

# Tantangan dan Adaptasi Orang Tua dalam Membesarkan Anak Berkebutuhan Khusus

Sany Salsabillah<sup>1</sup>, Sri Nurhayati Selian<sup>2</sup>

<sup>1, 2</sup> Psikologi, Universitas Muhammadiyah Aceh, Indonesia  
Email Correspondensi: [salsabillahsany6@gmail.com](mailto:salsabillahsany6@gmail.com)

## ABSTRACT

*This study aims to thoroughly analyze the various difficulties and coping strategies faced by parents when raising children with special needs (ABK). The primary rationale for this study is the increasing number of children with special needs in Indonesia and the complexity of parents' roles in supporting their development. This study employed a qualitative, descriptive phenomenological method involving three participants: parents of children with special needs in Banda Aceh City. Data were collected through interviews, direct observation, and document review, which were then processed using thematic analysis techniques. The results revealed that parents experience similar challenges, although their intensity varies depending on the age and severity of the child's condition. Furthermore, the parents' adaptations in this study were proactive and based on cultural values, enabling them to persevere despite significant challenges. These findings are expected to serve as a reference for the government, experts, and educational institutions in developing more effective support programs for families with children with special needs.*

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara teliti berbagai kesulitan serta strategi penyesuaian yang dihadapi orang tua saat membesarkan anak berkebutuhan khusus (ABK). Alasan utama studi ini adalah meningkatnya kasus anak dengan kondisi khusus di Indonesia serta kerumitan peran orang tua dalam mendukung perkembangan mereka. Penelitian ini menerapkan metode kualitatif fenomenologi deskriptif dengan melibatkan 3 partisipan, yaitu orang tua anak berkebutuhan khusus di Kota Banda Aceh. Pengumpulan data dilakukan melalui teknik wawancara, pengamatan langsung, dan pemeriksaan dokumen, yang selanjutnya diolah dengan teknik analisis tematik. Hasil penelitian mengungkap bahwa orang tua mengalami tantangan yang mirip, meskipun intensitasnya bervariasi tergantung pada usia dan tingkat keparahan kondisi anak. Selanjutnya, adaptasi orang tua dalam penelitian ini bersifat proaktif dan berbasis nilai budaya, yang memungkinkan mereka bertahan meskipun tantangan berat. Temuan ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi pemerintah, para ahli, serta institusi pendidikan dalam menyusun program bantuan yang lebih efektif untuk keluarga dengan anak berkebutuhan khusus.

## KEYWORDS:

*Adaptation, Children with Special, Parents, Challenges.*

## KATA KUNCI:

Adaptasi, Anak Berkebutuhan Khusus, Orang Tua, Tantangan.

## How to Cite:

“Salsabillah, S. S., & Selian, S. N. S. (2025). Tantangan dan Adaptasi Orang Tua dalam Membesarkan Anak Berkebutuhan Khusus. *NAAFI: JURNAL ILMIAH MAHASISWA*, 2(1), 30–40.”

## PENDAHULUAN

Anak adalah anugerah yang berharga bagi setiap keluarga. Setiap orang tua tentu menginginkan anaknya dapat tumbuh dan berkembang dengan baik secara fisik, kognitif, sosial ataupun emosional. Namun, kenyataannya tidak semua anak terlahir dengan kondisi perkembangan yang sama. Ada sebagian anak memiliki kebutuhan khusus, misalnya hambatan dalam aspek intelektual (S. N. Selian, 2023) fisik, emosional (Ester Rosa Komara, Lesta Dwi Agustin, Saomy Dian Supratman, & Siti Hamidah, 2024) maupun sosial yang memerlukan perhatian, perlakuan, serta gaya pengasuhan yang berbeda dibandingkan anak pada umumnya (Soetikno, Heng, Putri, & Pertiwi, 2021). Saat ini, fenomena anak berkebutuhan khusus (ABK) semakin tampak di masyarakat, seiring dengan meningkatnya kesadaran orang tua dan lembaga pendidikan (Intan & Selian, 2025) terhadap pentingnya untuk pemeriksaan dini dan layanan khusus.

