LIBEROSIS
PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027
Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 17 No 1 Tahun 2025.
Online ISSN: 3026-7889

# PERAN IBU DALAM PENGASUHAN MANDIRI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS: TANTANGAN DAN STRATEGI

**Siti Nur Kolifah[1*], Mohammad Thohir[2]**
[1,2,3]Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Surabaya, Indonesia
Email: sitikholifah0912@gmail.com[1*], mohamadthohir@uinsby.ac.id[2]

**Abstrak**

Anak berkebutuhan khusus (ABK) merupakan individu yang memerlukan perhatian, layanan, dan pendampingan khusus dalam tumbuh kembangnya. Dalam konteks keluarga, peran orang tua, khususnya ibu, menjadi sangat dominan dalam pengasuhan. Kondisi akan semakin kompleks ketika seorang ibu harus mengasuh ABK secara mandiri tanpa kehadiran pasangan. Artikel ini bertujuan untuk menggambarkan tantangan, strategi, serta bentuk dukungan yang diperlukan ibu dalam menjalankan pengasuhan mandiri anak berkebutuhan khusus. Metode yang digunakan adalah studi kepustakaan dengan pendekatan kualitatif, yaitu menelaah berbagai literatur berupa buku, jurnal, artikel, serta laporan penelitian yang relevan. Hasil pembahasan menunjukkan bahwa ibu menghadapi berbagai tantangan, baik dari aspek fisik, psikologis, sosial, maupun ekonomi. Namun, ibu juga mampu mengembangkan strategi pengasuhan yang beragam, mulai dari pemberian kasih sayang penuh, penyesuaian pola asuh, melatih kemandirian anak, hingga membangun jaringan dukungan melalui komunitas. Artikel ini juga menekankan pentingnya dukungan dari keluarga besar, masyarakat, dan pemerintah dalam meringankan beban ibu. Kesimpulannya, peran ibu dalam pengasuhan mandiri ABK merupakan pilar utama yang membutuhkan pengakuan, apresiasi, dan dukungan nyata agar anak dapat berkembang secara optimal dan diterima dalam lingkungan sosial secara inklusif.

**Kata kunci**: Anak Berkebutuhan Khusus, Pengasuhan Mandiri, Peran Ibu, Tantangan, Dukungan Sosial.

***Abstract***

*Children with special needs (CSN) are individuals who require special attention, services, and assistance in their growth and development. Within the family context, the role of parents, especially mothers, is highly dominant in caregiving. The situation becomes more complex when a mother has to raise a CSN independently without the presence of a partner. This article aims to describe the challenges, strategies, and forms of support needed by mothers in independently raising children with special needs. The method used is a qualitative library research approach, by reviewing various relevant literature sources such as books, journals, articles, and research reports. The findings*

**Article History**
Received: Desember 2025
Reviewed: Desember 2025
Published: Desember 2025

Plagiarism Checker No 77
DOI : Prefix DOI : 10.8734/Musytari.v1i2.365
**Copyright : Author**
**Publish by : Liberosis**

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

**LIBEROSIS**
PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027
Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 17 No 1 Tahun 2025.
Online ISSN: 3026-7889

*show that mothers face multiple challenges, including physical, psychological, social, and economic aspects. However, mothers are also able to develop diverse caregiving strategies, ranging from providing unconditional love, adjusting parenting patterns, training the child's independence, to building supportive networks through communities. This article also emphasizes the importance of support from extended families, society, and the government in alleviating the burdens of mothers. In conclusion, the role of mothers in independently raising CSN is a crucial pillar that requires recognition, appreciation, and tangible support so that children can develop optimally and be fully accepted in an inclusive social environment.*

