

## KEBERSYUKURAN DAN RESILIENSI PADA ORANGTUA DENGAN ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS (ABK)

<sup>1</sup>Dina Rizki Pratiwi, <sup>2</sup>Wahyu Rahardjo, <sup>3</sup>Rini Indryawati\*

<sup>1,2,3</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Gunadarma, 2022  
Jl. Margonda Raya No.100, Pondok Cina, Depok, Jawa Barat 16424  
<sup>3</sup>[indryawati@staff.gunadarma.ac.id](mailto:indryawati@staff.gunadarma.ac.id)\*  
) Penulis Korespondensi

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dan resiliensi pada orangtua dengan anak berkebutuhan khusus. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu purposive sampling. Sampel pada penelitian ini terdiri dari 45 orangtua dengan anak berkebutuhan khusus. Pengukuran data resiliensi dilakukan dengan menggunakan skala resiliensi yang disusun berdasarkan aspek resiliensi yang dikemukakan oleh Connor dan Davidson. Pengukuran kebersyukuran dilakukan dengan menggunakan skala kebersyukuran yang disusun berdasarkan aspek kebersyukuran yang dikemukakan oleh McCullough, Tsang dan Emmons. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis korelasi Product Moment dari Karl Pearson. Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kebersyukuran dan resiliensi pada orangtua dengan anak berkebutuhan khusus dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0.98 ( $p < 0.01$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang menyatakan ada hubungan antara kebersyukuran dan resiliensi pada orangtua yang memiliki *disable children* dapat diterima. Hubungan positif menunjukkan bahwa semakin tinggi kebersyukuran maka semakin tinggi pula kecenderungan resiliensi yang dimiliki orangtua dengan anak berkebutuhan khusus.

**Kata kunci:** resiliensi, kebersyukuran, *disable children*, orangtua

### Abstract

This study aims to determine the relationship between gratitude and resilience in parents who have disabled children. This research uses quantitative research methods. The sampling technique used in this research is purposive sampling. The sample in this study consisted of 45 parents who have disabled children. Measurement of resilience data is carried out using a resilience scale that is compiled based on the resilience aspects proposed by Connor and Davidson. Gratitude is measured using a gratitude scale which is based on the gratitude aspects proposed by McCullough, Tsang and Emmons. The data analysis technique used is the Product Moment correlation analysis technique from Karl Pearson. Based on the results of the analysis it is known that there is a very significant positive relationship between gratitude and resilience in parents who have disabled children with a correlation coefficient of 0.98 ( $p < 0.01$ ). These results indicate that the hypothesis which states that there is a relationship between gratitude and resilience in parents who have disabled children is acceptable. The positive relationship shows that the higher the gratitude, the higher the resilience tendency of parents who have disabled children.

**Keywords:** resilience, gratitude, parents, *disable children*

### PENDAHULUAN

Seorang anak berkebutuhan khusus memiliki hambatan atau tantangan yang harus

dihadapi dalam kehidupan sehari-hari, misalnya kesulitan dalam berkomunikasi, kesulitan menjalin relasi sosial ketika beranjak

remaja dan dewasa, diskriminasi dari lingkungan, dan lain sebagainya. Penyandang disabilitas menurut Pratiwi, Lintang Sari, Rizky, dan Rahajeng (2018) adalah orang-orang yang memiliki keterbatasan fisik, mental, intelektual, atau indera selama waktu yang lama ketika individu berinteraksi dengan lingkungan dan perspektif masyarakatnya dapat mengalami kesulitan untuk berpartisipasi secara menyeluruh dan efektif berdasarkan kesamaan hak. Hambatan atau tantangan ini dapat dijalankan dengan bantuan keluarga terutama orangtua. Lingkungan yang paling dekat dengan anak adalah keluarga. Seperti yang dikatakan oleh Vani, Raharjo, Hidayat, dan Humaedi (2014) bahwa keluarga, khususnya orangtua berperan dalam memberikan perlindungan dan kasih sayang pada anak.

