

Penguatan Peran Orang Tua dalam Pengembangan Bina Diri Anak dengan Disabilitas Intelektual

Effran Zudeta¹, Elvira Khori Ulmi², Ulfy Marsyah³, Annisa⁴, Anggawati Imanniyah⁵, Elda Despalantri⁶

Universitas Mercubaktijaya¹³⁴⁵⁶
Universitas Negeri Padang²

effranzudeta@mercubaktijaya.ac.id¹, elvirakhoriulni@unp.ac.id²,
ulfymarsyah@mercubaktijaya.ac.id³, annisaa@mercubaktijaya.ac.id⁴,
anggaimanniyah@gmail.com⁵, elda.despalantri@gmail.com⁶

Abstrak

Pengembangan bina diri pada anak dengan disabilitas intelektual sering kali terhambat oleh kompleksitas hambatan kognitif, motorik, dan adaptif yang mereka alami. Banyak orang tua merasa tidak percaya diri dan tidak memiliki keterampilan yang memadai untuk melatih anak mereka secara sistematis. Kebutuhan mendesak akan kapasitas orang tua sebagai pendamping utama yang terampil dan percaya diri dalam melatih keterampilan kemandirian dasar (bina diri) anak di lingkungan rumah. Program pelatihan yang diterapkan dirancang secara terstruktur dalam dua sesi inti: (1) Psikoedukasi mengenai karakteristik disabilitas intelektual dan prinsip perkembangan bina diri, serta (2) Pelatihan teknik aplikatif (task analysis, systematic prompting dan fading, positive reinforcement) dan observasi kemajuan anak. Penelitian dilakukan di SLB Bundo Kandung dengan melibatkan orang tua sebagai peserta. Efektivitas program diukur berdasarkan peningkatan pemahaman dan keterampilan orang tua. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa program ini terbukti signifikan dalam meningkatkan kapasitas orang tua. Terjadi peningkatan yang cukup besar, dari tingkat pemahaman dan keterampilan awal sebesar 41,8% menjadi 76% setelah mengikuti seluruh rangkaian pelatihan. Peningkatan ini menunjukkan bahwa orang tua telah mengalami transformasi peran dari sekadar pengasuh (caregiver) menjadi pelatih (coach) yang lebih terampil dan sistematis.

Kata Kunci: *Disabilitas Intelektual, Bina Diri, Pelatihan Orang Tua, Pengasuhan, Task Analysis, SLB*

Pendahuluan

Anak dengan disabilitas intelektual merupakan bagian dari keberagaman dalam masyarakat yang memerlukan dukungan holistik untuk mengaktualisasikan potensinya. Salah satu fondasi paling kritis bagi kualitas hidup mereka adalah penguasaan keterampilan bina diri (*self care skills*) (Liza et al, 2024), yang meliputi aktivitas dasar seperti makan, berpakaian, kebersihan diri, dan toileting. Kemampuan ini tidak hanya menjadi indikator kemandirian, tetapi juga secara signifikan berpengaruh terhadap penerimaan sosial, partisipasi pendidikan, dan kesejahteraan psikologis anak (Widiana et al., 2023).

Meskipun penting, pengembangan bina diri pada anak dengan disabilitas intelektual sering kali terhambat oleh kompleksitas hambatan kognitif, motorik, dan adaptif yang mereka alami (Zudeta & Mumpuniarti 2019). Di sisi lain, peran keluarga, khususnya orang tua sebagai *primary caregiver* dan *first teacher*, menjadi faktor penentu yang paling dominan sekaligus rentan. Penelitian terbaru mengungkapkan bahwa banyak orang tua merasa tidak percaya diri dan tidak memiliki keterampilan yang memadai untuk melatih anak mereka secara sistematis. Kecenderungan untuk berlebihan dalam membantu atau justru menghindari latihan karena faktor kasihan, waktu, dan frustrasi justru dapat memperlambat kemajuan anak dan meningkatkan ketergantungan jangka panjang (Maulida & Yusuf, 2024).

Tantangan ini semakin nyata dalam konteks pascapandemi, di mana interaksi dengan tenaga profesional seperti terapis okupasi, psikolog, dan guru pembimbing khusus (GPK) menjadi terbatas. Orang tua dituntut untuk menjadi 'guru atau terapis di rumah' tanpa persiapan yang memadai. Studi oleh Sari & Pratama (2023) menunjukkan bahwa dukungan bagi orang tua seringkali masih bersifat insidental, berupa seminar umum, dan belum menyentuh kebutuhan akan pelatihan keterampilan aplikatif yang berorientasi pada pemecahan masalah (*problem based learning*) di konteks rumah.