***Keywords**: Children with Special Needs, Independent Parenting, Mother's Role, Challenges, Social Support.*

**Pendahuluan**

Kehadiran anak berkebutuhan khusus (ABK) dalam sebuah keluarga merupakan anugerah sekaligus amanah yang membawa tantangan tersendiri bagi orang tua. Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang mengalami keterbatasan fisik, mental, intelektual, emosional, maupun sosial sehingga membutuhkan perhatian, pendidikan, dan pelayanan khusus untuk dapat berkembang secara optimal. Dalam konteks keluarga, tanggung jawab terbesar dalam pengasuhan ABK umumnya berada pada pundak orang tua, khususnya ibu. Hal ini karena secara sosial maupun budaya, ibu sering dipandang sebagai sosok utama dalam merawat, membimbing, dan mendampingi anak sejak kecil. Kondisi ini akan semakin kompleks ketika seorang ibu harus mengasuh anak berkebutuhan khusus secara mandiri tanpa kehadiran pasangan, baik karena perceraian, kematian, atau alasan lain yang membuat ibu menjadi satu-satunya pengasuh (Fransiska & Manurung, 2024). Beban tanggung jawab yang dipikul oleh seorang ibu tunggal dalam mengasuh ABK tentu lebih berat dibandingkan dengan pengasuhan anak pada umumnya, sebab ia tidak hanya menghadapi tantangan pengasuhan sehari-hari, tetapi juga stigma sosial, keterbatasan finansial, dan keterbatasan akses terhadap layanan yang memadai.

Fenomena ibu yang mengasuh ABK secara mandiri merupakan realitas sosial yang banyak dijumpai di masyarakat, khususnya di Indonesia yang memiliki kompleksitas budaya, ekonomi, dan sistem dukungan sosial yang masih terbatas. Seorang ibu tunggal dengan anak berkebutuhan khusus sering menghadapi beban ganda, di mana ia harus berperan sebagai pencari nafkah sekaligus pengasuh penuh waktu. Hal ini menuntut kekuatan fisik, mental, dan spiritual yang luar biasa, karena setiap aspek kehidupan anak berkebutuhan khusus membutuhkan perhatian yang lebih intensif. Misalnya, dalam aspek pendidikan, ibu harus mampu menyesuaikan metode belajar agar sesuai dengan kondisi anak. Dalam aspek kesehatan, ibu harus sigap dalam memberikan terapi, perawatan, maupun pengobatan. Sementara dalam aspek sosial, ibu harus berusaha keras untuk memastikan anaknya dapat diterima di lingkungan masyarakat meskipun masih banyak stigma negatif yang melekat pada penyandang disabilitas atau anak dengan kebutuhan khusus. Selain itu, keterbatasan akses terhadap fasilitas pendidikan inklusif maupun layanan kesehatan yang memadai sering menjadi hambatan besar. Tidak semua daerah memiliki sekolah inklusi atau tenaga pendidik yang terlatih untuk menangani ABK. Akibatnya, banyak ibu yang akhirnya mengambil peran ganda sebagai pendidik di rumah. Kondisi ini menambah beban emosional karena ibu harus belajar dan beradaptasi dengan kebutuhan khusus anaknya. Dari sisi ekonomi, keterbatasan penghasilan seringkali membuat ibu kesulitan memenuhi kebutuhan terapi dan pendidikan anak yang umumnya membutuhkan biaya besar (Hudiyah Bil Haq et al.,

2023). Hal ini menimbulkan tekanan tambahan, karena ibu tidak hanya harus mengatur keuangan dengan cermat, tetapi juga harus berjuang mencari tambahan penghasilan demi keberlangsungan hidup anaknya. Dalam keadaan seperti ini, banyak ibu yang rentan mengalami stres, depresi, dan kelelahan fisik maupun psikis. Namun, pada saat yang sama, tidak sedikit ibu yang tetap menunjukkan keteguhan, kasih sayang, dan dedikasi tinggi dalam mendampingi tumbuh kembang anak berkebutuhan khusus.

Di sisi lain, peran ibu dalam pengasuhan mandiri ABK juga memperlihatkan adanya kekuatan luar biasa dari seorang perempuan dalam menghadapi kesulitan hidup. Banyak kisah inspiratif tentang ibu tunggal yang mampu mendidik anaknya hingga mandiri, berprestasi, bahkan dapat diterima oleh masyarakat. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun penuh tantangan, pengasuhan mandiri oleh ibu dapat menjadi bukti nyata betapa besar peran seorang ibu dalam membentuk masa depan anaknya, khususnya anak dengan kebutuhan khusus. Maka dari itu, penting untuk mengangkat topik ini dalam ranah akademik maupun sosial agar masyarakat lebih memahami kompleksitas peran ibu dalam mengasuh ABK secara mandiri. Dengan pemahaman yang lebih luas, diharapkan lahir dukungan yang lebih nyata, baik dari keluarga besar, masyarakat, maupun negara, sehingga ibu tidak lagi berjuang sendirian dalam menghadapi segala keterbatasan (Inggi Alqrisyah et al., 2024). Artikel ini akan membahas secara lebih mendalam mengenai tantangan, strategi, serta dukungan yang dibutuhkan oleh ibu dalam pengasuhan mandiri anak berkebutuhan khusus, sehingga dapat menjadi refleksi bersama dalam membangun kepedulian sosial yang lebih inklusif.