Orangtua memiliki kontribusi yang sangat besar dalam pengasuhan *anak berkebutuhan khusus* yang bertujuan agar *anak berkebutuhan khusus* dapat memenuhi kebutuhan mereka secara mandiri. Orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dihadapkan pada tantangan yang sangat besar ketika mengasuh dan membesarkan anak berkebutuhan khusus. Orangtua dapat merasakan beberapa sumber stres yang menjadi penyebab terjadinya akumulasi dari beberapa kejadian yang menekan. Interaksi dari semua peristiwa hidup ini menyebabkan orangtua berada dalam krisis (Apostelina, 2012) sedangkan dari segi fisik orangtua memiliki kecenderungan rentan terhadap

penyakit akibat kelelahan (Woodgate, Secco & Ateah, 2008).

Menurut Amelsasih (2016) orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus sangat membutuhkan ketahanan, supaya orangtua dapat mengalami tekanan saat mendampingi dan mendidik anaknya yang mempunyai kekurangan. Menurut Masten, Elder, dan Coatsworth (dalam Southwick dkk., 2011) resiliensi adalah kemampuan untuk beradaptasi dan berkembang meskipun mengalami kesulitan. Definisi lain dari Resiliensi menurut Reivich dan Shatte (dalam Desmita, 2012) resiliensi adalah suatu kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi ketika ada sesuatu hal yang kacau. Menurut Muniroh (2010) seseorang dengan tingkat resiliensi yang rendah akan cenderung membutuhkan waktu yang lebih lama untuk belajar menghadapi tantangan. Di sisi lain, seseorang dengan tingkat resiliensi yang tinggi akan cenderung lebih kuat dan segera bangkit dari kesulitan dan mencari cara terbaik untuk memperbaiki situasi. Hal ini tentu membutuhkan dorongan positif misalnya dalam bentuk kebersyukuran.

Keyakinan individu tentang kemampuan mereka, optimisme, dan sikap bertanggung jawab atas perilaku mereka dan konsekuensinya dipengaruhi oleh *factor I am* (Grotberg, 1999). Orang-orang yang optimis tidak akan mudah menyerah ketika menghadapi masalah, yang dapat membantu mereka membangun resiliensi. Emmons dan McCullough (2004) menyatakan bahwa orang

yang memiliki resiliensi yang baik akan memiliki rasa syukur atau rasa berterima kasih sebagai pertahanan diri terhadap apa pun yang terjadi. Ini adalah bukti optimisme yang dapat meningkatkan resiliensi seseorang. Kebersyukuran yang diterapkan oleh orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus yaitu anak tersebut dapat memberikan dampak positif dalam hidup orangtua.

Sementara itu, menurut Emmons dan McCullough (2004) kebersyukuran adalah ketika seseorang menerima sesuatu dari orang lain dan berterima kasih atas apa yang telah mereka berikan. Perasaan atau emosi ini kemudian membentuk sikap, moralitas, kebiasaan, dan kepribadian seseorang, yang pada gilirannya mempengaruhi bagaimana seseorang bertindak atau bereaksi terhadap sesuatu atau situasi yang dapat membantu atau mendorong seseorang untuk memberi balasan atas pemberian kebaikan.

Orangtua perlu memikirkan pola pengasuhan yang baik terhadap anak berkebutuhan khusus dengan adanya kasih sayang yang tulus, komitmen yang tinggi, dan ketegaran hati. Dengan adanya rasa syukur, orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus lebih dapat menerima dan menjalani kehidupan dengan baik dan lebih kuat. Hambali, Meiza, dan Fahmi (2015) menyebutkan manfaat nyata dari bersyukur pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus adalah orangtua menjadi lebih puas, berpikir lebih positif, dan lebih optimis, dan membangkitkan harapan dalam

hidup dan membantu orang-orang untuk menemukan kebaikan dalam situasi sulit.

