

Penerimaan Diri Pada Orang Tua dengan Anak Disabilitas: *Literature Review*

Komang Ayu Mas Ari Canti¹, B. Primandini Yunanda Harumi²

^{1,2} Universitas Udayana

e-mail: ayumasaricanti@student.unud.ac.id

Abstrak

Penerimaan diri pada orang tua dengan anak disabilitas mampu mempengaruhi perkembangan anak. Tujuan dari penelitian ini adalah melihat bagaimana proses penerimaan diri orang tua yang memiliki anak dengan disabilitas. Metode yang digunakan adalah *literature review* dengan pendekatan *narrative review* yang menggabungkan temuan-temuan dari berbagai sumber yang berkaitan dengan penerimaan diri pada orang tua dengan anak disabilitas. Kriteria inklusi dari kajian ini, antara lain; (1) artikel penelitian kualitatif, (2) subjek merupakan orang tua yang mengasuh anak disabilitas, (3) artikel membahas tahap proses penerimaan diri orang tua dengan anak disabilitas, (4) artikel diterbitkan dalam rentang tahun 2014-2024, penulis mencantumkan artikel-artikel yang diterbitkan dalam waktu 10 tahun terakhir guna memastikan bahwa penulis mencerminkan temuan-temuan terbaru dalam bidang ini; (5) artikel yang terpublikasi dan dapat diakses secara online. Adapun kriteria eksklusi dalam kajian ini, antara lain; (1) artikel penelitian kuantitatif, (2) artikel diterbitkan lebih dari 10 tahun. Hasil yang ditemukan adalah orang tua dengan anak disabilitas melalui fase penolakan, marah, tawar-menawar, depresi, dan penerimaan dalam proses menerima keadaan anak. Setiap orang tua menunjukkan respon berbeda-beda dipengaruhi oleh pemahaman diri dan dukungan yang diterima.

Kata Kunci: *Penerimaan Diri, Penerimaan Orang Tua, Disabilitas*

Abstract

Parents' self-acceptance of their child's disability can influence the child's development. The aim of this research is to see the self-acceptance process of parents who have children with disabilities. The method used is a literature review with a narrative review approach which combines findings from various sources related to self-acceptance in parents of children with disabilities. The inclusion criteria for this study include; (1) qualitative research article, (2) the subject is a parent who cares for a child with a disability, (3) the article discusses the stages of the self-acceptance process for parents with a child with a disability, (4) the article was published in the period 2014-2024, the author includes articles published within the last 10 years to ensure that the authors present the latest findings in this field; (5) articles published and accessible online. The exclusion criteria in this study include; (1) quantitative research articles, (2) articles published more than 10 years. The results found were that parents with disabled children went through phases of denial, anger, bargaining, depression, and acceptance in the process of accepting the child's condition. Each parent shows a different response influenced by their self-understanding and the support they receive.

Keyword: *Self-Acceptance, Parental Acceptance, Disability*

PENDAHULUAN

Menurut Kementerian Sosial Republik Indonesia pada tahun 2020, jumlah penduduk penyandang disabilitas di Indonesia mencapai 22,5 juta jiwa. Data ini berdasarkan hasil dengan jumlah total penduduk Indonesia sebanyak 270,20 juta jiwa. Dengan demikian, sekitar 7% dari total penduduk Indonesia adalah penyandang disabilitas (Kementerian Sosial RI. (2020). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2016 Tentang Penyandang Disabilitas, yang diterbitkan pada tahun 2016, memberikan definisi penyandang disabilitas sebagai individu yang

mengalami keterbatasan fisik, mental, intelektual, atau sensorik yang mengakibatkan kesulitan dan hambatan dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Penyandang disabilitas adalah individu yang memiliki karakteristik khusus yang mempengaruhi kemampuannya dalam melakukan aktivitas sehari-hari dan memerlukan perhatian khusus agar potensi yang dimilikinya dapat dioptimalkan (Eva, 2015).

Dalam perkembangan masyarakat yang semakin inklusif dan peduli terhadap keberagaman individu, perhatian terhadap anak-anak dengan disabilitas semakin meningkat. Anak-anak dengan disabilitas memiliki kebutuhan khusus yang memerlukan penanganan, perhatian, dan dukungan khusus, terutama dari orang tua mereka. Penanganan anak dengan berkebutuhan khusus mengharuskan orang tua berperan lebih dalam menentukan pengasuhan yang tepat sesuai dengan kondisi anak mereka. Dalam memilih pengasuhan yang tepat, orang tua dimulai dengan penerimaan terhadap kondisi anaknya (Faradina, 2016). Orang tua yang telah berada pada fase penerimaan diri akan mampu melihat kelebihan dan kelemahan anak mereka sehingga mampu menentukan pengasuhan yang tepat. Namun, ketidakmampuan dalam menerima kondisi anak mampu mempengaruhi perkembangan anak mereka (Putri & Lutfianawati, 2021). Kubler Ross (2005) mengatakan bahwa sikap penerimaan terjadi ketika individu mampu untuk menghadapi kenyataan, alih-alih menyerah tanpa adanya harapan. Sebelum mencapai penerimaan diri, orang tua akan melalui beberapa fase dalam prosesnya.

