



**Ranah Research**  
Journal of Multidisciplinary Research and Development

E-ISSN: 2655-0865

082170743613 | ranahresearch@gmail.com | <https://jurnal.ranahresearch.com>

DOI: <https://doi.org/10.38035/rj.v7i6>  
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

## Menerima, Bertahan, dan Bangkit: Makna Stigma Sosial dalam Kehidupan Orang Tua dari Anak Berkebutuhan Khusus

Zamakhshari Firdaus Al Fikroni<sup>1\*</sup>, Aryu Challi<sup>2</sup>, Hilma Ainiyah<sup>3</sup>, Lucia Rini Sugiarti<sup>4</sup>, Fendy Suhariadi<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Universitas Semarang, Semarang, Indonesia, [alzamfirdaus22@gmail.com](mailto:alzamfirdaus22@gmail.com)

<sup>2</sup>Universitas Semarang, Semarang, Indonesia, [aryucharli@gmail.com](mailto:aryucharli@gmail.com)

<sup>3</sup>Universitas Semarang, Semarang, Indonesia, [ainiyahmuhdi@gmail.com](mailto:ainiyahmuhdi@gmail.com)

<sup>4</sup>Universitas Semarang, Semarang, Indonesia, [riendoe@usm.ac.id](mailto:riendoe@usm.ac.id)

<sup>5</sup>Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia, [fendy.suhariadi@psikologi.unair.ac.id](mailto:fendy.suhariadi@psikologi.unair.ac.id)

Corresponding Author: [alzamfirdaus22@gmail.com](mailto:alzamfirdaus22@gmail.com)

**Abstract:** *This study aims to understand the experiences of parents of children with special needs (CWSN) in facing social stigma originating from their surrounding environment, including both the general public and close relationships such as family and friends. This research employs a qualitative approach using a phenomenological method, involving three participants with diverse child backgrounds and social environments. Data were collected through in depth interviews and analyzed using data reduction techniques. The results show that the forms of social stigma experienced are not only explicit, such as direct labeling, but also appear in subtle, often unconscious forms, known as microaggressions. The most painful stigmas often come from those closest to the parents, who are expected to provide emotional support. Nevertheless, the participants demonstrated the ability to build psychological resilience through self reflection, social support, and the use of social media as a space for empowerment. These findings affirm that the experience of confronting stigma, when supported appropriately, can trigger the formation of a stronger identity as parents of CWSN and create space for positive psychological growth.*

**Keyword:** *Children with special needs, microaggression, parents, resilience, social stigma.*

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman orang tua dari anak berkebutuhan khusus (ABK) dalam menghadapi stigma sosial yang berasal dari lingkungan sekitar, baik dari masyarakat umum maupun relasi terdekat seperti keluarga dan teman. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologis, yang melibatkan tiga partisipan dengan latar belakang anak dan kondisi lingkungan sosial yang beragam. Data penelitian dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan dianalisis menggunakan teknik reduksi data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk stigma sosial yang dialami tidak hanya bersifat eksplisit, seperti pelabelan langsung, tetapi juga hadir dalam bentuk halus yang tidak disadari, atau dikenal sebagai *microaggression*. Stigma yang paling menyakitkan seringkali justru berasal dari orang-orang terdekat yang seharusnya menjadi sumber dukungan. Meskipun demikian, para partisipan menunjukkan kemampuan untuk

membangun resiliensi psikologis melalui refleksi diri, dukungan sosial, dan pemanfaatan media sosial sebagai ruang pemberdayaan. Temuan ini menegaskan bahwa pengalaman menghadapi stigma, dengan dukungan yang tepat, dapat menjadi pemicu pembentukan identitas baru yang lebih kuat sebagai orang tua ABK, serta membuka ruang bagi pertumbuhan psikologis positif.

**Kata Kunci:** Anak berkebutuhan khusus; *microaggression*; orang tua; resiliensi; stigma sosial.

## PENDAHULUAN

Anak dengan berkebutuhan khusus sudah menjadi fokus utama dunia sejak lama berkaitan dengan kesetaraan, kualitas hidup, dan juga dalam pendidikannya. Pada setiap tahunnya, fenomena yang nampak adalah peningkatan jumlah anak berkebutuhan khusus. Sebagaimana kita ketahui bahwa anak dengan kebutuhan khusus merupakan anak yang memiliki hambatan atau disabilitas dalam aspek penglihatan, pendengaran, pengucapan, fisik, hingga masalah dalam pembelajaran yang meliputi disleksia, ADHD, *slow learner*, *autism*, *down syndrome*, dan retardasi mental (Vrisaba et al., 2023).