## Metodologi

Metode yang digunakan dalam penulisan artikel ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan studi kepustakaan (library research). Metode ini dipilih karena topik mengenai anak berkebutuhan khusus yang diasuh secara mandiri oleh ibunya sangat erat kaitannya dengan pengalaman personal, konteks sosial, serta pemaknaan subjektif yang lebih tepat digali melalui analisis kualitatif. Data dalam penelitian ini diperoleh dari berbagai sumber literatur, baik berupa buku, jurnal ilmiah, laporan penelitian, artikel populer, maupun dokumen resmi yang relevan dengan isu pengasuhan anak berkebutuhan khusus.

Melalui metode ini, penulis berupaya memahami secara mendalam fenomena peran ibu dalam pengasuhan mandiri ABK dengan menelaah teori, konsep, serta temuan empiris yang telah ada sebelumnya. Analisis dilakukan dengan cara mengorganisir data, mengidentifikasi tema-tema penting, lalu menyusunnya dalam bentuk uraian yang sistematis untuk menggambarkan tantangan, strategi, serta kebutuhan dukungan yang dialami ibu dalam mengasuh ABK.

Pendekatan ini memungkinkan penulis untuk tidak hanya menyajikan gambaran deskriptif, tetapi juga reflektif dan analitis sehingga artikel ini dapat memberikan kontribusi teoretis maupun praktis bagi pembaca. Dengan demikian, metode yang digunakan diharapkan mampu menjawab rumusan masalah secara komprehensif serta memberikan landasan yang kuat dalam merumuskan kesimpulan dan rekomendasi terkait pentingnya sinergi antara keluarga, masyarakat, dan pemerintah dalam mendukung peran ibu sebagai pengasuh mandiri anak berkebutuhan khusus.

## Hasil dan Pembahasan

1. Tantangan yang Dihadapi Ibu dalam Pengasuhan Mandiri Anak Berkebutuhan Khusus

Seorang ibu yang mengasuh anak berkebutuhan khusus secara mandiri dihadapkan pada beragam tantangan yang kompleks, baik secara fisik, psikologis, maupun sosial. Dari sisi fisik,

pengasuhan ABK membutuhkan perhatian intensif karena anak dengan kebutuhan khusus sering kali memerlukan pendampingan lebih dibandingkan dengan anak pada umumnya. Misalnya, anak dengan autisme membutuhkan pendampingan komunikasi, anak dengan cerebral palsy memerlukan bantuan mobilitas, dan anak dengan keterlambatan intelektual membutuhkan kesabaran lebih dalam proses belajar. Kondisi ini membuat ibu harus mengalokasikan waktu, tenaga, dan perhatian yang jauh lebih besar sehingga berpotensi menimbulkan kelelahan fisik. Dari sisi psikologis, ibu kerap mengalami tekanan batin yang cukup berat. Ia tidak hanya menghadapi kenyataan memiliki anak dengan keterbatasan, tetapi juga menanggung perasaan cemas, khawatir, bahkan rasa bersalah terhadap kondisi anak. Tekanan psikologis ini semakin berat ketika ibu harus menjalani peran ganda sebagai pencari nafkah dan pengasuh utama (St. Aisyah Humairah Solihin & Haerani Nur, 2025).

Selain itu, tantangan sosial juga menjadi bagian yang tidak kalah berat. Banyak ibu tunggal dengan ABK yang harus menghadapi stigma negatif dari lingkungan, seperti pandangan bahwa memiliki anak berkebutuhan khusus adalah beban atau aib. Stigma ini sering membuat ibu dan anak merasa terasingkan dari masyarakat. Di sisi ekonomi, pengasuhan ABK juga membutuhkan biaya tambahan yang tidak sedikit, seperti terapi rutin, obat-obatan, atau sekolah khusus. Kondisi ini menjadi tantangan tersendiri bagi ibu tunggal yang sumber penghasilannya terbatas. Minimnya fasilitas umum, sekolah inklusi, serta akses terhadap layanan kesehatan di beberapa daerah memperburuk keadaan, sehingga ibu sering kali merasa berjuang sendirian tanpa dukungan yang cukup. Dengan demikian, tantangan yang dihadapi seorang ibu dalam pengasuhan mandiri ABK tidak hanya sebatas persoalan teknis perawatan, tetapi juga mencakup persoalan sosial, psikologis, dan ekonomi yang saling berkaitan.

