

Pengorganisasian Warga Sekolah Dalam Upaya Mendukung Kesehatan Mental Orang Tua ABK di SLB N 1 Palangka Raya

**Ellysa Juang Agusti^{1*}, Riwu Wulan¹, Lisa Maneli¹, Joni Saputra¹, Matius Timan Herdi Ginting¹,
Sandro Apriedo¹, Riky¹, Maria Fransischa¹**

¹⁾ Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Kristen, Institut Agama Kristen Negeri Pelangka Raya, Indonesia

**Corresponding author e-mail: ellysajuang2602@gmail.com*

Artikel History

Dikirim : 01-12-2024

Diterima: 13 - 12 -2024

Disetujui : 21 - 12-2024

Dipublish: 02 - 01-2025

Doi

[10.61924/insanta.v3i1.45](https://doi.org/10.61924/insanta.v3i1.45)

ABSTRAK

Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) adalah bagian penting dari sistem pendidikan nasional yang bertujuan memberikan akses pendidikan setara bagi semua anak. Di SLB Negeri 1 Palangkaraya, orang tua anak ABK menghadapi tingkat stres tinggi akibat tantangan seperti beban perawatan, kekhawatiran terhadap perkembangan anak, dan kurangnya dukungan sosial. Untuk mengatasi hal ini, sekolah mengembangkan program Komunitas Orangtua PELITA (Penerang Langkah Orangtua Anak Istimewa), yang mencakup kelompok dukungan, pelatihan keterampilan komunikasi, dan peningkatan interaksi antara orang tua, guru, serta staf sekolah. Hasil implementasi menunjukkan penurunan signifikan tingkat stres pada orang tua, yang merasa lebih didukung dan diterima. Pendekatan Participatory Action Research (PAR) yang digunakan membantu menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan meningkatkan kesejahteraan psikologis orang tua. Program ini direkomendasikan untuk dikembangkan secara berkelanjutan, dengan evaluasi berkala dan pelibatan lebih luas, serta dapat diadaptasi untuk mendukung keluarga ABK di sekolah lain.

Kata kunci: Anak Berkebutuhan Khusus (ABK), Stres Orang Tua, Komunitas Orangtua PELITA

ABSTRACT

Education for Children with Special Needs is a crucial component of the national education system, aimed at ensuring equal access to education for all children. At SLB Negeri 1 Palangkaraya, parents of Children with Special Needs face high stress levels due to challenges such as caregiving burdens, concerns about their children's development, and limited social support. To address these issues, the school implemented the Komunitas Orangtua PELITA (Guiding Light for Parents of Exceptional Children) program, which includes support groups, communication skills training, and improved interactions between parents, teachers, and school staff. The program significantly reduced parental stress, fostering a sense of support and acceptance among parents. Using a Participatory Action Research (PAR) approach, the initiative cultivated a more inclusive environment and enhanced the psychological well-being of parents. It is recommended that the program be developed sustainably, with periodic

evaluations and broader engagement, and adapted to support ABK families in other schools, promoting an inclusive and supportive community for all.

Keywords: *Children with Special Needs, Parental Stress, PELITA Parent Community*



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

PENDAHULUAN

Pendidikan anak berkebutuhan khusus (ABK) merupakan elemen penting dalam sistem pendidikan nasional, dengan tujuan memberikan akses pendidikan yang setara dan berkualitas bagi semua anak, termasuk mereka yang memiliki kebutuhan khusus (Rachman, 2020). Anak Berkebutuhan Khusus merupakan individu di bawah usia 18 tahun yang memiliki karakteristik berbeda dari individu lain yang dipandang normal oleh masyarakat pada umumnya. Anak Berkebutuhan Khusus cenderung menunjukkan karakteristik fisik, intelektual, dan emosional di luar standar yang berlaku pada masyarakat (Christiono et al., 2023).

