

**HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DAN KEBAHAGIAAN  
PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS**

**SKRIPSI**



Oleh:

Retty Ulfasari

14320245

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA  
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA  
YOGYAKARTA**

**2018**

**HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DAN KEBAHAGIAAN  
PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Program Studi Psikologi

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia

untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh

Derajat Sarjana S1 Psikologi



Oleh:

Retty Ulfasari

14320245

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA**

**UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**

**YOGYAKARTA**

**2018**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DAN KEBAHAGIAAN  
PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS**

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Prodi Psikologi  
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat Guna Memperoleh

Derajat Sarjana S1 Psikologi



Mengesahkan

Program Studi Psikologi

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya

Universitas Islam Indonesia

Ketua Program Studi



Mira Aliza Rachmawati, S.Psi., M.Psi.

Dewan Penguji

1. Nita Trimulyaningsih, S.Psi., M.Psi.
2. Yulianti Dwi Astuti, S.Psi., M.Soc. Sc,
3. Libbie Annatagia, S.Psi., M.Psi.

Tanda Tangan

## PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Retty Ulfasari  
No. Mahasiswa : 14320245  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : Hubungan Antara Kebersyukuran dan Kebahagiaan pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus

Melalui surat ini saya menyatakan bahwa :

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi saya tidak melakukan tindakan pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Islam Indonesia. Karena itu, skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai peneliti, bukan karya jiplakan atau karya orang lain.
2. Apabila dalam ujian skripsi saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Islam Indonesia.
3. Apabila dikemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi ini adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan Universitas Islam Indonesia.

Yogyakarta, Maret 2018

Yang menyatakan



Retty Ulfasari

## HALAMAN PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*Syukur Alhamdulillah atas kehadiran Allah SWT yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang atas nikmat dan karuniaNya, puji dan syukur hamba sampaikan kepadaMu ya Allah Tuhan Semesta Alam.*

*Terimakasih atas segala kemudahan, keridhaan, keikhlasan, dan segala kebaikan yang telah Engkau berikan pada hamba sehingga karya sederhana ini dapat terselesaikan dengan baik dan sebagaimana mestinya.*

*Karya sederhana ini saya persembahkan kepada keluarga kecilku yang selalu berdoa atas diriku, memberikan dukungan, kepercayaan, cinta dan kasih sayang yang tulus.*

### **Ayahanda Sudirman dan Ibunda Nurnaningsih**

*Terima kasih atas segala doa, keridhaan, cinta, kasih sayang, perhatian, perjuangan, pengorbanan, kepercayaan, dukungan, nasihat serta butiran-butiran keringat yang engkau korbakan demi kebaikan anakmu.*

### **Agiansyah dan Ramadhany**

*Adik-adikku yang tercinta. Terima kasih atas segala doa, dukungan dan kasih sayang kalian selama ini. Semoga kita selalu menjadi anak yang berbakti pada kedua orangtua dan dapat terus menjadi kebanggaan kedua orang tua.*

## HALAMAN MOTTO

أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ ﴿١﴾ وَوَضَعْنَا عَنكَ وِزْرَكَ ﴿٢﴾ الَّذِي أَنْقَضَ  
ظَهْرَكَ ﴿٣﴾ وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ ﴿٤﴾ فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ  
يُسْرًا ﴿٦﴾ فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ﴿٧﴾ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ ﴿٨﴾

*“Bukankah Kami telah melapangkan untukmu dadamu?, Dan Kami telah menghilangkan daripadamu bebanmu, yang memberatkan punggungmu? Dan Kami tinggikan bagimu sebutan (nama)mu. Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain, dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap.”(QS. Al Insyirah: 1-8)*

*“Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu; Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui” (QS. Al Baqarah: 216)*

*“Develop an attitude of gratitude, and give thanks for everything that happens to you, knowing that every step forward is a step toward achieving something bigger and better than your current situation” - (Brian Tracy)*

## PRAKATA



*Assalamu 'alaikum warahmatullahi wabarakatuh*

*Alhamdulillah Rabbil'alamin.* Puji syukur kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya yang telah memberikan jalan kemudahan peneliti dalam pengerjaan tugas akhir ini sampai dengan selesai. Sholawat dan salam juga peneliti sampaikan kepada baginda besar Nabi Muhammad SAW yang telah membawa kita dari zaman kegelapan menuju zaman yang terang menderang seperti sekarang ini.

Peneliti menyadari bahwa tugas akhir ini tidak dapat terselesaikan tanpa bantuan banyak pihak. Tidak ada kata yang lebih pantas peneliti ucapkan selain rasa syukur dan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan banyak kontribusi pada tugas akhir ini. Peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Dr. rer.nat. Arief Fahmie, S.Psi., MA., Psikolog selaku Dekan Program Studi Psikologi Universitas Islam Indonesia.
2. Ibu Mira Aliza Rachmawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.

3. Ibu Nita Trimulyaningsih, S.Psi., M.Psi. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah mengikhhlaskan banyak waktu, tenaga, pikiran, perhatian, kebaikan, kesabaran dalam membantu peneliti menyelesaikan tugas akhir ini, serta yang selalu memberikan semangat, pengalaman dan pembelajaran yang penuh sehingga peneliti selalu optimis dalam mengerjakan tugas akhir ini. Semoga Allah SWT membalas semua keikhhlasan yang telah Ibu berikan.
4. Ibu Yulianti Dwi Astuti S. Psi., M. Soc. Sc. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang berkenan meluangkan waktu untuk memberikan dukungan dan menandatangani berkas-berkas peneliti.
5. Segenap Dosen Prodi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia, yang berkenan membagikan ilmu pengetahuan dan pengalaman yang dimilikinya kepada peneliti.
6. Seluruh *staff* Bagian Pengajaran, Perpustakaan, Unit Laboratorium, serta karyawan Prodi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia, atas segala bantuan dan kemudahan yang diberikan kepada peneliti selama menuntut ilmu di Prodi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya.
7. Ibu Ani Supriyati, S.Pd selaku kepala SLB BC Wiyata Dharma 3 Ngaglik Sleman Yogyakarta yang telah memberikan izin dan kemudahan kepada peneliti untuk melakukan pengambilan data penelitian di sekolah tersebut.
8. Segenap guru SLB BC Wiyata Dharma 3 Ngaglik Sleman Yogyakarta yang turut membantu peneliti agar proses pengambilan data penelitian berjalan dengan lancar.



9. Bapak Damar Wahyudi, S.Pd., M.Pd. selaku kepala SLB ABCD Tunas Kasih Donoharjo Ngaglik Sleman Yogyakarta yang telah memberikan izin dan kemudahan kepada peneliti untuk melakukan pengambilan data penelitian di sekolah tersebut.
10. Segenap guru SLB ABCD Tunas Kasih Donoharjo Ngaglik Sleman Yogyakarta yang turut membantu peneliti agar proses pengambilan data penelitian berjalan dengan lancar.
11. Ibu Tri Purwanti, S.Pd. selaku kepala SLB Islam Qothrunnada Banguntapan Bantul Yogyakarta yang telah memberikan izin dan kemudahan kepada peneliti untuk melakukan pengambilan data penelitian di sekolah tersebut.
12. Segenap guru SLB Islam Qothrunnada Banguntapan Bantul Yogyakarta yang turut membantu peneliti agar proses pengambilan data penelitian berjalan dengan lancar.
13. Seluruh ibu-ibu dari siswa-siswi SLB BC Wiyata Dharma 3 Ngaglik Sleman Yogyakarta, SLB ABCD Tunas Kasih Donoharjo Ngaglik Sleman Yogyakarta dan SLB Islam Qothrunnada Banguntapan Bantul Yogyakarta yang telah bersedia menjadi subjek penelitian. Semoga kebajikannya dibalas oleh Allah SWT.
14. Ayah Sudirman dan Mama Nurnangsih tercinta. Terima kasih atas segala doa yang selalu engkau panjatkan untuk anakmu ini. Ayah dan mama yang setiap detiknya selalu memikirkan yang terbaik untuk anak-anaknya, yang tidak pernah putus memberikan kasih sayang, kepercayaan penuh, dukungan, nasihat, dan bantuan sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan. Terima

kasih banyak atas segala kesabaran, keikhlasan dan kebaikan ayah dan mama, semoga selalu dalam lindungan Allah SWT.

15. Kedua adikku Agiansyah dan Ramadhany yang aku cintai dan sayangi. Terima kasih atas segala doa yang kalian panjatkan dan ucapan semangat yang tiada henti kalian berikan. Semoga kita selalu menjadi anak yang membanggakan kedua orangtua.
16. Seluruh keluarga besarku yang selalu mendoakan dan mendukung setiap langkah yang aku ambil. Semoga kita selalu dirahmati Allah SWT.
17. Sahabatku dari SD, Ghea Monalisa yang aku cintai. Terima kasih atas segala kasih sayang, dukungan, motivasi, bantuan, nasihat, canda tawa, pembelajaran, pengalaman, kehangatan, kebaikan, keikhlasan, kebersamaan, dan sesekali kesedihan. Terima kasih atas keikhlasanmu untuk berbagi suka dan duka selama ini. Semoga Allah SWT selalu membalas kebaikanmu.
18. Sahabat - sahabat GAREM COMEBACK yang aku sayangi dan cintai, Ghea Monalisa, Alyani Permata Putri, Etri Yulia Andini, dan Mirza Muhammad Iqbal. Terima kasih telah menjadi teman pertama di bangku perkuliahanku. Terima kasih atas segala doa, dukungan, nasihat, kebersamaan, kekeluargaan, bantuan, kehangatan, dan kekompakannya selama ini. Terima kasih untuk tidak meninggalkanku hingga detik ini. Semoga Allah selalu membalas kebaikan kalian.
19. Sahabat – sahabat BANGKANESE +++ yang aku sayangi, Titin Indriati, Suwi Suandari, Intan Restu Andini, Ghea Monalisa, Nora Vadilla, Saputri, Said Nabil Khalifa, Mas Handoko, Abdul, Bang Haris, Arief, Bang Dani,

Romi, Anggi, dan Nanang. Terima kasih telah mewarnai hari-hariku selama di Jogja dan terima kasih atas segala doa, dukungan, keceriaan, dan rasa kekeluargaan yang kalian berikan. Semoga Allah selalu menyertai setiap langkah kalian.

