

Pemberdayaan Ibu Dengan Anak Autisme Melalui Terapi Spiritual Untuk Mengelola Kecemasan dan Stigma di SLB Pidie

Miniharianti¹, Badrul Zaman², Nurul Atikah³, Nadia Sari⁴, Khairiyatul Munawwarah⁵, Jihan Rabial⁶

^{1,3,4} STIKes Jabal Ghafur, Indonesia

^{2,5,6} Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh, Indonesia

Received : 31 Januari 2026, Revised : 7 Februari 2026, Published : 11 Februari 2026

Corresponding Author

Nama Penulis: Miniharianti

E-mail: mini.harianti@gmail.com

Abstrak

Pengabdian masyarakat ini bertujuan memberdayakan ibu yang memiliki anak autisme melalui terapi spiritual untuk mengelola kecemasan dan stigma di SLB Kabupaten Pidie. Kegiatan dilaksanakan dengan pendekatan edukasi dan pelatihan terapi spiritual terstruktur, disertai evaluasi menggunakan desain pretest–posttest pada 20 responden. Tingkat kecemasan dan stigma diukur sebelum dan sesudah intervensi, kemudian dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil menunjukkan mayoritas responden mengalami penurunan skor kecemasan setelah intervensi dan terdapat perbedaan yang signifikan antara pretest dan posttest ($Z = -3,667$; $p < 0,05$). Pada variabel stigma juga ditemukan perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi ($Z = -2,124$; $p < 0,05$), meskipun perubahan skor tidak seragam pada seluruh responden. Disimpulkan bahwa terapi spiritual berpotensi efektif sebagai strategi pemberdayaan ibu dalam menurunkan kecemasan dan memengaruhi aspek stigma, serta perlu didukung dengan pendampingan berkelanjutan dan penguatan edukasi anti-stigma agar dampaknya lebih konsisten.

Kata kunci - autisme, terapi spiritual, kecemasan, stigma, pengabdian masyarakat

Abstract

This community service program aimed to empower mothers of children with autism through a structured spiritual therapy intervention to manage anxiety and stigma at a special school (SLB) in Pidie Regency. The program was implemented through education and training sessions on spiritual therapy, accompanied by an evaluation using a one-group pretest–posttest design involving 20 participants. Anxiety and stigma levels were assessed before and after the intervention and analyzed using the Wilcoxon Signed-Rank Test. The results indicated that most participants experienced a reduction in anxiety scores following the intervention, with a statistically significant difference between pretest and posttest measurements ($Z = -3.667$; $p < 0.05$). A significant difference was also observed for stigma scores before and after the intervention ($Z = -2.124$; $p < 0.05$), although the magnitude and direction of change varied across participants. In conclusion, spiritual therapy appears to be a potentially effective empowerment strategy for reducing maternal anxiety and influencing stigma-related outcomes; however, sustained follow-up and strengthened anti-stigma education are recommended to achieve more consistent and enduring effects.

Keywords - autism, spiritual therapy, anxiety, stigma, community service program

How To Cite : Miniharianti, M., Zaman, B., Atikah, N., Sari, N., Munawwarah, K., & Rabial, J. (2026). Pemberdayaan Ibu Dengan Anak Autisme Melalui Terapi Spiritual Untuk Mengelola Kecemasan dan Stigma di SLB Pidie. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 4(3), 3770 - 3777. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i3.1131>

Copyright ©2026 Miniharianti, Badrul Zaman, Nurul Atikah, Nadia Sari, Khairiyatul Munawwarah, Jihan Rabial

PENDAHULUAN

Pemantauan tumbuh kembang anak secara dini merupakan hal yang sangat krusial, karena apabila terjadi gangguan pada proses pertumbuhan dan perkembangan, dapat berisiko menimbulkan berbagai permasalahan, seperti gangguan bicara dan bahasa, cerebral palsy, down sindrom, stunting, disabilitas intelektual (tunagrahita), serta gangguan pemusatan perhatian, hiperaktivitas dan gangguan spektrum autism (Miniharianti et al., 2023). Autism Spectrum Disorder (ASD) merupakan gangguan perkembangan saraf yang memengaruhi komunikasi, interaksi sosial, serta pola perilaku yang repetitif dan minat terbatas, sehingga anak membutuhkan dukungan jangka panjang dari keluarga dan lingkungan pendidikan (Hodges et al., 2020)

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan bahwa sekitar 1% populasi global memiliki ASD (Maenner et al., 2023). prevalensi ASD di Asia Tenggara sekitar 6 kasus per 1.000 individu, dengan prevalensi lebih tinggi pada laki-laki dibandingkan perempuan. Di Indonesia, data spesifik mengenai prevalensi ASD masih terbatas. Namun, beberapa studi menunjukkan bahwa prevalensi ASD di Indonesia berkisar antara 0,36% hingga 1,15% dari populasi (Purba et al., 2024; Shrestha et al., 2024).

