksi emosional yang beragam. Banyak orang tua yang mengungkapkan bahwa mereka merasa terkejut, bingung, cemas dan tertekan pada saat mendapati kabar kondisi anaknya yang ternyata memiliki kebutuhan khusus tertentu.

“awal pertama kali saya mendapatkan diagnosa bahwa anak saya memiliki kebutuhan khusus, saya tidak langsung mempercayainya, saya mencoba untuk mencari pendapat ahli lain sampai saya dan suami bawa ke Psikolog yang ada di Bandung.”

Kondisi orang tua yang dilanda kebingungan dan kecemasan yang berlebih membuat orang tua memperlakukan anaknya dengan Tindakan yang tidak sesuai dengan pengasuhan yang positif. Beberapa orang tua ada yang seringkali menjadi memarahi anaknya dan ada juga yang mengabaikan anaknya.

“Pada saat itu saya merasa sangat marah pada diri saya sendiri dan bingung harus bersikap seperti apa pada anak saya. Saat itu saya menjadi tidak mau mengasuh

anak saya dan cenderung mengabaikannya. Saya juga seringkali membandingkan perkembangan anak saya dengan anak saudara maupun teman saya. Saya selalu merasa insecure melihat perkembangan anak lain yang lebih bisa dibandingkan anak saya, saya seringkali merasa bersalah malu yang membuat saya melampiaskan semua ini pada anak saya.”

Tingkat tekanan psikologis yang dialami oleh orang tua tidak jarang membuat orang tua untuk mencari bantuan profesional, termasuk melakukan konsultasi dengan Psikolog maupun Psikiater untuk memperoleh dukungan emosional dan strategi penanganan yang tepat.

“Saya sempat mengalami kecemasan dan kekhawatiran yang berlebih. Perasaan tersebut muncul hamper setiap hari dan sulit saya kendalikan. Kondisi ini juga membuat saya mengalami stress yang cukup berat hingga mengganggu pekerjaan saya. Saya mencoba untuk berkonsultasi dan menjalani sesi konseling dengan ahli karena saya terus mengalami rasa ketakutan dan kekhawatiran.”

The Kübler-Ross model by Elisabeth Kübler-Ross menjelaskan bahwa ada 5 tahapan dalam proses *grief* yaitu *denial*, *anger*, *bargaining*, *depression*, dan *acceptance* (Choi, 2012; Papa & Litz, 2011). Kondisi yang dialami oleh orang tua ini yang mana sebelum mencapai tahap penerimaan orang tua mengalami tahap *denial*, *anger*, *bargaining*, *depression* sampai pada *acceptance*. Tahap awal ditandai dengan penyangkalan dan keterasingan, di mana individu mengalami keterkejutan dan

ketidakpercayaan terhadap kenyataan yang dihadapi, sehingga cenderung menarik diri dari lingkungan sosial. Seiring waktu, penyangkalan ini sering bergeser menjadi kemarahan yang dapat diarahkan kepada diri sendiri, orang lain, atau bahkan kepada kekuatan yang lebih tinggi. Tahap berikutnya adalah tawar-menawar, ketika individu berusaha mencari cara untuk membalikkan atau mengurangi dampak kehilangan melalui berbagai harapan atau negosiasi. Selanjutnya, individu dapat mengalami depresi yang ditandai dengan kesedihan mendalam dan keputusan saat mulai menyadari sepenuhnya makna serta dampak kehilangan tersebut dalam kehidupannya. Pada tahap akhir, yaitu penerimaan, individu mulai berdamai dengan kondisi yang ada, menemukan cara untuk melanjutkan hidup, dan mengintegrasikan pengalaman kehilangan tersebut ke dalam kehidupannya secara lebih adaptif.

b. Proses Orang Tua untuk Berdamai dengan Kondisi Anak

Proses yang dijalani oleh orang tua untuk berdamai dengan kondisi anak ditunjukkan melalui berbagai upaya. Ada orang tua yang mulai menjalani sesi konsultasi dengan tenaga ahli seperti Psikolog, dokter anak dan terapis, guna memperoleh Gambaran yang lebih jelas mengenai kondisi anak serta menentukan penanganan yang tepat. Selain itu juga beberapa orang tua mulai meningkatkan komunikasi asertif dan saling memberikan dukungan dengan keluarga terdekat atau *support systemnya*, khususnya dengan pasangan sebagai bentuk penguatan emosional.