20. Sahabat – sahabat BALER yang aku sayangi, Satria Panji Wibowo, Fathurrahman Al-Fikri, Aulya Ummaira, Rivky Aditya Juarsa, dan Ryan Tirta Saputra. Terima kasih atas segala dukungan, nasihat, keceriaan, dan rasa kekeluargaan yang telah kalian berikan sejak pertama kali tinggal di jogja sampai sekarang.
21. Sahabat - sahabat (*failed*) SUNDAku, Maharani, Dwi Wahyuni Wattiana, Nurisa Wulandari, Rini Oktavyanti, dan Fitrah Bima Nusantara. Terima kasih telah menjerumuskanku di Jogja seorang diri. Terima kasih atas nasihat, pengalaman, canda tawa, dan rasa kekeluargaannya selama ini.
22. *Partner* skripsiku, Resha Karina Puteri, Indah Nisrina, Dmitri Andriani, Desi Nurindah, Rinjanendra Rizky E, dan Alya Zahra. Terima kasih atas segala motivasi, bantuan dan kehangatan yang telah kalian berikan. Terima kasih telah berjuang bersama-sama untuk mengerjakan tugas akhir ini. Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan kalian.
23. Teman - teman seperjuangan Psikologi 2014, atas segala bantuan, dukungan, kebersamaan dan kekeluargaan selama masa kuliah di Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
24. Kak An Nissa Ramadhonna terima kasih atas bimbingan, motivasi, bantuan, dukungan, pengalaman, serta doa yang telah diberikan. Semoga

dipermudahkan jalan menuju S2 maupun pendidikan selanjutnya serta dipermulus jalan karirnya. Semoga Allah membalas semua kebaikan yang telah diberikan.

25. Sahabat - sahabat SMAku, Mega, Rarak, Pipit, Bo, Abun, Rivky, Mitha, Mita, Jubek, Dinda, Rere, Teng, Cuwi, Koko Vondy, anak-anak BARUNA, serta anak-anak COS 0. Terima kasih telah menjadi sahabatku. *Keep in touch and see you on top, Dude!*
26. Sahabat - sahabat KKN angkatan 55 unit KL - 366, Mas Ragil, Mas Bin, Dedek Ical, Om Burhan, GinaLudin, Upeh, Ukhti Husna, dan Ukhti Risa yang telah menjadi keluarga baru selama sebulan masa KKN berlangsung.
27. Teman-teman Lembaga Pers Mahasiswa Kognisia Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia periode 2014 – 2015, 2015 – 2016, 2016 - 2017, Mas Ejak, Mas Aziz, Kak Ranisa, Kak Tewe, Kak Choi, Ryo, Indah, Nafisah, Syafira, Mirza, Nyda, Rizal, Zakiyah, Hanna, Fauzun, Dinda, Niken, Sulkhan, Ria, Cumink, Osi, Mbak Ukhda, Eprin, Wulan, Firda, Mujen, Suci, Dini, Khafiya, Fariz, Lala, Farra, Jia, Karel, Lila, Lina, Merlina dan kalian semua yang tidak bisa peneliti sebutkan satu per satu. Terima kasih atas kerjasama, dukungan, pelajaran, pengalaman, kepercayaan, serta kebaikan teman-teman semua.
28. Semua pihak yang telah membantu dan berjasa atas terselesaikannya tugas akhir ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, terima kasih atas segala kebaikan kalian semua. Semoga Allah selalu menyertai langkah kalian dan membalas semua kebaikan kalian semua.

Semoga Allah SWT memberikan limpahan Rahmat, karunia dan balasan yang lebih baik atas kebaikan semua pihak yang secara langsung maupun tidak langsung membantu terwujudnya skripsi ini, amin ya Rabbal alamin.

Yogyakarta, Maret 2018

Peneliti

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	iv
HALAMAN MOTTO .....	v
PRAKATA .....	vi
DAFTAR ISI .....	xiii
DAFTAR TABEL .....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xviii
INTISARI .....	xix
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Tujuan Penelitian .....	9
C. Manfaat Penelitian .....	9
D. Keaslian Penelitian .....	10
1. Keaslian Topik .....	12
2. Keaslian Teori .....	12
3. Keaslian Alat Ukur .....	12
4. Keaslian Subjek Penelitian .....	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	13

A. Kebahagiaan .....	13
1. Pengertian Kebahagiaan .....	13
2. Aspek-aspek Kebahagiaan .....	15
3. Faktor - faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan .....	18
B. Kebersyukuran .....	21
1. Pengertian Kebersyukuran .....	21
2. Aspek – aspek Kebersyukuran .....	23
C. Anak Berkebutuhan Khusus .....	26
D. Hubungan antara Kebersyukuran dan Kebahagiaan .....	29
E. Hipotesis Penelitian .....	34
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>35</b>
A. Identifikasi Variabel Penelitian .....	35
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	35
1. Kebahagiaan .....	35
2. Kebersyukuran .....	35
C. Subjek Penelitian .....	36
D. Metode Pengumpulan Data .....	36
1. Skala Kebahagiaan .....	37
2. Skala Kebersyukuran .....	37
E. Validitas dan Reliabilitas .....	39
1. Validitas .....	39
2. Reliabilitas .....	39
F. Metode Analisis Data .....	40

BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN .....	41
A. Orientasi Kanchah dan Persiapan .....	41
1. Orientasi Kanchah.....	41
2. Persiapan Penelitian.....	43
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian.....	48
C. Hasil Penelitian.....	49
1. Deskripsi Subjek Penelitian .....	49
2. Deskripsi Data Penelitian.....	51
3. Uji Asumsi.....	53
4. Uji Hipotesis.....	55
5. Analisis Tambahan .....	56
D. Pembahasan .....	60
BAB V PENUTUP .....	68
A. Kesimpulan .....	68
B. Saran .....	68
DAFTAR PUSTAKA .....	70
LAMPIRAN.....	74



## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1	Distribusi Aitem Skala Kebahagiaan Sebelum Uji Coba ..... 37
Tabel 2	Distribusi Aitem Skala Kebersyukuran Sebelum Uji Coba ..... 38
Tabel 3	Distribusi Aitem Skala Kebahagiaan Setelah Uji Coba ..... 46
Tabel 4	Distribusi Aitem Skala Kebersyukuran Setelah Uji Coba ..... 47
Tabel 5	Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Kategori Usia Ibu .... 49
Tabel 6	Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kebutuhan Anak ..... 50
Tabel 7	Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia Anak ..... 50
Tabel 8	Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Status Pernikahan Orangtua ..... 50
Tabel 9	Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Status Pekerjaan ..... 50
Tabel 10	Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Tingkat Pendidikan.. 51
Tabel 11	Pembagian Persentil Data Penelitian ..... 51
Tabel 12	Norma Kategorisasi Data ..... 52
Tabel 13	Kategorisasi Variabel Kebahagiaan ..... 52
Tabel 14	Kategorisasi Variabel Kebersyukuran ..... 53
Tabel 15	Hasil Uji Normalitas ..... 54
Tabel 16	Hasil Uji Linearitas ..... 55
Tabel 17	Hasil Uji Hipotesis ..... 56

Tabel 18	Hasil Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan Berdasarkan Usia Ibu .....	56
Tabel 19	Hasil Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan Berdasarkan Usia Anak .....	57
Tabel 20	Hasil Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan Berdasarkan Status Pekerjaan .....	58
Tabel 21	Hasil Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan Berdasarkan Jenis Gangguan pada Anak .....	59

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran		Halaman
Lampiran 1.	Skala Sebelum <i>Try Out</i> .....	75
Lampiran 2.	Tabulasi Data <i>Try Out</i> .....	83
Lampiran 3.	Reliabilitas dan Diskriminasi Aitem Skala Penelitian .....	89
Lampiran 4.	Skala Setelah <i>Try Out</i> .....	94
Lampiran 5.	Tabulasi Data Setelah <i>Try Out</i> .....	102
Lampiran 6.	Skor Total Skala Setelah <i>Try Out</i> .....	108
Lampiran 7.	Uji Normalitas .....	111
Lampiran 8.	Uji Linearitas .....	113
Lampiran 9.	Uji Hipotesis .....	115
Lampiran 10.	Uji Analisis Tambahan .....	117
Lampiran 11.	Surat Izin Penelitian.....	123
Lampiran 12.	Surat Selesai Penelitian .....	127

## Hubungan antara Kebersyukuran dan Kebahagiaan pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus

Retty Ulfasari  
Nita Trimulyaningsih

### INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dan kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK). Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara kebersyukuran dan kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Subjek dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus berjumlah 65 orang yang berusia 18 hingga 60 tahun dan berdomisili di Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu skala kebahagiaan yang ditranslasi oleh Ramadhonna (2017) mengacu pada *Subjective Happiness Scale* (SHS) yang dikembangkan oleh Lyubomirsky dan Lepper (1999) dan skala kebersyukuran yang memodifikasi dari skala Surya (2016) yang mengacu pada aspek kebersyukuran Al-Jauziah (1998). Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi *product moment* dari *Pearson*. Hasil analisis data menunjukkan koefisien korelasi  $r = 0.520$  dengan signifikansi  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). Analisis koefisien determinasi ( $r^2$ ) menunjukkan sumbangan kebersyukuran sebesar 27% terhadap kebahagiaan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini **diterima**. Peneliti juga melakukan analisis tambahan berdasarkan data demografis, diskusi mengenai temuan tersebut akan dibahas lebih lanjut.

Kata kunci: kebahagiaan, kebersyukuran, ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK)



# **BAB I**

## **PENGANTAR**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Anak yang dilahirkan dalam kondisi sehat dan normal merupakan dambaan setiap orangtua, akan tetapi tidak sedikit orangtua dikaruniai anak yang memerlukan perhatian lebih atau khusus. Berdasarkan data dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, terdapat sekitar 1,5 juta jiwa anak yang berkebutuhan khusus. Berbeda dengan perkiraan PBB yang menyatakan bahwa secara umum paling sedikit terdapat 10% anak usia sekolah yang memiliki kebutuhan khusus. Jumlah anak sekolah yakni usia 5-14 tahun di Indonesia adalah sebanyak 42,8 juta jiwa. Jika mengikuti perkiraan PBB tersebut, maka diperkirakan terdapat kurang lebih 4,2 juta anak Indonesia yang berkebutuhan khusus (Harnowo, 2013).