SLB Negeri 1 Palangka Raya sebagai salah satu lembaga pendidikan khusus di wilayah tersebut menghadapi tantangan dalam mendukung orang tua ABK yang sering kali mengalami tingkat stres signifikan akibat tuntutan merawat anak dengan kebutuhan khusus. orang tua memiliki peran yang sangat penting bagi perkembangan anak, (Yunita et al., 2022) yang mengungkapkan bahwa "saat ini, peran orang tua sangat sentral dalam mendampingi kesuksesan anak selama belajar di rumah. Peran orang tua pada awalnya hanya membimbing sikap dan keterampilan mendasar, seperti pendidikan agar patuh terhadap aturan agama dan pembiasaan yang baik dalam kehidupan". Namun dengan kendala yang dihadapi orang tua dalam mendidik anak ABK terkadang dapat memunculkan dampak stres berkepanjangan (Rahayu dkk, 2021).

Stres yang dirasakan orang tua ABK muncul dari berbagai faktor, termasuk kekhawatiran tentang perkembangan anak, kesulitan dalam memenuhi kebutuhan khusus anak, dan kurangnya dukungan sosial dari lingkungan sekitar (Nurlelah, 2023). Jenis-jenis stres yang dialami meliputi stres emosional, fisik, sosial, psikologis, kognitif, lingkungan, dan relasional (Khoir dkk, 2021). Kondisi ini diperparah oleh kurangnya komunikasi dan interaksi yang memadai antara orang tua, sekolah, dan komunitas sekitar, sehingga menimbulkan isolasi sosial yang memperburuk kondisi mental orang tua. kesehatan mental yang lebih buruk, gejala yang lebih besar, dan perilaku kesehatan yang lebih buruk; hubungan ini dimediasi oleh dukungan sosial. Penggunaan humor adaptif dapat memfasilitasi kemampuan pengasuh untuk mengumpulkan dukungan dari orang lain dan membungkai ulang stres, yang pada akhirnya dapat berkontribusi pada ketahanan mental dan fisik terhadap stress Fritz H. L. (Khoirunnisa et al., 2023). Selain itu, tekanan untuk berprestasi secara akademis dalam lingkungan global yang kompetitif telah berkontribusi pada meningkatnya tingkat stres, kecemasan, dan depresi (Leuwol et al., 2023).

Beberapa studi sebelumnya menunjukkan bahwa tingkat stres orang tua ABK memiliki dampak negatif terhadap kesehatan mental mereka, termasuk penelitian oleh dalam (Audina Sitorus & Patria Saroinsong, 2023) bahwa "Ibu yang depresi mengalami ketidak sejahteraan dalam hidupnya. Ibu yang depresi bisa menjadi sangat fatal dalam merawat, menjaga, dan tumbuh-kembang si buat hati karena kesejahteraan emosional ibu selalu berdampak pada kesejahteraan anak, dan keluarga". Menurut mangunsunong (Khoirunnisa et al., 2023) mengungkapkan bahwa "tanggung jawab orangtua dengan anak berkebutuhan khusus dikelompokkan menjadi 4 kelompok yaitu; (1) orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus memiliki tanggung jawab sebagai pengambil keputusan anaknya, (2) orang tua perlu menyesuaikan diri anaknya yang berkebutuhan khusus dengan keadaan sosialisasi anak tersebut, (3) orangtua sebagai guru dari anaknya, orang tua berperan dalam memberikan pelatihan pada anaknya dalam aspek-aspek tertentu, (4) orang tua memiliki tanggung jawab sebagai advokat yaitu sebagai pendukung, pembela kepentingan anak berkebutuhan khusus. Kelahiran anak berkebutuhan khusus pada keluarga terutama orang tua menyebabkan kesulitan bagi orang tua dimana mereka perlu beradaptasi dengan kondisi baru".

Sebagai respon terhadap tantangan ini, pengorganisasian warga sekolah melalui pendekatan Participatory Action Research (PAR) menjadi salah satu solusi strategis untuk menciptakan lingkungan yang mendukung. (Lestari & Putri, 2023) mengungkapkan bahwa "Metode Participatory Action Research digunakan dalam pengintegrasian stakeholder untuk menyamakan arah program-program yang dilakukan". Program ini melibatkan guru, staf sekolah, dan orang tua dalam berbagai kegiatan, termasuk pelatihan komunikasi, kelompok dukungan, serta penguatan jaringan sosial.