“Pada waktu itu, saya dan suami langsung melakukan konsultasi dengan beberapa ahli, baik dokter anak maupun psikolog. Karena keterbatasan Psikolog di Garut, kami beberapa kali harus pergi ke Bandung untuk berkonsultasi dan mencari Psikolog yang tepat agar anak kami dapat ditangani dengan baik. Melalui proses tersebut, kami berusaha mendapatkan gambaran yang lebih jelas mengenai kondisi anak kami.”

Upaya lain yang dilakukan adalah mencari sekolah yang sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan anak, serta aktif mengikuti kajian keagamaan, pengajian maupun seminar yang berkaitan dengan anak berkebutuhan khusus untuk menambah pemahaman dan mendukung penerimaan diri. Beberapa orang tua juga bergabung dengan komunitas sesama orang tua anak berkebutuhan khusus sebagai sarana berbagai pengalaman, memperoleh informasi dan memperkuat rasa kebersamaan.

“Saya sering mengikuti kajian atau pengajian, khususnya kajian yang diselenggarakan oleh pihak sekolah. Setelah rutin mengikuti kegiatan tersebut, saya merasa lebih tenang dan secara perlahan mampu menerima kondisi anak saya dengan lebih baik.”

Dalam proses penerimaan terhadap kondisi anak, orang tua menerapkan berbagai strategi koping, baik yang berorientasi pada tindakan maupun pengelolaan emosi. Upaya aktif dilakukan melalui perencanaan, pemecahan masalah, pencarian bantuan profesional, serta keterlibatan keluarga dalam menentukan strategi pendampingan. Orang

tua juga mengandalkan dukungan sosial dari keluarga, lingkungan sekitar, dan tenaga ahli. Selain itu, proses penerimaan terhadap kondisi anak dan kemampuan beradaptasi dengan realitas baru menjadi strategi emosional yang penting, yang sering diperkuat melalui dukungan keagamaan dan spiritual guna membantu orang tua menghadapi tekanan psikologis.

c. Strategi Orang Tua dalam Mendampingi Anak Berkebutuhan Khusus.

Strategi pendampingan yang dilakukan oleh orang tua terhadap anak berkebutuhan khusus yaitu Orang tua secara aktif melakukan konsultasi dengan tenaga profesional, seperti Psikolog maupun psikiater, untuk memperoleh pemahaman yang tepat mengenai kondisi anak serta rekomendasi penanganan yang tepat. Selain itu orang tua juga berupaya menempatkan anak pada lingkungan Pendidikan yang inklusif yaitu sekolah yang menerima dan memiliki kompetensi dalam menangani anak berkebutuhan khusus, sehingga perkembangan anak dapat terfasilitasi secara optimal. Pendampingan ini diperkuat melalui keterlibatan orang tua dalam menjalani terapi yang direkomendasikan oleh Psikolog dan terapis, sebagai bentuk intervensi berkelanjutan. Di sisi lain, penguatan fungsi keluarga juga menjadi strategi penting, yang diwujudkan melalui penerapan pola pengasuhan yang positif dan disesuaikan dengan kebutuhan spesifik anak, sehingga tercipta lingkungan yang mendukung perkembangan anak secara holistik.