Anak berkebutuhan khusus (ABK) menurut Heward (2013), adalah anak dengan karakteristik khusus yang berbeda dengan anak pada umumnya dan tidak selalu merujuk pada ketidakmampuan mental, fisik atau emosi. Pengertian lain tentang anak berkebutuhan khusus (ABK) yang dikemukakan oleh Peraturan Menteri Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia Nomor 10 Tahun 2011 adalah anak yang memiliki keterbatasan/keluarbiasaan fisik, sosial, mental-intelektual, maupun emosional yang secara signifikan berpengaruh terhadap proses pertumbuhan dan perkembangannya jika dibandingkan dengan anak-anak lain seusianya. Anak berkebutuhan khusus

(ABK) diklasifikasikan menjadi anak tunanetra, tunarungu, tunagrahita, tunadaksa, tunalaras, gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas, lamban belajar, gangguan spektrum autisme, tunaganda, kesulitan belajar khusus, gangguan komunikasi, serta anak dengan potensi kecerdasan atau bakat istimewa.

Kelahiran dan kehadiran anak berkebutuhan khusus seringkali menyebabkan stres dan tantangan tersendiri bagi keluarga. Keluarga terpaksa mengatasi berbagai permasalahan kehidupan seperti permasalahan ekonomi dan keuangan dalam membesarkan anak berkebutuhan khusus, sembari menyeimbangkan kebutuhan dan harapan anggota keluarga lainnya. Ibu sebagai pengasuh utama tidak dapat terhindar dan sangat rentan terhadap stres dalam pengasuhan anaknya (Findler, Jacoby & Gabis, 2016).

Menurut Cohen dan Volkmar (Mardiani, 2012), ibu adalah anggota keluarga yang memiliki banyak peranan dalam pengasuhan anak-anaknya dibandingkan ayah. Ayah merupakan kepala keluarga yang berperan sebagai pencari nafkah utama sehingga mereka jarang terlibat dalam pengasuhan anak-anaknya, karenanya ibu dipandang sebagai sosok yang lebih dekat dengan anaknya. Pernyataan tersebut diperkuat dengan fakta di lapangan dari hasil observasi yang dilakukan peneliti pada 1 November 2017, menunjukkan bahwa ibu adalah orangtua yang sering datang dan mendampingi anak berkebutuhan khusus di sekolah. Hal ini menunjukkan bahwa keterlibatan ibu dalam mengasuh dan membesarkan anak masih menempatkan sosok ibu sebagai tokoh penting dibandingkan ayah dalam kehidupan anak.

Mangunsong (1998) menjelaskan reaksi-reaksi umum yang sering terjadi pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus hingga akhirnya dapat menerima keadaan anak. Tahap-tahap yang dilalui oleh ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus menurut Mangunsong (1998) terdiri atas tiga tahapan. Tahap pertama ketika ibu melihat ada sesuatu yang berbeda pada anaknya adalah mencari tahu keadaan anak dan mencoba memperoleh berbagai diagnosis dari para profesional yang bisa memberi prognosis yang lebih positif. Setelah mengetahui jika benar anaknya memiliki kekhususan, seorang ibu akan melalui tahap kedua yaitu merasakan emosi negatif. Ketika mengetahui realitas yang harus dihadapi, akan muncul perasaan kecewa, sedih, dan mungkin merasa marah pada diri sang ibu. Pada tahap ini ibu sering merasa bersalah dan mulai muncul pertanyaan pada diri seperti mengapa harus kami?, apa salah kami hingga diberi cobaan seperti ini?, dan lain sebagainya. Tahap ketiga adalah penerimaan atas kekhususan yang dimiliki anak dan mulai bisa menyesuaikan diri dengan kekhususan tersebut. Namun, proses penyesuaian tersebut tidaklah mudah, sehingga memakan waktu yang cukup lama serta tidak menutup kemungkinan akan kembali pada tahap sebelumnya.

Horrobin dan Rynders (Darling & Darling, 1982) menjelaskan bahwa orangtua merasakan ketidakbahagiaan dan kekecewaan terhadap keterbatasan anak. Beberapa kasus menunjukkan ketidakbahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, misalnya yang dialami oleh Ibu Neneng. Pasca melahirkan anak keduanya yang bernama Dany, Neneng mengaku *drop* setelah melihat penampilan fisik anaknya yang dinyatakan *Down Syndrome*. Neneng



kerap kali bertanya-tanya kepada pencipta kenapa harus diberikan cobaan serupa, mengingat anak pertamanya juga merupakan anak berkebutuhan khusus. Neneng juga mengakui dirinya pada titik tertentu sempat mengalami kelelahan fisik maupun psikis, hingga suatu saat ia berniat untuk melakukan tindakan yang dapat merugikan dirinya sendiri, yaitu dengan mengakhiri hidupnya (mommiesdaily.com, 2016).

Selain itu, berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada salah satu kepala SLB X di Yogyakarta ditemukan bahwa masih banyak orangtua yang belum bisa menerima keadaan anaknya. Kepala SLB tersebut menuturkan bahwa terdapat beberapa ibu yang sering memarahi anaknya karena tidak mengerti apa yang dikatakan sang anak, mengingat anak tersebut adalah anak dengan gangguan wicara dan pendengaran. Tidak hanya memarahi, ibu tersebut bahkan memperlakukan anaknya seperti memperlakukan benda mati (didorong dan diseret) pada saat beberapa bulan awal masuk sekolah. Selain itu, beberapa orangtua yang bekerja di luar kota juga rela menitipkan anaknya di kediaman orangtuanya di Yogyakarta dan hanya menjenguk anak tersebut satu tahun sekali.

Berdasarkan penjabaran di atas, terlihat bahwa ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus memunculkan respon yang negatif seperti marah, kecewa, sedih, tidak menerima, menolak, malu, minder, dan bahkan timbul rasa menyerah dalam menjalani hidup. Kondisi tersebut tentunya akan menghalangi ibu untuk mencapai kebahagiaan dalam hidupnya, terlebih anak adalah sumber kebahagiaan orangtua, khususnya ibu. Pernyataan tersebut didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Patnani (2012), yang menunjukkan bahwa anak adalah sumber

kebahagiaan paling utama dan paling penting bagi perempuan yang telah menikah, yang kemudian berperan sebagai seorang ibu untuk anak-anaknya.

Kasus lain yang menunjukkan rasa bangga akan keterbatasan anak berkebutuhan khusus dirasakan oleh AA, ibu dari anak tunarungu. AA menuturkan bahwa pertama kali mengetahui ada sesuatu yang berbeda dari anaknya ketika anaknya berusia 1,5 tahun belum bisa mengoceh dan tidak merespon ketika diberi tepukan. AA kemudian membawa anaknya ke dokter dan diduga anaknya mengalami tunarungu. Hal itu membuat AA kaget dan bertanya-tanya apakah dosa dirinya selama ini hingga diberi cobaan seperti itu. Akan tetapi, seiring berjalannya waktu AA merasa anaknya yaitu NA, merupakan anak spesial yang dititipkan Allah SWT kepadanya. NA tergolong anak yang memiliki IQ di atas rata-rata dan NA memiliki minat yang tinggi terhadap dunia mekanik. NA berhasil membuat penyedot debu, *blower*, pemotong rumput, dan pemantik api dari listrik yang terbuat dari barang-barang yang sudah tidak digunakan. Kemampuan NA tersebut menarik perhatian salah satu stasiun televisi swasta di Indonesia dan kemudian stasiun TV tersebut memberitakan kemampuan AA kepada masyarakat melalui media. Hal tersebut membuat ibu AA merasa bahagia walaupun keadaan anaknya memiliki kekurangan tetapi masih bisa menginspirasi dan memotivasi anak-anak berkebutuhan khusus lainnya.

Kasus selanjutnya yang menunjukkan proses penerimaan anak berkebutuhan khusus dirasakan oleh DR, yaitu ibu dari anak *down syndrome* ringan. Ibu DR mengaku bahwa memiliki anak *down syndrome* bukan menjadi penghalang bagi dirinya untuk mencapai kebahagiaan. Pertama kali mengetahui

anaknyanya memiliki perkembangan yang berbeda dari anak lain seusianya, DR melakukan pemeriksaan ke dokter spesialis anak dan dokter tersebut mendiagnosa bahwa anaknyanya merupakan anak *down syndrome*. Hal tersebut membuat DR kaget, sedih, marah, menolak, seakan tidak percaya diberi cobaan perkembangan anaknyanya yang berbeda dari anak lain. Setelah mengetahui keadaan anaknyanya, ibu DR mencari informasi lebih lanjut tentang *down syndrome* karena DR mengaku tidak mengerti apa yang dimaksud dengan *down syndrome*. Selanjutnya seiring berjalannya waktu, DR mulai bisa menerima keadaan anaknyanya dan menganggap bahwa keadaan tersebut adalah anugerah paling indah yang diberikan Tuhan kepadanya. DR mengaku bahagia memiliki anak *down syndrome* yang masih bisa dididik walaupun harus dengan perhatian lebih. Selanjutnya, DR juga menuturkan bahwa anaknyanya memiliki harapan yang mampu dikembangkan seperti anak normal pada umumnya, yaitu pada bidang kesenian musik gamelan.

Kasus-kasus di atas menunjukkan bahwa ibu dari anak berebutuhan khusus mampu menerima keadaan anaknyanya dengan cara merawat dan mendukung perkembangan anaknyanya hingga dapat memunculkan perasaan bahagia. Perasaan bahagia tetap dapat dirasakan oleh ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus meskipun diberikan cobaan berupa keterbatasan pada anaknyanya. Lyubomirsky dan Lepper (1999) menyatakan bahwa seseorang mungkin saja merasa bahagia walaupun hidupnya penuh dengan cobaan, rintangan, tragedi, ketidaksejahteraan, dan tidak adanya cinta. Lyubomirsky, Sheldon dan Schkade (2005) juga menyatakan bahwa kebahagiaan sebagian besar berada di bawah kontrol individu bagaimana menafsirkan dan menanggapi situasi dalam kehidupan, sehingga

kebahagiaan dapat dirasakan bukan dari hal-hal yang menyenangkan saja, melainkan kebahagiaan juga dapat dirasakan dari peristiwa yang tidak menyenangkan.