Dalam beberapa tahun terakhir, ada beberapa isu tentang tantangan dan adaptasi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Orang tua membutuhkan pengorbanan baik dalam kehidupan keluarga, finansial, dan emosional. Ketika memiliki anak berkebutuhan khusus, keluarga seringkali harus melakukan penyesuaian, terkadang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus harus berhenti bekerja untuk merawat sepanjang hari (Munisa, Lubis, & Nofianti, 2022; Sri Nurhayati Selian & Yulasteriyani, 2024). Hadirnya anak berkebutuhan khusus di dalam keluarga sering menimbulkan konflik dengan anggota keluarga. Orang tua merasa sulit untuk melakukan kegiatan dan bersantai.

Pada kenyataannya, bagi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus bukan hal yang mudah bagi mereka untuk menghadapinya. Ada beberapa tantangan yang perlu dihadapi, mulai dari beban psikologis seperti rasa cemas, stres, dan penolakan, hingga rasa bersalah. Dari sisi sosial, pandangan masyarakat juga masih menjadi beban tambahan (Ramadhini & Sri Nurhayati Selian, 2025) karena tidak semua orang bisa menerima kondisi anak dengan cara yang positif. Tidak jarang, orang tua merasa sulit dalam memberikan pendampingan yang sesuai dengan kebutuhan anak karena keterbatasan pengetahuan, keterampilan, maupun dukungan lingkungan. Di luar itu, faktor ekonomi juga sering menjadi hambatan (Sri Nurhayati Selian & Yulasteriyani, 2024) mengingat layanan terapi ataupun pendidikan khusus membutuhkan biaya yang cukup besar.

Meski penuh tantangan, banyak orang tua tetap berusaha untuk beradaptasi demi memberikan yang terbaik bagi anak mereka (Harahap & Irman, 2024a). Bentuk adaptasi ini bisa berupa penyesuaian pola pengasuhan, pencarian informasi melalui tenaga profesional, bergabung dengan komunitas orang tua ABK, hingga membangun strategi coping untuk mengelola stres (Munisa et al., 2022). Adaptasi inilah yang membantu orang tua untuk tetap tegar, serta berperan penting bagi tumbuh kembang anak dan kesejahteraan keluarga secara keseluruhan .

Penelitian mengenai tantangan dan adaptasi orang tua dalam membesarkan anak berkebutuhan khusus menjadi penting, karena bisa memberikan gambaran nyata tentang bagaimana keluarga berjuang menghadapi situasi yang kompleks ini. Dari sisi akademik, penelitian ini dapat memperkaya kajian psikologi keluarga dan pendidikan inklusif. Dari sisi praktis, penelitian ini bisa memberikan bermanfaat untuk memberikan anjuran kepada orang tua, pendidik, hingga pemerintah untuk membuat kebijakan dalam pembangunan strategi dukungan yang tepat sasaran. Oleh karena itu, penelitian ini ingin mengkaji tantangan dan adaptasi orang tua dalam membesarkan anak berkebutuhan khusus.

## METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, pendekatan kualitatif dipakai untuk memeriksa secara teliti pengalaman, kendala, dan upaya penyesuaian orang tua dalam membimbing anak dengan kebutuhan istimewa. Alasan utama menggunakan metode kualitatif adalah karena topiknya bersifat subyektif dan dipengaruhi konteks (Safrudin, Zulfamanna, Kustati, & Sepriyanti, 2023) sehingga lebih menekankan pada pemahaman tingkat kepentingan relatif antarvariabel daripada hitungan statistik. Pendekatan metodologis ini bertujuan menciptakan deskripsi yang jelas dan singkat terhadap fenomena yang sedang dikaji, selaras dengan prinsip dasar penelitian kualitatif yang mempromosikan interpretasi serta pemahaman yang menyeluruh.