Penelitian yang dilakukan oleh Vieselmeyer, Holguin, dan Mezulis (2016) kepada pelajar, mahasiswa, dan staf yang berada di daerah Pasifik Barat menunjukkan bahwa pendekatan multidimensional yang merupakan efek dari trauma dapat diatasi dengan memperkuat resiliensi dan meningkatkan kebersyukuran. Penelitian yang dilakukan oleh Listiyandini (2018) terhadap remaja yang tinggal di panti sosial di wilayah Jakarta dan Bekasi dengan usia 11 sampai 18 tahun menunjukkan bahwa rasa syukur memainkan peran penting terhadap resiliensi di antara remaja yang tinggal di panti sosial. Relasinya positif, artinya tingkat rasa syukur yang lebih tinggi mencerminkan resiliensi yang lebih tinggi.

Berdasarkan paparan di atas maka dapat disimpulkan bahwa setiap orangtua menginginkan anaknya berkembang sempurna baik secara fisik maupun mental. Keinginan orangtua tersebut tidak sedikit yang tidak terwujud dikarenakan orangtua tersebut justru dikaruniai anak yang kurang sempurna. Reaksi orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus sangat beragam yaitu, menolak kenyataan, marah, sedih, dan merasa bersalah sebagai reaksi umum saat mengetahui anaknya berbeda dengan anak normal lainnya. Diperlukan adanya resiliensi orangtua yang mempunyai anak berkebutuhan khusus agar dapat menghadapi tekanan selama mengasuh dan mendampingi tumbuh kembang anaknya

yang disabilitas. Orangtua yang memiliki resiliensi yang baik maka akan memiliki rasa syukur sebagai pertahanan diri terhadap segala peristiwa. Berdasarkan uraian tersebut maka

## METODE PENELITIAN

Sampel dalam penelitian ini adalah orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus sebanyak 45 orang dengan karakteristik orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan usia anak berkebutuhan khusus hingga 17 tahun yang tinggal di Jakarta dan sekitarnya.

Resiliensi diukur melalui aspek-aspek yang dikemukakan oleh Connor dan Davidson (2003) yaitu, kompetensi personal, standar yang tinggi dan keuletan, kepercayaan terhadap diri sendiri, memiliki toleransi terhadap efek negatif, dan kuat menghadapi stress, menerima perubahan secara positif dan dapat menjalin hubungan yang aman dengan orang lain, pengendalian diri, dan pengaruh spiritual. Skala ini memiliki item berjumlah 25 item dengan reliabilitas sebesar 0.833.

Kebersyukuran diukur melalui aspek-aspek yang dikemukakan oleh McCullough, Emmons, dan Tsang (2002). Aspek-aspek kebersyukuran yaitu, *intensity*, *frequency*, *span*, dan *density*. Skala ini memiliki item

terdapat hubungan kebersyukuran dan resiliensi pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

sejumlah 6 dengan skor reliabilitas sebesar 0.802. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis korelasi Product Moment dari Karl Pearson.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dan resiliensi pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Hasil perhitungan menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara kebersyukuran dan resiliensi pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan arah hubungan positif di mana nilai koefisien korelasi ( $r$ ) kedua variabel sebesar 0.698 ( $p < 0.01$ ). Data dapat dilihat pada Tabel 1. Berdasarkan hasil di atas maka hipotesis yang diajukan pada penelitian ini dapat diterima. Hubungan positif menunjukkan bahwa semakin tinggi kebersyukuran maka semakin tinggi pula kecenderungan resiliensi yang dimiliki orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

**Tabel 1. Hasil Uji Hipotesis**

Skala	Nilai Korelasi	Signifikansi	Keterangan
Kebersyukuran dan Resiliensi	0.698	0.000	Arah hubungan positif dan terdapat hubungan yang sangat signifikan

Orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dapat mengalami resiliensi karena kekuatan dan ketangguhan dalam menyikapi, beradaptasi, bertahan dan berkembang walaupun dalam keadaan yang sulit ketika mendapatkan anak yang disabilitas dan harus merawat juga membesarkan anak berkebutuhan khusus. Jika orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus mengalami resiliensi, orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus akan mampu bangkit dan menerima segala hal yang terjadi dalam hidupnya khususnya anak yang disabilitas, sehingga orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus akan mampu menjalani hidup sebagaimana mestinya. Kondisi ini dapat dipengaruhi dengan adanya kebersyukuran yang tinggi pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Bersyukur digambarkan oleh Lambert, Graham, dan Fincham (2009) sebagai faktor yang dapat mengendalikan efek depresi terutama membantu menghargai kembali situasi yang penuh dengan masalah sehingga terasa menjadi lebih ringan. Cannon (2002) berpendapat bahwa bersyukur adalah tanda orang yang dapat bertahan.