Kajian ini ingin mengetahui bagaimana proses penerimaan diri orang tua yang memiliki anak dengan disabilitas. Sejumlah penelitian sebelumnya telah menggarisbawahi pentingnya pemahaman terhadap proses penerimaan diri orang tua dengan anak disabilitas. Namun, berdasarkan hasil wawancara pada penelitian Putri & Lutfianawati (2021) masih dijumpai orang tua dengan anak disabilitas yang dihantui oleh perasaan malu, kurangnya kepedulian, memiliki harapan lebih, dan cenderung menuntut anak memiliki kemampuan seperti anak pada umumnya. Kajian ini akan menguraikan setiap fase dengan merujuk pada penelitian terbaru yang relevan untuk memahami proses penerimaan diri orang tua dengan anak disabilitas. Melalui pemahaman yang lebih mendalam tentang proses penerimaan diri orang tua dengan anak disabilitas, kajian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih baik tentang bagaimana tahapan orang tua yang memiliki anak dengan disabilitas mampu berada pada fase penerimaan diri. Kajian ini berpotensi memberikan kontribusi yang berharga bagi perkembangan pengetahuan dan perancangan program dukungan yang lebih efektif bagi orang tua yang mengasuh anak disabilitas. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang penerimaan diri orang tua, kita dapat lebih baik mendukung keluarga dalam menghadapi tantangan yang muncul seiring dengan pengasuhan anak berkebutuhan khusus. Pada konteks kajian ini, penulis akan mengumpulkan data dari berbagai jurnal penelitian yang telah menginvestigasi topik ini. Kajian literatur ini, akan mengidentifikasi dan menguraikan tahapan dalam proses penerimaan diri dan temuan lain yang berkaitan dengan topik. Tujuan dari kajian literatur ini adalah menggambarkan bagaimana proses penerimaan diri pada orang tua terhadap anak berkebutuhan khusus, melalui analisis literatur penulis akan memetakan temuan-temuan yang relevan dari berbagai jurnal dan studi yang berfokus pada penerimaan diri orang tua dengan anak berkebutuhan khusus.

METODE

Literature review ini bertujuan untuk mengkaji dengan cermat tahap-tahap dalam proses penerimaan diri orang tua yang memiliki anak dengan disabilitas. *Literature review* ini mengadopsi desain kajian literatur dengan pendekatan *narrative review* yang menggabungkan temuan-temuan dari berbagai jenis penelitian sebelumnya guna memberikan gambaran yang lebih lengkap tentang fenomena penerimaan diri orang tua dalam konteks dengan anak disabilitas. Sumber data untuk kajian ini diperoleh melalui pencarian pada *Google Scholar*. Penulis menggunakan beberapa kata kunci yang mencakup istilah-istilah seperti “penerimaan diri”, “*self-acceptance*”, “anak disabilitas”, “anak berkebutuhan khusus”, dan “penerimaan orang tua”. Data yang penulis sertakan dalam kajian mencakup artikel-artikel penelitian yang dianggap relevan dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang ditetapkan pada kajian ini. Kriteria inklusi dari kajian ini, antara lain; (1) artikel penelitian kualitatif, (2) subjek merupakan orang tua yang mengasuh anak disabilitas, (3) artikel membahas tahap proses penerimaan diri orang tua dengan anak disabilitas, (4) artikel diterbitkan

dalam rentang tahun 2014-2024, penulis mencantumkan artikel-artikel yang diterbitkan dalam waktu 10 tahun terakhir guna memastikan bahwa penulis mencerminkan temuan-temuan terbaru dalam bidang ini; (5) artikel yang terpublikasi dan dapat diakses secara online. Adapun kriteria eksklusi dalam kajian ini, antara lain; (1) artikel penelitian kuantitatif, (2) artikel diterbitkan lebih dari 10 tahun. Artikel terkait topik diuraikan dalam Tabel 1 guna memberikan gambaran yang lebih detail tentang penelitian-penelitian yang menjadi sumber data dalam kajian literatur ini. Artikel-artikel ini dipilih karena relevansi terhadap topik kajian ini, yaitu tahapan penerimaan diri orang tua dengan anak disabilitas. Analisis data akan dilakukan berdasarkan temuan-temuan yang terdapat dalam artikel-artikel berikut, sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang proses penerimaan diri yang dialami oleh orang tua dengan anak disabilitas.

Tabel 1. Penelitian Terkait Tahap Penerimaan Diri Orang Tua Dengan Anak Disabilitas