“Strategi yang saya lakukan dalam mendampingi anak saya adalah melakukan asesmen dan konsultasi dengan beberapa

Psikolog hingga akhirnya saya mencari dan menemukan Psikolog yang dinilai paling kompeten di Bandung. Selain itu, saya juga memasukan anak saya ke sekolah inklusif, Alhamdulillah saya menemukan sekolah ini yang mau menerima anak berkebutuhan khusus. Saya sempat kebingungan juga untuk memasukan sekolah kemana dengan kondisi anak saya seperti ini. Di Garut yang saya tau belum banyak sekolah yang menerima anak berkebutuhan khusus. Alhamdulillahnya ada sekolah ini.”

d. Penerimaan Awal Guru Terhadap Siswa Berkebutuhan Khusus

Hasil temuan penelitian menunjukkan bahwa saat pertama kali menangani kelas yang ada anak berkebutuhan khusus, guru sempat merasa kewalahan dalam menanganinya, terutama disebabkan karena adanya keragaman kebutuhan peserta didik yang harus diakomodasi secara individual. Variasi kebutuhan belajar siswa menuntut guru untuk mampu menyesuaikan strategi secara fleksibel, namun kenyatannya guru masih berada pada tahap meraba-raba dalam menentukan pendekatan yang paling tepat untuk setiap peserta didik. Kondisi ini menjadi semakin menantang karena keterbatasan sumber daya dan kapasitas guru dalam mengakomodasi seluruh kebutuhan tersebut secara optimal. Akibatnya, guru sempat mengalami tekanan psikologis berupa rasa pusing dan kelelahan dalam menjalankan peran sebagai pendidik bagi kelas yang heterogen.

“Pada awalnya saya benar-benar kewalahan dalam menangani semua siswa, terutama siswa yang memiliki kebutuhan

husus. Saya masih meraba-raba juga cara penanganannya karena ini merupakan hal yang baru bagi saya. Kadang diawal-awal seringkali saya merasa pusing karena harus terus menyesuaikan cara mengajar untuk setiap anak, sementara pengetahuan saya mengenai metode penanganan masih terbatas.”

Kondisi yang sama juga digambarkan di penelitian terdahulu bahwa saat guru menghadapi anak berkebutuhan khusus kebanyakan guru diawal mengalami kebingungan dan merasa bebannya terlalu berat. Hal ini membuat guru belum cukup optimal untuk memberikan pembelajaran kepada siswanya (Mariyam & Kurinawati, 2019; Mariyam & Kurniawati, 2022)

e. Strategi Guru dalam Mendampingi Anak Berkebutuhan Khusus

Hasil *focus grup discussion* menjelaskan bahwa guru menerapkan berbagai macam strategi dalam menangani siswa dengan kebutuhan khusus. Di awal biasanya guru melakukan observasi terlebih dahulu untuk mengidentifikasi jenis dan karakteristik kebutuhan khusus yang dimiliki setiap siswa. Observasi ini dijadikan dasar untuk menyesuaikan program pembelajarannya. Guru juga akan melakukan koordinasi dengan orang tua untuk menggali informasi terkait kondisi anak, termasuk menanyakan apakah sebelumnya telah dilakukan asesmen oleh Psikolog atau tenaga profesional. Apabila orang tua belum melakukan hal tersebut, Guru akan menyarankan orang tua supaya membawa anaknya ke tenaga ahli untuk dilakukan pemeriksaan.

“saya biasanya mengamati dulu perilaku dan cara belajar anak, supaya tahu kebutuhan khususnya seperti apa”

“Kami sering bertanya ke orang tua, apakah anak sudah pernah diperiksa ke Psikolog atau belum, supaya kami bisa mengetahui saran-saran dari psikolognya.”

Dalam upaya meningkatkan kompetensi, guru juga mengikuti pelatihan yang relevan. Guru juga biasanya melakukan diskusi dengan rekan sejawat maupun pihak yang memiliki pemahaman lebih mendalam mengenai Pendidikan anak berkebutuhan khusus. Hal ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang mengungkapkan bahwa peningkatan kompetensi guru melalui pelatihan dapat mengembangkan kemampuan guru dalam memberikan pelayanan terhadap anak berkebutuhan khusus (Mariyam, 2016; Mariyam & Kurinawati, 2019)

f. Dampak Pelatihan terhadap Penerimaan Orang Tua

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah mengikuti pelatihan, guru mengalami perubahan positif dalam pengetahuan mengenai cara memahami siswa berkebutuhan khusus dan strategi pembelajaran yang inklusif. Guru juga merasa semakin terbuka dalam menerima keberagaman karakteristik dan kebutuhan peserta didik, khususnya anak berkebutuhan khusus.