Rasa syukur adalah kekuatan yang luar biasa untuk menaikkan kembali individu yang jatuh dan membuat individu dapat kembali fokus pada apa yang dinikmati dalam hidup meskipun mereka berada pada kondisi yang paling sulit. Penelitian ini sejalan dengan

Vieselmeier, Holguin, dan Mezulis (2016) yang mengatakan bahwa resiliensi dan kebersyukuran memiliki hubungan yang positif, hal ini terjadi apabila seseorang meningkatkan rasa syukurnya maka orang tersebut dapat memperkuat resiliensi

Berdasarkan hasil perhitungan *mean* empirik resiliensi yang dimiliki orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus berada pada kategori tinggi dan memiliki hasil perhitungan *mean* empirik kebersyukuran orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang tinggi. Hasil penelitian ini sejalan dengan Connor dan Davidson (2003) yang menyatakan salah satu aspek yang mempengaruhi resiliensi yaitu adanya pengaruh spiritual. Pengaruh spiritual membuat orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus menjadi yakin akan Tuhan dan nasib kehidupan yang terjadi pada hidup orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, sehingga mampu menerima dan bangkit bahwa segala permasalahan yang dihadapi merupakan anugerah dari Tuhan dan akan selalu melibatkan bantuan dari Tuhan. Hal ini sejalan dengan pendapat Peterson dan Seligman (2004) yang mengatakan bahwa salah satu anugerah dari Tuhan merupakan kebersyukuran yang dapat meningkatkan pandangan positif seseorang terhadap kehidupan.

**Tabel 2. Mean Empirik (ME)**

Skala	Mean Empirik (ME)	Mean Hipotetik (MH)	Standar Deviasi Hipotetik (SDH)	Kategori
Resiliensi	96.16	72	16	Tinggi
Kebersyukuran	62.93	45	10	Tinggi

Berdasarkan perhitungan *mean* empirik kategorisasi resiliensi berdasarkan usia, orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang berusia 24-33 tahun berada pada kategori tinggi, untuk responden yang berusia 34-43 tahun berada pada kategori tinggi, responden yang berusia 44-53 tahun berada pada kategori tinggi, responden yang berusia 54-64 tahun berada pada kategori tinggi, dan *mean* empiric kebersyukuran orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang berusia 24- 33 tahun berada pada kategori tinggi, 34-43 tahun berada pada kategori tinggi, 44- 53 tahun berada pada kategori sangat tinggi, 54-64 tahun berada pada kategori tinggi. Berdasarkan penelitian ini, kebersyukuran orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan usia 44-53 tahun berada pada kategori sangat tinggi, sedangkan untuk usia lain berada pada kategori tinggi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rawat dan Jee (2018) bahwa faktor usia juga dapat menjadi prediktor dalam kebersyukuran dan resiliensi, di mana dewasa memiliki tingkat rasa syukur dan kemampuan untuk resilien lebih baik dibandingkan dengan lansia. Hal ini dapat disebabkan karena dewasa seringkali masih memiliki kesempatan melanjutkan hidup dan kekuatan untuk bangkit yang lebih besar

dibandingkan lansia. Dewasa akhir memerlukan resiliensi agar kehidupan tetap berjalan ke arah yang lebih baik sehingga tidak terjerumus dalam keterpurukan akan masalah, untuk itu setiap aspek kehidupan selalu disyukuri.