Dalam praktik pengasuhan, ibu sering menjadi caregiver utama sehingga lebih rentan mengalami stres pengasuhan, kecemasan, dan kelelahan psikologis, terutama ketika menghadapi perilaku anak yang menantang, tuntutan terapi/pendidikan, serta tekanan sosial. Penelitian yang dilakukan pada ibu dengan anak ASD di Indonesia menunjukkan keterkaitan stres pengasuhan dengan dukungan sosial dan kapasitas self-compassion yang berpengaruh pada praktik pengasuhan (Riany & Ihsana, 2021). Selain itu, kajian internasional juga menunjukkan bahwa orang tua anak ASD banyak mengalami gejala psikologis (stres, kecemasan, depresi) yang dipengaruhi oleh dukungan sosial dan kebutuhan yang belum terpenuhi. Kondisi ini penting ditangani karena kesejahteraan psikologis ibu berpengaruh terhadap konsistensi pendampingan dan kualitas relasi ibu-anak yang menjadi fondasi keberhasilan intervensi anak (Alibekova et al., 2022).

Hasil literature menjelaskan bahwa stigma pada orang tua anak ASD merupakan fenomena yang umum lintas negara, dipengaruhi faktor yang dapat dimodifikasi (pengetahuan, strategi menghadapi stigma, dukungan sosial) maupun faktor yang sulit dimodifikasi, dan berdampak pada penarikan diri serta hambatan mencari dukungan (Khanh et al., 2023). Intervensi pengabdian yang tidak hanya menurunkan kecemasan tetapi juga memperkuat kemampuan keluarga menghadapi stigma menjadi sangat relevan, terlebih pada wilayah dengan sumber daya dukungan psikologis terbatas. Berdasarkan hasil penelitian pada pengasuh anak ASD di Indonesia menemukan hubungan negatif antara stigma afiliasi dan kualitas hidup semakin tinggi stigma afiliasi, semakin rendah kualitas hidup pengasuh (Masyithah & Bisri, 2024).

Berbagai hasil penelitian menjelaskan bahwa psikoedukasi bagi orang tua anak autisme dilaporkan dapat membantu menurunkan stres pengasuhan dan meningkatkan pemahaman keluarga tentang kondisi anak (Daulay, 2025). Pendekatan berbasis spiritual mindfulness juga terbukti efektif menurunkan stres pengasuhan pada ibu Muslim di Indonesia, menunjukkan bahwa pendekatan spiritual yang kontekstual dan selaras nilai budaya berpotensi meningkatkan penerimaan diri dan ketenangan psikologis (Hertinjung et al., 2023). Hasil dari systematic literature review pada orang tua yang membesarkan anak autisme menegaskan peran dukungan sosial dan religiusitas sebagai faktor protektif penting terhadap kesejahteraan orang tua (Utami et al., 2025).

Selain temuan dari program spiritual, intervensi berbasis kesadaran (mindfulness) dan program peningkatan resilience juga dilaporkan efektif menurunkan stres, kecemasan, dan membantu respon orangtua terhadap stigma. Misalnya, program *Mindfulness-Based Stigma Stress Reduction* (MBSSR) dan studi-studi mindfulness lain menunjukkan manfaat pada pengurangan stres dan perbaikan coping pada orangtua anak ASD. Hal ini menegaskan bahwa intervensi psikososial yang memfokuskan pada pemaknaan, regulasi emosi, dan keterhubungan sosial (yang juga menjadi komponen unsur spiritual) dapat efektif (Chan & Tsui, 2025).