Penelitian ini dilakukan di Kota Banda Aceh agar dapat mempermudah proses pengambilan data di lapangan dalam menjalankan penelitian. Prose pencarian dan pemilihan responden dilakukan dengan mendapatkan informasi dari saudara peneliti, dimana saudara peneliti memiliki anak berkebutuhan khusus dan memperkenalkan 2 responden lainnya. Fokus subjek penelitian tertuju pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Informan direkrut menggunakan metode *purposive sampling* (Fadli, 2021) yakni dengan memilih individu berdasarkan karakteristik unik yang relevan terhadap tujuan penelitian, mengingat mereka adalah kunci yang mengalami langsung tantangan harian. Pendekatan ini memastikan bahwa setiap responden yang terlibat memiliki kapasitas dan pengalaman yang cukup untuk memberikan wawasan mendalam mengenai strategi adaptasi dan tantangan dalam membesarkan Anak Berkebutuhan Khusus di wilayah tersebut.

Tabel 1: Karakteristik Informan

No	Inisial	Umur	Asal	Jenis Kebutuhan Anak
1	A	48 Tahun	Banda Aceh	<i>Speech Delay &amp; Down Syndrom</i>

2	FM	42 Tahun	Banda Aceh	<i>Down Syndrom</i>
3	NA	44 Tahun	Banda Aceh	Autis

Data dikumpulkan melalui metode wawancara semi-terstruktur, merupakan panduan wawancara dari berbagai topik dengan mengajukan pertanyaan namun tetap memberikan ruang fleksibel bagi peneliti untuk penelitian dari jawaban responden secara mendalam (Khalefa & Selian, 2021). Wawancara di lakukan pada bulan Oktober 2025. Di perkuat dengan observasi, rekaman visual, serta dokumentasi, atas izin dari responden.

Analisis data menggunakan analisis tematik (*thematic analysis*) seperti pendekatan yang fleksibel untuk mengidentifikasi pola dan tema dari data kualitatif (Denzin, N.K. & Lincoln, 2000). Peneliti melakukan peninjauan berulang yang kemudian dikelompokkan menjadi tema-tema utama dari tantangan dan adaptasi orang tua. Dengan demikian, peneliti dapat memahami makna mendalam dari pengalaman responden, sehingga menghasilkan gambaran yang utuh mengenai fenomena yang diteliti.

Dengan desain penelitian kualitatif tersebut, peneliti diharapkan dapat mengungkap tantangan dan adaptasi orang tua dalam membresarkan anak berkebutuhan khusus, serta menyajikan gambaran utuh mengenai peran orang tua dalam mendukung perkembangan anak secara holistik. Dengan mengeksplorasi keterkaitan antara nilai budaya lokal, kekuatan spiritual, dan dukungan sosial, temuan ini diharapkan dapat memberikan pemahaman baru mengenai resiliensi keluarga dan menjadi landasan empiris bagi pengembangan kebijakan yang lebih baik.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Tantangan Orang Tua dalam Membesarkan Anak Berkebutuhan Khusus

Orang tua ABK menghadapi berbagai tantangan di antaranya, aspek emosional, ekonomi, sosial, dan keterbatasan akses informasi mengenai layanan pendidikan dan terapi. Meski demikian, dukungan dari sekitar sangat membantu orang tua dalam menjalankan perannya dengan lebih baik. Salah satu tantangan utama adalah kebutuhan untuk memahami kondisi dan karakteristik anak secara mendalam. Orang tua harus belajar mengenali jenis kebutuhan khusus anaknya seperti gangguan perkembangan, keterbatasan fisik, atau masalah emosional, serta mencari metode dan strategi yang tepat untuk membantu anak belajar dan beradaptasi (Ramadhani, Kharisma, Yanti, & Minsih, 2025). Proses ini sering kali memerlukan waktu dan usaha yang tidak sedikit.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi mendalam dengan 3 orang tua yang telah di lakukan, orang tua mengalami tantangan beragam yang mencakup aspek emosional, ekonomi, sosial, hingga

keterbatasan akses informasi. Meskipun tantangan ini bervariasi tergantung pada usia dan tingkat keparahan kondisi anak, terdapat pola hambatan yang serupa di antara para informan. Salah satu tantangan yang paling dominan adalah kebutuhan untuk memahami karakteristik anak secara mendalam, termasuk gangguan perkembangan atau keterbatasan fisik yang memerlukan usaha ekstra. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setiap orang tua mengalami dinamika psikologis yang berat sejak awal diagnosis hingga proses pengasuhan harian.