Berdasarkan perhitungan *mean* empirik kategorisasi resiliensi berdasarkan status, orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan status ayah berada pada kategori tinggi, untuk ibu berada pada kategori tinggi. Data dapat dilihat pada Tabel 4. Hal ini juga sesuai dengan pernyataan yang pernah dilontarkan oleh salah seorang Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus jenis autism, bahwa baik ayah maupun ibu sama-sama mengalami kekacauan ketika menerima anaknya mengalami disabilitas, lalu dengan bersama pula ayah dan ibu perlu bangkit dan beradaptasi dengan keadaan sehingga mencapai tingkat resiliensi yang sama. Perhitungan *mean* empirik kategorisasi kebersyukuran berdasarkan status, orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan status ayah berada pada kategori tinggi, untuk responden ibu berada pada kategori tinggi. Hasil penelitian ini menjadi pengetahuan tambahan bahwa baik ayah maupun ibu ternyata sama-sama dapat memiliki tingkat kebersyukuran dan resiliensi

yang tinggi, hasil penelitian yang dilakukan oleh Ahuja (2018) bahwa perempuan memiliki resiliensi yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki, namun untuk kebersyukuran, laki-laki memiliki rasa syukur yang lebih tinggi dibandingkan perempuan. Hal ini dapat disebabkan karena hasil penelitian ini merupakan penelitian dimana jenis kelamin bukan lagi salah satu prediktor kebersyukuran dan resiliensi, melainkan status orangtua sebagai ayah dan ibu. Sebagai ayah dan ibu maka sangat perlu menerima dan menjaga buah hati yang dilahirkan dalam keadaan apapun termasuk disabilitas, sehingga perlu rasa syukur untuk menerima takdir supaya dapat bangkit dan membangun sikap resiliensi.

Berdasarkan perhitungan *mean* empirik kategorisasi resiliensi berdasarkan pendidikan terakhir, orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang berpendidikan terakhir SD berada pada kategori sangat tinggi, berpendidikan terakhir SMA berada pada kategori tinggi, berpendidikan terakhir S1 berada pada kategori tinggi, dan *mean* empirik kategorisasi kebersyukuran orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang

berpendidikan terakhir SD berada pada kategori sangat tinggi, berpendidikan terakhir SMA berada pada kategori tinggi, berpendidikan terakhir S1 berada pada kategori tinggi. Data dapat dilihat pada Tabel 5.

Penelitian ini menjadi pengetahuan tambahan karena hasil penelitian Rawat dan Jee (2018) bahwa lulusan pasca sarjana memiliki rasa syukur dan kemampuan resiliensi yang lebih baik dibandingkan lulusan dibawahnya. Pada penelitian ini lulusan SD memiliki kategori sangat tinggi untuk kebersyukuran dan resiliensi. Peneliti melakukan wawancara dengan salah seorang responden yang berpendidikan terakhir SD, hal ini dapat disebabkan karena responden yang berpendidikan terakhir SD memiliki kategori sangat tinggi untuk kebersyukuran dan resiliensi karena perbedaan wilayah penelitian dan seseorang tersebut sangat menerima dan menghargai segala hal yang terjadi dalam hidupnya, seseorang tersebut berpikir hanya perlu untuk melanjutkan hidup supaya lebih baik dengan menjaga dan merawat anak berkebutuhan khusus, sehingga responden akan tetap bersyukur untuk mencapai resiliensi.

**Tabel 3. Kategorisasi Variabel Berdasarkan Kelompok Usia**

Usia	Jumlah	Kebersyukuran		Resiliensi	
		ME	Kategori	ME	Kategori
24-33	8	60.37	Tinggi	104	Tinggi
34-43	23	61.91	Tinggi	92.1	Tinggi
44-53	11	67	Sangat Tinggi	98.63	Tinggi
54-64	3	61.3	Tinggi	97.3	Tinggi

**Tabel 4. Kategorisasi Variabel Berdasarkan Status Orangtua**

Status Orangtua	Jumlah	Kebersyukuran		Resiliensi	
		ME	Kategori	ME	Kategori
Ayah	9	63,22	Tinggi	93,22	Tinggi
Ibu	36	62,86	Tinggi	96,89	Tinggi