2. Strategi Ibu dalam Mengasuh Anak Berkebutuhan Khusus secara Mandiri

Meskipun penuh tantangan, banyak ibu menunjukkan strategi dan keteguhan hati yang luar biasa dalam mengasuh anak berkebutuhan khusus secara mandiri. Strategi pertama yang umum dilakukan adalah memberikan kasih sayang dan perhatian penuh kepada anak. Ibu menyadari bahwa penerimaan tanpa syarat merupakan fondasi penting bagi perkembangan emosional anak. Oleh karena itu, meskipun lelah dan terbatas, ibu tetap berusaha menunjukkan cinta, kesabaran, serta dukungan emosional agar anak merasa aman dan diterima. Strategi kedua adalah memanfaatkan berbagai sumber informasi dan pengetahuan. Banyak ibu yang secara mandiri belajar mengenai kebutuhan anak, baik melalui buku, internet, maupun komunitas orang tua dengan ABK. Dengan demikian, ibu dapat menyesuaikan pola asuh, metode belajar, maupun pola komunikasi sesuai dengan kebutuhan spesifik anak.

Strategi lain yang juga sering ditempuh adalah melibatkan anak dalam aktivitas sehari-hari secara perlahan untuk melatih kemandirian. Misalnya, ibu mengajarkan keterampilan dasar seperti makan sendiri, berpakaian, atau berinteraksi dengan lingkungan. Hal ini tidak hanya melatih kemampuan anak, tetapi juga memberikan rasa percaya diri dan harga diri bagi anak. Selain itu, ibu juga berusaha menjalin jaringan sosial dengan komunitas atau kelompok pendukung (Suwoto, 2023). Komunitas orang tua dengan ABK dapat menjadi ruang berbagi pengalaman, solusi, dan semangat yang sangat membantu mengurangi rasa terisolasi. Dari sisi ekonomi, beberapa ibu mengembangkan strategi dengan bekerja dari rumah, membuka usaha kecil, atau memanfaatkan program bantuan pemerintah untuk menutupi kebutuhan anak.

LIBEROSIS
PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027
Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 17 No 1 Tahun 2025.
Online ISSN: 3026-7889

Semua strategi ini menunjukkan bahwa meskipun seorang ibu berada dalam keterbatasan, kreativitas dan ketangguhan menjadi kunci untuk tetap memberikan pengasuhan terbaik bagi anak berkebutuhan khusus.

3. Dukungan yang Dibutuhkan Ibu dalam Pengasuhan Mandiri ABK

Pengasuhan anak berkebutuhan khusus secara mandiri bukan hanya tanggung jawab pribadi ibu, melainkan juga membutuhkan dukungan dari berbagai pihak. Dukungan pertama yang penting adalah dari keluarga besar. Peran orang tua, saudara, atau kerabat sangat membantu dalam memberikan bantuan moral maupun praktis, misalnya menjaga anak sementara ibu bekerja atau menemani ketika anak menjalani terapi. Dukungan kedua datang dari masyarakat sekitar. Lingkungan yang ramah dan inklusif dapat mengurangi stigma, memberikan ruang bagi anak untuk bersosialisasi, serta menumbuhkan rasa percaya diri pada ibu bahwa perjuangannya tidak sendirian. Dukungan ketiga adalah dari pemerintah, baik dalam bentuk kebijakan maupun fasilitas. Program sekolah inklusi, akses layanan kesehatan, bantuan finansial, serta penyediaan tenaga profesional yang terlatih sangat dibutuhkan untuk meringankan beban ibu. Sayangnya, di banyak daerah, dukungan ini masih belum merata sehingga banyak ibu yang berjuang dengan segala keterbatasan (Syaputri & Afriza, 2022).