Nama, Tahun, Judul	Subjek	Hasil Penelitian
Penny Handayani & Elisabeth Vania Pratami, (2020), Gambaran Proses Penerimaan Diri Ibu Dengan Anak Down Syndrome	3 Subjek	Tahapan penerimaan diri orang tua dengan anak berkebutuhan khusus, dalam penelitian ini sebagai berikut. <ol style="list-style-type: none"> a. Pada <i>primary phase</i>, mengalami <i>shock</i> sekaligus perasaan <i>grief, guilt, anger</i> yang sesaat dan <i>denial</i>. Kemudian merasakan kekecewaan dan kesedihan yang berkepanjangan. b. Pada <i>secondary phase</i>, merasa <i>ambivalence, guilt, anger</i> serta <i>shame & embarrassment</i>. Masih terjebak pada perasaan sebelumnya dan menyalahkan diri sendiri. Adanya rasa malu dengan kondisi anak. c. Melakukan <i>bargaining</i> untuk upaya kesembuhan anak. Proses <i>adaptation & reorganization</i> terjadi ketika subjek mendapatkan informasi yang mendalam mengenai kondisi anak dan melihat anak lain yang mengalami hal serupa atau lebih parah.
Sri Wahyuni S., Bernadetha Sri J., Yovita Kurnia M., Maria Nesta S., (2022), Model-Model Penerimaan Orang Tua dari Penyandang Disabilitas di Kota Malang	20 Subjek	Proses penerimaan diri orang tua dengan anak berkebutuhan khusus dalam penelitian ini, sebagai berikut. <ol style="list-style-type: none"> a. Reaksi awal yang ditunjukkan ketika mengetahui anak mengalami kelainan, yaitu merasa terkejut, menyangkal hal tersebut, tidak percaya, dan bingung dengan kondisi anak. b. Tahap kedua ditunjukkan dengan adanya rasa marah, sedih, masih menyangkal, dan bingung. c. Tahap ketiga menunjukkan reaksi kasihan, sedih, dan menyangkal. d. Tahap keempat subjek merasa kasihan, melakukan tawar menawar, merasa bersalah, depresi, dan adapun yang menunjukkan penerimaan. e. Tahap kelima didominasi oleh perasaan menerima kondisi anak dengan bersyukur, tegar, memahami, ikhlas. Akan tetapi ada subjek yang membutuhkan waktu lebih lama untuk menerima kondisi anak dari subjek lainnya.
Erlita N., Meita F., & Nurul H. R., (2021) Akseptabilitas Orang Tua Terhadap Anak	3 Subjek	Proses penerimaan diri orang tua dengan anak berkebutuhan khusus dalam penelitian ini, sebagai berikut. <ol style="list-style-type: none"> a. Tahap <i>denial</i>, subjek menunjukkan perasaan kaget, tidak percaya, merasa kasihan, dan rasa bersalah. b. Tahap <i>anger</i>, subjek mengalami iri hati, marah, dan tidak dapat menerima kondisi anak.

<p>Berkebutuhan Khusus di Kota Yogyakarta (Studi Kasus Pada Lembaga Federasi Komunikasi Keluarga Penyandang Disabilitas)</p>		<p>c. Tahap tawar menawar, subjek meminta kesembuhan anak dengan berdoa kepada Tuhan dan berkonsultasi ke dokter. d. Tahap depresi, subjek meratapi kondisi anak. e. Tahap <i>acceptance</i>, subjek menerima kondisi anak dengan merasa lebih bersyukur.</p>
<p>Okta Amelia, Abdur Razzaq, dan Lena Marianti. (2023), Studi Proses Penerimaan Diri (<i>Self Acceptance</i>) Pada Orang Tua Anak Tuna Grahita Pada Klien "A" Di SLB Karya Ibu Palembang</p>	<p>1 Subjek</p>	<p>Proses penerimaan diri orang tua dengan anak berkebutuhan khusus dalam penelitian ini, sebagai berikut. a. Memerlukan waktu beberapa tahun untuk dapat menerima keadaan dengan berprasangka baik pada Tuhan dan beribadah. b. Tidak merasa kecewa dengan kondisi anak karena pemberian Tuhan meskipun perlu waktu untuk menerimanya secara penuh. c. Tidak merasa bersalah dan sudah ikhlas dengan keadaan yang dialami. d. Tidak merasa putus asa jika proses penerimaan diri gagal sebab percaya bahwa anak ini tidak mengganggu orang lain. e. Telah menerima dengan sepenuh hati atas kondisi anak.</p>
<p>Lili Putri Sesa & Linda Yarni, (2022), Penerimaan Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus Di Jorong Ladang Panjang Kecamatan Tigo Nagari Kabupaten Pasaman</p>	<p>15 Subjek</p>	<p>Proses penerimaan diri orang tua dengan anak berkebutuhan khusus dalam penelitian ini, sebagai berikut. a. Pada tahap <i>denial</i>, adanya penolakan tanpa disadari, terkejut, cemas harus berbuat apa, tidak percaya, kebingungan, dan muncul perasaan malu. b. Pada tahap <i>anger</i>, adanya perasaan marah, rasa bersalah, dan melampiaskan amarah dan kekecewaan pada sekitar. c. Pada tahap <i>bargaining</i>, mengalami kebingungan antara menerima atau menolak, memikirkan masa depan anak sehingga berupaya mencari pengobatan dan berharap keajaiban anaknya lebih baik. d. Pada tahap <i>depression</i>, merasa putus asa dan khawatir membayangkan masa depan anak ketika orang tua tidak ada lagi. Menyadari kemarahan tidak dapat mengubah keadaan, menerima dengan pasrah keadaan. e. Pada tahap <i>acceptance</i>, mulai menyadari dan lebih bersyukur ketika melihat anak lain dengan kondisi lebih parah dari anaknya sehingga merasa lebih beruntung.</p>
<p>Bernard Kristono & Muhari, (2021), Penerimaan Diri Orang Tua Yang Mempunyai Anak Down Syndrome</p>	<p>3 Subjek</p>	<p>Proses penerimaan diri orang tua dengan anak berkebutuhan khusus dalam penelitian ini, sebagai berikut. a. Pada tahap <i>denial</i>, subjek terkejut mendengar diagnosa, merasa bingung, sedih, kecewa, dan khawatir atas masa depan anaknya. b. Stres yang dialami oleh orang tua tidaklah berkepanjangan karena perkembangan dan kemampuan anak semakin baik sehingga orang tua tidak sampai mengalami tahapan <i>depression</i>. c. Pada fase <i>anger</i>, merasa khawatir mengenai masa depan anak, terkadang timbul perasaan bersalah karena</p>