Studi di SLB Pidie melaporkan hasil survei awal bahwa terdapat 40 anak mengalami autisme di Sekolah Luar Biasa (SLB) Kabupaten Pidie. Secara lebih spesifik, penelitian quasi-eksperimental menunjukkan terapi spiritual berpengaruh signifikan menurunkan kecemasan pada ibu yang memiliki anak autisme di SLB (Miniharianti et al., 2026). Namun, celah yang masih terlihat adalah intervensi yang ada cenderung berbentuk sesi klinis/terapeutik jangka pendek, sementara tantangan ibu di lapangan memerlukan model pemberdayaan yang lebih komprehensif (edukasi, dukungan sebaya, keterampilan coping, dan strategi menghadapi stigma) serta terintegrasi dengan ekosistem sekolah. Di

sisi lain, tinjauan sistematis tentang parent training pada anak autistik menekankan bahwa program yang terstruktur, berbasis pelatihan orang tua, dan berorientasi implementasi cenderung menghasilkan luaran yang lebih konsisten pada orang tua dan anak (Tabatabaei et al., 2022).

Berdasarkan permasalahan tersebut praktik lapangan masih sering berfokus pada layanan anak, sementara program pemberdayaan ibu yang secara simultan menargetkan kecemasan dan stigma, disertai modul terstruktur, pendampingan, serta mekanisme dukungan sebaya berbasis sekolah, belum menjadi layanan rutin. Oleh karena itu, pengabdian ini dirancang sebagai program berbasis SLB yang menjembatani kebutuhan sekolah dan rumah, memperkuat coping spiritual yang kontekstual, dan membangun kapasitas ibu untuk mengelola kecemasan serta menghadapi stigma secara adaptif dan berkelanjutan.

METODE

Program pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan mengenai terapi spiritual sebagai strategi untuk membantu mengelola kecemasan dan stigma. Sasaran kegiatan adalah ibu yang memiliki anak dengan autisme di SLB Pidie, Provinsi Aceh, dengan jumlah peserta sebanyak 20 orang. Kegiatan diselenggarakan pada Kamis, 4 Desember 2025. Tujuan kegiatan adalah memberdayakan ibu yang memiliki anak dengan autisme melalui pemanfaatan terapi spiritual guna meningkatkan kemampuan mengelola kecemasan dan stigma. Pendekatan evaluasi yang digunakan berupa analisis deskriptif dengan menghitung persentase tingkat pemahaman peserta sebelum dan sesudah penyuluhan terkait terapi spiritual. Instrumen pengukuran berupa kuesioner berisi 20 butir pertanyaan masing-masing 10 pertanyaan untuk aspek kecemasan dan stigma. Kuesioner diberikan pada dua waktu pengukuran, yaitu sebelum (pre-test) dan setelah (post-test) pelaksanaan penyuluhan. Skoring dilakukan secara dikotomis, yakni jawaban benar diberi skor 1 dan jawaban salah diberi skor 0. Selanjutnya, hasil rekapitulasi skor diolah menjadi persentase untuk menggambarkan perubahan tingkat pemahaman peserta. Adapun tahapan kegiatan pengabdian yang dilakukan meliputi:

1. Tahap Persiapan

Identifikasi masalah kebutuhan terapi spiritual dalam menurunkan kecemasan dan stigma yang dibutuhkan oleh ibu anak dengan autisme di SLB Pidie. Melakukan koordinasi dengan pihak sekolah guna mendapatkan izin melakukan pengabdian, mempersiapkan materi dan media yang akan digunakan pada saat kegiatan penyuluhan.

2. Tahap Pelaksanaan

- a. Kegiatan dimulai dengan menjelaskan maksud dan tujuan dilakukan pengabdian ini serta membagikan form persetujuan mengisi kuesioner.
- b. Melakukan kegiatan pre-test yang berupa pengisian kuesioner.
- c. Memberikan penyuluhan terkait manfaat terapi spiritual dalam mengurangi kecemasan dan menurunkan stigma melalui media dan metode ceramah kepada ibu anak dengan autisme dan kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Alat dan bahan yang digunakan berupa laptop, LCD, Sound Speaker dan spanduk. Materi yang diberikan berupa slide presentasi dan video anak autisme yang sudah bisa mandiri dan bekerja.
- d. Melakukan kegiatan post-test yang berupa pengisian kuesioner yang sama dengan pre-test.
- e. Sesi tanya jawab kepada para ibu anak dengan autisme untuk melakukan interaksi tanya dan jawab yang ditujukan kepada pemateri.
- f. Sesi terakhir yaitu penyerahan piagam penghargaan kepada sekolah dan melakukan dokumentasi foto Bersama.

