BHAKTI NAGORI
(Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)
Volume 6, Nomor 1, (Juni) (2026), Halaman : 41 - 50 ***p*-ISSN : 2807-7792**
DOI : https://doi.org/10.36378/bhakti_nagori.v6i1.5700 ***e*-ISSN : 2807-6907**

PENGUATAN PERAN ORANG TUA DALAM MENGEMBANGKAN *SELF-CARE SKILLS* ANAK *DOWN SYNDROME*

Sofia[1], Supriadi Torro[2], Ilham Samudra Sanur[3], Liza Dwi Eftiza Khairunniza[4], Muh. Watif Massuanna [5]

[1,2,3,4,5]Universitas Negeri Makassar
Jl, A.P Pettarani, Makassar, Indonesia
e-mail: [1]**sofia@unm.ac.id**

Abstrak

*Penyandang Down Syndrome sering mengalami hambatan dalam keterampilan perawatan diri (*self-care skills*) yang berdampak pada rendahnya tingkat kemandirian. Kondisi ini diperparah oleh terbatasnya pemahaman orang tua mengenai strategi pendampingan yang tepat. Kegiatan pengabdian yang dilakukan pada Maret 2026 ini bertujuan memperkuat peran orang tua dalam mengembangkan* self-care skills *penyandang Down Syndrome di Kecamatan Lembang, Kabupaten Pinrang. Sasaran kegiatan adalah delapan keluarga yang memiliki anggota keluarga penyandang Down Syndrome. Pengabdian dilaksanakan menggunakan pendekatan* family-centered intervention *melalui metode* door to door *yang meliputi edukasi, konsultasi, pelatihan, dan pendampingan individual. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman orang tua mengenai konsep* self-care skills *dari 37,5% menjadi 100%, pemahaman strategi melatih kemandirian dari 25% menjadi 87,5%, serta kemampuan menerapkan pembiasaan kemandirian di rumah dari 37,5% menjadi 87,5%. Selain itu, peserta menunjukkan perkembangan pada berbagai aspek keterampilan perawatan diri, seperti mandi, berpakaian, menjaga kebersihan diri, dan merapikan barang pribadi. Pendekatan* door to door *terbukti efektif karena memungkinkan pendampingan yang lebih personal sesuai kebutuhan masing-masing keluarga. Kegiatan ini memberikan manfaat nyata dalam meningkatkan kapasitas orang tua dan mendorong kemandirian penyandang Down Syndrome dalam kehidupan sehari-hari.*

Kata kunci: *Down Syndrome,* self-care skills*, kemandirian, peran orang tua, pengabdian masyarakat.*

1. PENDAHULUAN

Anak dengan *Down Syndrome* merupakan anak berkebutuhan khusus yang mengalami hambatan pada fungsi intelektual dan perilaku adaptif sehingga memerlukan dukungan yang lebih intensif dalam proses perkembangannya. Salah satu aspek penting yang perlu dikembangkan adalah kemandirian melalui penguasaan *self-care skills*, seperti makan, mandi, berpakaian, menjaga kebersihan diri, dan melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Keterampilan tersebut merupakan bagian dari perilaku adaptif yang berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidup, kemandirian, serta partisipasi sosial individu dalam kehidupan bermasyarakat [1], [2], [3].

Perkembangan kemandirian anak *Down Syndrome* tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi biologis, tetapi juga oleh faktor lingkungan, terutama keluarga. Orang tua memiliki peran penting dalam memberikan stimulasi, pembiasaan, serta pendampingan yang berkelanjutan agar anak mampu mengembangkan kemampuan merawat dirinya secara optimal. ukungan keluarga yang konsisten terbukti berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan adaptif, komunikasi, dan pengurangan ketergantungan anak dalam menjalankan aktivitas sehari-hari [4] [5][6].

Berdasarkan hasil observasi awal pada delapan keluarga yang memiliki anak *Down Syndrome* di Kecamatan Lembang, Kabupaten Pinrang, ditemukan bahwa sebagian besar orang

BHAKTI NAGORI
(Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)
Volume 6, Nomor 1, (Juni) (2026), Halaman : 41 - 50 ***p*-ISSN : 2807-7792**
DOI : https://doi.org/10.36378/bhakti_nagori.v6i1.5700 ***e*-ISSN : 2807-6907**

tua masih menghadapi kesulitan dalam melatih kemandirian anak. Orang tua cenderung memberikan bantuan secara berlebihan karena kekhawatiran terhadap kondisi anak, sementara sebagian lainnya belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai strategi pengembangan *self-care skills*. Kondisi ini berdampak pada rendahnya kemampuan anak dalam melakukan aktivitas dasar secara mandiri serta terbatasnya kemampuan mereka dalam berinteraksi dan beradaptasi dengan lingkungan sosial [7], [8][1].