		merasa bertanggung jawab atas kondisi anaknya.
		d. Pada tahap <i>bargaining</i> , orang tua mengupayakan agar anaknya dapat tumbuh dan berkembang seperti anak-anak lainnya. Orang tua meningkatkan kemampuan dan kesehatan anaknya dengan melakukan terapi-terapi, sekolah, dan ke dokter secara rutin. Orang tua mencari jalan keluar melalui pengobatan-pengobatan dengan <i>shopping to doctor</i> untuk mengobati anaknya atau mencoba ke tempat terapi lain agar kondisi anaknya lebih baik.
		e. Pada tahap <i>acceptance</i> , subjek melakukan penyesuaian psikologis dan fokus pada perkembangan anak dengan mencari sekolah yang sesuai dengan kebutuhan dan kondisi anak serta mengembangkan keterampilan anak dengan terapi.
Labiibah Muyassaroh, Ari Yulia Ananda Putri, Sultan Daniel Fatthansyah, Labiibah Muyassaroh, Ari Yulia Ananda Putri, Sultan Daniel Fatthansyah,	13 Subjek	Proses penerimaan diri orang tua dengan anak berkebutuhan khusus dalam penelitian ini, sebagai berikut. a. Pada tahap <i>denial</i> , subjek merasa tidak percaya dan bingung dengan kondisi anak. b. Pada tahap <i>anger</i> , subjek mengalami perasaan amarah, tertekan dan malu untuk memperkenalkan anaknya kepada lingkungan. c. Pada tahap <i>bargaining</i> , subjek percaya bahwa anaknya masih ada peluang untuk sembuh. Selain itu, subjek juga memasukan anaknya sekolah serta terapi agar keadaannya dapat membaik. d. Pada tahap <i>depression</i> , subjek merasakan depresi, bahkan malu terhadap kondisi anaknya yang berkebutuhan khusus. e. Pada tahap <i>acceptance</i> , subjek cenderung pasrah, namun tetap mengusahakan yang terbaik untuk anaknya. Subjek juga sudah lebih mampu menerima keadaan anaknya ketika mengikuti kegiatan seperti penyuluhan yang diadakan di sekitar lingkungan tempat tinggalnya.
Genesia Devina & Handayani Penny, (2016), Gambaran Proses Penerimaan Diri Ibu yang Memiliki Anak Disleksia	3 Subjek	Proses penerimaan diri orang tua dengan anak berkebutuhan khusus dalam penelitian ini, sebagai berikut. a. Pada fase <i>denial</i> , melihat bahwa anaknya tidak memiliki gangguan fisik. Anaknya hanya mengalami kesulitan dalam membaca. Kondisi tersebut membuat mereka selalu merasa bahwa anaknya baik-baik saja dan tidak mengalami gangguan apapun. Kurangnya pemahaman mengenai disleksia juga menjadi faktor yang membuat ketiga partisipan menyangkal gangguan yang dialami oleh anaknya. Bentuk denial yang ditunjukkan adalah perasaan kaget dan tidak menyangka. b. Mengalami fase <i>anger</i> dan <i>depression</i> secara bersamaan setelah mengetahui diagnosa anaknya. Reaksi marah dan depresi yang dialami oleh orang tua dikarenakan mereka merasa hidupnya tidak adil dan bingung akan masa depan anaknya. Reaksi kemarahan yang ditampilkan dengan menyalahkan Tuhan atas kondisi yang dialaminya dan merasa tidak adil atas keadaan yang dialami.