Dengan pendekatan ini, diharapkan dapat mengurangi isolasi, meningkatkan pemahaman, dan memberikan dukungan emosional yang lebih baik kepada orang tua ABK. Berdasarkan latar belakang tersebut, kegiatan ini bertujuan untuk mengeksplorasi strategi pengorganisasian warga sekolah di SLB Negeri 1 Palangka Raya dalam menurunkan tingkat stres orang tua ABK. Dengan memahami kondisi, tantangan, dan solusi yang relevan, diharapkan tercipta model pendampingan yang efektif dan berkelanjutan, sehingga dapat diterapkan secara lebih luas untuk mendukung kesejahteraan keluarga ABK di berbagai konteks.

METODE PELAKSANAAN

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan Participatory Action Research (PAR), yang berfokus pada keterlibatan aktif dari orang tua, guru, staf sekolah, dan pihak terkait lainnya dalam proses perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi strategi pengorganisasian warga sekolah. Pendekatan ini memungkinkan para pemangku kepentingan untuk berkolaborasi dalam merancang solusi yang sesuai dengan kebutuhan mereka, serta memberikan kesempatan untuk meningkatkan kesejahteraan orang tua ABK melalui tindakan bersama. Berikut adalah langkah-langkah yang digunakan dalam penelitian ini:

a. Identifikasi Masalah dan Pengumpulan Data Awal

Langkah pertama adalah mengidentifikasi tingkat stres yang dialami oleh orang tua ABK di SLB Negeri 1 Palangka Raya. Data awal dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan orang tua, observasi langsung di lingkungan sekolah, serta kuesioner yang mengukur berbagai jenis stres yang dialami orang tua ABK, seperti stres emosional, sosial, fisik, dan psikologis. Selain itu, dilakukan diskusi kelompok terfokus (focus group discussion/FGD) dengan orang tua, guru, dan staf untuk memahami permasalahan secara lebih mendalam.

b. Perencanaan Strategi Pengorganisasian Warga Sekolah

Berdasarkan hasil identifikasi masalah, langkah selanjutnya adalah merancang strategi pengorganisasian warga sekolah yang melibatkan seluruh pihak terkait. Strategi ini mencakup pembentukan Forum Komunitas Orangtua PELITA (Penerang Langkah Orangtua Anak Istimewa), yang bertujuan untuk memberikan dukungan emosional, informasi, serta peningkatan interaksi antara orang tua, guru, dan staf sekolah. Dalam tahap ini, dilakukan pelatihan keterampilan komunikasi dan penciptaan kelompok dukungan bagi orang tua.

c. Pelaksanaan Program

Program ini dilaksanakan dengan mengadakan pertemuan rutin antara orang tua, guru, dan staf sekolah, untuk membahas masalah yang dihadapi dan memberikan dukungan secara langsung. Selain itu, dilaksanakan pelatihan keterampilan komunikasi bagi orang tua untuk membantu mereka lebih efektif dalam berinteraksi dengan anak-anak mereka yang berkebutuhan khusus. Program juga mencakup aktivitas sosial yang bertujuan untuk mempererat hubungan antar orang tua dan mengurangi rasa isolasi. Kegiatan ini dipantau oleh tim pengabdian yang terdiri dari para ahli dan praktisi.

d. Evaluasi dan Refleksi

Setelah pelaksanaan program, dilakukan evaluasi untuk menilai dampak dari strategi yang diterapkan. Evaluasi ini dilakukan dengan mengumpulkan data kuantitatif dan kualitatif melalui wawancara lanjutan, kuesioner, dan observasi. Data tersebut akan digunakan untuk mengukur penurunan tingkat stres orang tua dan perubahan yang terjadi dalam interaksi antara orang tua, guru, dan staf sekolah. Selain itu, dilakukan refleksi bersama para peserta (orang tua, guru, dan staf) mengenai keberhasilan dan tantangan yang dihadapi selama implementasi program.

e. Penyusunan Laporan dan Rekomendasi

Berdasarkan hasil evaluasi, dilakukan analisis dan penyusunan laporan penelitian. Laporan ini mencakup temuan-temuan utama mengenai tingkat stres orang tua sebelum dan setelah program, serta rekomendasi tindak lanjut yang dapat diterapkan di SLB Negeri 1 Palangka Raya atau di lembaga pendidikan lain yang menghadapi masalah serupa.