**Tabel 5. Kategorisasi Variabel Berdasarkan Pendidikan**

Pendidikan	Jumlah	Kebersyukuran		Resiliensi	
		ME	Kategori	ME	Kategori
SD	2	66	Sangat Tinggi	107	Sangat Tinggi
SMA	21	62.2	Tinggi	97.3	Tinggi
SD	2	66	Sangat Tinggi	107	Sangat Tinggi

Berdasarkan perhitungan *mean* empirik kategorisasi resiliensi berdasarkan jenis disabilitas anak, orangtua yang memiliki anak dengan jenis disabilitas kesulitan belajar berada pada kategori tinggi, yang memiliki anak dengan jenis disabilitas tunanetra berada pada kategori tinggi, yang memiliki anak dengan jenis disabilitas autisme berada pada kategori tinggi, yang memiliki anak dengan jenis disabilitas tunarungu berada pada kategori tinggi, yang memiliki anak dengan jenis disabilitas tunagrahita berada pada kategori tinggi, yang memiliki anak dengan jenis disabilitas *Down Syndrome* berada pada kategori tinggi, yang memiliki anak dengan jenis disabilitas tunadaksa berada pada kategori tinggi, yang memiliki anak dengan jenis disabilitas kelainan otak berada pada kategori tinggi, dan *mean* empirik kategorisasi kebersyukuran berdasarkan jenis disabilitas anak. Sementara itu, orangtua yang memiliki anak dengan jenis disabilitas kesulitan belajar berada pada kategori tinggi, yang memiliki anak dengan jenis disabilitas tunanetra berada pada kategori tinggi, yang memiliki anak dengan jenis disabilitas autisme berada pada kategori tinggi,

yang memiliki anak dengan jenis disabilitas tunarungu berada pada kategori tinggi, yang memiliki anak dengan jenis disabilitas tunagrahita berada pada kategori sangat tinggi, yang memiliki anak dengan jenis disabilitas *Down Syndrome* berada pada kategori tinggi, yang memiliki anak dengan jenis disabilitas tunadaksa berada pada kategori tinggi, yang memiliki anak dengan jenis disabilitas kelainan otak berada pada kategori sangat tinggi.

Tingkat kebersyukuran orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus jenis tunagrahita dan kelainan otak memiliki kategori sangat tinggi, hal ini dapat dihubungkan dengan penelitian Murisal dan Hasanah (2017) bahwa disabilitas fisik merupakan hal yang menyebabkan ketidaknyamanan, namun seiringberjalannya fase kehidupan seseorang akan mampu menghadapi dengan rasa syukur. Orang tua dengan anak tunagrahita bersyukur dengan menunjukkan indikasi dalam bentuk perilaku sehari-hari misalnya dengan berusaha mempersiapkan pendidikan yang baik, mendidik sesuai aturan agama, dan memenuhi segala kebutuhan anak dengan baik.

**Tabel 6. Kategorisasi Variabel Berdasarkan Jenis Disabilitas**

Jenis Disabilitas	Jumlah	Kebersyukuran		Resiliensi	
		ME	Kategori	ME	Kategori
Kesulitan Belajar	7	60	Tinggi	67.4	Tinggi
Tunanetra	1	59	Tinggi	88	Tinggi
Autisme	16	60	Tinggi	93.38	Tinggi
Tunarungu	8	65.63	Tinggi	98.38	Tinggi
Tunagrahita	9	66.2	Sangat Tinggi	101.89	Tinggi
<i>Down Syndrome</i>	2	60.5	Tinggi	97.5	Tinggi
Tunadaksa	1	51	Sangat Tinggi	100	Tinggi
Kelainan Otak	1	68	Tinggi	104	Tinggi

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu terdapat hubungan yang sangat signifikan antara kebersyukuran dengan resiliensi pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, di mana hubungan ini bersifat positif yaitu semakin tinggi kebersyukuran maka semakin tinggi resiliensi yang dimiliki orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Kebersyukuran yang dimiliki orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus berada pada kategori tinggi, hal ini juga sesuai dengan resiliensi orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus berada pada kategori tinggi. Oleh karena itu, hipotesis peneliti yang menyatakan ada hubungan antara kebersyukuran dan resiliensi pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dapat diterima.