Beban emosional muncul dalam bentuk kesedihan mendalam saat melihat perbedaan antara anak mereka dengan anak-anak normal lainnya. Subjek 1 (A), yang memiliki anak dengan *Speech Delay* dan *Down Syndrome*, mengungkapkan kesedihannya saat melihat anaknya sulit diterima di lingkungan sosial. *“Saya kadang sedih kadang juga merasa bersalah...kalau main sama kawan-kawan kan kadang gak di kasih kawan, di situ saya sedih...kadang diejek itu yang saya sedih,”* ujar A. Hal ini sejalan dengan penelitian Ramadhini dan Selian (2025) yang mengatakan bahwa pandangan masyarakat sering kali menjadi beban tambahan bagi keluarga karena adanya stereotip negatif. Hal ini terbukti dari pengalaman subjek 1 (A) yang merasa sedih saat anaknya diejek atau tidak diterima oleh teman sebayanya.

Selain kesedihan, muncul pula rasa bersalah yang bersifat meninjau diri. Seperti pada subjek 2 (FM), yang mengaitkan kondisi *Down Syndrome* anaknya dengan perilaku diet ketat dan konsumsi teh Cina yang dilakukan saat masa kehamilan. FM mengatakan bahwa *“Rasa bersalah apa ya, mungkin karena waktu hamil tadi ya kalau seandainya aku gak diet...kalau kita gak diet kan mungkin dia gak ini (Down Syndrome).”* Temuan ini mengungkapkan adanya rasa sedih dan bersalah yang mendalam pada subjek. Rasa bersalah dan kesedihan mendalam yang dialami orang tua dalam penelitian ini sejalan dengan konsep *Parental Burnout* yang dikembangkan oleh (Mikolajczak & Roskam, 2020). Mereka menyatakan bahwa kelelahan emosional ini muncul ketika tuntutan pengasuhan yang tinggi tidak sebanding dengan sumber daya emosional yang dimiliki orang tua. Perasaan *“tidak sama dengan anak lainnya”* memicu kecemasan yang berkelanjutan.

Sementara itu, subjek 3 (NA) yang memiliki anak Autis menunjukkan bentuk penyesalan yang berbeda, yaitu terkait keterlambatan pemberian hasil medis. *“Rasa bersalah kek mana ya, bukan rasa bersalah gak misalnya kenapa ini gak di terapi dari kecil,”* ujar NA. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gamlin, Smallman, Epstude, & Roese (2020) di mana orang tua terjebak dalam simulasi mental mengenai masa lalu yang dianggap dapat mengubah kondisi anak saat ini jika tindakan berbeda diambil.

Penolakan dari lingkungan sebaya atau ejekan (*bullying*) menjadi tantangan sosial nyata yang dialami oleh anak dari subjek 1 (A). Selain itu, tantangan praktis muncul dalam aktivitas harian, seperti sulitnya melatih kemandirian anak. Subjek 2 (FM) menceritakan tantangan saat

mempersiapkan anak sekolah yang memerlukan waktu lama karena anak belum mandiri dan sering lari kesana kemari. Subjek 3 (NA) juga menghadapi hambatan di sekolah karena anaknya sering buang air besar (BAB) di sembarang tempat karena kurang paham instruksi. Hal ini sejalan dengan penelitian Afiyah & Alucyana (2021) yang menyatakan bahwa orang tua yang menggunakan pola asuh demokratis akan membuat diri anak menjadi seorang yang mandiri, namun tetap memiliki batasan atas beberapa tindakan.

Adapun tantangan akses layanan terapi dan pendidikan. Para orang tua membutuhkan layanan terapi untuk anak, namun mengalami kendala pada biaya. Subjek 2 (FM) secara jelas menyebutkan bahwa biaya konsultasi ke psikolog bisa mencapai (Rp600.000 per pertemuan), yang menjadi kendala bagi keluarganya. Hal ini menyebabkan para orang tua membutuhkan pemerintah untuk meringankan biaya terapi untuk ABK, melalui subsidi atau program asuransi kesehatan yang inklusif (Hariyati, Harsiwi, Madura, & Indah, 2025). Oleh sebab demikian, kebutuhan pemerintah untuk mendanai terapi dan sesi psikolog, serta meluncurkan program informasi tentang ABK, dapat membantu para orang tua untuk mengetahui lebih dalam pengetahuan tentang ABK.