Metode ini bertujuan untuk tidak hanya mengurangi tingkat stres orang tua ABK, tetapi juga memperkuat komunitas sekolah dalam menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan mendukung bagi keluarga dengan anak berkebutuhan khusus. Pendekatan berbasis partisipatif diharapkan dapat menciptakan perubahan yang berkelanjutan dan meningkatkan kualitas hidup orang tua ABK secara keseluruhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

Hasil dari program Pengabdian kepada Masyarakat ini dapat dilihat dari sejauh mana indikator perubahan sosial pada masyarakat, seperti Sumber Daya Manusia (SDM), infrastruktur, kebijakan, dan kelembagaan sosial, telah mengalami peningkatan dalam mendukung pengurangan tingkat stres orang tua anak berkebutuhan khusus (ABK) di SLB N 1 Palangka Raya. Berikut ini adalah analisis hasil PKM berdasarkan empat faktor permasalahan utama yang telah diidentifikasi:

1. Minimnya Edukasi untuk Orang Tua ABK

- a) Harapan yang Dicapai: Meningkatnya ketersediaan edukasi yang terfokus pada kesehatan mental orang tua ABK.
- b) Program Kegiatan: Edukasi khusus mengenai kesehatan mental untuk orang tua ABK telah diselenggarakan dengan lancar dan baik pada kegiatan rencana aksi. Dalam pelaksanaan ini, para orang tua mendapatkan materi yang membantu mereka mengelola stres dan memperoleh pemahaman mengenai kondisi ABK.
- c) Hasil: SDM para orang tua mengalami peningkatan, terlihat dari peningkatan pengetahuan dan kemampuan mengelola stres mereka. Orang tua merasa lebih teredukasi dan lebih siap menghadapi tantangan yang ada, sehingga tingkat stres yang dialami menurun.
- d) Indikator Perubahan Sosial: Terjadi peningkatan dalam aspek SDM, dengan adanya peningkatan kapasitas mental dan emosional orang tua dalam mendukung anak-anak mereka.

2. Tidak Tersedianya Forum Khusus untuk Orang Tua ABK

- a) Harapan yang Dicapai: Terbentuknya forum khusus yang dapat menjadi wadah berbagi pengalaman dan dukungan bagi orang tua ABK.
- b) Program Kegiatan: Mendorong pembentukan forum khusus melalui koordinasi dengan pihak sekolah dan instansi terkait, sehingga orang tua memiliki ruang untuk berbagi informasi dan pengalaman.
- c) Hasil: Forum khusus ini berhasil dibentuk. Forum yang telah dibentuk oleh kesepakatan bersama antara beberapa pihak terkait yaitu terbentuknya komunitas yang disepakati bersama dengan nama Komunitas Orangtua PELITA (Penerang Langkah Orangtua Anak Istimewa) dimana orang tua akan aktif dalam

berpartisipasi dengan pihak penyedia jasa. Untuk saat ini kegiatan akan dilakukan dan dilaksanakannya dengan kerjasama antara IAKN Palangka Raya dengan pihak Sekolah dengan ketentuan IAKN Palangka Raya akan mengirimkan mahasiswa di biang Psikologis dan Bimbingan Konseling untuk menjadi forum tuangan hati dan kebutuhan solutif terhadap orangtua-orangtua ABK yang memerlukan penanganan tingkat stress pada emosional yang tidak terkendali. Forum ini menjadi sarana yang efektif dalam memberikan dukungan moral dan informasi praktis, mengurangi rasa keterasingan dan meningkatkan solidaritas di antara orang tua ABK.

- d) Indikator Perubahan Sosial: Peningkatan dalam kelembagaan sosial dengan adanya forum Komunitas Orangtua ABK yang berfungsi sebagai ruang berbagi dan dukungan bagi orang tua, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap kesehatan mental mereka.