		<p>c. Pada fase <i>bargaining</i> dan <i>acceptance</i> terjadi secara bersamaan, adanya harapan untuk mengatasi masalah. Harapan muncul karena bertemu orang yang juga memiliki anak disleksia, merasa bahwa ada orang lain yang senasib dengan dirinya, sehingga ia merasa tidak sendirian. Bertukar informasi dengan orang lain, sehingga membantunya untuk menerima kondisi anaknya dan adanya dukungan dari keluarga dan teman-teman.</p>
<p>Munisa, Sofni Indah Arifa Lubis, & Rita Nofianti, (2022), Penerimaan Orang Tua Terhadap Anak Berkebutuhan Khusus (Tuna Daksa)</p>	<p>Tidak Tercantu Mkan</p>	<p>Proses penerimaan diri orang tua dengan anak berkebutuhan khusus dalam penelitian ini, sebagai berikut :</p> <p>a. Mengalami perasaan <i>denial</i> (penolakan) terhadap keadaan anaknya yang mengalami tunadaksa. Pada saat mendapatkan diagnosa dari dokter, subjek mengalami skeptisisme yang diikuti dengan perasaan bingung. Terkadang, subjek juga memiliki keinginan yang kuat untuk menyangkal bahwa anak mereka tunadaksa</p> <p>b. Tahap <i>depression</i>, dimana subjek juga merasakan reaksi marah serta stress ketika memiliki anak yang mengalami tunadaksa.</p> <p>c. Tahap <i>bargaining</i>, dimana subjek mulai berusaha untuk menghibur diri dan berpikir mengenai upaya yang dilakukan untuk proses penyembuhan anaknya.</p> <p>d. Tahap <i>acceptance</i>, dimana subjek dapat untuk menerima keadaan dan menyadari bahwa anak merupakan anugerah dari Tuhan Yang Maha Esa.</p>
<p>Dian Pertiwi Simamora, (2019), Penerimaan Diri Pada Ibu Dengan Anak Tunagrahita</p>	<p>3 Subjek</p>	<p>Proses penerimaan diri orang tua dengan anak berkebutuhan khusus dalam penelitian ini, sebagai berikut.</p> <p>a. Fase <i>denial</i>, perasaan <i>shock</i> dan tidak percaya dengan kenyataan yang ada. Sangat menolak dan tidak mau percaya bahwa anaknya adalah anak tunagrahita.</p> <p>b. Fase <i>anger</i>, muncul pada saat subjek sedang lelah dan dan kondisi anak sulit untuk diatur. Merasa marah pada keadaan dan berusaha untuk tidak memarahi anak.</p> <p>c. Fase <i>depression</i>, merasa depresi dan sering menangis dengan keadaan anaknya dan hal ini berlangsung selama 2 tahun.</p> <p>d. Fase <i>bergaining</i>, menerima keadaan anak dengan membuat harapan-harapan yang ingin diwujudkan untuk masa depan anak kedepannya. Mewujudkan harapan mereka yang sesuai dengan kemampuan dan keinginan anak, dimana ketiga subjek tidak memaksakan kehendak mereka kepada anaknya.</p> <p>e. Fase <i>acceptance</i>, menjalani kesehariannya dengan bahagia dan menerima semua kekurangan dan kelebihan pada anak. Tidak mengalami kesulitan dalam keseharian dan tetap semangat untuk mewujudkan harapan- harapan subjek kepada anaknya.</p>
<p>Titin, Ayunda R., Meyritha T. S., (2018), Penerimaan Diri Pada Ibu yang Memiliki Anak Tunagrahita Berat</p>	<p>2 Subjek</p>	<p>Proses penerimaan diri orang tua dengan anak berkebutuhan khusus dalam penelitian ini, sebagai berikut :</p> <p>a. Perasaan bersalah, seperti menyalahkan diri atas kondisi yang dialami oleh anak dan meyakini sebagai dosanya di masa lalu.</p> <p>b. Perasaan sedih ketika melihat keadaan anak.</p> <p>c. Perasaan bingung mengenai anak kedepannya, seperti</p>

(Severe)

- sekolah yang tepat untuk anak dan lainnya.
- d. Beberapa kali melakukan pemeriksaan terhadap kondisi anak ke psikolog, dokter THT, dan bahkan terapis.
 - e. Mampu menerima kondisi anak dengan keyakinan bahwa anak adalah titipan Tuhan dan karunia setelah lama tidak memiliki keturunan.
-

HASIL & PEMBAHASAN

Berdasarkan tinjauan pustaka terhadap sepuluh artikel, ditemukan beragam temuan mengenai proses penerimaan diri pada orang tua yang memiliki anak dengan disabilitas. Dari sebelas artikel yang dikaji, sepuluh di antaranya secara konsisten menggunakan pendekatan teoritis yang serupa, yaitu konsep *The Five Stages of Grief* yang dikembangkan oleh Kübler-Ross (2009). Konsep ini menggambarkan lima tahap psikologis yang dilalui individu dalam menghadapi pengalaman kehilangan atau peristiwa menyedihkan, yang meliputi: penolakan (*denial*), kemarahan (*anger*), tawar-menawar (*bargaining*), depresi (*depression*), dan penerimaan (*acceptance*). Meskipun awalnya dikembangkan untuk memahami respons terhadap kematian, model ini telah banyak diaplikasikan dalam konteks lain, termasuk dalam menjelaskan dinamika emosional orang tua saat menerima kenyataan bahwa anak mereka memiliki disabilitas, sebuah kondisi yang juga dapat memicu kesedihan mendalam dan tantangan psikologis.