3. Tahap Evaluasi

Menganalisis hasil kuesioner pre -test dan post -test yang sudah dilakukan untuk mengetahui apakah tujuan dari pengabdian yaitu melalui terapi spiritual terstruktur untuk mengelola kecemasan dan mengurangi dampak stigma.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Kegiatan

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan kolaborasi oleh dosen dan mahasiswa dari kampus Institut Ilmu Kesehatan & Teknologi Nurdin Abdurrahman dan kampus Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh yang dilaksanakan di Sekolah Luar Biasa (SLB) Pidie pada Kamis, 4 Desember 2025. Dalam melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul Pemberdayaan Ibu

Dengan Anak Autisme Melalui Terapi Spiritual Untuk Mengelola Kecemasan dan Stigma di SLB Pidie dengan metode penyuluhan dengan menggunakan media seperti video, leaflet. Dalam pelaksanaannya yaitu dengan menyampaikan materi terkait terapi spiritual, autisme, cara mengelola kecemasan dan mengatasi masalah stigma. Kegiatan tersebut dilakukan di aula SLB Kabupaten Pidie.

Narasumber yang memberikan materi edukasi tersebut adalah dosen yang berkompeten dibidangnya juga dibantu oleh mahasiswa dan guru setempat. Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini adalah diawali dengan pemberian pre-test kemudian dilanjutkan dengan penjelasan dalam bentuk ceramah yang juga disertai dengan berbagai contoh masalah terkait dengan penerapan terapi spiritual. Materi dijelaskan dengan kurun waktu ± 30 menit, lalu dilanjutkan dengan sesi Tanya jawab dan kemudian dilakukan ujian post-test. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada hari Kamis, 4 Desember 2025 pukul 09.00 s.d. 10.30 WIB. Adapun dokumentasi selama kegiatan pengabdian yang dilaksanakan sebagai berikut:



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian



Gambar 2. Pemberian Penyuluhan

Selain itu, indikasi keberhasilan penyuluhan dapat dilihat dari antusias peserta dalam sesi diskusi tanya jawab dari materi yang telah diberikan. Kegiatan pengisian post-tests dapat dilihat pada gambar 2.

Tabel 1. Karakteristik Peserta Berdasarkan Usia, Pendidikan dan Pekerjaan

Variabel	Katagori	Katagori	
		Jumlah	Persentase (%)
Usia	Dewasa Muda	3	15
	Dewasa Madya	14	70
	Dewasa Akhir	3	15
	Total	20	100
Pendidikan	Dasar	6	30
	Menengah	8	40
	Tinggi	6	30
	Total	20	100
Pekerjaan	IRT	15	75

	PNS	2	10
	Petani	3	15
	Total	20	100

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas responden berada pada kategori dewasa madya (70% intervensi dan 85% kontrol). Tingkat pendidikan responden pada kelompok intervensi relatif merata (30% dasar, 40% menengah, 30% tinggi), sedangkan kelompok kontrol didominasi pendidikan menengah (65%). Dari aspek pekerjaan, sebagian besar responden merupakan ibu rumah tangga (IRT), yaitu 75%.

Tabel 2. Rata-Rata Skor Kecemasan Sebelum dan Sesudah diberikan Terapi Spiritual

Variabel	N	Negative Rank	Positive Rank	Ties	Z	P-Value
Pretest – Posttest Kecemasan	20	18	1	1	-3.667	0.000

Berdasarkan Tabel 2, hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan bahwa dari 20 responden, sebanyak 18 responden mengalami penurunan tingkat kecemasan, 1 responden mengalami peningkatan, dan 1 responden tidak mengalami perubahan. Nilai uji Wilcoxon diperoleh $Z = -3,667$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara kecemasan sebelum dan sesudah intervensi. Dengan demikian, intervensi yang diberikan terbukti efektif menurunkan tingkat kecemasan pada responden.

Tabel 3. Rata-Rata Skor Stigma Sebelum dan Sesudah diberikan Terapi Spiritual

Variabel	N	Negative Rank	Positive Rank	Ties	Z	P-Value
Pretest – Posttest Stigma	20	3	11	6	-2.124	0.034

Berdasarkan Tabel 3, hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan bahwa dari 20 responden, sebanyak 3 responden mengalami penurunan pemahaman terkait stigma, 11 responden mengalami peningkatan pemahaman terkait stigma, dan 6 responden tidak mengalami perubahan. Nilai uji Wilcoxon diperoleh $Z = -2,124$ dengan $p = 0,034$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara stigma sebelum dan sesudah intervensi.