3. Ketiadaan Kebijakan yang Menaungi Forum Orang Tua ABK

- a) Harapan yang Dicapai: Adanya kebijakan formal yang mendukung dan menaungi keberlangsungan forum orang tua ABK.
- b) Program Kegiatan: Mengadvokasi instansi pemerintah atau sekolah agar menetapkan kebijakan yang mendukung eksistensi forum, baik dalam bentuk surat keputusan atau peraturan internal.
- c) Hasil: Proses advokasi telah menghasilkan kebijakan di tingkat sekolah yang memberi ruang bagi forum ini untuk beroperasi dengan lebih sistematis dan berkelanjutan dengan bentuk kerjasama IA antara IAKN Palangka Raya dengan pihak sekolah di SLB N 1 Palangka Raya.
- d) Indikator Perubahan Sosial: Dalam aspek kebijakan, terdapat dukungan formal yang memastikan bahwa forum ini mendapat perhatian yang cukup dari pihak sekolah, yang membantu menjaga kontinuitas dan efektivitas forum tersebut.

4. Ketiadaan Fasilitas Khusus untuk Orang Tua ABK di Sekolah

- a) Harapan yang Dicapai: Tersedianya fasilitas khusus, seperti ruang tunggu atau ruang konsultasi yang nyaman bagi orang tua ABK di sekolah.
- b) Program Kegiatan: Mengorganisir dukungan dari pihak sekolah atau instansi terkait untuk menyediakan fasilitas fisik khusus yang bisa digunakan oleh orang tua ABK.
- c) Hasil: Sekolah telah merencanakan dan akan menyediakan ruangan khusus yang dapat digunakan orang tua ABK untuk berkonsultasi dengan para pendidik atau tenaga ahli, serta untuk beristirahat selama menunggu anak-anak mereka.
- d) Indikator Perubahan Sosial: Dalam aspek infrastruktur, fasilitas fisik ini sangat membantu orang tua untuk merasa lebih diterima dan diperhatikan, memberikan kenyamanan psikologis tambahan dan mengurangi stres yang mungkin muncul selama proses penantian.



Gambar 1.
Foto Bersama bersama pihak Forum Orangtua ABK
(Komunitas Orangtua PELITA)
(Dokumentasi : IAKN Palangka Raya)

B. PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menilai dampak dari program Pengabdian kepada Masyarakat yang berfokus pada pengurangan tingkat stres orang tua anak berkebutuhan khusus (ABK) di SLB N 1 Palangka Raya. Melalui pendekatan yang mempertimbangkan empat faktor utama – sumber daya manusia (SDM), infrastruktur, kebijakan, dan kelembagaan sosial – hasil dari program ini menunjukkan adanya perubahan positif yang signifikan dalam aspek kesehatan mental orang tua ABK.

1. Minimnya Edukasi untuk Orang Tua ABK

Program edukasi khusus mengenai kesehatan mental bagi orang tua ABK telah mencapai tujuan yang diharapkan. Kegiatan edukasi ini memberikan pengetahuan baru yang membantu orang tua mengelola stres mereka dan meningkatkan pemahaman tentang kondisi anak-anak mereka. Hasilnya, SDM orang tua meningkat, terlihat dari peningkatan kemampuan mereka dalam menghadapi tantangan pengasuhan, serta penurunan tingkat stres yang dialami. Dengan adanya pemahaman yang lebih baik, orang tua merasa lebih siap dan mampu memberikan dukungan yang lebih baik bagi anak-anak mereka, yang juga berkontribusi terhadap peningkatan kualitas hubungan mereka dengan anak. Indikator Perubahan Sosial yang Terjadi adalah adanya peningkatan kapasitas mental dan emosional orang tua dalam mendukung anak ABK, yang tercermin dalam pengelolaan stres yang lebih baik dan peningkatan keterampilan psikologis.

2. Tidak Tersedianya Forum Khusus untuk Orang Tua ABK

Pembentukan forum Komunitas Orangtua PELITA (Penerang Langkah Orangtua Anak Istimewa) merupakan pencapaian penting dalam menciptakan ruang untuk berbagi pengalaman dan dukungan di antara orang tua ABK. Forum ini, yang difasilitasi oleh IAKN Palangka Raya dan SLB N 1 Palangka Raya, memberikan dukungan moral yang sangat dibutuhkan, serta mengurangi perasaan ketersinggan orang tua. Para orang tua merasa lebih terhubung dan diberdayakan untuk

mengatasi tantangan yang mereka hadapi. Indikator Perubahan Sosial yang Terjadi adalah adanya perubahan kelembagaan sosial dengan terbentuknya forum yang berfungsi sebagai tempat berbagi informasi dan dukungan sosial yang sangat penting bagi orang tua ABK.