Dalam banyak kasus, orang tua dari ABK menghadapi tantangan tidak hanya secara internal seperti stres, kecemasan, dan beban emosional tetapi juga secara eksternal, yakni dalam bentuk stigma sosial dari masyarakat sekitarnya. Stigma sosial merupakan salah satu isu yang sering kali menjadi hambatan dalam pencapaian inklusivitas di berbagai aspek kehidupan masyarakat. Dalam konteks anak berkebutuhan khusus, stigma sosial memberikan dampak yang signifikan, baik secara psikologis maupun sosial. Anak berkebutuhan khusus sering kali dihadapkan pada perlakuan diskriminatif, stereotip negatif, dan eksklusi sosial. Kondisi ini menciptakan lingkungan yang kurang mendukung bagi perkembangan mereka, baik di dalam keluarga maupun masyarakat luas (Utami, 2023).

Penting untuk memahami bahwa stigma bukan hanya masalah individu, tetapi juga merupakan masalah struktural yang memerlukan pendekatan holistik untuk mengatasinya. Upaya untuk mengurangi stigma harus melibatkan pendidikan masyarakat, perubahan kebijakan, dan peningkatan kesadaran tentang hak-hak anak disabilitas (UNESCO, 2017). Anak dengan disabilitas sering menghadapi berbagai tantangan yang tidak hanya berasal dari keterbatasan fisik atau mental mereka, tetapi juga dari stigma yang melekat dalam masyarakat. Stigma ini dapat muncul dalam bentuk prasangka, diskriminasi, atau stereotip negatif yang membatasi akses mereka terhadap pendidikan, kesehatan, dan hak sosial lainnya. Penelitian menunjukkan bahwa masyarakat yang memiliki pemahaman rendah tentang disabilitas cenderung memperlakukan anak-anak berkebutuhan khusus secara tidak setara, yang berdampak pada perkembangan psikologis dan sosial mereka (Nursholichah et al., 2024).

Stigma sosial yang berkembang di masyarakat saat ini cenderung mengarah ke arah negatif, dimana secara tidak langsung dapat berdampak kepada kehidupan sosial anak-anak tersebut serta masalah kesehatan mental dan kualitas hidup secara keseluruhan. Stigma juga dapat berasal dari norma sosial yang mengutamakan kesempurnaan dan kemampuan fisik. Anak disabilitas sering dianggap sebagai "berbeda" dalam situasi tertentu dan tidak sesuai dengan standar masyarakat, yang dapat menyebabkan marginalisasi (Zaskia et al., 2025).

Stigma dapat menyebabkan perilaku diskriminatif, seperti perundungan (*bullying*), dan pelabelan negatif terhadap ABK. Karena perilakunya yang mungkin tidak sama dengan anak-anak lainnya, mereka tidak jarang dijauhi, dijadikan sasaran ejekan, atau bahkan dianggap sebagai pembuat onar di kelas. Banyak dari perilaku tersebut terjadi bukan karena ingin mengganggu, tetapi sebagai bagian dari sifat dan kebutuhan khusus mereka yang membutuhkan pemahaman yang lebih baik tentang lingkungan sekitar mereka (Siregar et al., 2025).

Salah satu peran penting masyarakat adalah memberikan penerimaan sosial yang baik kepada penyandang disabilitas, memberi mereka kesempatan untuk bergabung dalam

kelompok sosial dan membantu mengurangi stres yang mungkin timbul akibat kondisi disabilitas mereka, mengakui dan menghargai keberadaan mereka (Siregar et al., 2025).

Dalam konteks ini, stigma dapat muncul dalam bentuk pandangan sinis, ejekan, pengucilan, atau diskriminasi terhadap orang tua yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus. Stigma tersebut sering kali didasari oleh kurangnya pengetahuan masyarakat tentang disabilitas dan persepsi bahwa anak-anak tersebut adalah “anak yang bermasalah” atau bahkan hasil dari kesalahan orang tua.