“Merasa semakin terbuka, semakin paham untuk menerima, menambah wawasan.”

“Saya merasa senang sekali, bertambah ilmu dan wawasan dan lebih

mensyukuri nikmat yang diberikan Allah Swt.”

g. Dampak Pelatihan terhadap Penerimaan Orang tua

Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya peningkatan orang tua dalam menerima kelebihan dan keterbatasan yang dimiliki anak, sehingga menimbulkan sikap pengasuhan yang lebih positif. Selain itu proses refleksi yang dilakukan di pelatihan ini membantu orang tua untuk lebih berdamai dengan kondisi yang dihadapi terutama ketika menyadari bahwa terdapat orang tua lain yang menghadapi tantangan pengasuhan yang tidak kalah berat. Interaksi dan berbagai pengalaman dengan sesama orang tua juga memberikan dukungan emosional yang signifikan, karena mereka merasa memperoleh teman seperjuangan yang dapat saling menguatkan. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dan peningkatan pemahaman berperan penting dalam membentuk sikap penerimaan dan ketahanan psikologis orang tua dalam mendampingi anak berkebutuhan khusus. Orang tua juga jadi lebih terbuka dan mau lebih mendalami dan memahami mengenai kondisi anaknya yang memiliki kebutuhan khusus.

“Merasa lega dan punya teman seperjuangan.”

“Lebih berdamai dengan keadaan ternyata ada yang lebih berat masalah yang dihadapi ortu yang lain.”

“Lebih ikhlas menerima takdir dari Allah.”

“Ingin merasa memahami lagi lebih dalam tentang pengasuhan ABK”.

KESIMPULAN

Pelatihan penerimaan kondisi anak berkebutuhan khusus efektif memberikan dampak positif bagi orang tua dan guru anak berkebutuhan khusus. Pelatihan yang terdiri atas tiga sesi, yaitu pengenalan karakteristik anak berkebutuhan khusus beserta strategi pendampingannya, pemahaman siklus penerimaan diri dan strategi manajemen emosi, serta terapi kelompok dalam menghadapi kondisi anak berkebutuhan khusus, terbukti mampu meningkatkan pengetahuan peserta mengenai karakteristik anak dan cara pendampingan yang tepat. Selain peningkatan pengetahuan, pelatihan ini juga berkontribusi pada meningkatnya tingkat penerimaan orang tua dan guru terhadap anak berkebutuhan khusus. Setelah mengikuti pelatihan, orang tua menunjukkan kemampuan untuk berdamai dengan kondisi anak, merasa tidak sendirian karena memiliki teman seperjuangan, serta menjadi lebih ikhlas dalam menerima kondisi anaknya. Sementara itu, guru menjadi lebih terbuka, memiliki pemahaman yang lebih empatik, dan menunjukkan motivasi yang lebih tinggi untuk memberikan layanan pembelajaran terbaik bagi anak berkebutuhan khusus. Dengan demikian, pelatihan ini dapat menjadi salah satu intervensi yang efektif dalam mendukung kesejahteraan emosional dan kualitas pendampingan anak berkebutuhan khusus.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih atas bantuannya pada Yayasan Pesantren Persatuan Islam (Persis)