Khavari (2000), menyebutkan bahwa kebahagiaan berkaitan dengan keseimbangan material, intelektual, emosional, dan spiritual. Individu yang dapat menyeimbangkan keempat aspek tersebut maka dirinya dapat mengatasi masalah yang ada, sekalipun berhadapan dengan masalah yang cukup berat. Beberapa ahli mempunyai persyaratan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan seseorang. Lyubomirsky, Sheldon & Schkade (2005) menyatakan bahwa kebahagiaan berasal dari 50% faktor genetik (*set point*) seperti kepribadian dan temperamen. 10% berasal dari keadaan hidup (*life circumstances*) seperti faktor demografis, budaya, geografis dan faktor situasional lainnya. 40% dari aktivitas yang disengaja (*intentional activities*) seperti melakukan kebaikan, memaafkan, optimis, dan bersyukur.

Emmons (2007) menyatakan bahwa kebahagiaan dapat menurunkan tingkat stres, meningkatkan produktivitas, dukungan sosial menjadi lebih kuat, kesehatan yang lebih baik, kualitas kerja yang lebih tinggi, pencapaian pekerjaan yang lebih baik, pernikahan yang lebih memuaskan dan lebih lama, lebih banyak teman, lebih banyak melakukan aktivitas, bahkan kebahagiaan dapat membuat kehidupan menjadi lebih lama (panjang umur). Berbagai pendekatan yang menjanjikan telah dirumuskan untuk meningkatkan kebahagiaan individu seperti pengobatan, metode atau kegiatan yang disengaja yang bertujuan untuk menumbuhkan emosi, perilaku atau kognisi positif (Sin & Lyubomirsky, 2009).

Al-Seheel & Noor (2016) menjelaskan bahwa salah satu kegiatan yang sering digunakan untuk meningkatkan kebahagiaan adalah melalui intervensi syukur.

Penelitian tentang kebahagiaan dan rasa syukur telah banyak diteliti sebelumnya. Penelitian eksperimental yang dilakukan oleh Sodah (2016), mengenai surat syukur dan kebahagiaan remaja membuktikan bahwa intervensi syukur yaitu dengan menulis surat syukur mampu meningkatkan kebahagiaan remaja. Hasil penelitian ini juga melaporkan bahwa remaja yang menulis surat syukur memiliki tingkat kepuasan hidup dan afek positif yang lebih tinggi serta mengalami penurunan afek negatif secara signifikan dibandingkan dengan remaja yang tidak menulis surat syukur. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Hayati (2013), menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara syukur dan kebahagiaan pada penyandang cacat netra. Semakin tinggi rasa syukur yang dimiliki maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan yang dirasakan. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah rasa syukur yang dimiliki maka semakin rendah pula tingkat kebahagiaan yang dirasakan.

Park, Peterson dan Seligman (2004) mendefinisikan rasa syukur sebagai rasa terima kasih dan sadar atas hal-hal baik yang terjadi. Selanjutnya, orang yang bersyukur akan meluangkan waktu untuk mengungkapkan rasa terima kasih tersebut. Syukur dalam pandangan Islam menurut Al-Munajjid (2006) merupakan bentuk rasa terima kasih kepada pihak yang telah berbuat suatu kebajikan, yakni kepada Tuhan sebagai pemberi nikmat dan kepada makhluk ciptaan Tuhan yang menjadi perantara atas kebajikan tersebut.

Romdhon (Shobihah, 2014), mengatakan bahwa orang yang mampu mencapai kebahagiaan, merasakan ketenteraman hidup, dan lebih mudah dalam menghadapi permasalahan hidup atau keadaan yang menekan adalah orang-orang yang memiliki rasa syukur dalam hidupnya. Akan tetapi, untuk menumbuhkan rasa syukur atas keadaan anaknya bagi ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus adalah hal yang tidak mudah untuk dilakukan sehingga sulit untuk mencapai kebahagiaan. Sebaliknya, ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus menjadi lebih mudah untuk mencapai kebahagiaan jika ibu mampu bersyukur atas keadaan anaknya. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara Kebersyukuran dengan Kebahagiaan pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus”.

## **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dengan kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

## **C. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu memberikan data empiris dan menambah khasanah ilmu pengetahuan di bidang psikologi, khususnya psikologi islami, psikologi pendidikan dan psikologi perkembangan.

## 2. Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus berdasarkan pada nilai-nilai religiusitas, yaitu kebersyukuran. Lebih lanjut, penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagaimana cara ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus untuk menuju kebahagiaan dalam membesarkan dan merawat anaknya.

### D. Keaslian Penelitian

Topik yang diangkat atau dibahas dalam penelitian ini adalah mengenai hubungan antara kebersyukuran dengan kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Penelitian yang mirip mengenai kebersyukuran dan kebahagiaan pernah dilakukan oleh Zuhra (2014) dengan judul “Hubungan antara Kebersyukuran dengan Kebahagiaan pada Penyintas Erupsi Merapi di Yogyakarta”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui secara empiris hubungan antara kebersyukuran dengan kebahagiaan pada penyintas erupsi merapi 2010 di Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan teori kebahagiaan dari Lyubomirsky (2001) dan teori kebersyukuran dari Al-Munajjid (2006). Subjek dalam penelitian berjenis kelamin laki-laki dan perempuan yang berusia 21 tahun ke atas yang berjumlah 50 orang. Penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu *Subjective Happiness Scale* yang dikembangkan oleh Lyubomirsky dan Lepper (1999) dan skala kebersyukuran yang mengacu pada aspek kebersyukuran dari Al-Munajjid (2006). Hasil penelitian menunjukkan hubungan yang positif antara kebersyukuran dengan kebahagiaan pada penyintas erupsi merapi di Yogyakarta.

Penelitian mengenai kebahagiaan di antaranya pernah dilakukan oleh Ananda (2016) dengan judul “Penerimaan Diri dan Kebahagiaan Orangtua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus ditinjau dari Jenis Kelamin”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui penerimaan diri dengan kebahagiaan orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus ditinjau dari jenis kelamin. Penelitian ini menggunakan teori kebahagiaan dari Seligman (2002) dan teori penerimaan diri dari Supratiknya (1995). Subjek dalam penelitian adalah ayah dan ibu dari siswa/i aktif Sekolah Luar Biasa di Pekanbaru yang berjumlah 152 orang yang terdiri dari 64 laki-laki dan 88 perempuan berusia 35-60 tahun. Penelitian ini menggunakan skala kebahagiaan (*happiness*) dari Seligman (2002) dan skala penerimaan diri dari Supratiknya (1995). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus tetapi tidak memiliki pengaruh terhadap jenis kelamin.

Penelitian lain mengenai kebersyukuran pernah dilakukan oleh Purnomo (2014) dengan judul “Hubungan antara Kebersyukuran dan Empati pada Mahasiswa”. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui apakah ada hubungan positif antara kebersyukuran dan empati. Penelitian ini menggunakan teori empati dari Lietz, dkk (2011) dan teori kebersyukuran dari Romdhon, dkk (2012). Subjek dalam penelitian berjumlah 144 orang yang terdiri dari 33 laki-laki dan 111 perempuan yang beragama Islam. Penelitian ini mengukur empati menggunakan modifikasi *The Empathy Assessment Index* (EAI) dari Lietz, dkk (2011) dan kebersyukuran diukur menggunakan *Psychological Measure of Islamic Gratitude*



(PMIG) dari Romdhon, dkk (2012). Hasil penelitian menunjukkan ada korelasi yang signifikan antara empati dengan kebersyukuran.

Berdasarkan pemaparan di atas, berikut ini akan diuraikan secara singkat persamaan dan perbedaan penelitian yang dilakukan ini dengan beberapa penelitian yang sudah pernah dilakukan untuk mendapatkan keaslian penelitian.

### **1. Keaslian Topik**

Penelitian ini menjadikan kebahagiaan sebagai variabel tergantung dan kebersyukuran sebagai variabel bebas dengan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus sebagai subjek penelitiannya.

### **2. Keaslian Teori**

Penelitian ini menggunakan teori kebahagiaan dari Lyubomirsky dan Lepper (1999) dan teori kebersyukuran dari Al-Jauzziyah (1998).

### **3. Keaslian Alat Ukur**

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua macam skala yaitu skala kebahagiaan dan skala kebersyukuran. Skala kebahagiaan menggunakan skala yang ditranslasi oleh Ramadhonna (2017) dari alat ukur Lyubomirsky dan Lepper (1999) yaitu *Subjective Happiness Scale (SHS)*. Sedangkan alat ukur kebersyukuran mengacu pada aspek kebersyukuran yang dikemukakan oleh Al-Jauzziyah (1998).

### **4. Keaslian Subjek Penelitian**

Pada penelitian ini, peneliti memilih ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus sebagai subjek penelitian dengan kriteria beragama Islam dan berusia 18 sampai 60 tahun.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Kebahagiaan

##### 1. Pengertian Kebahagiaan

Penelitian mengenai konsep kebahagiaan dari berbagai perspektif telah banyak dilakukan. Masing-masing perspektif memiliki pandangan yang berbeda-beda mengenai makna kebahagiaan, yang pada akhirnya memiliki konsep yang berbeda pula mengenai bagaimana individu dapat mencapai kebahagiaan. Istilah kebahagiaan berasal dari kata bahagia yang dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) berarti keadaan atau perasaan senang tenteram (bebas dari segala yang menyusahkan), kesenangan, ketentraman hidup atau keberuntungan.

Kebahagiaan mengacu pada perasaan positif, seperti sukacita atau ketenangan dan keadaan positif yang berkaitan dengan *flow* atau absorpsi. Kebahagiaan merupakan salah satu kondisi psikologis yang positif di mana ditandai dengan tingkat kepuasan yang tinggi terhadap kehidupan sehingga lebih banyak memberikan pengaruh positif dibandingkan pengaruh negatif (Carr, 2004). Selanjutnya, salah satu pendiri aliran *positive psychology* yaitu Seligman (2005) menyatakan bahwa kebahagiaan melibatkan emosi atau perasaan positif. Emosi positif tersebut dibagi menjadi tiga macam, yaitu emosi yang ditujukan pada masa lalu, masa depan dan masa sekarang. Rasa puas, lega, sukses, bangga, tenang, dan damai adalah bentuk emosi pada masa lalu. Sikap optimis, harapan, percaya, yakin, dan percaya kepada diri sendiri

adalah bentuk emosi yang berorientasi pada masa depan. Sementara itu emosi positif pada masa sekarang adalah berupa kenikmatan dan gratifikasi.