Tujuan penelitian ini untuk memahami bentuk-bentuk stigma yang dialami oleh orang tua ABK, faktor-faktor yang mempengaruhinya, serta strategi yang digunakan untuk mengatasi atau bertahan dari stigma tersebut. Dengan pemahaman yang lebih mendalam, diharapkan masyarakat dan pembuat kebijakan dapat menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan suportif bagi keluarga dengan anak berkebutuhan khusus. Manfaat penelitian untuk memberikan wawasan kepada orang tua tentang bentuk-bentuk stigma yang umum terjadi dan strategi yang dapat digunakan untuk menghadapinya, sehingga mereka tidak merasa sendiri dan lebih kuat secara emosional, meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat terhadap keberadaan dan kondisi ABK serta keluarganya, sehingga mampu mengurangi sikap diskriminatif dan membangun lingkungan sosial yang lebih inklusif dan suportif.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian fenomenologis. Pendekatan ini dipilih karena sesuai untuk menggali secara mendalam makna subjektif yang dialami orang tua dari anak berkebutuhan khusus (ABK) dalam menghadapi stigma sosial. Menurut Sugiyono dalam buku yang ditulis oleh Abdul Fatah Nasution (2023) penelitian kualitatif dilakukan dalam setting alamiah karena objek yang dikaji adalah realitas yang kompleks dan dinamis, sehingga pendekatan ini sangat berguna untuk mengeksplorasi isu-isu yang bersifat personal, sosial, maupun kultural secara mendalam. Pendekatan fenomenologi berupaya memahami dunia pengalaman hidup individu secara langsung dan mendalam, terutama dalam konteks emosi. Peneliti berupaya untuk mengamati dan memahami fenomena tersebut tanpa terpengaruh oleh prasangka atau subjektivitas pribadi. Oleh karena itu, peneliti sebisa mungkin mereduksi bias dan menyaring interpretasi secara jernih, agar dapat menemukan makna sesungguhnya dari pengalaman atau realitas yang diteliti (Nasution, 2023).

Subjek dalam penelitian ini adalah 3 orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK), dengan latar belakang kondisi perkembangan anak yang beragam dan sedang berada dalam jenjang pendidikan prasekolah hingga sekolah dasar. Penelitian ini berfokus pada pengalaman mereka dalam menghadapi stigma sosial dari lingkungan sekitar, baik dari keluarga, tetangga, hingga institusi pendidikan. Teknik pengambilan subjek dilakukan menggunakan metode *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan informan secara sengaja berdasarkan kriteria tertentu yang ditetapkan oleh peneliti. Teknik ini digunakan karena tidak semua orang tua memiliki pengalaman relevan terhadap fenomena yang menjadi fokus kajian. Teknik *purposive sampling* merupakan teknik pengambilan subjek penelitian yang berdasarkan adanya ciri-ciri khusus yang ditentukan oleh peneliti (Kumara, 2018).

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui teknik wawancara mendalam dengan pendekatan semi-terstruktur yang dimulai dari isu penelitian. Setiap pertanyaan tidaklah sama ada tiap narasumber sesuai dengan jawaban dari narasumber tersebut (Sahir, 2021). Meskipun panduan pertanyaan telah disusun sebelumnya untuk menjaga fokus pada isu yang diteliti, namun format wawancara tetap memberikan ruang fleksibilitas agar partisipan dapat menyampaikan pengalaman secara bebas dan lebih mendalam. Seluruh partisipan diberikan pertanyaan yang serupa untuk menjaga konsistensi data, namun peneliti tetap terbuka terhadap eksplorasi isu baru yang mungkin muncul selama sesi wawancara berlangsung (Sahir, 2021). Pendekatan ini dianggap efektif dalam menggali makna subjektif

dari pengalaman pribadi orang tua dalam menghadapi stigma sosial, yang bersifat kompleks, emosional, dan tidak selalu dapat dirinci dalam jawaban singkat.

Teknik Analisis data dalam penelitian ini menggunakan model yang dikembangkan oleh Miles dan Huberman dalam Ramadhani (2019), yang terdiri dari tiga tahapan utama, yaitu reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi. Dengan mengikuti tiga tahap tersebut, peneliti dapat mengungkap makna mendalam dari pengalaman orang tua anak berkebutuhan khusus dalam menghadapi stigma sosial, serta bagaimana proses resiliensi mereka terbentuk dari pengalaman tersebut.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Penelitian ini dilakukan terhadap tiga partisipan yang merupakan orang tua dari anak berkebutuhan khusus (ABK) dengan beragam latar belakang dan karakteristik yang berbeda. Penelitian bertujuan untuk mengungkap bentuk serta pengalaman yang dialami oleh orang tua dari anak berkebutuhan khusus dalam menghadapi stigma sosial. Ketiga partisipan memiliki anak berkebutuhan khusus yang memiliki kondisi perkembangan berbeda dan saat ini sedang menjalani pendidikan tahap prasekolah hingga sekolah dasar. Ketiga partisipan menunjukkan respon psikologis dan sosial yang beragam mengenai pengalaman terhadap stigma sosial, baik stigma sosial dari masyarakat umum atau lingkungan di sekitar partisipan, seperti tetangga dan kerabat dekat. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, dengan tujuan untuk mendapatkan data yang beragam dan tidak bersifat homogen, serta adanya variasi data berdasarkan pengalaman yang berbeda-beda antar partisipan yang dipengaruhi oleh faktor internal seperti kepribadian, nilai yang dianut, serta dukungan dari pasangan dan keluarga, atau faktor eksternal seperti lingkungan di sekitar partisipan.