#### **SIMPULAN DAN SARAN**

Bagi orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus diharapkan dapat mempertahankan kemampuan bersyukur dan resiliensi dengan percaya terhadap nikmat Tuhan YME. Anak yang disabilitas merupa-

kan titipan Tuhan YME yang tetap harus diterima, dijaga, dirawat, dan diberikan kasih sayang yang tulus sebagaimana anak normal lainnya. Anak berkebutuhan khusus memiliki masadepan yang masih panjang, maka dari itu sebagai orangtua tidak baik terlalu lama larut dalam keterpurukan. Orangtua perlu meningkatkan ilmu agama supaya senantiasa bersyukur atas nikmat Tuhan YME sehingga terhindar dari perasaan dan emosi negatif.

Bagi peneliti selanjutnya yang berminat melakukan penelitian hubungan antara kebersyukuran dengan resiliensi pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus diharapkan dapat memperbaiki dan menyempurnakan kekurangan-kekurangan yang ada dalam penelitian ini, seperti menambahkan jurnal-jurnal yang terkait dengan penelitian ini dan mencari sumber-sumber materi yang lebih baru lagi. Peneliti selanjutnya juga dapat melakukan perbandingan dengan orangtua yang memiliki anak normal ataupun melakukan uji komparasi berdasarkan data demografis yang diperoleh.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahuja, S. (2018). Pathways to resilience: does gratitude and helping attitude pave the way?. *The International Journal of Indian Psychology*, 6(3), 116-128.
- Amelsasih, P. (2016). Resiliensi orangtua yang mempunyai anak berkebutuhan khusus. *Psikosains*, 11(2), 72-81.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*, 18, 76-82.
- Darajat, Z. (2010). *Ilmu jiwa agama*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Desmita. (2012). *Psikologi perkembangan*. Bandung: RemajaRosdakarya.
- Eliyanto, H. & Hendriani, W. (2013). Hubungan kecerdasan emosi dengan penerimaan ibu terhadap anak kandung yang mengalami *cerebral palsy*. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 2(2), 124-130.
- Emmons, R. A. & McCullough, M. E. (2004). *The psychology of gratitude*. New York: Oxford University Press, Inc.
- Falvo, D. (2005). *Medical and psychosocial aspects of chronic, illness, and disability* (Third edition). United States: Jones and Bartlett Publisher.
- Fenanlampir, A. & Faruq, M. M. (2015). *Tes dan pengukuran dalam olahraga*. Yogyakarta: CV. Andi Offset.
- Friedman, M. M., Bowden, V. R., & Jones, E. G. (2010). *Buku ajar keperawatan*
- Cannon, J. T. (2002). Experiences of the 1989 loma prieta earthquake: A narrative analysis (doctoral dissertation, saybrook graduate school, 2002). *Dissertation Abstract International*, 64(4-B), 1938.
- keluarga: Riset, teori, dan praktik*. Jakarta: ECG.
- Gargiulo, R. M. (1985). *Working with parents of exceptional children: A guide for professionals*. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Grotberg, H. (1999). *Countering depression with the five building blocks of resilience*. Reaching Today's.
- Hambali, A., Meiza, A. & Fahmi, I. (2015). Faktor-faktor yang berperan dalam (*gratitude*) kebersyukuran pada orangtua anak berkebutuhan khusus perspektif psikologi Islam. *Psymphatic, Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(1), 94-101.
- Hamdi, A. S. & Bahrudin, E. (2012). *Metode penelitian kuantitatif: Aplikasi dalam penelitian*. Yogyakarta: Deepublish CV. Budi Utama.
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi psikologis: Sebuah pengantar*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Johnson, J. L., & Glantz, M. D. (2002). *Resilience and development: Positive life adaptations*. New York: Kluwer Academic Publisher.