Khavari (2000), menyebutkan bahwa kebahagiaan berkaitan dengan keseimbangan material, intelektual, emosional, dan spiritual. Individu yang dapat menyeimbangkan keempat aspek tersebut maka dirinya dapat mengatasi masalah yang ada, sekalipun berhadapan dengan masalah yang cukup berat. Berbeda dengan Khavari, Lyubomirsky (2001) mendefinisikan kebahagiaan sebagai pengalaman sukacita, kepuasan, kesejahteraan positif yang dikombinasikan dengan perasaan bahwa hidup adalah baik, bermakna dan bermanfaat. Selain itu, Lyubomirsky dan Lepper (1999) juga menjelaskan bahwa kebahagiaan merupakan penilaian subjektif dan global individu dalam menilai dirinya sendiri sebagai individu yang bahagia atau tidak. Kebahagiaan sebagian besar berada di bawah kontrol individu melalui kegiatan-kegiatan yang dipilih dan bagaimana menafsirkan dan menanggapi situasi dalam kehidupan, sehingga kebahagiaan dapat dirasakan bukan hanya dari hal-hal yang menyenangkan saja, kebahagiaan juga dapat dirasakan dari peristiwa yang tidak menyenangkan (Lyubomirsky, Sheldon & Schkade, 2005).

Wahidin (2017) menjelaskan bahwa kebahagiaan bukan hanya menjadi kajian dalam ilmu psikologi saja, kebahagiaan juga menjadi kajian dalam dimensi kehidupan seperti agama. Salah satu tujuan hidup manusia dalam ajaran Islam adalah kebahagiaan, hal ini tercermin dari lafadz doa yang senantiasa diucapkan oleh orang Muslim, yakni memperoleh kebahagiaan

hidup di dunia dan di akhirat (QS. 2:201). Farabi (Jaapar & Azahari, 2011), menjelaskan konsep kebahagiaan dalam Islam merupakan sebuah kondisi hati yang dipenuhi dengan keyakinan dan mampu bertingkah laku sesuai dengan keyakinan tersebut. Hal tersebut dilakukan dengan cara melaksanakan amanah dan janji, menunaikan tugas-tugas dengan sempurna, menghindari tuntutan hawa nafsu serta meninggalkan perkara yang diharamkan oleh Allah SWT. Lebih lanjut, Wahidin (2017) juga menjelaskan bahwa Kristen dan Yahudi dapat memperoleh kebahagiaan dengan cara mengakui bahwa hidup berasal dari dan milik Tuhan (Penghotbah. 2:24-25), kebahagiaan terjadi ketika orang takut kepada Tuhan dan menjalankan kehidupan sesuai jalannya.

Berdasarkan pemaparan para ahli di atas, peneliti menggunakan konsep kebahagiaan yang dikemukakan oleh Lyubomirsky dan Lepper (1999) yang menyatakan bahwa kebahagiaan sebagai penilaian subjektif dan global individu dalam menilai dirinya sendiri sebagai individu yang bahagia atau tidak. Kebahagiaan sebagian besar berada di bawah kontrol individu melalui kegiatan-kegiatan yang dipilih dan bagaimana menafsirkan dan menanggapi situasi dalam kehidupan.

## **2. Aspek-aspek Kebahagiaan**

Kebahagiaan merupakan penilaian subjektif dan global individu dalam menentukan apakah dirinya merasakan bahagia atau tidak. Dalam menentukan kebahagiaan dibutuhkan penilaian secara global mengenai keseluruhan hidup yang lebih luas daripada hanya melihat afek positif maupun negatif, kepuasan hidup, dan aspek-aspek kepuasan bagi individu

lainnya. Hal ini berangkat dari pemikiran bahwa kebahagiaan ditentukan berdasarkan kriteria-kriteria subjektif yang dimiliki individu (Lyubomirsky & Lepper, 1999).

Lyubomirsky dan Lepper (1999) menemukan bahwa seseorang mungkin saja merasakan ketidakbahagiaan dalam hidupnya walaupun hidupnya dikelilingi oleh segala kenyamanan, cinta dan kesejahteraan. Sebaliknya, seseorang bisa saja melaporkan kebahagiaan walaupun hidupnya penuh dengan rintangan, tragedi, ketidaksejahteraan, dan tidak adanya cinta. Pernyataan ini menegaskan bahwa kebahagiaan tercipta dari bermacam-macam sumber yang sangat bervariasi dan personal dari satu individu ke individu lainnya. Dengan demikian, terdapat penilaian subjektif dari individu mengenai apakah dirinya bahagia atau tidak bahagia yang kemudian disebut sebagai *subjective happiness*.

Berbeda dengan Lyubomirsky, Seligman (2005) dalam bukunya *Authentic Happiness*, menyatakan bahwa terdapat tiga aspek kebahagiaan, yaitu:

a. Kepuasan akan masa lalu

Emosi positif pada masa lalu antara lain berupa kepuasan, kelegaan, kesuksesan, kebanggaan, ketenangan, dan kedamaian. Kepuasan akan masa lalu ditentukan oleh pemaknaan individu terhadap masa lalu dan menata ulang kejadian-kejadian pada masa lalu dengan cara memaafkan.

b. Kebahagiaan pada masa sekarang

Kebahagiaan pada masa sekarang mencakup dua hal, yaitu kenikmatan (*pleasure*) dan gratifikasi (*gratification*).

1) Kenikmatan (*Pleasure*)

Kenikmatan adalah kesenangan yang memiliki komponen indrawi yang jelas dan komponen-komponen emosi yang kuat, yang disebut sebagai perasaan-perasaan dasar. Kesenangan tersebut hanya bersifat sementara dan sedikit melibatkan pikiran, bahkan tidak sama sekali. Seligman (2005), menyatakan tiga konsep yang dapat membantu individu meningkatkan kebahagiaan sementara dalam hidup yakni melawan habituasi, kesadaran akan kenikmatan (*savoring*) dan kecermatan.

2) Gratifikasi (*Gratification*)

Gratifikasi adalah keadaan menyenangkan yang mengikuti pencapaian hasrat. Gratifikasi datang dari kegiatan-kegiatan yang sangat disukai, tetapi tidak harus disertai oleh perasaan dasar. Gratifikasi membuat seseorang terlibat sepenuhnya, tenggelam dan terserap di dalamnya, dan seseorang kehilangan kesadaran diri. Kriteria definisi dari gratifikasi adalah ketiadaan perasaan, hilangnya kesadaran diri, dan terlibat sepenuhnya.

c. Optimisme akan masa depan

Emosi positif mengenai masa depan mencakup keyakinan (*truth*), kepercayaan (*trust*), percaya diri (*confidence*), harapan dan optimisme.

Optimisme terbagi ke dalam dua dimensi yaitu permanen (masalah waktu) dan pervasif (masalah ruang). Dimensi permanen terkait dengan seberapa lama seseorang menyerah atas kejadian buruk sampai mendatangkan ketidakberdayaan. Sementara, dimensi pervasif terkait sejauh mana ketidakberdayaan akan melebar ke banyak situasi atau terbatas pada beberapa wilayah saja.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti mengacu pada teori kebahagiaan yang dikemukakan oleh Lyubomirsky dan Lepper (1999). Aspek tersebut berangkat dari penjelasan konsep mengenai kebahagiaan yaitu kebahagiaan ditentukan berdasarkan kriteria-kriteria subjektif yang dimiliki individu. Konsep ini yang kemudian digunakan untuk menyusun skala kebahagiaan.

### **3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan**

Lyubomirsky, Sheldon & Schkade (2005) menyatakan tiga faktor yang berkontribusi terhadap tingkat kebahagiaan individu, yaitu:

#### *a. Set point*

*Set point* adalah sumber kebahagiaan yang dipengaruhi oleh faktor genetik dan memberikan pengaruh sebesar 50%. Kebahagiaan secara genetik ini diasumsikan tetap dan stabil seiring berjalannya waktu, serta kebal terhadap pengaruh atau kontrol dari luar. Asumsi ini dinilai dari penelitian yang dilakukan oleh Lykken dan Tellegen (Lyubomirsky, Sheldon & Schkade, 2005) terhadap anak kembar monozigot dan dizigot pada usia 20 tahun dan dilakukan pengukuran kembali pada usia 30 tahun. Penelitian secara konsisten menunjukkan bahwa varians dalam

kebahagiaan pada orang dewasa sebagian besar ditentukan secara genetik. Set point mencerminkan ciri kepribadian intrapersonal, temperamental, dan afektif yang relatif tidak berubah, seperti *extraversion*, *arousability* dan efek negatif yang berakar pada neurobiologi yang diwariskan dan sepanjang hidup hanya terjadi sedikit perubahan. Studi kepribadian tentang kebahagiaan yang dilakukan oleh Diener, dkk (Carr, 2004) menunjukkan bahwa orang yang bahagia dan tidak bahagia memiliki profil kepribadian yang khas. Dalam budaya barat, orang-orang bahagia adalah mereka yang memiliki kepribadian ekstrovert, optimis dan memiliki harga diri yang tinggi dan memiliki lokus kontrol internal. Sebaliknya orang yang tidak bahagia cenderung memiliki tingkat neurotisme yang tinggi.

b. *Life circumstances* (Keadaan hidup)

*Life circumstances* (keadaan hidup) adalah sumber kebahagiaan yang dipengaruhi oleh faktor situasional kehidupan dan memberikan pengaruh sebesar 10%. Diener, dkk (Lyubomirsky, Sheldon & Schkade, 2005) menyebutkan bahwa *life circumstances* (keadaan hidup) merupakan faktor situasional yang mencakup wilayah nasional, geografis dan budaya dimana seorang tinggal, serta faktor-faktor demografi seperti usia, jenis kelamin, dan etnis. Sejarah kepribadian individu seperti pernah mengalami trauma pada masa kecil, terlibat kecelakaan mobil, atau memenangkan penghargaan bergengsi juga merupakan faktor situasional yang mempengaruhi kebahagiaan. Selanjutnya, terdapat faktor situasional lain berupa variabel status kehidupan yang juga mempengaruhi kebahagiaan



seperti status perkawinan, status pekerjaan, keamanan kerja, pendapatan, kesehatan, dan agama.