Berdasarkan permasalahan tersebut, tim pengabdian melaksanakan kegiatan "Penguatan Peran Orang Tua dalam Mengembangkan Self-Care Skills Anak *Down Syndrome*" di Kecamatan Lembang, Kabupaten Pinrang. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pemahaman dan keterampilan orang tua dalam mendampingi anak mengembangkan kemandirian melalui aktivitas perawatan diri sehari-hari. Melalui edukasi, diskusi, dan pendampingan yang diberikan kepada delapan keluarga sasaran, diharapkan kemampuan *self-care skills* anak meningkat sehingga mereka dapat menjadi lebih mandiri, percaya diri, serta mampu beradaptasi dengan lingkungan sosialnya.

2. METODE PENGABDIAN

2.1. Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Kecamatan Lembang, Kabupaten Pinrang, Sulawesi Selatan, dengan sasaran sebanyak delapan keluarga yang memiliki anak *Down Syndrome*. Program pengabdian ini merupakan tindak lanjut dari hasil penelitian yang dilakukan oleh tim pada tahun 2019 terkait perkembangan kemandirian dan keterampilan perawatan diri (*self-care skills*) anak *Down Syndrome*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak masih mengalami ketergantungan dalam aktivitas kehidupan sehari-hari, seperti mandi, berpakaian, makan, dan menjaga kebersihan diri. Selain itu, ditemukan bahwa orang tua masih membutuhkan penguatan pengetahuan dan keterampilan dalam mendampingi anak untuk mencapai tingkat kemandirian yang lebih baik. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menyebutkan bahwa keterlibatan keluarga merupakan faktor penting dalam pengembangan kemampuan adaptif dan kemandirian anak berkebutuhan khusus [4], [2].



Gambar 1. Gambaran observasi berdasarkan penelitian pada tahun 2019

Berdasarkan hasil identifikasi kebutuhan tersebut, kegiatan pengabdian yang dilakukan pada Maret 2026 dirancang menggunakan pendekatan *Family-Centered Intervention* melalui

Volume 6, Nomor 1, (Juni) (2026), Halaman : 41 - 50 ***p*-ISSN : 2807-7792**
DOI : https://doi.org/10.36378/bhakti_nagori.v6i1.5700 ***e*-ISSN : 2807-6907**

metode *door to door* atau kunjungan rumah. Pendekatan ini dipilih karena delapan keluarga sasaran berada di desa dan kelurahan yang berbeda di Kecamatan Lembang sehingga pelaksanaan kegiatan secara terpusat kurang memungkinkan. Selain mempertimbangkan faktor geografis, pendekatan kunjungan rumah memungkinkan tim pengabdian melakukan pendampingan secara lebih personal, memahami kondisi lingkungan keluarga secara langsung, serta memberikan solusi yang sesuai dengan kebutuhan masing-masing anak dan orang tua. Pendekatan berbasis keluarga juga dinilai efektif dalam meningkatkan kapasitas orang tua sebagai pendamping utama anak berkebutuhan khusus serta memperkuat keterampilan adaptif yang dibutuhkan dalam kehidupan sehari-hari [9] [10] [3] menunjukkan bahwa keterbatasan pengetahuan orang tua dapat menjadi salah satu hambatan dalam pemberian pendampingan yang tepat kepada anak *Down Syndrome*, sehingga penguatan kapasitas keluarga menjadi langkah penting dalam mendukung perkembangan anak.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui tiga tahapan utama, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

2.1.1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini, tim pengabdian melakukan pemetaan ulang kondisi keluarga sasaran berdasarkan hasil penelitian tahun 2019 yang diperkuat melalui observasi lapangan dan wawancara awal dengan orang tua. Kegiatan ini bertujuan untuk mengidentifikasi kebutuhan spesifik setiap keluarga terkait pengembangan *self-care skills* anak. Selanjutnya, tim menyusun materi edukasi dan instrumen pendampingan yang berfokus pada pengembangan kemandirian anak, strategi pembiasaan perilaku adaptif, serta teknik pendampingan yang dapat diterapkan oleh orang tua dalam kehidupan sehari-hari.