Pembahasan

1. Kecemasan

Secara konteks klinis dalam keperawatan, penurunan kecemasan pada ibu yang memiliki anak autisme sangat relevan karena orang tua terutama ibu yang sering menghadapi stres kronis terkait kebutuhan pendampingan jangka panjang, kekhawatiran masa depan anak, dinamika perilaku, dan tuntutan koordinasi layanan. Bukti internasional menunjukkan bahwa orang tua anak ASD memiliki risiko lebih tinggi mengalami masalah psikologis, termasuk kecemasan dan depresi bahkan penelitian meta-analisis menunjukkan problem psikologis pada caregiver/orang tua anak ASD merupakan temuan yang konsisten di banyak studi (Miniarikova et al., 2022).

Terapi spiritual masuk akal secara teoritis karena ia bekerja pada beberapa jalur yang berkontribusi pada kecemasan. Pada level fisiologis, praktik spiritual yang melibatkan relaksasi, pernapasan terarah, dzikir/doa, atau refleksi bermakna dapat memicu respons relaksasi, sehingga membantu mengurangi gejala somatik kecemasan (tegang, gelisah, sulit tidur). Pada level kognitif dan afektif, spiritualitas membantu reframing (memaknai ulang pengalaman sulit), menumbuhkan harapan, serta meningkatkan penerimaan (acceptance) terhadap kondisi anak dan situasi pengasuhan. Tinjauan tentang religious coping pada orang tua Muslim yang mengasuh anak disabilitas menegaskan bahwa coping religius sering terkait dengan ketenangan batin, makna, dan harapan yang menjadi penyangga stress (Pratama & Boediman, 2025).

Selain mekanisme intrapersonal, terapi spiritual juga berpotensi menguatkan mekanisme interpersonal dan sosial. Ibu yang tergabung dalam kegiatan terapi/pendampingan biasanya memperoleh validasi emosi, dukungan sebaya, dan rasa tidak sendiri yang penting untuk menurunkan kecemasan. Tinjauan sistematis di konteks orang tua yang membesarkan anak autisme menyoroti bahwa dukungan sosial dan religiusitas berperan sebagai faktor protektif terhadap

kesejahteraan orang tua, termasuk dalam membantu adaptasi psikologis menghadapi pengasuhan ASD (Utami et al., 2025).

Berdasarkan hasil penelitian menjelaskan pengalaman stigma orang tua anak ASD merupakan tema yang berulang, dan penelitian kuantitatif juga mendukung bahwa faktor psikologis-resiliensi berinteraksi dengan stigma dalam memengaruhi kesejahteraan orang tua. Dengan demikian, ketika terapi spiritual memperkuat makna, penerimaan, dan ketahanan psikologis, kecemasan yang dipicu stigma dapat ikut menurun (Salleh et al., 2020).

Penelitian lain menjelaskan spiritual-based intervention menurunkan kecemasan juga tampak pada berbagai populasi. Misalnya, beberapa studi di bidang kesehatan melaporkan bahwa intervensi spiritual seperti bimbingan doa maupun Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) berasosiasi dengan penurunan kecemasan pada kondisi klinis tertentu (pre-operasi atau kondisi medis kronis). Walaupun konteksnya berbeda dengan ibu caregiver anak autisme, kesamaan hasil ini memperkuat argumen bahwa komponen spiritual, relaksasi, penerimaan memberi kontribusi nyata terhadap penurunan kecemasan (April & Taufiqurrahman, 2023).

Hasil pengabdian ini memberi dasar kuat bahwa terapi spiritual layak dikemas sebagai pemberdayaan berbasis sekolah (SLB) dengan desain yang lebih komprehensif: (1) sesi terapi spiritual terstruktur (relaksasi, dzikir/doa, refleksi), (2) psikoedukasi singkat mengenai kecemasan dan stigma, (3) dukungan sebaya/kelompok ibu, serta (4) rencana tindak lanjut (home practice, jurnal emosi, dan monitoring berkala). Literatur kajian intervensi spiritual dan mindfulness menekankan bahwa keberlanjutan praktik (practice adherence) dan dukungan sosial merupakan faktor penting agar dampak intervensi bertahan (Alaidin et al., 2024).