Tarogong yang telah berkenan untuk membantu dalam proses penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Choi, M. (2012). Grief and Grieving. In *Encyclopedia of Immigrant Health*. https://doi.org/10.1007/978-1-4419-5659-0_321
- Daire, A. P., Casado-Kehoe, M., & Lin, C.-H. (2015). Coping responses and emotional distress in fathers of children with special needs and “redreaming” as a creative intervention. In *Creative Interventions in Grief and Loss Therapy When the Music Stops A Dream Dies*. https://doi.org/10.1300/J456v01n03_16
- Engelbrecht, P., Oswald, M., Swart, E., & Eloff, I. (2003). Including Learners with Intellectual Disabilities: Stressful for teachers? *International Journal of Disability Development and Education*, 50(3), 293–308. <https://doi.org/10.1080/1034912032000120462>
- Halimah, L., Yuliatiningsih, M. S., & Mirawati. (2023). Strategies for optimizing partnership: workshop on teamwork for teachers and parents in early childhood education. *International Journal of Early Years Education*. <https://doi.org/10.1080/09669760.2023.2299239>
- Hallahan, Daniel P Kaufmann, & James M Pullen Paige C. (2009). *Exceptional Learners: An Introduction to Special Education* (11th ed). Allyn and Bacon .
- Holland, J., & Pell, G. (2018). Children with SEND and the emotional impact on parents. *British Journal of Special Education*, 45(4), 392–411. <https://doi.org/10.1111/1467-8578.12240>
- Kara, I. (2024). Risk of burnout and its management among special education professionals. In *Best Practices for Behavior Intervention in Special Education*. <https://doi.org/10.4018/979-8-3693-0583-6.ch008>
- Kurt, A., Güneş Şan, E., Dinç, F., & Uzun, İ. B. (2024). “Normal Means Blessing!” Awareness and Acceptance in Mothers of Children with Special Care Needs: A Qualitative Study. *Journal of Social Service Research*, 50(5), 873–888. <https://doi.org/10.1080/01488376.2024.2385470>
- Mangunsong, F. (2014). *Psikologi dan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus Jilid 1* (1st ed.). LPSP3 UI.
- Mariskha, S. E. (2026, January 8). Jalan Panjang Nan Sunyi: Penerimaan Diri Ibu Anak Istimewa di Komunitas Ibu Tangguh . *Headline Kaltim* .
- Mariyam, A. S. (2016). *Pengaruh dari Strategi Pengajaran Guru Terhadap Penerimaan Teman Sebaya pada Siswa Berkebutuhan Khusus di SD Negeri Inklusif dan SD Swasta Inklusif*.
- Mariyam, A. S., & Kurinawati, F. (2019). *The Influence of Teachers Attitudes towards Inclusive Education on Teaching Strategies in Inclusive Public and Private Junior High School*. 388(Icse), 107–111.
- Mariyam, A. S., & Kurniawati, F. (2022). The Role of Teachers’ Teaching Strategies on Peer Acceptance: Study in Inclusive Madrasah in Indonesia. *International Journal of Special Education*, 37(2), 22–32. <https://doi.org/10.52291/ijse.2022.37.37>
- Papa, A., & Litz, B. (2011). Grief. In *Stepped Care and E Health Practical Applications to Behavioral Disorders*. https://doi.org/10.1007/978-1-4419-6510-3_12
- Rahayu, W. F., & Mangunsong, F. M. (2020). Parenting self-efficacy mediates the effect of parental acceptance on the social-emotional abilities of children with special needs. *Life Span and Disability*, 23(2), 211–238.
- Raviv, A. (2016). Teacher-parent community: A model for dialogue development and significant parent-teacher relationship. *International Journal of Educational Organization and Leadership*, 23(1),

- 37–54. <https://doi.org/10.18848/2329-1656/CGP/v23i01/37-54>
- Schmidt, M., Denša, J., & Zurc, J. (2024). Perceptions of Stress Among Primary School Teachers Teaching Students with Special Educational Needs. *Sustainability Switzerland*, 16(24). <https://doi.org/10.3390/su162411242>
- Sedibe, M., & Fourie, J. (2018). Exploring Opportunities and Challenges in Parent–School Partnerships in Special Needs Schools in the Gauteng Province, South Africa. *Interchange*, 49(4), 433–444. <https://doi.org/10.1007/s10780-018-9334-5>
- Sümer Dodur, H. M., & Yüzbaşıoğlu, Y. (2025). Parental influence on Preschoolers’ acceptance of peers with special Needs: The mediating role of inclusion attitudes. *Children and Youth Services Review*, 170. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2025.108139>.