1. Pada tahap *denial*, orang tua menunjukkan reaksi awal berupa ketidakpercayaan, keterkejutan, dan kebingungan. Penolakan menjadi bentuk mekanisme pertahanan diri untuk menghindari kenyataan bahwa anak mereka memiliki kebutuhan khusus. Beberapa orang tua merasa kaget dan tidak percaya atas diagnosis anak (Erlita et al., 2021; Bernard & Muhari, 2021; Genesis & Handayani, 2016), bahkan ada yang menunjukkan kebingungan akan masa depan anak (Suyatno et al., 2022; Munisa et al., 2022). Dalam beberapa kasus, muncul pula rasa malu terhadap kondisi anak (Amelia et al., 2023; Sesa & Yarni, 2022), yang menunjukkan bahwa stigma sosial turut memperberat proses penolakan.
2. Tahap *anger* muncul ketika orang tua mulai menyadari kenyataan tetapi belum mampu menerimanya sepenuhnya. Emosi marah dapat diarahkan kepada diri sendiri, orang lain, maupun Tuhan. Orang tua kerap mengalami rasa bersalah, menyalahkan diri sendiri atas kondisi anak (Normasari et al., 2021; Titin et al., 2018), atau bahkan mempertanyakan keadilan Tuhan (Genesis & Handayani, 2016). Kemarahan ini juga dapat diwujudkan dalam bentuk penolakan untuk mengasuh anak atau rasa iri terhadap keluarga lain yang memiliki anak tanpa disabilitas (Normasari et al., 2021).
3. Pada tahap *bargaining*, orang tua mulai menunjukkan adanya harapan, meski masih disertai penyangkalan. Mereka berupaya mencari cara untuk "memperbaiki" kondisi anak, seperti melalui doa, ritual spiritual, atau konsultasi ke tenaga profesional (Kristono & Muhari, 2021; Titin et al., 2018). Upaya ini mencerminkan dorongan kuat untuk mengubah realitas yang sulit diterima, sekaligus menjadi transisi dari penolakan menuju penerimaan.
4. Tahap *depression* terjadi ketika realitas tidak dapat diubah dan upaya tawar-menawar tidak membuahkan hasil. Orang tua merasa kehilangan harapan dan mengalami tekanan psikologis yang berat. Beberapa menunjukkan gejala stres dan perasaan tidak dimengerti oleh lingkungan sekitar (Muyassaroh et al., 2022; Suyatno et al., 2022), bahkan ada yang merasa putus asa dan tidak berdaya (Sesa & Yarni, 2022; Simamora, 2019). Ini merupakan fase kritis yang memerlukan dukungan emosional dan sosial yang kuat.
5. Tahap terakhir adalah *acceptance*, di mana orang tua mulai menerima kondisi anak dengan lebih realistis dan terbuka. Pada tahap ini, muncul rasa syukur, serta kemampuan untuk beradaptasi dan merawat anak dengan penuh kasih (Titin et al., 2018; Kristono & Muhari, 2021). Penerimaan ini tidak berarti menghilangkan kesedihan, namun menunjukkan bahwa orang tua telah mampu mengintegrasikan kenyataan ke dalam hidup mereka dan berfokus pada masa depan anak.

Adapun satu artikel dalam kajian ini menggunakan teori yang berbeda dari *Five Stages of Grief*, yakni model yang dikemukakan oleh Duncan & Moses (dalam Penny & Elisabeth, 2020),

yang membagi proses penerimaan diri orang tua terhadap anak dengan disabilitas ke dalam tiga fase utama.

1. Fase pertama, yaitu *primary phase*, ditandai dengan reaksi awal berupa keterkejutan (*shock*) ketika mengetahui bahwa anak memiliki kondisi disabilitas. Reaksi ini kemudian berkembang menjadi perasaan bersalah, marah, dan kesedihan yang mendalam. Dalam fase ini, terdapat pula orang tua yang menunjukkan respons penolakan (*denial*) terhadap kenyataan yang dialaminya.
2. Fase kedua adalah *secondary phase*, yang ditandai dengan munculnya perasaan malu (*shame and embarrassment*), rasa bersalah (*guilt*), dan kemarahan. Orang tua pada fase ini sering menunjukkan perilaku menyalahkan diri sendiri melalui pola pikir kontrafaktual seperti "andaikan" atau bahkan menyalahkan Tuhan atas kondisi anak. Selain itu, terdapat perasaan ambivalen—di mana orang tua berada di antara penolakan dan penerimaan terhadap kondisi anak mereka.
3. Fase terakhir, yaitu *tertiary phase*, ditandai oleh upaya *bargaining* atau tawar-menawar yang diwujudkan melalui tindakan konkret seperti mencari terapi atau intervensi medis demi kesembuhan anak. Pada tahap ini, proses *adaptation and reorganization* terjadi ketika orang tua mulai memahami kondisi anak secara lebih mendalam, serta memperoleh perspektif baru dengan membandingkan situasi anak mereka dengan anak-anak lain yang memiliki kondisi serupa atau bahkan lebih berat. Pengalaman ini menumbuhkan rasa percaya diri dan kenyamanan dalam menghadapi realitas yang ada, sehingga orang tua mampu mengambil tanggung jawab secara utuh terhadap kondisi anak. Selain itu, adanya perkembangan positif yang terlihat pada anak juga berperan dalam mempermudah proses penerimaan diri orang tua (Penny & Elisabeth, 2020).