Beberapa penelitian terkait faktor situasional yang mempengaruhi kebahagiaan telah banyak diteliti. Hasil penelitian Myers (Carr, 2004) menunjukkan bahwa individu yang menikah lebih bahagia dibandingkan yang belum menikah, atau mereka yang bercerai, berpisah, atau tidak pernah menikah. Selain itu hasil studi yang dilakukan oleh Gallup (Lyubomirsky, Sheldon & Schkade, 2005) menyatakan bahwa individu yang religius relatif menilai diri mereka sebagai orang yang “sangat bahagia”. Hasil penelitian lain mengenai status pekerjaan dan kebahagiaan yang dilakukan oleh Argyle (Carr, 2004) menunjukkan bahwa individu yang bekerja lebih bahagia daripada individu yang menganggur dan individu yang memiliki pekerjaan profesional dan terampil lebih bahagia dibandingkan individu yang memiliki pekerjaan tidak terampil.

c. *Intentional activity* (Kegiatan yang disengaja)

*Intentional activity* (kegiatan yang disengaja) adalah sumber kebahagiaan yang berasal dari aktivitas-aktivitas yang disengaja dan memberikan pengaruh sebesar 40%. Faktor ini dapat dikatakan sebagai hal yang paling menjanjikan untuk mengubah tingkat kebahagiaan seseorang. *Intentional activity* merupakan kategori yang sangat luas karena mencakup beragam hal dan apa yang dipikirkan oleh individu setiap harinya. Aktivitas yang disengaja menurut Lyubormirsky dan Sheldon (Al-Seheel & Noor, 2016) dapat bersifat kognitif (seperti memegang pandangan rasa

syukur atas kehidupan), perilaku (seperti menulis surat ucapan terima kasih kepada orang yang dicintai), atau motivasi (seperti mengejar tujuan). Penelitian yang dilakukan oleh Al-Seheel dan Noor (2016) menunjukkan bukti bahwa intervensi kebahagiaan yang melibatkan kegiatan yang disengaja yaitu rasa syukur berbasis Islam khususnya efektif dalam meningkatkan dan mempertahankan kebahagiaan individu.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan seseorang adalah *set point* (faktor genetis), *life circumstances* (keadaan hidup) dan *intentional activity* (kegiatan yang disengaja). Peneliti tertarik untuk menggali faktor *intentional activity* (kegiatan yang disengaja) yang dapat menentukan tingkat kebahagiaan seseorang, salah satunya adalah kebersyukuran.

## **B. Kebersyukuran**

### **1. Pengertian Kebersyukuran**

Syukur dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), diartikan sebagai: (1) rasa terima kasih kepada Allah, dan (2) untunglah (menyatakan lega, senang dan sebagainya). Secara epistemologi, rasa syukur menurut The Oxford English Dictionary (Emmons, 2007) berasal dari bahasa Latin “*gratia*” yang berarti kebaikan dan “*gratus*” yang berarti menyenangkan. Turunan dari bahasa Latin tersebut berkaitan dengan kebaikan, kemurahan hati, pemberian, keindahan memberi dan menerima, atau mendapatkan sesuatu tanpa mengharapapun. Ketika individu merasa bersyukur,

dirinya akan tergerak untuk berbagi kebaikan yang diterima kepada orang lain.

McCullough, Emmons dan Tsang (2002), mendefinisikan kebersyukuran sebagai bentuk kecenderungan umum untuk mengenali dan merespons dengan rasa berterima kasih terhadap kebajikan orang lain terhadapnya ketika memperoleh suatu pengalaman dan hasil yang positif. Emmons dan Hill (2001), mengungkapkan bahwa kebersyukuran adalah suatu respon atas rasa terima kasih dan sukacita ketika menerima sebuah karunia, baik itu berupa benda konkret ataupun sebuah ucapan kebaikan. Rasa syukur dapat muncul ketika berhadapan dengan keindahan alam atau dalam keheningan jiwa seseorang. Syukur juga dapat menjadi pilihan sadar dan rasional untuk berfokus pada berkah kehidupan dan bukan berfokus pada kekurangan, sehingga syukur dapat dikembangkan menjadi praktik spiritual untuk menciptakan pandangan hidup yang positif.

Berdasarkan objeknya, Peterson dan Seligman (Auliyya, 2016) rasa syukur dibedakan menjadi dua jenis yaitu bersyukur secara personal dan bersyukur secara transpersonal. Bersyukur secara personal artinya adalah rasa terima kasih yang ditujukan kepada seseorang yang telah memberikan sesuatu yang menguntungkan kepada dirinya. Sementara, bersyukur secara transpersonal diartikan sebagai rasa syukur kepada Tuhan sebagai suatu kekuatan yang lebih besar, atau ditujukan kepada alam semesta.

Penjelasan Peterson dan Seligman (2004) tersebut sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Al-Munajjid (2006), yang menyatakan

bahwa kebersyukuran sebagai bentuk rasa terima kasih kepada pihak yang telah berbuat suatu kebajikan, yakni kepada Tuhan sebagai pemberi nikmat dan kepada makhluk ciptaan Tuhan yang menjadi perantara atas kebajikan tersebut. Selain itu, Al-Jauziyah (1998) juga menjelaskan bahwa individu yang bersyukur adalah individu yang dapat mengambil manfaat dan pelajaran yang berasal dari ayat-ayat-Nya, mengambil salah satu dari asma'-Nya, karena Allah adalah Asy-Syakur, yang berarti menghantarkan orang yang bersyukur kepada Dzat yang disyukurinya.

Berdasarkan pemaparan mengenai definisi kebersyukuran yang telah dijelaskan oleh beberapa ahli di atas, peneliti menyimpulkan bahwa kebersyukuran adalah suatu respon terhadap rasa terima kasih atas berbagai kebaikan, kesenangan dan nikmat yang telah diterima, baik berupa benda konkret, ucapan, sikap, maupun perilaku. Rasa syukur tersebut dapat ditujukan kepada Tuhan sebagai pemberi nikmat dan makhluk ciptaan Tuhan sebagai perantara atas nikmat yang telah diberikan.

## **2. Aspek-aspek Kebersyukuran**

Al-Jauziyah (1998), menjelaskan bahwa syukur dilandaskan kepada lima sendi. Orang yang bersyukur tunduk kepada yang disyukuri, mencintainya, mengakui nikmat-Nya, memuji-Nya karena nikmat itu, dan tidak menggunakan nikmat itu untuk sesuatu yang dibenci-Nya. Berdasarkan proses analisis dan diskusi bersama peneliti lain dengan tema yang sama, peneliti mensintesis kelima sendi tersebut menjadi empat aspek kebersyukuran. Mencintai Allah merupakan salah satu ungkapan dari

pengakuan akan adanya Allah SWT, sehingga peneliti menggabungkan sendi mencintai Allah menjadi salah satu aspek kebersyukuran yaitu mengetahui, menerima, dan mengakui nikmat. Penjelasan lebih rinci mengenai keempat aspek kebersyukuran adalah sebagai berikut:

a. Mengetahui, menerima dan mengakui nikmat

Menghadirkan nikmat tersebut dalam pikiran, mempersiapkan dan membedakannya. Menerima berarti memperlihatkan kebutuhan kepada nikmat, yang sebenarnya tidak berhak menerimanya, apalagi mengeluarkan harga untuk mendapatkannya. Mengakui bahwa pemberi nikmat adalah Allah, yakni pengakuan bahwa nikmat yang diperoleh berasal dari Allah yang membuat seseorang mencintai Allah sebagai pemberi nikmat.

b. Memuji Allah dalam rangka memuji pemberi nikmat

Memberikan pujian berkaitan erat dengan ucapan puji-pujian kepada Allah melalui lisan dan hati. Pujian merupakan ucapan terimakasih kepada Allah, dapat berupa memberikan pujian atas nama, sifat, perbuatan, dan semua nikmatNya. Terdapat dua jenis pujian, yakni umum dan khusus. Umum artinya mensifati Allah dengan sifat murah hati dan mulia, bijak, baik, dan luas pemberian-Nya. Sementara pujian khusus adalah menyebutkan nikmat-Nya dan mengabarkan bahwa nikmat itu telah sampai kepadanya.

c. Tunduk kepada yang disyukuri

Tunduk kepada yang disyukuri berarti menerima nikmat tersebut untuk sarana taqwa kepada pemberi nikmat bukan sebagai sarana mendurhakai-Nya.

d. Mengamalkan nikmat seperti yang diridhai Allah, tidak menggunakan nikmat itu untuk sesuatu yang dibenci Allah

Melakukan perbuatan, sikap dan tindakan yang bersifat konstruktif dan meninggalkan semua maksiat-Nya untuk mengembangkan potensi diri sebagai sarana taat kepada Allah dalam mencapai keridhaan-Nya.

Berbeda dengan Al-Jauzziyah, McCollough et al (2002) juga mengungkapkan empat dimensi kebersyukuran, yaitu:

- a. *Intensity*, yaitu seseorang yang memiliki disposisi bersyukur yang tinggi ketika mengalami peristiwa positif diharapkan dapat lebih intens merasa bersyukur daripada seseorang dengan disposisi bersyukur yang rendah.
- b. *Frequency*, yaitu seseorang yang bersyukur akan merasakan perasaan bersyukur tersebut terus menerus setiap harinya, sekalipun muncul karena nikmat yang sederhana seperti bertingkah laku sopan. Sebaliknya, seseorang yang kurang bersyukur, akan jarang memunculkan rasa syukurnya.
- c. *Span*, yaitu rentang rasa syukur mengacu pada jumlah peristiwa kehidupan yang dapat membuat seseorang merasa bersyukur pada waktu tertentu. Seseorang yang memiliki rasa syukur yang tinggi diharapkan akan merasa bersyukur dengan keadaan dirinya seperti merasa bersyukur

atas keluarga, pekerjaan, kesehatan, dan kehidupan mereka sendiri. Sebaliknya, seseorang yang memiliki rasa syukur yang rendah, akan merasa kurang bersyukur terhadap kehidupannya.

- d. *Density*, yaitu mengacu pada jumlah orang dapat membuat dirinya bersyukur atas suatu hasil positif. Seseorang yang bersyukur diharapkan dapat menyebutkan lebih banyak orang lain yang dianggap telah membuatnya bersyukur, termasuk orang tua, guru, teman, keluarga, dan lain-lain.