2.1.2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dilakukan melalui kunjungan langsung ke rumah masing-masing keluarga. Setiap kunjungan dilaksanakan secara individual dengan mempertimbangkan usia, kemampuan adaptif, dan kebutuhan khusus anak. Kegiatan yang dilakukan meliputi:

1) **Edukasi Orang Tua**
   Tim pengabdian memberikan penguatan pemahaman mengenai karakteristik perkembangan anak *Down Syndrome*, pentingnya *self-care skills*, serta peran orang tua dalam membentuk kemandirian anak melalui pembiasaan yang konsisten di lingkungan keluarga.
2) **Diskusi dan Konsultasi Keluarga**
   Orang tua diberikan kesempatan untuk menyampaikan berbagai kendala yang dihadapi dalam mendampingi anak. Melalui diskusi interaktif, tim bersama orang tua mengidentifikasi solusi dan strategi yang dapat diterapkan sesuai kondisi keluarga masing-masing.
3) **Pelatihan dan Demonstrasi Praktik**
   Tim memberikan contoh langsung mengenai teknik melatih keterampilan perawatan diri, seperti mencuci tangan, mandi, memakai pakaian, makan mandiri, serta menjaga kebersihan diri. Pelatihan dilakukan menggunakan pendekatan *task analysis*, yaitu memecah aktivitas menjadi langkah-langkah sederhana sehingga lebih mudah dipahami dan dipraktikkan oleh anak. Strategi ini dinilai efektif karena individu dengan Down Syndrome cenderung lebih mudah memahami aktivitas yang disajikan secara bertahap dan berulang. [5], [6], [8]
4) **Pendampingan Individual**
   Orang tua didampingi dalam menerapkan strategi yang telah diberikan kepada anak di lingkungan rumah. Pendampingan dilakukan untuk memastikan proses pembelajaran berlangsung secara berkelanjutan dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak.

2.1.3. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan secara berkelanjutan selama kegiatan berlangsung melalui observasi, wawancara, dan lembar refleksi orang tua. Evaluasi difokuskan pada tiga aspek utama, yaitu: (1) peningkatan pengetahuan orang tua mengenai pengembangan kemandirian anak *Down*

BHAKTI NAGORI
(Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)
Volume 6, Nomor 1, (Juni) (2026), Halaman : 41 - 50 ***p*-ISSN : 2807-7792**
DOI : https://doi.org/10.36378/bhakti_nagori.v6i1.5700 ***e*-ISSN : 2807-6907**

Syndrome, (2) kemampuan orang tua dalam menerapkan strategi pendampingan yang telah diberikan, dan (3) perkembangan kemampuan anak dalam melakukan aktivitas *self-care* secara mandiri. Hasil evaluasi kemudian digunakan sebagai dasar penyusunan rekomendasi tindak lanjut yang dapat diterapkan oleh keluarga setelah program pengabdian selesai.

Melalui pendekatan **door to door** yang berbasis pada hasil penelitian sebelumnya, kegiatan pengabdian ini diharapkan mampu meningkatkan kapasitas orang tua dalam mendampingi anak *Down Syndrome* serta memperkuat kemampuan *self-care skills* anak sebagai fondasi penting dalam membangun kemandirian, kepercayaan diri, dan kemampuan adaptasi sosial di lingkungan masyarakat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada 8 (delapan) keluarga yang memiliki anak *Down Syndrome* di Kecamatan Lembang, Kabupaten Pinrang. Pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan *door to door* sehingga setiap keluarga memperoleh pendampingan yang disesuaikan dengan kondisi anak, pola pengasuhan, dan lingkungan tempat tinggal masing-masing. Pendekatan ini memungkinkan tim pengabdian membangun komunikasi yang lebih intensif dengan orang tua sekaligus melakukan observasi secara langsung terhadap kemampuan *self-care skills* anak dalam aktivitas sehari-hari.

3.1. Kondisi Awal Keluarga dan Anak

Hasil observasi awal menunjukkan bahwa sebagian besar anak masih mengalami ketergantungan dalam beberapa aktivitas perawatan diri, seperti mandi, memakai pakaian, merapikan barang pribadi, dan menjaga kebersihan diri. Orang tua umumnya telah memberikan bantuan secara terus-menerus karena menganggap anak belum mampu melakukan aktivitas tersebut secara mandiri. Kondisi ini menyebabkan kesempatan anak untuk belajar dan mengembangkan kemampuan adaptif menjadi terbatas.