Hasil kajian terhadap artikel yang menggunakan teori berbeda dalam memahami proses penerimaan diri pada orang tua dengan anak disabilitas menunjukkan bahwa kedua pendekatan teoritis baik model *Five Stages of Grief* dari Kübler-Ross (2005) maupun tiga fase dari Duncan & Moses (dalam Penny & Elisabeth, 2020) menggambarkan pola respons emosional yang serupa. Tahapan yang dialami orang tua secara umum mencakup reaksi penolakan (*denial*), perasaan marah (*anger*), rasa bersalah (*guilt*), upaya tawar-menawar (*bargaining*) untuk kesembuhan anak, hingga akhirnya mencapai tahap penerimaan (*acceptance*). Kesamaan ini menunjukkan bahwa, meskipun menggunakan kerangka teoritis yang berbeda, kedua pendekatan tersebut dapat menggambarkan dinamika psikologis yang relatif konsisten dalam konteks ini.

Namun demikian, hasil kajian literatur juga menunjukkan adanya variasi individu dalam proses penerimaan. Tidak semua orang tua mengalami seluruh tahapan secara utuh atau berurutan. Sebagian orang tua mungkin melewati beberapa tahap saja, sementara yang lain mengalami kelima tahap tersebut secara lengkap. Hal ini selaras dengan pernyataan Kübler-Ross (2005) yang menegaskan bahwa setiap individu tidak selalu harus mengalami seluruh tahapan secara linear, dan bahwa proses penerimaan bersifat personal serta sangat bergantung pada konteks emosional dan sosial masing-masing individu. Beberapa fase dalam proses penerimaan juga ditemukan berlangsung secara tumpang tindih. Artinya, respons emosional yang muncul pada satu tahap tertentu bisa saja berulang atau bersamaan dengan tahap lainnya. Penelitian yang dilakukan oleh Suyatno, Jumilah, Mariani, & Sabambam (2022) memperkuat temuan ini, di mana para orang tua menunjukkan reaksi yang tidak sepenuhnya terpisah antar fase, melainkan saling berkaitan dan bervariasi antara satu individu dengan individu lainnya. Temuan ini menegaskan bahwa proses penerimaan diri merupakan suatu perjalanan emosional yang dinamis dan tidak dapat digeneralisasi.

Kajian literatur ini juga menemukan bahwa proses penerimaan diri pada orang tua dengan anak disabilitas sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor individual dan sosial. Salah satu faktor utama yang mempengaruhi perbedaan dalam proses penerimaan adalah tingkat pemahaman diri terhadap kondisi anak. Penelitian yang dilakukan oleh Melati & Levianti (2013) menemukan bahwa ketiga subjek dalam studinya tidak mengalami fase menyalahkan diri sendiri (*guilt*) karena memiliki pemahaman yang baik mengenai kondisi anak, sehingga tidak menganggap diri mereka sebagai penyebab dari disabilitas yang dialami anak. Hal ini menegaskan bahwa tingkat pemahaman yang rasional dan objektif terhadap kondisi anak dapat membantu orang tua menghindari perasaan

negatif yang berlebihan selama proses penerimaan. Selain itu, dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan sekitar juga memiliki peran signifikan dalam membentuk sikap penerimaan orang tua. Penelitian Rusdiana (2018) menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara tingkat dukungan keluarga dengan tingkat penerimaan diri orang tua terhadap anak berkebutuhan khusus di Samarinda. Semakin tinggi dukungan keluarga yang diterima, maka semakin tinggi pula tingkat penerimaan yang dirasakan oleh orang tua. Sebaliknya, minimnya dukungan dari lingkungan dapat menimbulkan respons emosional negatif, seperti rasa malu dan penarikan diri dari lingkungan sosial. Hal ini juga tampak pada salah satu subjek dalam studi Melati & Levianti (2013), yang mengalami perasaan malu dan takut dipandang rendah oleh lingkungan karena tidak mendapat dukungan dari keluarga besar pihak suami. Penelitian yang dilakukan oleh Amelia, Razzaq, dan Marianti (2023) turut memperkuat temuan ini, dengan menunjukkan bahwa dukungan sosial menjadi salah satu faktor kunci dalam mempercepat proses penerimaan pada orang tua dengan anak disabilitas. Selain itu, faktor lain seperti tingkat pendidikan, konsep diri yang positif, serta kondisi emosional yang stabil dan menyenangkan turut mempengaruhi sejauh mana orang tua mampu menerima kondisi anak mereka. Selaras dengan temuan tersebut, Putri & Lutfianawati (2021) mengidentifikasi beberapa strategi yang dapat dilakukan oleh orang tua dalam memperkuat penerimaan diri, antara lain dengan membangun jejaring dukungan sosial, menjaga hubungan yang harmonis dengan pasangan, membuka diri terhadap bantuan eksternal, merawat kondisi diri secara fisik dan emosional, serta menjaga hubungan yang positif antara anak dengan anggota keluarga lainnya.

SIMPULAN

Perkembangan anak dengan disabilitas dipengaruhi oleh kemampuan orang tua dalam menerima kenyataan dan kondisi anaknya. Tidak mudah untuk orang tua dapat melakukan penerimaan diri, terdapat beberapa tahap yang dilalui oleh orang tua dalam proses penerimaan diri. Tahap-tahap yang dilalui oleh orang tua dengan anak disabilitas dalam penerimaan diri, yaitu *denial* atau penolakan, *anger* atau perasaan marah dan bersalah, *bargaining* atau melakukan tawar-menawar untuk kesembuhan anak, *depression* atau merasa putus asa, dan tahap terakhir adalah *acceptance* dengan kemampuan orang tua menerima dan memahami kondisi anak. Setiap orang tua menunjukkan respon yang berbeda-beda pada setiap tahapan. Hal tersebut dipengaruhi oleh pemahaman diri mengenai kondisi anak, dukungan keluarga dan lingkungan sekitar yang diterima. Selain itu, adapun pengaruh faktor pendidikan, konsep diri, hubungan antara orang tua dengan keluarga.