### **Adaptasi Orang Tua dalam Membesarkan Anak Berkebutuhan Khusus**

Adaptasi orang tua dalam membesarkan anak berkebutuhan khusus (ABK) merujuk pada proses dinamis dan berkelanjutan di mana orang tua menyesuaikan sikap, perilaku, sumber daya, dan strategi pengasuhan untuk memenuhi kebutuhan unik anak yang memiliki hambatan fisik, mental, intelektual, atau emosional (Pandiangan & Selian, 2025). Adaptasi ini melibatkan tahap penerimaan, pembelajaran keterampilan baru, dan restrukturisasi kehidupan sehari-hari agar keluarga tetap fungsional dan harmonis (Syaputri & Afriza, 2022). Adaptasi bukanlah perubahan instan, melainkan perjalanan yang dipengaruhi oleh dukungan eksternal, di mana orang tua bertransformasi dari rasa kaget awal menjadi advokat yang kuat.

Adaptasi orang tua dalam penelitian ini merupakan proses dari fase kaget menuju penerimaan (Harahap & Irman, 2024) yang didorong oleh nilai budaya dan agama, yang memungkinkan mereka bertahan meskipun memiliki tantangan berat. Strategi ini mencakup penerimaan emosional, pemanfaatan dukungan sosial, dan upaya akses layanan (Meylani Patilima, Mansye Soeli, & Suleman Antu, 2021).

Langkah awal adaptasi adalah penerimaan terhadap kondisi fisik dan mental anak. Subjek 1 (A) menyatakan telah menerima kondisi anaknya sejak bayi karena sering sakit-sakitan. Subjek 2 (FM) menekankan pentingnya sikap ikhlas dan pasrah dalam belajar sabar menghadapi tingkah laku anak. Dalam mengelola emosi saat anak mengamuk (tantrum), subjek 3 (NA) menggunakan pendekatan yang lembut. *“Kalau berdamai sama si adek itu harus ini duduk sama dia di elus-elus dia...sholawat,*

*kek itu*” ujar NA. Nilai-nilai agama yang kental di Kota Banda Aceh menjadi tumpuan utama bagi orang tua. Subjek 3 (NA) memaknai kondisi anaknya sebagai takdir yang harus disyukuri karena masih banyak orang lain yang menghadapi ujian lebih berat. Kalimat “*Sabar namanya sudah takdir Allah*” bukan sekedar pasrah dengan kondisi anak, melainkan bentuk pemberian makna yang menurut (Walsh, 2020) sangat penting agar keluarga tetap berfungsi positif di tengah krisis. Strategi koping religius ini membantu orang tua untuk tetap berfungsi secara positif dan tidak terlarut dalam keputusan.

Meskipun ada stigma di luar rumah, dukungan dari keluarga inti dan tetangga terdekat menjadi faktor kunci keberhasilan adaptasi. Subjek 1 (A) merasa sangat terbantu karena saudara mendukung penuh tanpa mengucilkan. Begitu juga dengan subjek 2 (FM) yang merasa teman-temannya di lingkungan pengajian memberikan dukungan moral yang besar, sehingga ia tidak merasa malu membawa anaknya ke ruang publik. Pemanfaatan dukungan dari keluarga dan lingkungan pengajian menjadi penguat orang tua dalam membangun rasa percaya diri. Seperti yang di jelaskan oleh penelitian Munisa et al (2022) yang menyatakan bahwa keterlibatan dalam komunitas dapat menurunkan tingkat stres pengasuhan secara signifikan.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa, adaptasi orang tua terhadap tantangan dalam membresarkan Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) merupakan sebuah perjalanan yang dinamis, di mana mereka menerima dari fase kaget menuju kematangan diri yang berbasis nilai-nilai budaya dan agama. Dengan menerima, orang tua mampu melepaskan beban penyesalan di masa lalu dan menggantinya dengan ketenangan batin. Dengan demikian, adaptasi ini menjadi pondasi utama bagi orang tua untuk menjadi lebih tanggung bagi masa depan anak mereka.