Tabel 1. Kriteria Partisipan

IDENTITAS	PARTISIPAN S	PARTISIPAN V	PARTISIPAN L
Usia Partisipan	48 tahun	43 tahun	36 tahun
Usia Anak	8 tahun	6 tahun	8 tahun
Jenis Kelamin Anak	Laki-laki	Perempuan	Laki-laki
Kondisi Anak	Autisme	Autisme	Gangguan pendengaran yang menyebabkan speechdelay

Sumber: data riset

Secara umum, ketiga partisipan memiliki kesamaan dalam mengalami tekanan sosial akibat label atau persepsi negatif mengenai kondisi yang dialami oleh anak masing-masing partisipan. Namun, ketiga partisipan memiliki perbedaan dalam menanggapi stigma sosial dan menunjukkan adanya dinamika psikologis yang cukup kompleks dan menarik. Sebagian memilih untuk mengabaikan komentar negatif, sebagian lainnya memilih untuk menarik diri dari lingkungan sosial yang memberi stigma sosial, sebelum akhirnya bangkit dan kembali terlibat secara aktif di lingkungan sosial. Temuan dalam penelitian ini menegaskan bahwa stigma sosial tidak hanya berdampak pada anak berkebutuhan khusus, namun juga berdampak secara signifikan terhadap identitas diri, relasi sosial, serta proses resiliensi pada orang tua dari anak berkebutuhan khusus. Berdasarkan hasil wawancara, dapat ditemukan beberapa tema yang muncul secara konsisten dari ketiga partisipan, yang akan dibahas secara lebih mendalam pada bagian-bagian berikut.

#### 1. Stigma Sosial Terhadap Orang Tua ABK

Dalam penelitian ini, stigma sosial yang dialami oleh orang tua dari anak berkebutuhan khusus tidak hanya hadir dalam bentuk pelabelan secara eksplisit, melainkan juga pelabelan dalam bentuk-bentuk halus yang bersifat implisit namun menyakitkan bagi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

*“Ya, pernah. Waktu awal terapi itu malah eyangnya itu malah menyebutkan, “anakmu kok liar ya?” karena suka lari kan anak-anak hiperaktif itu cenderung kayak lari gitu kan. Terus pas di sekolah awal-awal di paud gitu, karena dia ekspresif kan anak-anak gini kan ekspresif kan. Dia itu mau menyukai sesuatu, tapi kayak merebut. Niatnya ngga mau nakalin, tapi dia mau itu. Nah itu dianggap nakal sama wali murid yang lain gitu” (V, 32-40)*

*“kalau ke saya tuh seringnya kalau misalnya saya ajak sarapan nih mbak, oke maksudnya dia gak sekolah ya, saya ajak sarapan, lho kok gak sekolah? maksudnya misalnya kadang saya kan kadang saya senyumin kadang ya ada perasaan baper juga ya iya kadang tuh saya kalaupun saya repot-repot jelasin dia juga gak ngerti gitu kan” (L, 191-198)*

Ketiga partisipan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa stigma halus lebih sulit dilawan, karena bersifat tidak langsung atau konfrontatif. Komentar yang didapatkan oleh partisipan V *“anak seperti ini kok diajak ke tempat umum”*, atau yang didapatkan oleh partisipan L *“anaknya lebih baik sekolah di tempat khusus”* tidak secara langsung menyalahkan, namun ungkapan tersebut seolah menyudutkan partisipan bahwa tidak seharusnya membawa anak tersebut ke tempat umum atau tempat seperti anak normal yang lain. Partisipan mengungkapkan bahwa ungkapan semacam itu melukai psikologis partisipan meski tidak terlihat kasar. Selain itu, karena bentuknya yang tidak eksplisit, orang tua cenderung memendam emosi mereka.

## 2. Sumber Stigma

Penelitian ini memiliki temuan menarik berdasarkan ketiga partisipan, yaitu sumber stigma sosial yang menyakitkan justru tidak datang dari orang asing, melainkan berasal dari individu yang berada di lingkungan sosial terdekat. Hal ini sesuai dengan wawancara yang diungkapkan oleh partisipan L bahwa partisipan pernah mendapatkan komentar yang menurut partisipan L menyakitkan. Partisipan L mendapatkan komentar tersebut dari teman partisipan sendiri, yang mengatakan bahwa kondisi anaknya lebih parah dan tidak mampu mengikuti pendidikan di sekolah umum. Hal tersebut membuat partisipan L merasa sakit hati, walau komentar tersebut mungkin adalah saran dari teman partisipan