3. Ketiadaan Kebijakan yang Menaungi Forum Orang Tua ABK

Melalui proses advokasi, berhasil tercapai kebijakan formal yang memberikan ruang bagi keberlangsungan forum ini di tingkat sekolah. Dengan adanya kebijakan yang mendukung, forum ini dapat beroperasi secara lebih terstruktur dan berkelanjutan, yang memastikan keberlanjutan program dukungan bagi orang tua ABK. Kerjasama yang terbentuk antara IAKN Palangka Raya dan sekolah SLB N 1 Palangka Raya menunjukkan komitmen yang kuat dari pihak sekolah dalam mendukung kesehatan mental orang tua. Indikator Perubahan Sosial yang terjadi Dalam aspek kebijakan adalah, adanya kebijakan formal yang mendukung eksistensi forum menunjukkan adanya perhatian serius dari pihak sekolah terhadap keberlangsungan dan efektivitas forum ini

4. Ketiadaan Fasilitas Khusus untuk Orang Tua ABK di Sekolah:

Salah satu pencapaian penting adalah rencana penyediaan fasilitas khusus di sekolah, seperti ruang tunggu atau ruang konsultasi yang nyaman untuk orang tua ABK. Fasilitas ini memberikan kenyamanan tambahan bagi orang tua, yang seringkali menghadapi stres akibat panjangnya waktu tunggu atau kesulitan dalam mengakses layanan. Dengan adanya ruang ini, orang tua merasa lebih diperhatikan dan diterima, yang membantu mengurangi stres yang mereka alami. Indikator Perubahan Sosial yang terjadi adalah Tersedianya fasilitas fisik di sekolah sebagai bagian dari infrastruktur mendukung pengurangan stres orang tua dengan memberikan ruang bagi mereka untuk beristirahat dan berkonsultasi.

Selain hasil positif yang diperoleh melalui program ini, penelitian juga menyoroti tantangan-tantangan besar yang dihadapi oleh orang tua ABK dalam mengelola kesehatan mental mereka. Pengasuhan anak ABK menambah tekanan fisik, emosional, dan psikologis yang sangat berat. Stres kronis, kecemasan berlebihan tentang masa depan anak, dan perasaan terisolasi sering kali menjadi masalah utama yang memperburuk kualitas hidup orang tua. Stres yang tinggi, kelelahan, dan kekhawatiran tentang masa depan anak sering kali berhubungan dengan gangguan kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan. Selain itu, orang tua sering merasa terasing dari masyarakat karena kurangnya pemahaman terhadap kondisi anak mereka, yang memperburuk perasaan mereka. Dengan demikian, dukungan yang memadai – baik dalam bentuk edukasi, kebijakan, maupun fasilitas – sangat diperlukan untuk membantu orang tua mengelola tantangan tersebut.

Teori stres dan coping, teori keterikatan, teori penyesuaian dan adaptasi keluarga, serta teori dukungan sosial memberikan pemahaman yang lebih mendalam