Gambar 2. Dokumentasi sesi berbagi cerita dengan orang tua anak pengidap *down syndrome* yang berusia remaja

Selain itu, hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua belum pernah memperoleh pelatihan, pembinaan, maupun pendampingan khusus yang berkaitan dengan strategi pengembangan kemandirian anak Down Syndrome. Kondisi tersebut menyebabkan orang tua memiliki keterbatasan dalam memahami berbagai metode, pendekatan, serta teknik yang dapat diterapkan untuk mendukung perkembangan kemampuan anak dalam melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Kurangnya akses terhadap pelatihan dan sumber informasi yang memadai juga membuat orang tua belum memiliki pedoman yang jelas dalam memberikan stimulasi yang sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik anak Down Syndrome.

Dalam praktik pengasuhan sehari-hari, orang tua lebih banyak mengandalkan pengalaman pribadi, intuisi, serta pengetahuan yang diperoleh secara tidak langsung dari

Volume 6, Nomor 1, (Juni) (2026), Halaman : 41 - 50 ***p*-ISSN : 2807-7792**
DOI : https://doi.org/10.36378/bhakti_nagori.v6i1.5700 ***e*-ISSN : 2807-6907**

lingkungan sekitar. Oleh karena itu, metode pengasuhan dan pendampingan yang diterapkan cenderung bersifat spontan, menyesuaikan dengan situasi yang dihadapi, serta belum dirancang secara sistematis dan terstruktur. Meskipun cara tersebut dapat membantu orang tua dalam menangani kebutuhan anak pada kondisi tertentu, pendekatan yang tidak didasarkan pada pengetahuan dan strategi yang tepat berpotensi mengurangi efektivitas upaya pengembangan kemandirian anak dalam jangka panjang.

Temuan ini menunjukkan pentingnya peningkatan kapasitas orang tua melalui berbagai program edukasi, pelatihan, maupun pendampingan yang berfokus pada pengembangan kemampuan anak Down Syndrome. Dengan adanya pengetahuan yang lebih baik, orang tua dapat memahami cara memberikan stimulasi yang tepat, konsisten, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Awaru (2020) yang menjelaskan bahwa keterbatasan pengetahuan yang dimiliki orang tua dapat memengaruhi kualitas pendampingan yang diberikan kepada anak Down Syndrome. Kondisi tersebut menjadi lebih nyata terutama pada keluarga yang memiliki akses informasi yang terbatas, sehingga peluang untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan pengasuhan yang memadai juga menjadi lebih rendah. Akibatnya, proses pengembangan kemandirian anak tidak dapat berjalan secara optimal sebagaimana yang diharapkan.

Tabel 1. Kondisi Awal Kemampuan Self-Care Skills Penyandang Down Syndrome di Kecamatan Lembang

Kode Keluarga	Usia (Tahun)	Kemampuan Self-Care yang Belum Dikuasai Secara Mandiri
K1	15	Mandi mandiri, berpakaian, merapikan barang pribadi
K2	24	Mencuci tangan, memakai pakaian, makan mandiri
K3	14	Menjaga kebersihan diri dan mandi
K4	28	Berpakaian dan merapikan perlengkapan pribadi
K5	48	Merapikan barang dan mengurus makanan
K6	32	Makan mandiri dan berpakaian
K7	13	Menjaga kebersihan diri dan merapikan barang
K8	29	Mandi mandiri, berpakaian, dan mencuci tangan

3.2. Analisis Kondisi Awal

Berdasarkan hasil identifikasi awal yang dilakukan terhadap delapan keluarga sasaran, diperoleh informasi bahwa seluruh penyandang Down Syndrome yang menjadi peserta dalam kegiatan ini, atau sebanyak 100%, masih mengalami keterbatasan pada satu atau lebih aspek self-care skills. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan perawatan diri masih menjadi salah satu area perkembangan yang memerlukan perhatian dan pendampingan secara berkelanjutan. Self-care skills merupakan keterampilan dasar yang sangat penting untuk menunjang kemandirian individu dalam menjalankan aktivitas sehari-hari tanpa ketergantungan yang berlebihan kepada orang lain. Oleh karena itu, keterbatasan pada aspek ini dapat memengaruhi tingkat kemandirian serta kualitas hidup penyandang Down Syndrome dalam berbagai situasi.