*“aku tuh pernah diginiin sama temen sih malah soal sekolah, saya kan pengennya dia nggak mau sekolah inklusi ya atau sekolah yang dia tuh pernah kayak gini sekolah di ini loh saya sih lupa ya sekolah yang dia masuk itu dimana pokoknya dia menyarankan salah satu sekolah tapi kan satu saya jawab sama yang saya jawab tadi menurut saya sih memang berkebutuhan khusus anak spesial tapi menurut saya gak spesial-spesial banget, tetep sih ada gap ada kekurangan dibanding anak seusianya tapi masih bisa lah kita kejar kayak gitu cuman ya gak yang sekolah itu banget, terus dia bilang kayak gini “Tapi zafran itu menurutku lebih parah daripada anak temenku yang sekolah disitu” Terus saya yaudah ya, ya gitu aja” (L, 323-340)*

Partisipan V juga pernah mendapatkan stigma negatif berupa diskriminasi dari tetangga dan orang tua dari partisipan. Tetangga partisipan berkomentar negatif terkait perilaku anak partisipan yang hiperaktif, serta menyudutkan partisipan yang membawa anaknya untuk ikut kegiatan PKK. Peristiwa tersebut menyebabkan partisipan V menarik diri dari kegiatan sosial bersama tetangga. Sedangkan orang tua partisipan memberikan label *“anak liar”* kepada anak partisipan terkait dengan perilaku hiperaktif anak partisipan.

*“...di awal dulu ada, waktu saya ikut kumpulan PKK gitu kan. Saya kan harus mengajak Ara karena di rumah itu ngga ada yang saya kasih tanggung jawab momong gitu kan. Nah, itu saya diusir, karena dibilang “Ini anake sopo? Anake gowo balik, anak koyok ngene mbok gowo rene?”. Itu saya pernah, saya pulang. Tapi sepanjang jalan saya nangis, karena bukan karena saya membenci mereka, tapi...perlu ngga sih mereka membenci anak yang mereka ngga tau ni anak ini kenapa, gitu aja” (V, 122-132)*

*“Waktu awal terapi itu malah eyangnya itu malah menyebutkan, “anakmu kok liar ya?” karena suka lari kan anak-anak hiperaktif itu cenderung kayak lari gitu kan” (V, 32-35).*

### 3. Resiliensi Psikologis

Partisipan menghadapi berbagai macam bentuk stigma sosial dan melalui proses resiliensi dari stigma sosial yang telah dihadapi.

*“Awalnya sih saya aaa membantah ya, membantah gitu kan. Maksudnya kok kalian begini, kalian gini gini gitu. Tapi, berjalannya waktu saya ngga pernah membalas atau mencari alasan, karena sudah banyak yang tau sih. Karena aktifitas kami seperti apa, malah aaa satu dua tahun ini banyak yang bertanya sama saya, maksudnya “anakku kira-kira kenapa ya?” gitu, padahal saya bukan psikiater atau psikolog.” (V, 78-86)*

Hal ini juga dilakukan oleh partisipan S, bahwa ia selalu berbagi pengalaman serta pengetahuan terkait kondisi anaknya kepada orang lain di sekitarnya yang lebih paham. Partisipan S juga aktif dalam mencari pendidikan serta layanan terapi maupun layanan sosial yang tepat bagi anak berkebutuhan khusus untuk dibagikan kepada orang tua lain yang memiliki anak dengan kondisi serupa.

*“Ya memang harus belajar dari pengalaman, bertanya kepada orang-orang yang lebih kompeten dan lebih tau untuk membuat solusi perbaikan pada kondisi anak saya.” (S, 183-186)*

### 4. Media Sosial Sebagai Sumber Resiliensi Baru Di Era Digital

Perkembangan teknologi yang masih pada era saat ini, ternyata membawa temuan unik mengenai peran positif media sosial sebagai sumber penguatan psikologis bagi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Beberapa partisipan mengungkapkan bahwa konten-konten yang ada di media sosial seperti cerita inspiratif, konten edukatif mengenai ABK, kemudian juga komunitas daring mampu memberikan dukungan emosional serta edukasi dan harapan bagi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Hal ini diungkapkan oleh Partisipan V bahwa ia termotivasi dengan video-video yang ada di media sosial terkait anak berkebutuhan khusus yang memiliki prestasi. Partisipan V merasa bahwa video tersebut mampu memperkuat kepercayaan diri terkait dengan kondisi yang dimiliki oleh anak partisipan. Selain itu, partisipan V juga percaya bahwa saat ini sudah jarang muncul terkait adanya diskriminasi yang dialami oleh partisipan atau anak partisipan. Hal ini dikarenakan mulai marak dan digaungkan mengenai *campaign* edukasi di media sosial terkait dengan anak berkebutuhan khusus.