Di sinilah urgensi Pelatihan Penguatan Peran Orang Tua muncul. Pelatihan yang dimaksud bukan sekadar penyuluhan satu arah, melainkan sebuah program intervensi yang terstruktur dan berkelanjutan. Pendekatan modern yang terbukti efektif adalah dengan metode *coaching* dan *parent-implemented intervention*. Meta analisis oleh Lee et al. (2023) menyimpulkan bahwa intervensi yang melibatkan orang tua secara aktif sebagai pelaksana langsung (*trainer*) di lingkungan alami anak, menghasilkan efek yang lebih besar dan generalisasi keterampilan yang lebih baik pada anak dengan disabilitas intelektual dibandingkan intervensi yang hanya dilakukan oleh profesional.

Pelatihan yang efektif harus mencakup beberapa komponen kunci berdasarkan temuan terkini: (1) Psikoedukasi mengenai karakteristik disabilitas intelektual dan prinsip perkembangan bina diri; (2) Pengajaran teknik aplikatif seperti *task analysis* (pemecahan tugas menjadi langkah kecil), *systematic prompting* dan *fading*, serta *positive reinforcement*; (3) Pelatihan dalam melakukan observasi dan pencatatan

kemajuan anak secara sederhana; (Nurbaiti & Fitria, 2023).

Artikel ini bertujuan untuk menganalisis lebih dalam mengenai model, strategi, dan efektivitas Pelatihan Penguatan Peran Orang Tua dalam Pengembangan Bina Diri Anak dengan Disabilitas Intelektual. Dengan memperkuat peran orang tua melalui pendekatan berbasis bukti (evidence based), diharapkan tercipta kolaborasi sinergis antara rumah dan layanan profesional. Pada akhirnya, hal ini akan memandu anak menuju kemandirian maksimal, meningkatkan kualitas hidup keluarga, dan mewujudkan inklusi yang substantif.

Metode

Metode Prosedur yang dilakukan dalam kegiatan ini terdiri dari beberapa rangkaian kegiatan, mulai dari melakukan kegiatan analisis situasi berupa observasi lapangan dan interview sampai kepada pembuatan proposal dan laporan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Kemudian untuk pelaksanaan kegiatan menggunakan metode Focus Group Discussion, Pemberian sosialisasi kepada 12 orang tua yang memiliki anak disabilitas intelektual di SLB Bundo Kandung Padang. Prosedur yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terbagi 2 sesi. Sesi 1 dimulai dengan melakukan pelatihan tentang Psikoedukasi mengenai karakteristik disabilitas intelektual dan prinsip perkembangan bina diri;. Sesi 2 melanjutkan hal yang perlu diperhatikan seperti pengajaran teknik aplikatif seperti task analysis (pemecahan tugas menjadi langkah kecil), systematic prompting dan fading, serta positive reinforcement; serta Pelatihan dalam melakukan observasi dan pencatatan kemajuan anak secara sederhana;



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian

Hasil

Pelatihan Penguatan Peran Orang Tua dalam Pengembangan Bina Diri Anak dengan Disabilitas Intelektual berjalan lancar dan sesuai dengan susunan kegiatan yang direncanakan sebelumnya. Tim Pengabdian telah mampu memberikan materi dan

praktik sederhana kepada peserta. Peserta juga dapat mengikuti kegiatan dengan baik dari awal hingga selesai. Berdasarkan angket yang disebarakan kepada peserta, hasil dari respon angket menggambarkan bahwa kegiatan sangat berguna dan bermanfaat bagi peserta. Hal itu tergambar dari peningkatan persentase pengetahuan guru setelah mengikuti kegiatan.