Hasil identifikasi lebih lanjut menunjukkan bahwa keterampilan yang paling banyak belum dikuasai oleh peserta adalah kemampuan berpakaian secara mandiri. Sebanyak empat peserta atau 50% dari jumlah keseluruhan masih memerlukan bantuan dalam memilih, mengenakan, maupun merapikan pakaian yang digunakan. Selain itu, keterampilan mandi secara mandiri juga belum sepenuhnya dikuasai oleh empat peserta atau 50%, yang menunjukkan bahwa mereka masih membutuhkan pendampingan dalam menjalankan aktivitas kebersihan diri sehari-hari. Selanjutnya, kemampuan menjaga kebersihan diri ditemukan masih

BHAKTI NAGORI
(Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)
Volume 6, Nomor 1, (Juni) (2026), Halaman : 41 - 50 ***p*-ISSN : 2807-7792**
DOI : https://doi.org/10.36378/bhakti_nagori.v6i1.5700 ***e*-ISSN : 2807-6907**

menjadi kendala bagi tiga peserta atau sebesar 37,5%, baik dalam hal menjaga kerapian tubuh maupun melakukan perawatan diri secara rutin.

Selain keterampilan-keterampilan tersebut, beberapa peserta juga masih memerlukan bantuan dalam melakukan aktivitas dasar lainnya, seperti makan secara mandiri, mencuci tangan dengan benar, serta merapikan barang-barang pribadi setelah digunakan. Temuan ini menunjukkan bahwa kebutuhan pendampingan dan pelatihan keterampilan perawatan diri masih sangat diperlukan agar kemampuan kemandirian penyandang Down Syndrome dapat berkembang secara optimal sesuai dengan potensi yang dimiliki masing-masing individu.



Gambar 3. Kondisi anak down syndrome yang kesulitan beradaptasi dan berkegiatan secara mandiri

Menariknya, keterbatasan tersebut tidak hanya ditemukan pada peserta usia remaja, tetapi juga pada peserta yang telah memasuki usia dewasa. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa individu Down Syndrome dapat tetap mengalami hambatan perilaku adaptif hingga usia dewasa apabila tidak memperoleh latihan dan dukungan keluarga yang berkelanjutan[1], [3], [8]. Temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan usia tidak secara otomatis diikuti oleh peningkatan kemampuan adaptif apabila tidak disertai dengan pembiasaan, pelatihan, dan pendampingan yang berkelanjutan dari keluarga. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa peran orang tua dan anggota keluarga masih menjadi faktor penting dalam pengembangan kemandirian penyandang *Down Syndrome*, bahkan hingga usia dewasa.

Tabel 2. Persentase Keterampilan yang Belum Dikuasai

Jenis Keterampilan	Jumlah Peserta	Persentase (%)
Berpakaian mandiri	4	50,0
Mandi mandiri	4	50,0
Menjaga kebersihan diri	3	37,5
Merapikan barang pribadi	3	37,5
Mencuci tangan	2	25,0

BHAKTI NAGORI
(Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)
Volume 6, Nomor 1, (Juni) (2026), Halaman : 41 - 50 ***p*-ISSN : 2807-7792**
DOI : https://doi.org/10.36378/bhakti_nagori.v6i1.5700 ***e*-ISSN : 2807-6907**

Jenis Keterampilan	Jumlah Peserta	Persentase (%)
Makan mandiri	2	25,0

Hasil observasi awal menunjukkan bahwa seluruh peserta pengabdian masih mengalami hambatan dalam penguasaan keterampilan perawatan diri (*self-care skills*). Keterampilan yang paling dominan belum dikuasai adalah berpakaian mandiri dan mandi mandiri yang masing-masing ditemukan pada 50% peserta. Sementara itu, kemampuan menjaga kebersihan diri dan merapikan barang pribadi ditemukan belum optimal pada 37,5% peserta. Temuan ini mengindikasikan bahwa kebutuhan pendampingan dalam pengembangan kemandirian masih cukup tinggi, bahkan pada peserta yang telah memasuki usia dewasa. Kondisi tersebut memperkuat pentingnya penguatan kapasitas keluarga sebagai lingkungan utama dalam melatih perilaku adaptif dan keterampilan hidup sehari-hari bagi penyandang *Down Syndrome*.