### **Keterkaitan antara Tantangan dan Adaptasi Orang Tua dalam Membesarkan Anak Berkebutuhan Khusus**

Pengalaman orang tua yang merawat anak berkebutuhan khusus, hubungan antara tantangan dan adaptasi bersifat interaktif dan saling memengaruhi, di mana kesulitan sering menjadi pendorong utama untuk adaptasi, sementara adaptasi itu sendiri berperan sebagai alat untuk meredakan atau mengubah tantangan menjadi kesempatan berkembang (Lafega Khoirunisa Az Zahra, Nabila Aulia Putri, Risma Syifa Fauziah, & Shinta Nurhalimah, 2024). Faktor seperti proses diagnosis anak, keterbatasan fasilitas kesehatan, beban biaya yang mahal, atau prasangka sosial di masyarakat dapat dipandang sebagai pendorong stres yang memerlukan penilaian risiko terhadap kesejahteraan keluarga serta pengevaluasian kemampuan pribadi untuk mengatasinya, sehingga mendorong orang tua membangun pendekatan adaptif, seperti menyesuaikan jadwal sehari-hari, mencari bantuan dari komunitas, atau mengubah pandangan mereka terhadap kondisi anak.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi mendalam, temuan kunci menyoroti bahwa tantangan yang muncul tidak hanya satu jenis melainkan memiliki beragam tekanan, meliputi ranah fisik, emosional, sosial, serta ekonomi. Dalam merespon situasi, orang tua menunjukkan adaptasi berakar pada penerimaan awal, kesabaran, dan dukungan yang kuat, yang diperkaya oleh nilai-nilai budaya serta keagamaan yang mendominasi di Kota Banda Aceh, di mana keyakinan agama menjadi kerangka kerja utama bagi para orang tua dalam memaknai kesulitan dan membangun ketangguhan mental.

Tabel 2: Temuan Tantangan dan Strategi Adaptasi Orang Tua ABK

Dimensi Tantangan	Detail Kendala/Hambatan yang Dihadapi	Strategi Adaptasi dan Penyesuaian
Emosional & Psikologis	Munculnya rasa sedih, rasa bersalah terkait perilaku masa kehamilan, serta penyesalan atas keterlambatan terapi.	Melakukan penerimaan emosional ( <i>acceptance</i> ), bersikap ikhlas, dan belajar sabar menghadapi tingkah laku anak.
Sosial	Mengalami penolakan dari lingkungan sebaya, ejekan ( <i>bullying</i> ), dan stigma negatif dari masyarakat.	Memanfaatkan dukungan dari keluarga inti serta aktif dalam komunitas/kajian untuk mendapatkan penguatan moral.
Ekonomi & Akses	Tingginya biaya konsultasi psikolog dan layanan terapi yang menjadi beban finansial keluarga.	Berharap pada kebijakan pemerintah terkait subsidi biaya terapi atau program asuransi kesehatan yang inklusif.
Praktis & Kemandirian	Kesulitan melatih kemandirian anak dalam aktivitas harian (seperti makan, berpakaian, atau BAB).	Menggunakan pendekatan lembut dan rutin dalam membimbing serta menyesuaikan jadwal harian keluarga.
Spiritual & Budaya	Tekanan psikologis dalam memaknai takdir dan kondisi khusus anak.	Menggunakan koping religius seperti sholawat dan doa, serta memaknai kondisi anak



		sebagai ketetapan Tuhan yang harus disyukuri.
--	--	---

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa, pengalaman orang tua dalam merawat anak berkebutuhan khusus (ABK), dapat dirangkum bahwa kesulitan yang dialami orang tua bersifat berlapis-lapis, meliputi ranah emosional, ekonomi, sosial, dan fisik, yang secara mendalam memengaruhi interaksi dalam keluarga. tantangan seperti penilaian negatif dari masyarakat, akses terbatas ke perawatan kesehatan, dan biaya yang tidak sedikit untuk terapi sering kali memicu proses adaptasi, di mana orang tua merancang pendekatan coping yang adaptif untuk menghadapi dan berkembang di tengahnya.