Saran penulis bagi peneliti selanjutnya yang akan mengkaji mengenai penerimaan diri pada orang tua dengan anak disabilitas dapat menjelaskan secara spesifik setiap tahapan yang dilalui oleh orang tua dan dapat pula mengkaji penerimaan orang tua dengan anak disabilitas dengan memisahkan melihat perbedaan proses penerimaan diri pada ayah dan ibu dari anak disabilitas. Adapun saran untuk orang tua dengan anak disabilitas agar dapat mempertahankan penerimaan diri terhadap kondisi anak. Orang tua dapat melakukan *mindfulness* dan relaksasi ketika merasa kewalahan menghadapi anak serta menjaga hubungan baik dengan keluarga sebagai dukungan yang positif.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, O., Razzaq, A., & Marianti, L. (2023). Studi Proses Penerimaan Diri (Self Acceptance) Pada Orang Tua Anak Tuna Grahita pada Klien "A" di SLB Karya Ibu Palembang. *Social Science and Contemporary Issues Journal*, 1(2), 276-288.
- Biro Humas Kementerian Sosial RI. (2020). *Kemensos Dorong Aksesibilitas Informasi Ramah Penyandang Disabilitas*. Kementerian Sosial. Retrieved Oktober 9, 2023, from <https://kemensos.go.id/kemensos-dorong-aksesibilitas-informasi-ramah-penyandang-disabilitas>
- Devina, G., & Penny, H. (2016). Gambaran proses penerimaan diri ibu yang memiliki anak disleksia. *Indonesian Journal of Disability Studies*, 3(1), 44-52.
- Eva, N. (2015). Psikologi anak berkebutuhan khusus. Malang: Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang.

- Faradina, N. (2016). Penerimaan diri pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1).
- Handayani, P., & Vania, E. (2020). Gambaran Proses Penerimaan Diri Ibu Dengan Anak Down Syndrome. *Jurnal Perkotaan*, 12(1), 67-85.
- Hayani, H. (2021). PENERIMAAN DIRI ORANG TUA YANG MEMPUNYAI ANAK DOWN SYNDROME. *Humanistik'45*, 5(1).
- Kiibler-Ross, E., & Kessler, D. (2005). On grief and grieving: Finding the meaning of grief through the five stages of loss. *New York: Scribner*.
- Munisa, M., Lubis, S. I. A., & Nofianti, R. (2022). PENERIMAAN ORANG TUA TERHADAP ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS (TUNADAKSA). *Warta Dharmawangsa*, 16(3), 358-364.
- Muyassaroh, L. (2022). PENERIMAAN ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS. *Jurnal Sudut Pandang*, 2(12), 59-63.
- Normasari, E., Fitriawanati, M., & Rofiah, N. H. (2021). Akseptabilitas Orang Tua Terhadap Anak Berkebutuhan Khusus di Kota Yogyakarta (Studi Kasus Pada Lembaga Federasi Komunikasi Keluarga Penyandang Disabilitas). *WASIS: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 2(2), 133-139.
- Putri, A. M., & Lutfianawati, D. (2021). Psikoedukasi Pentingnya Penerimaan Orang Tua dalam Penanganan Anak Berkebutuhan Khusus. *JPM (Jurnal Perak Malahayati)*, 81-91.
- Ramadhani, A., & Sari, M. T. (2018). PENERIMAAN DIRI PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK TUNAGRAHITA BERAT (SEVERE) Titin.
- Ratri, D. (2016). Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus. Yogyakarta: psikosain.
- Rusdiana, R. (2018). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Penerimaan Diri Pada Orangtua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2).
- Sesa, L. P., & Yarni, L. (2022). Penerimaan Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus Di Jorong Ladang Panjang Kecamatan Tigo Nagari Kabupaten Pasaman. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(4), 93-102.
- Santoso, M. B., Wibhawa, B., & Ishartono. (2018). Penerimaan Orang Tua Terhadap Anak Dengan Retardasi Mental. *Share: Social Work Journal*, 8(1).
- Simamora, D. P. (2019). Penerimaan Diri pada Ibu dengan Anak Tunagrahita. *Acta Psychologia*, 1(2), 134-141.
- Sujito, E. (2018). Dinamika Penerimaan Orang tua yang memiliki Anak yang Berkebutuhan Khusus. Universitas Muhammadiyah Surakarta, 1, 3
- UU No. 8 Tahun 2016. (n.d.). Peraturan BPK. Retrieved Oktober 9, 2023, from <https://peraturan.bpk.go.id/Details/37251/uu-no-8-tahun-2016>
- Wahyuni, S., Jumilah, B. S., Mariani, Y. K., & Sabambam, M. N. (2022). Model-Model Penerimaan Orang Tua dari Penyandang Disabilitas di Kota Malang. *Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial*, 8(2), 170-186.