tentang bagaimana kesejahteraan mental orang tua ABK memengaruhi perawatan dan perkembangan anak. Orang tua yang memiliki kesehatan mental yang baik cenderung dapat menciptakan lingkungan yang stabil dan mendukung anak mereka, sehingga berperan penting dalam pengasuhan dan perkembangan anak ABK. Melalui pengelolaan stres yang efektif dan dukungan sosial yang cukup, orang tua dapat lebih mudah beradaptasi dengan tantangan pengasuhan anak berkebutuhan khusus. Program yang mencakup edukasi dan pembentukan forum dukungan sosial ini, serta kebijakan yang mendukung keberlanjutan forum tersebut, sangat penting untuk memperkuat resiliensi orang tua dan mengurangi stres yang mereka alami. Secara keseluruhan, program Pengabdian kepada Masyarakat ini berhasil memberikan dampak positif yang signifikan terhadap pengurangan stres orang tua ABK di SLB N 1 Palangka Raya. Peningkatan dalam SDM, kelembagaan sosial, kebijakan, dan infrastruktur mendukung orang tua dalam mengelola tantangan emosional dan psikologis mereka. Dukungan psikologis yang memadai sangat penting untuk memastikan bahwa orang tua dapat memberikan perawatan terbaik bagi anak berkebutuhan khusus, sekaligus menjaga kesejahteraan mental mereka sendiri.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa orang tua anak berkebutuhan khusus (ABK) di SLB Negeri 1 Palangka Raya menghadapi tingkat stres yang cukup tinggi. Hal ini disebabkan oleh beban dalam merawat anak dengan kebutuhan khusus dan keterbatasan dukungan sosial yang mereka terima. Banyak orang tua merasakan tekanan emosional dan mental yang dapat berdampak negatif terhadap kesehatan mereka dan juga mempengaruhi kualitas interaksi dengan anak-anak mereka. Situasi ini menggarisbawahi pentingnya peran dukungan dari lingkungan sekitar, terutama dari komunitas sekolah, dalam membantu meringankan beban orang tua ABK. Sebagai respon terhadap permasalahan ini, pihak sekolah menerapkan strategi pengorganisasian warga sekolah yang menciptakan sebuah program dan melibatkan beberapa pihak. Program yang telah disepakati adalah terbentuknya Forum komunitas yang dinamai Komunitas Orangtua PELITA (Penerang Langkah Orangtua Anak Istimewa). Forum ini meliputi pembentukan kelompok dukungan bagi orang tua, pelatihan keterampilan komunikasi, dan peningkatan interaksi antara guru, staf sekolah, dan orang tua ABK. Langkah-langkah ini bertujuan untuk memberikan dukungan emosional dan informasi yang dibutuhkan oleh orang tua dalam merawat anak ABK. Selain itu, keterlibatan warga sekolah juga diperkuat untuk menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan suportif bagi keluarga dengan anak berkebutuhan khusus.

Implementasi strategi ini menunjukkan hasil yang positif dalam menurunkan tingkat stres yang dirasakan orang tua ABK di SLB N 1 Palangka Raya. Orang tua yang berpartisipasi melaporkan adanya penurunan tingkat stres karena merasa lebih diterima dan didukung oleh komunitas yang disediakan sekolah. Mereka juga mengakui manfaat dari pelatihan dan komunikasi yang lebih baik, yang membantu mereka memahami cara yang lebih efektif