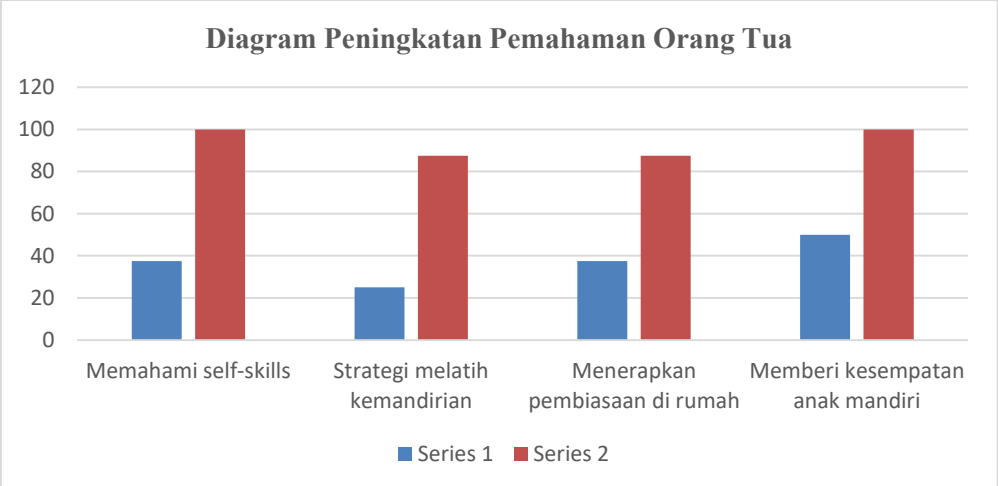
3.3. Peningkatan Pemahaman Orang Tua

Setelah pelaksanaan edukasi dan diskusi, terjadi peningkatan pemahaman orang tua mengenai pentingnya *self-care skills*sebagai dasar pembentukan kemandirian anak. Orang tua mulai memahami bahwa keterbatasan yang dimiliki anak bukan menjadi alasan untuk terus memberikan bantuan penuh, melainkan memerlukan proses pembelajaran yang bertahap, konsisten, dan disesuaikan dengan kemampuan anak.

Melalui kegiatan konsultasi, orang tua juga memperoleh pemahaman mengenai pentingnya memberikan kesempatan kepada anak untuk mencoba melakukan aktivitas secara mandiri, meskipun memerlukan waktu yang lebih lama dibandingkan anak pada umumnya. Perubahan cara pandang ini menjadi modal penting dalam menciptakan lingkungan keluarga yang mendukung perkembangan perilaku adaptif anak.

Tabel 3. Persentase Perbandingan Pemahaman Orang Tua Sebelum dan Sesudah Program Pengabdian

Indikator	Sebelum (%)	Sesudah (%)
Memahami konsep *self-care skills*	37,5	100
Mengetahui strategi melatih kemandirian	25,0	87,5
Mampu menerapkan pembiasaan di rumah	37,5	87,5
Memahami pentingnya memberi kesempatan anak mandiri	50,0	100



Gambar 4. Peningkatan pemahaman orang tua mengenai pengembangan self-care skills penyandang Down Syndrome setelah pelaksanaan program pengabdian

BHAKTI NAGORI
(Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)
Volume 6, Nomor 1, (Juni) (2026), Halaman : 41 - 50 ***p*-ISSN : 2807-7792**
DOI : https://doi.org/10.36378/bhakti_nagori.v6i1.5700 ***e*-ISSN : 2807-6907**

Berdasarkan hasil evaluasi, terjadi peningkatan pemahaman orang tua pada seluruh indikator yang diukur. Sebelum pelaksanaan kegiatan, hanya 37,5% orang tua yang memahami konsep *self-care skills* sebagai dasar pembentukan kemandirian anak. Setelah mengikuti edukasi dan pendampingan, persentase tersebut meningkat menjadi 100%. Peningkatan juga terlihat pada pemahaman mengenai strategi melatih kemandirian anak, dari 25% menjadi 87,5%.

Kemampuan orang tua dalam menerapkan pembiasaan kemandirian di rumah meningkat dari 37,5% menjadi 87,5%, sedangkan pemahaman mengenai pentingnya memberikan kesempatan kepada anak untuk melakukan aktivitas secara mandiri meningkat dari 50% menjadi 100%. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan *door to door* efektif dalam meningkatkan kapasitas orang tua sebagai pendamping utama penyandang *Down Syndrome*.

3.4. Peningkatan Self-Care Skills Anak

Hasil pendampingan menunjukkan adanya perkembangan kemampuan *self-care skills* pada sebagian besar anak. Kemajuan yang terlihat antara lain kemampuan mencuci tangan secara mandiri, memakai pakaian dengan bantuan minimal, merapikan perlengkapan pribadi, serta mengikuti rutinitas kebersihan diri yang telah dibiasakan oleh orang tua. Meskipun tingkat perkembangan berbeda pada setiap anak, seluruh keluarga menunjukkan adanya perubahan positif dibandingkan kondisi awal sebelum pendampingan dilakukan.