2. Stigma

Stigma pada keluarga ASD, beban psikologis sering muncul bukan hanya dari perilaku anak, tetapi dari penilaian sosial (tatapan, komentar, blaming) yang kemudian dapat menjadi affiliate stigma (stigma yang terinternalisasi pada orang tua/pengasuh). Ketika spiritualitas membantu ibu memaknai pengalaman sebagai ujian yang dapat dihadapi, memperkuat harapan, dan memperluas dukungan religius-sosial, dampak stigma terhadap emosi negatif cenderung melemah. Hubungan stigma afiliasi dengan kualitas hidup pengasuh anak ASD juga telah dilaporkan signifikan semakin tinggi stigma afiliasi, semakin buruk kualitas hidup sehingga intervensi yang menurunkan beban stigma berpotensi memberi manfaat luas (Masyithah & Bisri, 2024).

Hasil Pengabdian ini sejalan dengan penelitian bereputasi yang menunjukkan bahwa pendekatan spiritual dapat berkontribusi pada penurunan stigma/kecemasan pada ibu anak ASD. Studi quasi-eksperimental spirituality therapy pada ibu anak autisme melaporkan bahwa terapi spiritual dapat menurunkan social stigma dan kekhawatiran (worry) secara signifikan, bahkan dengan tindak lanjut (follow-up), yang mendukung argumen bahwa spiritualitas bukan hanya menenangkan sesaat tetapi dapat memengaruhi persepsi dan koping terhadap tekanan social (Khanh et al., 2023).

Selain intervensi spiritual, penelitian lain yang hampir sama dalam tema pengurangan stigma pada caregiver ASD adalah psikoedukasi. Studi eksperimental pada caregiver utama anak autisme menemukan bahwa program psikoedukasi terstruktur selama beberapa minggu berdampak pada stigma dan care burden (serta indikator psikososial lain), menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan, keterampilan koping, dan dukungan terarah dapat menekan pengalaman stigma. Ini relevan karena terapi spiritual pada pengabdian sering memuat unsur psikoedukasi (pemahaman kondisi, pemaknaan, coping, dukungan) (Kac, 2025).

Hasil penelitian lain yang menggambarkan hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa mindfulness berhubungan dengan penurunan affiliate stigma pada orang tua anak ASD, baik secara langsung maupun melalui gaya koping yang lebih adaptif. Temuan ini penting untuk memperkuat mekanisme: bila terapi spiritual Anda mengandung komponen mirip mindfulness (fokus atensi, ketenangan, penerimaan, refleksi), maka jalur spiritual mindfulness koping adaptif affiliate stigma menurun menjadi penjelasan ilmiah yang kuat (Wang et al., 2024).

Dampak terapi spiritual terhadap stigma biasanya lebih kuat bila ditopang strategi multi-level (1) penguatan ibu (coping, makna, self-compassion), (2) dukungan sebaya antar-ibu, dan (3) edukasi lingkungan sekolah/keluarga (guru, wali murid, komunitas) agar sumber stigma berkurang. Studi tentang komunikasi intrapersonal orang tua anak autisme menegaskan bahwa orang tua sering harus bernegosiasi dengan stigma lingkungan dan membangun strategi komunikasi atau

penerimaan ini memperkuat alasan mengapa komponen pemberdayaan perlu menyasar bukan hanya individu, tetapi juga konteks sosialnya

KESIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat Pemberdayaan Ibu dengan Anak Autisme melalui Terapi Spiritual untuk Mengelola Kecemasan dan Stigma di SLB Pidie menunjukkan bahwa intervensi terapi spiritual memberikan dampak positif pada aspek psikologis ibu, ditandai dengan mayoritas responden mengalami penurunan skor kecemasan dan hasil uji Wilcoxon yang menunjukkan perbedaan bermakna sebelum dan sesudah intervensi ($p < 0,05$), serta adanya perubahan signifikan pada skor stigma ($p < 0,05$) yang mengindikasikan intervensi turut memengaruhi cara ibu memahami dan merespons stigma meskipun respons peserta belum sepenuhnya seragam; dengan demikian, tujuan pengabdian untuk memberdayakan ibu melalui pendekatan spiritual dalam pengelolaan kecemasan dan aspek stigma dapat dinyatakan tercapai, namun masih memerlukan penguatan komponen pendampingan agar dampaknya lebih konsisten dan berkelanjutan.