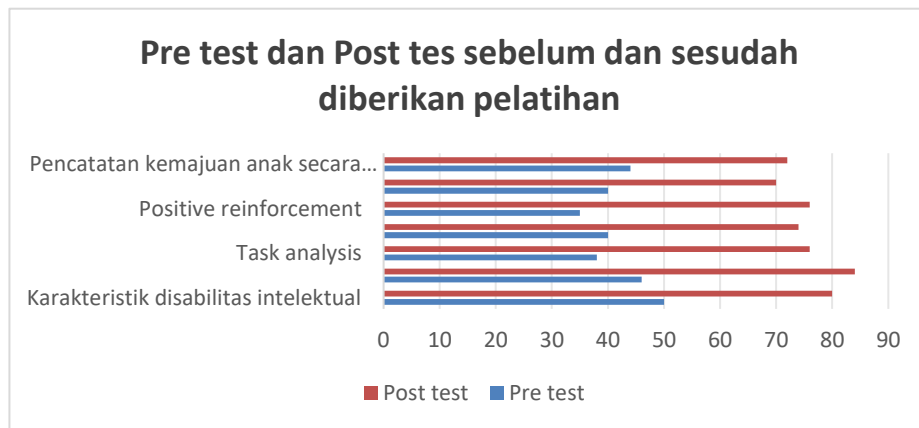
Tabel. 1 Klasifikasi Data

| Kriteria | Skor |
|-------------|-------------|
| Sangat Baik | 75% - 100 % |
| Baik | 50% - 74 % |
| Kurang baik | 24%- 49 % |
| Tidak baik | 0 % - 24 % |

Berdasarkan hasil pengolahan data, maka gambaran pengetahuan dan pemahaman Penguatan Peran Orang Tua dalam Pengembangan Bina Diri Anak dengan Disabilitas Intelektual sebelum dan sesudah diberikan pelatihan adalah sebagai berikut: Pada tabel 2. diperoleh gambaran mengenai hal-hal yang perlu diperhatikan dalam Penguatan Peran Orang Tua dalam Pengembangan Bina Diri Anak dengan Disabilitas Intelektual di SLB Bundo Kandung sebelum dan sesudah diberikan pelatihan. Secara umum, sebelum diberikan pelatihan, pengetahuan peserta berada pada kategori kurang baik dengan rata-rata 41.8%. Selanjutnya, setelah diberikan pelatihan, pemahaman peserta berada pada kategori baik dengan rata-rata 76%. Berdasarkan data tersebut maka dapat disimpulkan bahwa Penguatan Peran Orang Tua dalam Pengembangan Bina Diri Anak dengan Disabilitas Intelektual di SLB Bundo Kandung mengalami peningkatan dari 41.8% menjadi 76%.

Tabel 2. Pre Test dan Post Test Sebelum dan Sesudah Diberikan Pelatihan

| No | Indikator Keberhasilan | % | Pre Test | | Post Test |
|----|---|------|-------------|----|-------------|
| | | | Kategori | % | Kategori |
| 1 | Karakteristik disabilitas intelektual | 50 | Baik | 80 | Sangat Baik |
| 2 | Prinsip perkembangan bina diri | 46 | Kurang Baik | 84 | Sangat Baik |
| 3 | Task analysis | 38 | Kurang Baik | 76 | Sangat Baik |
| 4 | Systematic prompting dan fading | 40 | Kurang Baik | 74 | Baik |
| 5 | Positive reinforcement | 35 | Kurang Baik | 76 | Sangat Baik |
| 6 | Observasi anak secara sederhana | 40 | Kurang Baik | 70 | Baik |
| 7 | Pencatatan kemajuan anak secara sederhana | 44 | Kurang Baik | 72 | Baik |
| | Rata-rata | 41.8 | Kurang Baik | 76 | Sangat Baik |



Grafik 1. Hasil Post test dan Pre test

Berdasarkan tabel di atas terlihat jelas perbedaan keterampilan peserta saat sebelum dengan sesudah dilakukan pelatihan Berdasarkan kuesioner yang telah dibagikan, sebagian besar orang tua menyebutkan bahwa materi terorganisasi dengan baik dan mudah dimengerti, relevan dan menunjang serta memudahkan orang tua untuk lebih memahami hal-hal yang perlu diperhatikan dalam mengajarkan bina diri pada disabilitas Intelektual.

Pembahasan

Pelatihan penguatan peran orang tua dalam pengembangan bina diri anak dengan disabilitas intelektual yang dirancang secara sistematis dan bertahap telah menunjukkan dampak yang signifikan. Berdasarkan implementasi pelatihan dua sesi yang berfokus pada anak disabilitas intelektual sebaiknya fokus pada pembangunan pengetahuan dan keterampilan aplikatif (Zudeta et al, 2024), berikut adalah analisis mendalam mengenai proses dan hasilnya. SESI 1: Fondasi Pemahaman melalui Psikoedukasi Sesi pertama yang berfokus pada Psikoedukasi mengenai karakteristik disabilitas intelektual dan prinsip perkembangan bina diri berhasil menciptakan fondasi kognitif dan emosional yang kokoh bagi orang tua. Sesi ini bukan sekadar transfer informasi, melainkan intervensi untuk mengubah mindset.