Berdasarkan pemaparan yang telah dijelaskan oleh beberapa ahli di atas, aspek kebersyukuran yang digunakan untuk menyusun skala kebersyukuran mengacu pada teori Al-Jauziyah (1998) yang mampu menjelaskan kebersyukuran dalam perspektif Islam yaitu mengetahui, menerima dan mengakui nikmat Allah, memuji Allah dalam rangka memuji pemberi nikmat, tunduk kepada yang disyukuri, serta mengamalkan nikmat seperti yang diridhai Allah, tidak menggunakan nikmat itu untuk sesuatu yang dibenci Allah.

### **C. Anak Berkebutuhan Khusus**

Anak berkebutuhan khusus (ABK) oleh Peraturan Menteri Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia Nomor 10 Tahun 2011 adalah anak yang memiliki keterbatasan/keluarbiasaan baik dari fisik, sosial, mental-intelektual, maupun emosional yang berpengaruh secara signifikan dalam proses pertumbuhan dan perkembangannya dibandingkan dengan anak-anak lain seusianya. Klasifikasi anak berkebutuhan khusus menurut Desiningrum (2016)

dalam bukunya yang berjudul “Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus” adalah sebagai berikut:

### **1. Anak dengan Gangguan Fisik**

- a. Tunanetra, yaitu anak yang indera penglihatannya mengalami gangguan, baik kebutaan secara menyeluruh (*blind*) maupun berfungsi sebagian (*low vision*).
- b. Tunarungu, yaitu anak yang kehilangan seluruh atau sebagian daya pendengarannya sehingga memiliki hambatan dalam berkomunikasi secara verbal.
- c. Tunadaksa, yaitu anak yang secara umum mengalami ketidakmampuan, kelainan atau cacat yang menetap secara fisik atau alat gerak (tulang, sendi dan otot), sehingga sulit menjalankan fungsi tubuhnya.
- d. Tunawicara, yaitu anak yang mengalami kelainan suara, artikulasi (pengucapan), atau kelancaran bicara yang dapat menyebabkan terjadinya kesalahan dalam bentuk bahasa, isi bahasa atau fungsi bahasa.
- e. Tunaganda, yaitu anak yang menderita dua atau lebih gangguan perkembangan sehingga untuk mencapai perkembangan kemampuan yang optimal diperlukan pelayanan khusus dalam pendidikan, medis dan psikologis.

### **2. Anak dengan Gangguan Perilaku**

- a. Tunalaras, yaitu anak yang mengalami hambatan dalam penyesuaian diri dan bertingkah laku tidak sesuai dengan norma-norma yang berlaku serta sulit mengendalikan emosi.



- b. Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH), atau *Attention Deficit and Hyperactivity Disorder* adalah gangguan tingkah laku yang tidak normal yang disebabkan disfungsi neurologis dengan gejala utama tidak mampu mengendalikan gerakan dan memusatkan perhatian yang menyebabkan kesulitan berperilaku, mengendalikan emosi dan berpikir.
- c. Autisme, yaitu gangguan perkembangan anak yang disebabkan oleh adanya gangguan pada sistem syaraf pusat yang mengakibatkan terjadinya gangguan dalam tiga area dengan tingkatan yang berbeda-beda yaitu hambatan dalam berkomunikasi, interaksi sosial, dan pola-pola perilaku repetitif dan stereotip.

### **3. Anak dengan Gangguan Kemampuan Intelektual**

- a. Tunagrahita, yaitu anak yang mempunyai intelegensi yang signifikan di bawah rata-rata anak lain seusianya, mengalami hambatan dan keterbelakangan perkembangan mental sehingga mengalami kesulitan dalam tugas-tugas akademik, komunikasi maupun social.
- b. Anak lamban belajar (*slow learner*), yaitu anak yang memiliki potensi intelektual sedikit di bawah normal tetapi belum termasuk tunagrahita (biasanya memiliki IQ sekitar 70-90). Anak-anak ini memerlukan waktu yang sedikit lebih lama dan berulang untuk dapat menyelesaikan tugas-tugasnya.
- c. Anak dengan kesulitan belajar khusus (*specific learning disabilities*), yaitu anak yang mengalami kesulitan dalam tugas-tugas akademik

khusus, terutama dalam hal kemampuan membaca, menulis dan berhitung atau matematika.

- d. Anak berbakat, adalah anak yang memiliki bakat atau kemampuan dan kecerdasan luar biasa dengan ciri-ciri memiliki potensi kecerdasan (intelegensi), kreativitas, dan tanggungjawab terhadap tugas (*task commitment*) yang lebih tinggi di atas anak-anak seusianya (anak normal), sehingga untuk mengembangkan potensinya memerlukan pelayanan pendidikan khusus.

#### **D. Hubungan antara Kebersyukuran dan Kebahagiaan**

Memiliki anak berkebutuhan khusus bukan menjadi sebuah pilihan bagi orangtua, melainkan sebuah ketetapan Tuhan yang tidak dapat diganggu gugat. Menurut Zaviera (Nur, 2013), setiap orangtua akan merasa sedih bercampur cemas karena takut anaknya tidak akan mampu menghadapi kehidupan dunia nyata dengan baik ketika orangtua diberi karunia untuk membesarkan anak berkebutuhan khusus. Ibu sebagai orangtua yang melahirkan anaknya merasakan kesedihan yang paling mendalam saat mendengar diagnosa bahwa terdapat kelainan pada perkembangan anaknya. Proses penerimaan dan penyesuaian diri ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus lalui mendatangkan kesedihan dan ketidakbahagiaan dalam diri ibu (Mangunsong, 1998).

Emmons (2007) menyatakan bahwa kebahagiaan dapat menurunkan tingkat stres, meningkatkan produktivitas, dukungan sosial menjadi lebih kuat, kesehatan yang lebih baik, kualitas kerja yang lebih tinggi, pencapaian pekerjaan yang lebih

baik, pernikahan yang lebih memuaskan dan lebih lama, lebih banyak teman, lebih banyak melakukan aktivitas, bahkan kebahagiaan dapat membuat kehidupan menjadi lebih lama (panjang umur). Berbagai pendekatan yang menjanjikan telah dirumuskan untuk meningkatkan kebahagiaan individu seperti pengobatan, metode atau kegiatan yang disengaja yang bertujuan untuk menumbuhkan emosi, perilaku atau kognisi positif (Sin & Lyubomirsky, 2009). Al-Munajjid (2006), mengungkapkan bahwa bersyukur adalah sebaik-baiknya jalan kehidupan bagi orang-orang yang berbahagia. Lyubomirsky juga menjelaskan bahwa salah satu faktor dari kebahagiaan berasal dari aktivitas yang disengaja (*intentional activities*) salah satunya adalah dengan cara bersyukur.

Al-Jauziyah (1998), menjelaskan empat aspek kebersyukuran yang dapat mendatangkan kebahagiaan pada diri individu. Aspek pertama kebersyukuran yaitu mengetahui, menerima dan mengakui nikmat. Hal ini berarti bahwa individu mengakui dan percaya bahwa yang memberi nikmat adalah Allah SWT. Seseorang yang mengetahui, menerima dan mengakui nikmat yang diberikan oleh Allah SWT dapat merasakan ketenangan hati serta yakin bahwa nikmat yang Allah SWT berikan tiada putus dan tidak terhitung jumlahnya. Hal tersebut juga dijelaskan dalam QS. Ibrahim : 34 yang artinya “*Dan jika kamu menghitung nikmat Allah, tidaklah kamu dapat menghitungnya*”. Seorang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang mengakui serta menerima dengan baik nikmat yang telah diberikan, akan memandang bahwa anak yang dikaruniakan padanya adalah sebagai salah satu dari sekian banyak nikmat yang diberikan Allah SWT. Emmons (2007) juga menyatakan bahwa orang yang bersyukur

cenderung menerima sesuatu dalam hidupnya sebagai karunia dan secara spontan membahasakannya sebagai “diberkahi” dan “dikaruniai” oleh kehidupan.

Aspek kedua yaitu memuji Allah dalam rangka memuji pemberi nikmat, yaitu berkaitan erat dengan ucapan puji-pujian kepada Allah melalui lisan dan hati. Memuji pemberi nikmat dapat dilakukan misalnya dengan menyebut asma-asma yang sesuai dengan kedudukan kebersyukuran seperti Maha Pemberi anugrah, Maha Pemurah, Allah Mahaluas, dan sebagainya. Apabila kalbu ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus telah mengetahui, menerima dan mengakui segala nikmat yang diberikan Allah SWT, maka dengan sendirinya lisan akan bergumam mengungkapkan puji dan syukur kepada-Nya. Hal ini juga ditegaskan dalam QS. Adh-Dhuhaa : 11 yang berarti “*Dan terhadap nikmat Tuhanmu, maka hendaklah kamu menyebut-nyebutnya (dengan bersyukur)*”. Lisan yang terus mengucapkan asma-asma Allah SWT akan merasa selalu dekat dengan-Nya dan tidak akan merasa sendiri dalam menjalani hidup, sehingga ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus akan merasakan ketenangan batin karena yakin ada yang selalu menjaga diri dan anaknya. Hati yang tenang dan merasa selalu dekat dengan Allah akan membuat ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus senang dan gembira dalam merawat serta membesarkan anaknya.

Aspek ketiga adalah tunduk kepada yang disyukuri, yang berarti menerima nikmat tersebut untuk sarana taqwa kepada pemberi nikmat bukan sebagai sarana mendurhakai-Nya. Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang dapat menerima nikmat akan menanamkan perasaan menerima apa adanya dan percaya

bahwa apa yang telah diberikan adalah bagian yang telah ditentukan oleh Allah SWT. Hal ini sesuai dengan QS. An-Nahl : 53 yang artinya “*Dan apa saja nikmat yang ada pada kamu, maka dari Allahlah (datangnya)*”. Ibu yang bersyukur atas nikmat anak berkebutuhan khusus yang diberikan oleh Allah SWT, tentunya akan merawat anak tersebut dengan sungguh-sungguh, tidak pernah mengeluh bahkan membandingkan anaknya dengan anak oranglain. Hal ini dilakukan sebagai salah satu sarana ibu untuk takwa kepada Allah SWT. Hati yang rela, ikhlas, sabar, serba berkecukupan, dan menerima segala keadaan anaknya akan menimbulkan ketenangan dalam diri ibu sehingga ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus akan merasa kesenangan dan kegembiraan dalam hidupnya. Sebaliknya, ibu yang mendurhakai nikmat yang telah diberikan oleh Allah SWT akan rela menelantarkan anaknya, merasa tidak pernah puas dan cukup atas nikmat Allah SWT, serta akan terus mencari dan mengeluh pada keadaan yang ada, sehingga membuat hidupnya menjadi tidak tenang dan tidak bahagia.