*“Ohh ngga, ngga, karena sekarang tu sudah apa yaa, teknologi sudah maju ya. Banyak anak berprestasi, orang-orang berprestasi itu justru dari mereka yang punya kekurangan-kekurangan yang ternyata adalah kelebihan mereka” (V, 162-166)*

*“Kalau sekarang ini, tanpa lembaga atau apa gitu sudah banyak dukungan. Soalnya kan sekarang sudah lewat sosial media, lewat marketplace gitu kan ada kayak apa ya namanya ya, kayak vt vt gitu hlo, kayak dia itu membangkitkan semangat kita gitu hlo” (V, 232-237)*

Partisipan S juga mengungkapkan dengan kemajuan media sosial saat ini, maka semakin besar pula pengaruh media dalam perkembangan individu. Partisipan mengungkapkan bahwa media justru mendukung pertumbuhan dan perbaikan anak berkebutuhan khusus.

*“Semuanya mendukung. Media, lingkungan, teknologi itu mendukung untuk pertumbuhan dan perbaikan anak saya” (S, 229-231)*

## PEMBAHASAN

### 1. Stigma Sosial Terhadap Orang Tua ABK : Bukan Sekedar Label

*Labelling* merupakan salah satu aspek atau komponen yang membentuk stigma sosial. *Labelling* sendiri merupakan pemberian tanda atas perbedaan yang tidak sesuai secara sosial dan melekat pada diri individu yang diberi *labelling*. Istilah yang dilabelkan atau disematkan kepada anak seperti “anak nakal”, “anak tidak sekolah”, “anak tidak bisa diam” muncul sebagai bentuk *labelling* yang diberikan masyarakat. Namun, lebih jauh dari hal tersebut, ternyata bentuk stigma yang lebih tersembunyi seperti saran yang merendahkan, perbandingan dengan anak lain, atau ekspektasi tidak realistis dari lingkungan sosial, merupakan bentuk stigma yang jauh lebih menyakitkan secara psikologis.

Stigma halus dalam bentuk implisit dapat disebut dengan *microaggressions*. Fenomena stigma halus yang dialami orang tua dari anak berkebutuhan khusus dalam penelitian ini selaras dengan konsep *microaggression* yang dijelaskan dalam penelitian Nurfauzy Abdillah, Susi Fitri, dan Eka Wahyuni (2022). Mikroagresi merupakan bentuk penghinaan verbal maupun nonverbal yang bersifat singkat dan sering kali tidak disadari pelakunya, namun mengandung pesan merendahkan terhadap identitas kelompok tertentu.

Menurut APA Dcitionary, terdapat tiga bentuk utama dari *microaggression* diantaranya yaitu, *microassault* atau serangan yang sengaja merendahkan, *microinsult* atau penghinaan halus terhadap identitas, dan *microinvalidation* atau penyangkalan terhadap pengalaman atau perasaan seseorang. Efek dari *microaggression* dapat terakumulasi dari waktu ke waktu dan berdampak serius pada kondisi psikologi individu, karena sering kali perilaku tersebut tidak disadari oleh pelaku. Namun dampak yang dialami oleh orang tua dari anak berkebutuhan khusus sangat terasa, karena menimbulkan perasaan inferior, malu, dan ragu terhadap kemampuan diri sebagai orang tua (APA Dictionary of Psychology, 2024).

### 2. Sumber Stigma: Ketika Lingkungan Terdekat Menjadi Luka Terdalam

Fenomena dalam temuan penelitian ini menunjukkan bahwa stigma sosial bukan hanya mengenai persepsi publik terhadap individu. Namun, stigma sosial lebih dalam lagi karena menyentuh aspek relasi personal dan emosional di sekitar individu yang mendapatkan stigma sosial. Dalam teori psikologi, pengalaman seperti ini dikenal sebagai *betrayal trauma*, yakni luka emosional yang terjadi ketika individu mengalami penolakan atau penghakiman dari orang yang secara emosional diharapkan sebagai pendukung utama. Penelitian yang dilakukan oleh Okta Istiawati & Ulfa Amalia (2024) menjelaskan mengenai *betrayal trauma* yang merupakan kondisi rasa sakit yang dialami oleh individu setelah mendapatkan perilaku berupa kekerasan fisik atau komentar negatif dari orang yang secara emosional diharapkan sebagai pendukung utama inidvidu.

Dampak trauma yang ditimbulkan stigma sosial dari relasi dekat ini sangat signifikan. Orang tua dari anak berkebutuhan khusus merasa tidak hanya dijauhi oleh lingkungan luas, namun juga dari sumber dukungan primer mereka. Individu yang mendapatkan *betrayal trauma* karena stigma sosial orang terdekat tersebut mengalami perasaan bersalah, minder, serta kehilangan kepercayaan atau identitas diri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi (2020) mengenai perilaku *social withdrawal* yang merupakan tindakan menghindari dari hubungan interaksi sosial yang dirasa membuat individu tidak aman. Partisipan juga mengungkapkan bahwa setelah mendapatkan komentar atau stigma sosial tersebut, mereka memilih untuk menarik diri dan membatasi interaksi sosial.