- Kaplan, A. (2014). *Gratitude*. New York: The Rosen Publishing Group.
- Lambert, N. M., Graham, S. M., & Fincham, F. D. (2009). A prototype analysis of gratitude: varieties of gratitude experiences. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35(9), 207.
- Lapau, B. (2012). *Metode penelitian kesehatan: Metode penulisan skripsi, tesis, dan disertasi*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia
- Lestari, S. (2014). *Psikologi keluarga*. Jakarta: Kencana.
- Listyandini, R. A. (2018). The influence of gratitude on psychological resilience
- Murisal & Hasanah, T. (2017). Hubungan bersyukur dengan kesejahteraan subjektif pada orangtua yang memiliki
- Nurullah, A. S. (2013). "It's really a roller coaster": Experience of parenting children with developmental disabilities. *Marriage and Family Review*, 49(5), 412-445.
- Peterson & Seligman, E.P.M. (2004). *Character strengths and virtues*. New York: Oxford university press, Inc.
- Pottie, C. G., Cohen, J., & Ingram, K. M. (2009). Parenting a child with autism: Contextual factors associated with enhanced daily parental mood. *Journal of Pediatric Psychology*, 34(4), 419-429.
- Prabowo, A. (2017). Gratitude and psychological wellbeing pada remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 5(2),
- of adolescence living in youth social care institutions. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 7(3), 197-208.
- Mansur, M. A. (2005). *Pendidikan anak usia dini dalam islam*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112-127.
- Muniroh, S. M. (2010). Dinamika resiliensi orangtua anak autis. *Jurnal Penelitian*, 7(2), 1-11.
- anak tunagrahita di SLBNegeri 2 Kota Padang. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2), 81-88
- 260-270.
- Pratiwi, A., Lintang Sari, A. P., Rizky, U. F., & Rahajeng, U. W. (2018). *Disabilitas dan pendidikan inklusif di perguruan tinggi*. Malang: UB Press.
- Rawat, R., & Jee, S. G. (2018). Gratitude and resilience among elderly and young people. *Journal of Multidisciplinary*, 3(8), 259-262.
- Safitri, F. (2019). *Hubungan antara kebersyukuran dan kepuasan pernikahan pada dewasa awal*. Fakultas Psikologi. Jakarta: Universitas Gunadarma.
- Setyawan, F. E. B. (2017). *Pedoman metodologi penelitian*. Sidoarjo: Zifatama Jawara.

- Shochib. (2010). *Pola asuh orangtua dalam membantu anak mengembangkan disiplin diri*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Southwick, S, M., Litz, B, T., Charney, D., & Friedman, M, J. (2011). *Resilience and mental health*. New York: Cambridge University Press.
- Sugiyono, S. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryabrata, S. (2005). *Pengembangan alat ukur psikologis*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Takdir, M. (2018). *Psikologi syukur*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Tauda, Y.A., & Soedwihahjon & Putri, R.A., (2017). Kesesaian pemenuhan kebutuhan difabel tunanetra dan tunadaksa di Kota Surakarta terhadap kriteria kota ramah difabel. *Jurnal Region*, 12(2), 181-193.
- Umar, H. (2003). *Metode riset bisnis*. Jakarta: 1083.
- PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Vani, G. C., Raharjo, S. T., Hidayat, E. N., & Humaedi, S. (2014). Pengasuhan (*good parenting*) bagi anak dengan disabilitas. *Jurnal Unpad*, 4(2), 122-128.
- Vieselmeyer, J., Holguin, J., & Mezulis A. (2016). The role of resilience and gratitude in posttraumatic stress and growth following a campus shooting. *Psychological: Theory, Research, Practice, and Policy*, 1-8.
- Wilson, J. T. (2016). Brightening the mind: The impact of practicing gratitude on focus and resilience in learning. *Journal of the Scholarship of Teaching and Learning*, 16(4), 1-13.
- Woodgate, R., Secco, L., & Ateah, A.C. (2008). Living in a world of our own: the experience of parents who have a child with autism. *Qualitative Health Research*, 18(8), 1075-