Peningkatan tersebut tidak terlepas dari penerapan strategi pembiasaan yang dilakukan secara berulang oleh orang tua di rumah. Pendekatan ini sesuai dengan karakteristik pembelajaran individu Down Syndrome yang memerlukan latihan berulang, instruksi sederhana, dan dukungan lingkungan yang konsisten[4], [5], [6]. Pendekatan *task analysis* yang digunakan dalam pendampingan membantu orang tua memecah aktivitas yang kompleks menjadi langkah-langkah sederhana sehingga lebih mudah dipahami dan dilakukan oleh anak. Temuan ini mendukung pendapat [5] yang menyatakan bahwa latihan yang terstruktur dan konsisten dapat membantu anak *Down Syndrome* meningkatkan keterampilan hidup sehari-hari secara bertahap.



Gambar 5. Identitas pengidap *down syndrome* yang berusia 30-an

3.5. Penguatan Peran Orang Tua sebagai Agen Kemandirian Anak

Salah satu capaian penting dari kegiatan ini adalah meningkatnya keterlibatan orang tua dalam proses pengembangan kemandirian anak. Orang tua tidak lagi hanya berperan sebagai pemberi bantuan, tetapi mulai berfungsi sebagai fasilitator yang mendampingi dan memberikan stimulasi kepada anak untuk melakukan aktivitas secara mandiri. Pendampingan yang dilakukan secara langsung di rumah membantu orang tua memahami cara memberikan instruksi sederhana, penguatan positif, dan motivasi yang sesuai dengan karakteristik anak.

Temuan ini sejalan dengan konsep *family-centered intervention* yang menempatkan keluarga sebagai komponen utama dalam mendukung perkembangan anak berkebutuhan khusus (Dunst et al., 2007). Ketika orang tua memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai, peluang

BHAKTI NAGORI
(Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)
Volume 6, Nomor 1, (Juni) (2026), Halaman : 41 - 50 ***p*-ISSN : 2807-7792**
DOI : https://doi.org/10.36378/bhakti_nagori.v6i1.5700 ***e*-ISSN : 2807-6907**

anak untuk mengembangkan perilaku adaptif dan mencapai tingkat kemandirian yang lebih baik menjadi semakin besar.

3.6. Implikasi Kegiatan Pengabdian

Kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis keluarga melalui metode *door to door* efektif diterapkan pada masyarakat yang memiliki kondisi geografis tersebar dan akses layanan yang terbatas. Selain memberikan pengetahuan kepada orang tua, pendekatan ini memungkinkan proses pendampingan berlangsung secara kontekstual sesuai kebutuhan masing-masing keluarga. Dengan demikian, program penguatan peran orang tua dapat menjadi salah satu model intervensi yang relevan untuk mendukung pengembangan kemandirian anak *Down Syndrome* di wilayah pedesaan.

Hasil pengabdian menunjukkan bahwa pendekatan berbasis keluarga tidak hanya meningkatkan kemampuan *self-care skills*, tetapi juga memperkuat peluang penyandang Down Syndrome untuk mencapai kualitas hidup yang lebih baik dan berpartisipasi secara aktif dalam lingkungan sosial. Kondisi ini sejalan dengan rekomendasi WHO yang menekankan pentingnya dukungan keluarga dan komunitas dalam meningkatkan kemandirian serta kesejahteraan penyandang disabilitas[1], [3], [10].



Gambar 6. Dokumentasi peningkatan kemandirian pada pengidap *down syndrome* usia remaja

4. SIMPULAN

Kegiatan pengabdian "Penguatan Peran Orang Tua dalam Mengembangkan Self-Care Skills Anak *Down Syndrome*" di Kecamatan Lembang, Kabupaten Pinrang telah memberikan dampak positif terhadap peningkatan kapasitas orang tua dan perkembangan kemandirian anak. Melalui pendekatan *door to door* yang melibatkan delapan keluarga sasaran, orang tua memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya *self-care skills* serta strategi pendampingan yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan keterlibatan orang tua dalam proses pembelajaran anak serta perkembangan kemampuan anak dalam melakukan beberapa aktivitas perawatan diri secara lebih mandiri. Pendekatan berbasis keluarga terbukti mampu menciptakan lingkungan belajar yang mendukung pengembangan perilaku adaptif dan kemandirian anak *Down Syndrome.*

Oleh karena itu, kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan berbagai pihak, seperti pemerintah desa, tenaga kesehatan, pendidik, dan komunitas keluarga anak berkebutuhan khusus, sehingga pengembangan kemandirian anak *Down Syndrome* dapat berlangsung secara lebih optimal dan berkesinambungan.