Adaptasi ini bersifat proaktif dan berbasis nilai budaya serta keagamaan di Kota Banda Aceh, dengan strategi utama seperti memanfaatkan dukungan sosial dari keluarga dan komunitas, serta mengakses layanan terapi. Temuan wawancara menunjukkan bahwa penerimaan dini kondisi anak, kesabaran, dan dukungan eksternal memungkinkan orang tua bertahan dan bertransformasi menjadi advokat yang kuat.

Interaksi antara tantangan dan adaptasi bersifat berputar dan saling memengaruhi, dengan adaptasi emosional (penerimaan diri), perilaku (memperjuangkan hak anak), kognitif (mengubah cara memandang situasi) menjadi kunci untuk meredakan tekanan dan menumbuhkan ketangguhan berkelanjutan. Di lingkungan Indonesia, elemen budaya seperti semangat gotong royong dan komunitas daring memperkuat proses adaptasi, walaupun keterbatasan dukungan dari pemerintah tetap menjadi kendala pokok. Secara umum, studi ini menegaskan bahwa adaptasi yang berhasil tidak hanya meminimalkan efek buruk dari kesulitan, tetapi juga memberdayakan orang tua untuk membangun rumah tangga yang inklusif dan kuat, yang pada akhirnya meningkatkan kesejahteraan anak berkebutuhan khusus (ABK).

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Afiyah, A., & Alucyana, A. (2021). HUBUNGAN POLA ASUH DEMOKRATIS ORANGTUA DENGAN KEMANDIRIAN SISWA KELOMPOK B TK NEGERI PEMBINA 3 KOTA PEKANBARU. *Generasi Emas*, 4(2), 106-114. [https://doi.org/10.25299/ge:jpiaud.2021.vol4\(2\).6776](https://doi.org/10.25299/ge:jpiaud.2021.vol4(2).6776)
- [2] Denzin, N.K. & Lincoln, Y. . (2000). *Hanbook of Qualitative Research*. Hanbook of Qualitative Research: Sage Publication.
- [3] Ester Rosa Komara, Lesta Dwi Agustin, Saomy Dian Supratman, & Siti Hamidah. (2024). Hubungan Eksistensi Orang Tua di Lingkungan Sosial dengan Pola Asuh Anak Berkebutuhan Khusus. *RISOMA : Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 2(4), 46-53. <https://doi.org/10.62383/risoma.v2i4.126>