Selain dukungan eksternal, ibu juga membutuhkan dukungan internal berupa penguatan spiritual dan emosional. Keyakinan agama, doa, serta dukungan dari komunitas religius sering menjadi sumber kekuatan bagi ibu untuk tetap tabah menghadapi cobaan. Tidak sedikit ibu yang menjadikan anaknya sebagai motivasi hidup untuk terus berjuang dan bangkit meskipun menghadapi banyak keterbatasan. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan pengasuhan mandiri ABK sangat bergantung pada adanya sinergi antara usaha ibu dan dukungan dari lingkungan sekitarnya. Jika sinergi ini dapat diwujudkan, maka anak berkebutuhan khusus tidak hanya mampu berkembang lebih baik, tetapi juga dapat berkontribusi dalam kehidupan sosial sesuai dengan kemampuannya. Dengan demikian, penting bagi semua pihak untuk lebih peduli, memberikan dukungan nyata, serta menghapus stigma agar ibu yang mengasuh ABK secara mandiri dapat menjalankan perannya dengan lebih ringan dan penuh harapan.

**Simpulan**

Pengasuhan anak berkebutuhan khusus secara mandiri oleh ibu merupakan sebuah realitas yang sarat dengan tantangan, namun sekaligus mencerminkan kekuatan dan keteguhan hati seorang perempuan dalam menjalani perannya. Seorang ibu tunggal dengan anak berkebutuhan khusus menghadapi beban ganda, mulai dari keterbatasan ekonomi, tekanan psikologis, stigma sosial, hingga minimnya akses terhadap layanan pendidikan dan kesehatan yang inklusif. Meskipun demikian, banyak ibu menunjukkan ketangguhan dengan mengembangkan berbagai strategi pengasuhan, seperti memberikan kasih sayang tanpa syarat, menyesuaikan pola belajar dan komunikasi, melatih kemandirian anak, serta menjalin jaringan dukungan melalui komunitas dan lingkungan sosial.

Kesuksesan pengasuhan mandiri ABK tidak hanya bergantung pada ketekunan ibu, tetapi juga membutuhkan dukungan dari berbagai pihak. Keluarga besar, masyarakat, serta pemerintah memiliki peran penting dalam memberikan bantuan moral, sosial, maupun material agar ibu tidak merasa berjuang sendirian. Dengan adanya dukungan yang memadai, ibu dapat lebih fokus dalam mendampingi perkembangan anak sehingga potensi anak berkebutuhan

khusus dapat berkembang secara optimal. Selain itu, penguatan spiritual dan emosional juga menjadi faktor yang penting, karena menjadi sumber kekuatan batin yang menjaga ibu tetap tabah dan penuh harapan.

Dengan demikian, pengasuhan mandiri anak berkebutuhan khusus oleh ibu harus dipandang bukan hanya sebagai tanggung jawab individu, melainkan sebagai tanggung jawab bersama. Masyarakat perlu membangun kesadaran untuk lebih inklusif dan menghapus stigma, sementara negara wajib menghadirkan kebijakan dan fasilitas yang berpihak pada kebutuhan ibu serta anak. Jika sinergi ini dapat diwujudkan, maka tidak hanya ibu yang terbantu, tetapi anak berkebutuhan khusus juga memiliki kesempatan yang lebih besar untuk hidup mandiri, berdaya, dan diterima sepenuhnya dalam kehidupan sosial. Artikel ini menegaskan bahwa peran ibu dalam pengasuhan mandiri ABK adalah pilar utama yang harus diapresiasi, didukung, dan diperkuat oleh seluruh elemen masyarakat.

**Daftar Referensi**

Fransiska, & Manurung, K. (2024). Membingkai Peran Ibu dalam Pola Asuh Anak Berkebutuhan Khusus di Keluarga Kristiani. *Jurnal Salvation*, *4*(2), 154–164.

Hudiyah Bil Haq, A., Isqomah, I., & Fakhriya Haq, A. (2023). Peningkatan Peran Orang Tua terhadap Kemandirian Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal SOLMA*, *12*(3), 889–896. https://doi.org/10.22236/solma.v12i3.10765

Inggi Alqrisyah, Citra Marhan, & Laode Surazal Qalbi. (2024). Peran Penerapan Mindful Parenting terhadap Stres Pengasuhan pada Ibu yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di SLB B-F Mandara Kota Kendari. *Jurnal Sublimapsi*, *5*(3), 408–416. https://doi.org/10.36709/sublimapsi.v5i3.43

St. Aisyah Humairah Solihin, & Haerani Nur. (2025). Resiliensi Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *PESHUM : Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, *4*(4), 6243–6258. https://doi.org/10.56799/peshum.v4i4.9407

Suwoto, A. N. (2023). Menurunkan stres pengasuhan pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus. *Procedia : Studi Kasus dan Intervensi Psikologi*, *11*(2), 55–62. https://doi.org/10.22219/procedia.v11i2.24345

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