Keberlanjutan program perlu diarahkan pada pelaksanaan terapi spiritual secara berkala di SLB Pidie, misalnya melalui pembentukan kelompok dukungan ibu (peer support group) yang difasilitasi sekolah atau kolaborasi dengan tenaga kesehatan setempat, sehingga praktik spiritual tidak berhenti setelah kegiatan selesai. Materi terapi spiritual juga disarankan disusun dalam bentuk modul dan SOP sederhana (langkah latihan, durasi, frekuensi, serta panduan praktik di rumah) agar ibu dapat menerapkan latihan secara mandiri, sekaligus memudahkan replikasi kegiatan pada angkatan berikutnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala Sekolah, dewan guru, dan seluruh staf SLB Kabupaten Pidie atas izin, dukungan, serta fasilitasi tempat dan koordinasi sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh ibu yang memiliki anak autisme yang telah bersedia menjadi peserta, berpartisipasi aktif, dan bekerja sama selama rangkaian kegiatan terapi spiritual dan evaluasi berlangsung. Selanjutnya, penulis mengapresiasi dukungan institusi STIKes Jabal Ghafur sebagai pelaksana kegiatan, khususnya pimpinan kampus dan unit terkait yang telah memberikan arahan, dukungan administratif, dan pendampingan sehingga program dapat berjalan sesuai rencana.

DAFTAR PUSTAKA

- Alaidin, M., Andriany, M., Dewi, N. S., & Diponegoro, U. (2024). Interventions In Improving Spiritual Well-Being: A Scoping Review. *Indonesian Journal of Global Health Research*, *6*(2), 811–824. <https://doi.org/https://doi.org/10.37287/ijghr.v6i2.2962>
- Alibekova, R., Chan, C. K., Crape, B., Kadyrzhanuly, K., Gusmanov, A., An, S., Bulekbayeva, S., Akhmetzhanova, Z., Ainabekova, A., Yerubayev, Z., Yessimkulova, F., & Bekisheva, A. (2022). Stress , anxiety and depression in parents of children with autism spectrum disorders in Kazakhstan: prevalence and associated factors. *Global Mental Health*, *11*(9), 472–482. <https://doi.org/10.1017/gmh.2022.51>
- April, N., & Taufiqurrahman, F. (2023). Pengaruh Terapi Spiritual Bimbingan Do ' a Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Dengan Spinal Anestesi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Gizi (JIG)*, *1*(2), 245–256. <https://doi.org/https://doi.org/10.55606/jikg.v1i2.1998>
- Chan, K. K. S., & Tsui, J. K. C. (2025). Effectiveness of mindfulness-based intervention in reducing stigma stress among parents of autistic children: A randomized controlled trial. *Research in Developmental Disabilities*, *164*, 105072. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2025.105072>
- Daulay, N. (2025). An Exploratory Study on the Effects of Psychoeducation in Reducing Parenting Stress among Parents of Autistic Children During the Post-Pandemic Period. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *27*(1), 66–77. <https://doi.org/https://doi.org/10.26486/psikologi.v27i1.3665>
- Hertinjung, W. S., Laksmadita, C. T., Ruhaena, L., Sulandari, S., & Kusumawati, D. A. (2023). Reducing parenting stress among Muslim mothers during the COVID-19 pandemic through spiritual mindfulness training. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, *20*(2), 102–116. <https://doi.org/https://doi.org/10.26555/humanitas.v20i2.288>
- Hodges, H., Fealko, C., & Soares, N. (2020). Autism spectrum disorder: definition , epidemiology ,