Volume 6, Nomor 1, (Juni) (2026), Halaman : 41 - 50 ***p*-ISSN : 2807-7792**
DOI : https://doi.org/10.36378/bhakti_nagori.v6i1.5700 ***e*-ISSN : 2807-6907**

5. SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian, disarankan agar orang tua terus menerapkan pembiasaan *self-care skills* secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari guna meningkatkan kemandirian penyandang *Down Syndrome*. Selain itu, diperlukan dukungan berkelanjutan dari pemerintah desa, tenaga kesehatan, dan lembaga pendidikan melalui program pendampingan keluarga yang terstruktur. Kegiatan serupa juga perlu dilaksanakan secara periodik dengan cakupan peserta yang lebih luas agar pengembangan kemandirian dan kemampuan adaptif penyandang *Down Syndrome* dapat berlangsung secara optimal dan berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih yang tidak terhingga bagi mitra yang dengan berbagai keterbatasan tetap mengupayakan yang terbaik buat anak special yang dimiliki. Terutama, dengan upaya dan kemauan untuk terus belajar dan berbagi mengenai pola pengasuhan dalam menghadapi dan mendidik anak *Down Syndrome.*

DAFTAR PUSTAKA

[1] R. L. Schalock, Ruth. Luckasson, and M. J. Tassé, *Intellectual disability: definition, diagnosis, classification, and systems of supports*. American Association on Intellectual and Developmental Disabilities, 2021.

[2] M. J. Tassé *et al.*, “The Construct of Adaptive Behavior: Its Conceptualization, Measurement, and Use in the Field of Intellectual Disability,” *Am. J. Intellect. Dev. Disabil.*, vol. 117, no. 4, pp. 291–303, Jul. 2012, doi: 10.1352/1944-7558-117.4.291.

[3] World Health Organization, “Disability and Health,” 2022. Accessed: May 27, 2026. [Online]. Available: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/disability-and-health

[4] L. A. Daunhauer and D. J. Fidler, “The Down Syndrome Behavioral Phenotype: Implications for Practice and Research in Occupational Therapy,” *Occup. Ther. Health Care*, vol. 25, no. 1, pp. 7–25, Jan. 2011, doi: 10.3109/07380577.2010.535601.

[5] L. Kumin, *Early Communication Skills for Children with Down Syndrome: A Guide for Parents and Professionals*, 3rd ed. Bethesda, MD: Woodbine House, 2018.

[6] S. Buckley and G. Bird, *Buckley, S., & Bird, G. (2001). Speech and Language Development for Individuals with Down Syndrome: An Overview*. Down Syndrome Education International, 2001.

[7] A. O. T. Awaru, S. Torro, A. D. M. P. Agustang, A. Nurmaidah, and Sofia, “Sexual Education of Children with Down Syndrome in Parents Low Education,” in *Proceedings of the 3rd International Conference on Social Sciences (ICSS 2020)*, Paris, France: Atlantis Press, 2020. doi: 10.2991/assehr.k.201014.115.

[8] M. Cuskelly, A. Jobling, and S. Buckley, *Down Syndrome Across the Life Span*. Wiley, 2001. doi: 10.1002/9780470777886.

[9] C. J. Dunst, C. M. Trivette, and D. W. Hamby, “Meta-analysis of family-centered helpgiving practices research,” *Ment. Retard. Dev. Disabil. Res. Rev.*, vol. 13, no. 4, pp. 370–378, Jan. 2007, doi: 10.1002/mrdd.20176.

[10] G. King, D. Baxter, P. Rosenbaum, L. Zwaigenbaum, and A. Bates, “Belief Systems of Families of Children with Autism Spectrum Disorders or Down Syndrome,” *Focus Autism Other Dev. Disabl.*, vol. 24, no. 1, pp. 50–64, Mar. 2009, doi: 10.1177/1088357608329173.

[11] Niky Hardinata, Ratnawati, F., & Supendi, S. (2025). PENERAPAN APLIKASI KONSULTASI GIZI UNTUK PENCEGAHAN DINI STUNTING DI POSKESDES PENAMPI. BHAKTI NAGORI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat), 5(2), 523 - 531. https://doi.org/10.36378/bhakti_nagori.v5i2.4949