Banyak orang tua datang dengan perasaan bingung, frustrasi, dan menyalahkan diri sendiri atas lambatnya kemajuan anak (Hasanah et al 2023). Dengan memaparkan karakteristik disabilitas intelektual seperti kesulitan dalam abstract thinking, memori jangka pendek, generalisasi keterampilan dan inisiasi pelatih membantu orang tua memahami bahwa hambatan anak bersifat neurologis, bukan karena kemalasan atau pembangkangan. Pemahaman ini secara langsung mengurangi tingkat stres dan meningkatkan empati.

Psikoedukasi juga berperan dalam menormalisasi bahwa perkembangan bina diri pada anak dengan disabilitas intelektual bersifat non-linear dan memerlukan waktu lebih lama. Orang tua diedukasi tentang prinsip perkembangan bina diri yang bertahap, dari ketergantungan penuh menuju kemandirian parsial hingga penuh. Hal ini membantu

menata ekspektasi yang realistis, sehingga orang tua tidak mudah menyerah ketika menghadapi plateau (masa di mana kemajuan seolah terhenti) dalam proses latihan. Hasil evaluasi refleksi di akhir Sesi 1 menunjukkan bahwa mayoritas orang tua melaporkan perasaan "terlegakan" dan "lebih siap secara mental". Mereka mulai melihat peran mereka bukan lagi sebagai "pengganti" yang melakukan segalanya untuk anak, tetapi sebagai "pemandu" yang sabar. Ini selaras dengan temuan Maulida & Yusuf (2024) bahwa landasan psikologis yang positif pada orang tua merupakan prasyarat untuk keberhasilan intervensi lebih lanjut.

Sesi kedua merupakan kelanjutan logis yang mengonversi pemahaman dari Sesi 1 menjadi tindakan nyata. Fokus pada pengajaran teknik aplikatif dan observasi mengubah orang tua dari pihak yang pasif menjadi pelatih (coach) yang aktif dan terukur. Pada Task Analysis (Analisis Tugas) Orang tua diajarkan untuk mendekomposisi aktivitas seperti "menggosok gigi" atau "memakai kaos kaki" menjadi 5-8 langkah kecil yang konkret dan berurutan. Misalnya, "menggosok gigi" dipecah menjadi: (a) mengambil sikat gigi, (b) membuka pasta gigi, (c) mengoleskan pasta, (d) menggosok gigi bagian depan, dan seterusnya. Latihan praktik task analysis ini memberi orang tua "peta" yang jelas untuk mengajar, membuat tugas yang semula terasa mustahil menjadi dapat dikelola. Systematic Prompting dan Fading: Ini merupakan teknik inti yang diajarkan. Orang tua berlatih memberikan bantuan (prompt) yang tepat, dimulai dari physical guidance (membimbing tangan), modeling (memperagakan), gestural (menunjuk), hingga verbal (instruksi lisan). Yang paling kritis adalah pembelajaran tentang fading cara mengurangi bantuan secara bertahap saat anak mulai menguasai langkah tersebut (Zudeta et al, 2025). Teknik ini secara langsung mengatasi kecenderungan over-bantu dan mendorong kemandirian bertahap.

Pelatihan menekankan pentingnya memberi penguatan segera dan spesifik (misal, "Wah, Adik hebat sudah bisa memasukkan tangan ke lengan baju!") dibanding pujian umum ("Pintar"). Orang tua menyadari bahwa penguatan adalah "bahan bakar" yang memotivasi anak untuk mengulangi perilaku yang diharapkan. Orang tua dibekali lembar observasi sederhana untuk mencatat langkah mana yang sudah dikuasai anak, di mana ia masih terkendala, dan jenis prompt apa yang diberikan. Pencatatan ini, meski sederhana, mengubah intervensi dari yang berbasis asumsi menjadi berbasis data. Orang tua dapat melihat progres sekecil apapun, yang sangat memotivasi, dan dapat berdiskusi dengan lebih spesifik ketika berkonsultasi dengan terapis atau guru (Lee et al, 2023).