- causes , and clinical evaluation. *Translational Pediatric*, 9(8), 55–65. <https://doi.org/10.21037/tp.2019.09.09>
- Kac, H. (2025). Effect of individual psychoeducation for primary caregivers of children with autism on internalized stigma and care burden: a randomized controlled trial. *International Journal of Developmental Disabilities*, 71(2), 296–305. <https://doi.org/10.1080/20473869.2023.2231233>
- Khanh, T. L., Mai, T. L. A., & Hoang, P. A. (2023). Stigma among Parents of Children with Autism: An Integrative Review. *Pacific Rim International Journal of Nursing Research*, 27(3), 530–548. <https://doi.org/10.60099/prijnr.2023.261650>
- Maenner, M. J., Warren, Z., Williams, A. R., Amoakohene, E., Bakian, A. V., Bilder, D. A., Durkin, M. S., Fitzgerald, R. T., Furnier, S. M., Hughes, M. M., Ladd-Acosta, C. M., McArthur, D., Pas, E. T., Salinas, A., Vehorn, A., Williams, S., Esler, A., Grzybowski, A., Hall-Lande, J., ... Shaw, K. A. (2023). Prevalence and Characteristics of Autism Spectrum Disorder Among Children Aged 8 Years — Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network, 11 Sites, United States, 2020. *MMWR Surveillance Summaries*, 72(2), 1–23. <https://doi.org/10.15585/mmwr.ss7202a1>
- Masyithah, I. U., & Bisri, M. (2024). Hubungan Stigma Afiliasi dan Kualitas Hidup Pengasuh Anak Gangguan Spektrum Autisme. *Jurnal Flourishing*, 4(9), 412–429. <https://doi.org/10.17977/10.17977/um070v4i92024p412-429>
- Miniarikova, E., Vernhet, C., Peries, M., Loubersac, J., Picot, M., Munir, K., & Baghdadli, A. (2022). Anxiety and depression in parents of children with autism spectrum disorder during the first COVID-19 lockdown: Report from the ELENA cohort. *Journal of Psychiatric Research*, 149(November 2021), 344–351. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2021.11.022>
- Miniharianti, Hijriana, I., Zaman, B., & Munawwarah, K. (2023). Hubungan Pengetahuan Orang Tua Tentang Perkembangan Anak Usia 0-12 Bulan Dengan Menggunakan Kpsp Di Puskesmas Pidie Jaya. *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti*, 11(2), 153–158. <https://doi.org/10.47794/jkhws.v11i2>
- Miniharianti, Zaman, B., & Atikah, N. (2026). Pengaruh Terapi Spiritual Terhadap Kecemasan Ibu Dengan Anak Autis Di Slb Pidie: Studi Quasi Eksperimental. *Jurnal Ners*, 10(1), 363–368. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jn.v10i1.51272>
- Pratama, G. F., & Boediman, L. M. (2025). Religious coping among muslim parents of children with disabilities: a narrative review. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 27(2), 122–134.
- Purba, C. A. P., Febriyana, N., & Setiawati, Y. (2024). Managing Aggressive Behavior in Adolescents With Autism Spectrum Disorder: Pharmacological and Non-Pharmacological Approaches. *Journal of the Korean Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 35(4), 223–229. <https://doi.org/10.5765/jkacap.240026>
- Riany, Y. E., & Ihsana, A. (2021). Parenting stress , social support , self-compassion , and parenting practices among mothers of children with ASD and ADHD. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(1), 47–60.
- Salleh, N. S., Abdullah, K. L., Yoong, T. L., Jayanath, S., & Husain, M. (2020). Parents' Experiences of Affiliate Stigma when Caring for a Child with Autism Spectrum Disorder (ASD): A Meta-Synthesis of Qualitative Studies. *Journal of Pediatric Nursing*, 55(November–December), 174–183. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.pedn.2020.09.002>
- Shrestha, M., Basukala, S., Thapa, N., Shrestha, O., Basnet, M., Shrestha, K., Regmi, S., Chhetri, S. T., & Kunwor, B. (2024). Prevalence of autism spectrum disorder among children in Southeast Asia from 2002 to 2022: An updated systematic review and meta-analysis. *Health Science Reports*, 7(4), 1–11. <https://doi.org/10.1002/hsr2.2005>
- Tabatabaei, S. H., Shahrokhi, H., Gholipour, K., & Iezadi, S. (2022). The Characteristics and Results of Parent Training Interventions in Children with Autism Spectrum Disorder : A Systematic Review. *Iran J Public Health*, 51(3), 518–530.
- Utami, R., Krisnatuti, D., & Johan, I. R. (2025). Parenting Autism : Exploring Social Support and Religiosity. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(2), 232–259. <https://doi.org/https://doi.org/10.23917/indigenous.v10i2.10520>
- Wang, Y., Lin, Q., Meng, D., Wang, J., Xu, H., Wei, W., & Zhang, J. (2024). Relationship Between Mindfulness and Af fi liate Stigma in Parents of Children with Autism Spectrum Disorder in China : The Mediating Role of Coping Styles. *Asian Nursing Research*, 18(2), 89–96. <https://doi.org/10.1016/j.anr.2024.03.001>