### 3. Resiliensi Psikologis: Transformasi Dari Luka Menjadi Kekuatan

Partisipan mengalami fase awal pada resiliensi tersebut berupa penolakan atau penarikan diri dari lingkungan sosial. Namun, seiring dengan berjalannya waktu, partisipan

yang sudah mencapai tahap resiliensi mampu menerima dirinya sendiri, kembali membangun hubungan sosial, serta menerima kondisi anak secara lebih utuh.

Resiliensi yang terbentuk dari pengalaman stigma sosial oleh orang tua dari anak berkebutuhan khusus bukan hanya bersifat bertahan, namun juga berkembang menjadi sumber pemberdayaan bagi lingkungan di sekitarnya. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh partisipan V bahwa dulu ia sering melawan stereotipe mengenai kondisi anaknya. Namun, lambat laun partisipan mengabaikan dan berdamai dengan hal tersebut dan sering menjadi tempat curhat atau berbagi informasi oleh orang tua lain yang memiliki anak dengan kondisi serupa.

Temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman dari stigma sosial tidak hanya menimbulkan dampak negatif. Namun, dengan dukungan yang tepat serta pemahaman positif terkait pengalaman tersebut mampu menjadi pemicu bagi identitas baru individu yang lebih kuat sebagai orang tua dari anak berkebutuhan khusus.

Hal ini diperkuat dalam penelitian oleh Hermawati (2018) bahwa pasangan orang tua yang menghadapi kondisi anak berkebutuhan khusus, meskipun dalam situasi sosial dan ekonomi yang terbatas, tetap mampu membentuk identitas psikologis yang tangguh. Penelitian ini menegaskan bahwa pengalaman negatif dalam menghadapi stigma sosial, tidak selalu berakhir menjadi luka psikologis. Sebaliknya, dengan adanya dukungan sosial, peran spiritual, dan kekuatan identitas individu justru mampu mengalami transformasi positif. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian, bahwa stigma dapat menjadi pemicu tumbuhnya identitas baru sebagai orang tua yang lebih kuat, reflektif, dan berdaya.

#### **4. Media Sosial Sebagai Sumber Resiliensi Baru Di Era Digital**

Temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa media sosial memiliki potensi besar untuk membentuk resiliensi pada individu, terutama pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Resiliensi melalui media sosial berbasis digital merupakan daya lenting psikologis yang diperkuat melalui interaksi digital yang positif. Orang tua mampu belajar dari pengalaman orang lain, menjalin hubungan sosial melalui komunitas secara daring yang mampu memberikan dukungan, serta memperkaya pengetahuan mengenai anak berkebutuhan khusus melalui internet. Oleh karena itu, hal ini dapat menjadi temuan serta pertimbangan bagi psikolog atau lembaga terkait untuk memanfaatkan platform media berbasis digital sebagai intervensi untuk keluarga yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Hal ini juga sesuai dengan temuan dalam jurnal penelitian yang ditulis oleh Rizqiya Nidaussa'idah dan Fathul Lubabin Nuqul (2025) bahwa dukungan sosial melalui media online memiliki peran penting dalam kesehatan mental di era digital saat ini. Dukungan ini mampu menciptakan hubungan dan relasi yang bersifat emosional antar individu untuk saling mendukung satu sama lain. Interaksi melalui media sosial yang berupa komentar, pesan pribadi, ataupun video yang bersifat positif mampu mengurangi kecemasan dan meningkatkan kesejahteraan psikologis pada individu yang berasakan dampak positifnya.

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini mengungkapkan bahwa stigma sosial terhadap orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus muncul dalam berbagai macam bentuk, baik secara eksplisit ataupun implisit. Bentuk implisit dari stigma sosial atau *microaggression* seringkali tidak disadari oleh pelaku yang berupa saran, perbandingan anak, ekspektasi sosial. Namun, dampak yang ditimbulkan dari stigma halus tersebut berdampak signifikan terhadap psikologis orang tua. Dalam kasus tertentu, stigma justru berasal dari pihak terdekat seperti keluarga, tetangga, atau tenaga profesional, yang seharusnya menjadi sumber dukungan emosional. Akibatnya, para orang tua mengalami tekanan psikologis seperti rasa bersalah, minder, kehilangan kepercayaan diri, hingga kecenderungan untuk menarik diri dari lingkungan sosial.