Kesimpulan

Kekuatan pelatihan ini terletak pada urutan dan kesinambungannya. Sesi 1 (WHY dan WHAT) menjawab "mengapa" dan "apa" yang dihadapi, membangun kesiapan mental. Sesi 2 (HOW) memberikan jawaban konkret "bagaimana" melakukannya, membangun kesiapan teknis. Dampak holistik yang teramati adalah: Pada Orang Tua:

Peningkatan efikasi diri yang signifikan. Mereka merasa memiliki "toolkit" yang dapat digunakan untuk menghadapi tantangan sehari-hari, mengurangi perasaan helplessness. Pada Anak: Munculnya kemajuan kecil yang konsisten karena latihan yang terstruktur dan konsisten di rumah. Lingkungan rumah menjadi ruang belajar yang lebih terprediksi dan suportif. Pada Relasi: Komunikasi antara orang tua dan anak selama latihan bina diri seringkali memperbaiki ikatan (bonding), karena interaksi berfokus pada pencapaian bersama dengan emosi yang lebih positif.

Implikasi dan Rekomendasi Keberhasilan dua sesi awal ini menunjukkan bahwa model pelatihan bertahap dan praktik sangat efektif. Namun, untuk keberlanjutan, diperlukan Sesi Lanjutan (Follow-up), misalnya sesi 3 yang berbentuk coaching clinic atau support group (Nurbaiti & Fitria, 2023), di mana orang tua membahas kasus spesifik, merevisi task analysis, dan mendapat validasi dari fasilitator dan sesama orang tua. Tanpa sesi lanjutan, ada risiko teknik yang diajarkan tidak terinternalisasi dengan baik atau ditinggalkan ketika menghadapi kesulitan baru. Dengan demikian, pelatihan terstruktur yang dimulai dari pembangunan paradigma (Psikoedukasi) hingga penguasaan keterampilan teknis (Teknik Aplikatif & Observasi) terbukti merupakan formula yang tepat untuk menguatkan peran orang tua sebagai agen perubahan utama dalam pengembangan bina diri anak.

Referensi

- Hasanah, N., Zudeta, E., Ustafiano, B., & Wahyuni, S. (2023). Resiliensi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *JPPKh Lectura: Jurnal Pengabdian Pendidikan Khusus*, 1(01), 8-14.
- Lee, S., Kim, J., & Park, H. (2023). The Efficacy of Parent-Implemented Interventions for Children with Intellectual Disabilities: A Meta-Analysis. *Journal of Intellectual Disability Research*, 67(2), 145-160.
- Liza, L. O., Zudeta, E., Ulni, E. K., Khalida, R., & Kes, A. (2024). Dasar-Dasar Anak Berkebutuhan Khusus. LPPM Universitas Lancang Kuning.
- Maulida, R., & Yusuf, A. (2024). Faktor yang Mempengaruhi Pengasuhan Orang Tua pada Anak dengan Disabilitas Intelektual: Studi Fenomenologi. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 10(1), 45-60.
- Nurbaiti, L., & Fitria, N. (2023). Dukungan Sosial untuk Orang Tua dengan Anak Disabilitas: Peran Support Group dalam Meningkatkan Efikasi Diri. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 16(2), 112-125.
- Sari, D.P., & Pratama, A.R. (2023). Analisis Kebutuhan Pelatihan bagi Orang Tua Anak Disabilitas Intelektual di Era Digital Pasca Pandemi. *Jurnal Pendidikan Inklusi*, 7(1), 78-95.
- Widiana, R., Setyawan, D., & Indriyani, D. (2023). Hubungan Keterampilan Bina Diri dengan Partisipasi Sosial dan Kualitas Hidup Anak dengan Disabilitas Intelektual Ringan. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 19(1), 33-47.
- Zudeta, E., & Mumpuniarti, M. (2019, April). Listening Skill of Mild Intellectual Disability. In International Conference on Special and Inclusive Education (ICSIE 2018) (pp. xxx-xxx).

104-108). Atlantis Press.

Zudeta, E., Marsyah, U., & Ulni, E. K. (2025). Pengembangan teknologi asistif aplikasi "I WANT..." untuk anak hambatan intelektual. *Literal: Disability Studies Journal*, 3(01), 44-54.

Zudeta, E., Wahyuni, S., Fitriani, D., & Ulni, E. K. (2024). Pelatihan Ketrampilan Hidup Menjadi Pramusaji Kedai Kopi untuk Anak Berkebutuhan Khusus. *Harmoni Masyarakat*, 2(1), 29-36.