- [4] Fadli, M. R. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif. *Humanika, Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum*, Vol. 21(No. 1), 33-54. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1.38075>
- [5] Gamlin, J., Smallman, R., Epstude, K., & Roese, N. J. (2020). Dispositional optimism weakly predicts upward, rather than downward, counterfactual thinking: A prospective correlational study using episodic recall. *PLOS ONE*, 15(8), e0237644. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0237644>
- [6] Harahap, J. S., & Irman, I. (2024a). Strategi Pengasuhan Orangtua Dalam Merespon Sehingga Potensi Anak Berkebutuhan Khusus Bertumbuh Kembang Dengan Baik. *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 5(1), 40-49. <https://doi.org/10.31943/counselia.v5i1.101>
- [7] Harahap, J. S., & Irman, I. (2024b). Strategi Pengasuhan Orangtua Dalam Merespon Sehingga Potensi Anak Berkebutuhan Khusus Bertumbuh Kembang Dengan Baik. *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 5(1), 40-49. <https://doi.org/10.31943/COUNSELIA.V5I1.101>
- [8] Hariyati, A., Harsiwi, N. E., Madura, U. T., & Indah, P. T. (2025). Analisis Peran Guru Dan Orang Tua Dalam, 3(5).
- [9] Intan, & Selian, S. N. (2025). Pendidikan Pada Perkembangan Kognitif Anak Down Syndrome Di Sekolah Luar Biasa. *Journal Of Early Childhood And Islamic Education*, 3(2), 176 - 184. <https://doi.org/10.62005/joecie.v3i2.163>
- [10] Khalefa, E. Y., & Selian, S. N. (2021). Non-Random Samples as a Data Collection Tool in Qualitative Art-Related Studies. *International Journal of Creative and Arts Studies*, 8(1), 35 - 49. <https://doi.org/10.24821/ijcas.v8i1.5184>
- [11] Lafega Khoirunisa Az Zahra, Nabila Aulia Putri, Risma Syifa Fauziah, & Shinta Nurhalimah. (2024). Studi Literatur: Peran Orang Tua dalam Mendidik Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Pendidikan Non Formal*, 1(4), 11. <https://doi.org/10.47134/jpn.v1i4.633>
- [12] Meylani Patilima, S., Mansye Soeli, Y., & Suleman Antu, M. (2021). Dukungan Sosial Berhubungan Dengan Penerimaan Diri Orangtua Yang Memiliki Anak Retardasi Mental. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(3), 579-590. Retrieved from <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj>
- [13] Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2020). Parental burnout: Moving the focus from children to parents. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2020(174), 7-13. <https://doi.org/10.1002/cad.20376>
- [14] Munisa, M., Lubis, S. I. A., & Nofianti, R. (2022). Penerimaan Orang Tua Terhadap Anak Berkebutuhan Khusus (Tunadaksa). *Warta Dharmawangsa*, 16(3), 358-364. <https://doi.org/10.46576/wdw.v16i3.2230>
- [15] Pandiangan, A. K., & Selian, N. S. (2025). Pola Asuh Orang Tua dan Strategi Guru dalam Mendukung Anak Disleksia. *Jejak Digital: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(4), 1 - 16. Retrieved from <https://indojurnal.com/index.php/jejakdigital/article/view/464/402>
- [16] Ramadhani, F. Y. N., Kharisma, N. A., Yanti, N. D., & Minsih, M. (2025). Peran Orang Tua Dalam Memahami Resiliensi Dan Tantangan Anak Berkebutuhan Khusus Dalam Pendidikan. *Jurnal Dedikasi Pendidikan*, 9(1), 123-134. <https://doi.org/10.30601/dedikasi.v9i1.5453>
- [17] Ramadhini, S., & Sri Nurhayati Selian. (2025). Society' s View of Children with Special Needs Disabilities: Between Empathy and Stereotypes. *Journal of Insan Mulia Education*, 3(1), 1 - 7. <https://doi.org/10.59923/joinme.v3i1.401>
- [18] Safrudin, R., Zulfamanna, Kustati, M., & Sepriyanti, N. (2023). Penelitian Kualitatif. *Journal Of Social Science Research*, 3(2), 1-15.
- [19] Selian, S. N. (2023). Asesmen Anak Berkebutuhan Khusus. Banda Aceh: Syiah Kuala University Press.
- [20] Selian, Sri Nurhayati, & Yulasteriyani. (2024). Pengalaman Orang Tua Yang Bekerja Dengan Anak Berkebutuhan Khusus: Studi Fenomenologi. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 11(02), 129-140. <https://doi.org/10.21009/jkkp.112.02>
- [21] Soetikno, N., Heng, P. H., Putri, N. P., & Pertiwi, I. A. (2021). Peningkatan Ketangguhan Dan Kelekatan Orangtua Anak Berkebutuhan Khusus Dalam Mengatasi Stres Pengasuhan Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 4(2), 366-372. <https://doi.org/10.24912/jbmi.v4i2.12907>
- [22] Syaputri, E., & Afriza, R. (2022). Peran Orang Tua Dalam Tumbuh Kembang Anak Berkebutuhan Khusus (Autisme). *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(2), 559-564. <https://doi.org/10.56248/educativo.v1i2.78>

- [23] Walsh, F. (2020). Loss and Resilience in the Time of COVID - 19: Meaning Making, Hope, and Transcendence. *Family Process*, 59(3), 898-911. <https://doi.org/10.1111/famp.12588>.