Berdasarkan temuan dalam penelitian ini, meski partisipan menghadapi tekanan sosial yang cukup berat, namun para orang tua mampu membangun resiliensi yang kuat melalui proses reflektif dan dukungan secara sosial. Bentuk strategi koping oleh orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus cukup bervariasi dan perlahan mampu memiliki kepercayaan diri yang baik, lebih menerima dan terbuka. Bahkan dalam beberapa kasus, pengalaman menghadapi stigma menjadi titik balik yang memunculkan makna baru dalam menjalankan peran sebagai orang tua. Selain itu, media sosial berperan sebagai ruang dukungan alternatif yang memberikan validasi, edukasi, dan harapan. Temuan ini menunjukkan bahwa kekuatan psikologis tidak hanya berasal dari dalam diri, tetapi juga dipengaruhi oleh keterhubungan sosial dan akses terhadap informasi yang tepat.

## REFERENSI

- Abdillah, N., Fitri, S., & Wahyuni, E. (2022). Gambaran Tingkat Mikroagresi Pada Siswa Penghayat Kepercayaan. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 10(2), 233. <https://doi.org/10.29210/177100>
- American Psychological Association. (n.d.). *Microaggression*. Dalam *APA Dictionary of Psychology*. <https://dictionary.apa.org/microaggression>
- Hermawati, N. (2018). Resiliensi Orang Tua Sunda Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 1(1), 67–74. <https://doi.org/10.15575/jpib.v1i1.2345>
- Kumara, A. R. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Program Studi Bimbingan Dan Konseling Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan.
- Nasution, A. F. (2023). *Metode Penelitian Kualitatif* (M. Albina, Ed.; 1st Ed.). CV. Harfa Creative.
- Nidaussa'idah, R., & Lubabin Nuqul, F. (2025). Sistematis Literatur Review: Dukungan Sosial Online Berdampak Positif Pada Kesehatan Mental. *Journal Of Psychology And Social Sciences*, 3(1), 1–11. <http://jurnal.dokicti.org/index.php/jpss/index>
- Nursholichah, K. U., Amilia Febrian Mufarrohah, & Bono Setyo. (2024). Stigma Masyarakat Terhadap Anak Penyandang Disabilitas. *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 5(2), 336–342. <https://doi.org/10.46773/alathfal.v5i2.1456>
- Okta Istiawati, & Ulfa Amalia. (2024). Konsekuensi Betrayal Trauma Pada Individu Yang Mengalami Pengkhianatan Dalam Hubungan Pacaran. *Concept: Journal Of Social Humanities And Education*, 3(3), 146–166. <https://doi.org/10.55606/concept.v3i3.1399>
- Pratiwi, H. R. (2020). Studi Kasus Perilaku Social Withdrawal Pada Anak Usia Dini. *JP2KG AUD (Jurnal Pendidikan, Pengasuhan, Kesehatan Dan Gizi Anak Usia Dini)*, 1(2), 147–158. <https://doi.org/10.26740/jp2kgaud.2020.1.2.147-158>
- Ramadhani, M. R., Fernanda, R., Sari, R., & Lubis, H. (2019). Peran Pola Asuh Orang Tua Dalam Membentuk Karakter Peduli Lingkungan. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 7(2), 61. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v7i2.2406>
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi Penelitian* (T. Koryati, Ed.; 1st Ed.). Penerbit KBM Indonesia. [www.penerbitbukumurah.com](http://www.penerbitbukumurah.com)
- Siregar, D., Ringo, E. G. S., Ramadani, F., Butarbutar, F. F. N., Hutasoit, F. Y. N., Silalahi, M., Puteri, A., & Tansliova, L. (2025). Analisis Stereotipe Negatif: Tantangan Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah. *Carong Jurnal Pendidikan, Sosial, Dan Humaniora*, 1(3), 421–430. <https://doi.org/10.62710/Bp48sa41>
- UNESCO. (2017). *A guide for ensuring inclusion and equity in education*. Paris: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. Diakses dari <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000248254>

- Utami, N. M. S. N. (2023). Pengaruh Stigma Sosial Terhadap Psychological Well-Being Penyintas Covid-19. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan*, 4(3), 415–420. <https://doi.org/10.51849/J-P3k.V4i3.280>
- Vrisaba, N. A., Anggara, O. F., & Satiningsih, S. (2023). Penerapan Pemeriksaan Psikologis Pada Anak Berkebutuhan Khusus Untuk Memaksimalkan Potensi. *JPKMI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia)*, 4(1), 95–105. <https://doi.org/10.36596/Jpkmi.V4i1.603>
- Zaskia, A. H., Maulidina, C. A., Azalia, V., Fadilah, A., & Harum, T. M. (2025). Pengaruh Stigma Sosial Terhadap Anak Dengan Hambatan Intelektual. *Jurnal UNIK: Pendidikan Luar Biasa*, 9(2), 111. <https://doi.org/10.30870/Unik.V9i2.30536>