untuk merawat anak mereka. Dengan dukungan ini, orang tua merasa lebih berdaya dan memiliki kontrol yang lebih baik terhadap tantangan yang dihadapi dalam mengasuh ABK. Secara keseluruhan, strategi pengorganisasian warga sekolah terbukti memberikan dampak yang signifikan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis orang tua ABK. Pendekatan ini tidak hanya bermanfaat bagi para orang tua, tetapi juga bagi sekolah dalam menciptakan lingkungan yang lebih peduli dan inklusif. Temuan ini merekomendasikan agar strategi serupa diimplementasikan secara berkelanjutan dan disesuaikan untuk mendukung kesejahteraan keluarga ABK di sekolah-sekolah lain, demi menciptakan masyarakat yang lebih peka dan mendukung kebutuhan anak berkebutuhan khusus beserta keluarganya.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian ini, disarankan agar program dukungan untuk orang tua anak berkebutuhan khusus (ABK) di SLB N 1 Palangka Raya diteruskan dan diperluas, dengan melibatkan lebih banyak pihak terkait, seperti pemerintah daerah, organisasi masyarakat, dan lembaga kesehatan mental. Pengembangan lebih lanjut dari forum Komunitas Orangtua PELITA perlu dilakukan untuk memastikan keberlanjutan dukungan emosional dan psikologis bagi orang tua ABK, dengan memperhatikan kebutuhan spesifik mereka. Selain itu, penting untuk mengoptimalkan pelatihan keterampilan komunikasi dan peningkatan interaksi antara orang tua dan staf sekolah, sehingga hubungan antara keduanya semakin harmonis dan saling mendukung. Penguatan fasilitas fisik, seperti ruang konsultasi yang nyaman dan aksesibilitas layanan kesehatan mental, juga perlu dipertimbangkan untuk memudahkan orang tua dalam mengakses dukungan yang mereka butuhkan. Program-program serupa dapat diterapkan di sekolah-sekolah lain untuk menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan peduli terhadap keluarga dengan anak berkebutuhan khusus, serta mendukung mereka dalam mengelola tantangan yang dihadapi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada semua pihak yang telah mendukung dan berperan aktif dalam penelitian ini. Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah mendukung dan berkontribusi dalam pelaksanaan penelitian ini. Terutama kepada SLB Negeri 1 Palangka Raya yang telah memberikan izin dan fasilitas untuk penelitian ini, serta kepada para orang tua anak berkebutuhan khusus (ABK) yang telah dengan penuh keikhlasan berpartisipasi dalam program yang kami lakukan. Kami juga menyampaikan penghargaan kepada pihak IAKN Palangka Raya yang telah mensponsori penelitian ini, memberikan dukungan finansial, serta menyediakan sumber daya manusia yang sangat membantu dalam pengorganisasian dan pelaksanaan kegiatan. Tak lupa, terima kasih kepada seluruh tim peneliti, staf pengajar, dan tenaga ahli yang telah bekerja keras dalam mewujudkan tujuan penelitian ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat nyata dalam peningkatan kesehatan mental orang tua ABK dan menciptakan lingkungan sekolah yang lebih inklusif dan peduli.

DAFTAR PUSTAKA

Audina Sitorus, M., & Patria Saroinsong, W. (2023). Peran Dukungan Sosial, Kualitas Kehidupan, Dan Sharenting Terhadap Kesejahteraan Emosional Ibu di Indonesia. *PAUD Teratai*, 12(1).

Christiono, S., Shinta Mayangsari, R., & Vera Indrawati, S. (2023). "ABK SMILE" Pocketbook as a Dental Media Educational Media for Accompanying Children with Special Needs at SLB Widya Bhakti Semarang." *GANDRUNG: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 1002–1007. <https://doi.org/10.36526/gandrung.v4i2.2749>

Khoirunnisa, K., Aquino, A., Parestorinan, 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. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/11002>

Lestari, A. P., & Putri, N. K. (2023). Participatory Action Research untuk Menyiapkan Model Students-Community Partnership pada Kemitraan Peningkatan Kesejahteraan Anak. *Media Gizi Kesmas*, 12(2), 810–821. <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i2.2023.810-821>

Khoir, F., Kardiatun, T., Ultari, C., Parliani, P., & Hastuti, L. (2021). Body Shaming Dengan Harga Diri Dan Mekanisme Koping Remaja. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 12(1), 13–23.

Leuwol, F. S., Jamin, N. S., & Ayu, S. K. (2023). Psikologi Multikultural dalam Praktik: Menghadapi Tantangan Kesejahteraan Mental di Era Global dengan Pemahaman dan Pendekatan yang Beragam. *Jurnal Multidisiplin West Science*, 2(08), 649–659. <https://doi.org/10.58812/jmws.v2i08.578>

NURLELAH, N. (2023). ANALISIS TINGKAT STRES ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS (ABK) DI SEKOLAH LUAR BIASA (SLB) LUTANG KABUPATEN MAJENE (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS SULAWESI BARAT).

Rachman, R. F. (2020). Kebijakan pendidikan anak berkebutuhan khusus di surabaya dalam perspektif islam. *Bidayatuna Jurnal Pendidikan Guru Mandrasah Ibtidaiyah*, 3(1), 125–143.

Rahayu, P., Rohana, R., & Febriani, E. (2021). Analisis Peran Orang Tua Sebagai Pengganti Guru Sekolah di Masa Pandemi Covid-19 Siswa SMP Negeri 1 Panai Tengah Kabupaten Labuhanbatu. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 6(1), 87–95.

Yunita, L., Ningsih, V. R., & Guspianto. (2022). Mental Anak Dalam Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19. *Jmj*, 10, 138–147.