Aspek kebersyukuran yang terakhir menurut Al-Jauziyah (1998) adalah mengamalkan nikmat seperti yang diridhai Allah, tidak menggunakan nikmat itu sebagai sesuatu yang dibenci oleh Allah. Apabila ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus telah mampu bersyukur atas keadaan anak, maka dengan sendirinya ibu akan mendukung bagaimanapun keadaan anaknya dan tidak membenci bahkan memaki kekurangan anaknya. Selain itu, ibu akan senantiasa optimis dan memprioritaskan hidupnya untuk merubah kekhususan anak menjadi pahala dunia akhirat dengan jalan pengasuhan yang baik. Ketika ibu memprioritaskan anak dalam kehidupannya, maka terlihat bahwa ibu

memunculkan gambaran positif terhadap lingkungan dan terdapat emosi positif dalam diri ibu (Perdana dan Dewi, 2015).

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa kebersyukuran berpengaruh terhadap kebahagiaan. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Myers (Darokah, 2005), menjelaskan bahwa para peneliti menemukan individu yang tinggal di lingkungan masyarakat atau keluarga yang agamis memiliki skor tinggi dalam tingkat kebahagiaan. Selain itu, Emmons dan McCullough (Darokah, 2005) berpendapat bahwa ajaran agama Islam mengandung nilai-nilai yang secara empiris mampu meningkatkan kebahagiaan, seperti syukur, perintah untuk memaafkan orang yang menganiaya, dan silaturrohim.

Penelitian lain mengenai kebersyukuran dan kebahagiaan juga dilakukan oleh Romdhon (Shobihah, 2014). Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang yang mampu mencapai kebahagiaan, merasakan ketenteraman hidup, dan lebih mudah dalam menghadapi permasalahan hidup atau keadaan yang menekan adalah orang-orang yang memiliki rasa syukur dalam hidupnya. Rasa syukur dapat menjadikan individu untuk senantiasa berpikir positif atas segala nikmat yang telah diberikan oleh Allah SWT. Pikiran-pikiran positif tersebut diharapkan dapat mendatangkan kebahagiaan pada diri individu. Atas dasar penjelasan di atas jelas terlihat bahwa dengan adanya kebersyukuran akan mendatangkan kebahagiaan pada diri individu.

### **E. Hipotesis Penelitian**

Berdasarkan uraian dinamika psikologis di atas maka dalam penelitian ini diajukan hipotesis sebagai berikut: “Terdapat hubungan positif antara kebersyukuran dengan kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus”. Semakin tinggi kebersyukuran maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Sebaliknya semakin rendah kebersyukuran maka semakin rendah pula tingkat kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Identifikasi Variabel-variabel Penelitian**

Variabel-variabel yang digunakan oleh penelitian dalam penelitian ini antara lain:

1. Variabel Tergantung : Kebahagiaan
2. Variabel Bebas : Kebersyukuran

#### **B. Definisi Operasional Variabel**

##### **1. Kebahagiaan**

Secara operasional, kebahagiaan adalah skor yang diperoleh subjek setelah mengisi skala kebahagiaan. Skala kebahagiaan menggunakan skala yang ditranslasi oleh Ramadhonna (2017) dari alat ukur Lyubomirsky & Lepper (1999) yaitu *Subjective Happiness Scale (SHS)* yang terdiri dari empat aitem. Semakin tinggi skor yang diperoleh subjek maka semakin tinggi tingkat kebahagiaan yang dirasakannya. Begitupun sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah tingkat kebahagiaan yang dirasakan oleh subjek.

##### **2. Kebersyukuran**

Secara operasional, kebersyukuran adalah skor yang diperoleh subjek setelah mengisi skala kebersyukuran. Skala kebersyukuran dimodifikasi berdasarkan skala yang disusun oleh Surya (2016), mengacu pada aspek kebersyukuran yang dikemukakan oleh Al-Jauziyah (1998) yaitu mengetahui, menerima dan mengakui nikmat Allah, memuji Allah dalam rangka memuji



pemberi nikmat, tunduk kepada yang disyukuri, serta mengamalkan nikmat seperti yang diridhai Allah, tidak menggunakan nikmat itu untuk sesuatu yang dibenci Allah. Semakin tinggi skor yang diperoleh yang diperoleh subjek maka semakin tinggi tingkat kebersyukuran subjek. Begitupun sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh subjek maka semakin rendah tingkat kebersyukuran subjek.

### **C. Subjek Penelitian**

Penelitian ini mengambil subjek berdasarkan karakteristik yang telah ditentukan oleh peneliti dengan maksud dan tujuan yang telah dipertimbangkan.

Adapun karakteristik subjek dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Ibu dari anak berkebutuhan khusus (tunagrahita, kesulitan belajar, ADHD, tunalaras, tunarungu, tunawicara, tunanetra, autisme, tunadaksa, tunaganda, dan anak berbakat)
2. Berusia 18 – 60 tahun
3. Beragama Islam
4. Berdomisili di Yogyakarta

### **D. Metode Pengumpulan Data**

Metode yang digunakan dalam pengumpulan data adalah dengan menggunakan skala untuk mendapatkan jenis data kuantitatif. Skala yang digunakan dalam penelitian ini ada dua buah skala, yaitu skala kebahagiaan dan kebersyukuran. Metode penyusunan skala kebahagiaan dan skala kebersyukuran

menggunakan skala *likert*. Berikut ini akan dijelaskan lebih lanjut mengenai kedua skala tersebut.

a. Skala Kebahagiaan

Skala kebahagiaan menggunakan skala yang ditranslasi oleh Ramadhonna (2017) dari alat ukur Lyubomirsky & Lepper (1999) yaitu *Subjective Happiness Scale (SHS)* yang mengukur kebahagiaan secara global dan subjektif. Skala kebahagiaan yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah empat aitem yang terdiri dari tiga aitem *favourable* dan satu aitem *unfavourable*. Skala ini menyediakan tujuh alternatif pilihan jawaban yang akan dipilih oleh subjek yaitu sangat tidak setuju, tidak setuju, sedikit tidak setuju, netral, sedikit setuju, setuju, dan sangat setuju. Skor aitem pada aitem *favourable* bergerak dari angka 7 sampai 1, sedangkan pada aitem *unfavourable* bergerak dari angka 1 sampai 7. Distribusi aitem skala kebahagiaan dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1  
*Distribusi Aitem Skala Kebahagiaan Sebelum Uji Coba*

Aspek	Butir		Jumlah
	Favourable	Unfavourable	
Kebahagiaan secara subjektif dan global	1, 2, 3	4	4
<b>Jumlah</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>4</b>

b. Skala kebersyukuran

Skala kebersyukuran dimodifikasi berdasarkan skala yang disusun oleh Surya (2016), mengacu pada aspek kebersyukuran yang dikemukakan oleh Al-Jauziyah (1998) yaitu mengetahui, menerima dan mengakui nikmat Allah,

memuji Allah dalam rangka memuji pemberi nikmat, tunduk kepada yang disyukuri, serta mengamalkan nikmat seperti yang diridhai Allah, tidak menggunakan nikmat itu untuk sesuatu yang dibenci Allah.

Skala kebersyukuran yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 13 aitem yang terdiri dari 12 aitem *favourable* dan satu aitem *unfavourable*. Skala kebersyukuran ini menyediakan empat alternatif pilihan jawaban yang akan dipilih oleh subjek yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Skor aitem pada aitem *favourable* bergerak dari angka 4 sampai 1, sedangkan pada aitem *unfavourable* bergerak dari angka 1 sampai 4. Distribusi aitem skala kebersyukuran dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2  
*Distribusi Aitem Skala Kebersyukuran Sebelum Uji Coba*

Aspek	Butir		Jumlah
	Favourable	Unfavourable	
Mengetahui, menerima dan mengakui nikmat Allah	1, 8, 11	-	3
Memuji Allah dalam rangka memuji pemberi nikmat	2, 5, 9, 12	-	4
Tunduk kepada yang disyukuri	3, 6	-	2
Mengamalkan nikmat seperti yang diridhai Allah, tidak menggunakan nikmat itu untuk sesuatu yang dibenci Allah	4, 7, 10	13	4
<b>Jumlah</b>	<b>12</b>	<b>1</b>	<b>13</b>

## **E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur**

### **1. Validitas**

Validitas merupakan karakteristik utama yang harus dimiliki dalam sebuah skala. Azwar (2012) mengatakan bahwa alat ukur dikatakan valid apabila aitem-aitem yang terdapat di dalam alat ukur tersebut sejalan dengan konsep variabel yang dimaksud, artinya alat ukur tersebut benar-benar mengukur sesuai dengan kenyataan yang ada di lapangan. Azwar (2012) juga menjelaskan bahwa sebuah aitem memiliki daya beda yang dianggap memuaskan jika koefisien determinasi minimal mencapai 0.3. Sedangkan koefisien determinasi yang bergerak antara 0,03 sampai 0,05 dianggap memberikan kontribusi yang baik. Validitas skala kebersyukuran dan kebahagiaan pada penelitian ini diuji dengan validitas isi. Validitas isi menurut Azwar (2012) adalah sejauh mana isi alat ukur mampu mengungkapkan konsep variabel yang hendak diukur. Pertanyaan yang dicari jawabannya dalam validitas ini yaitu sejauhmana aitem - aitem tes mewakili komponen-komponen dalam seluruh kawasan isi variabel yang hendak diukur (aspek representasi) dan sejauhmana mencerminkan ciri perilaku yang hendak diukur (aspek relevansi).

### **2. Reliabilitas**

Reliabilitas mengacu kepada konsistensi atau keterpercayaan hasil ukur, yang mengandung makna kecermatan pengukuran. Pengukuran yang tidak reliabel akan menghasilkan skor yang tidak dapat dipercaya karena perbedaan skor yang terjadi di antara individu lebih ditentukan oleh faktor eror daripada

faktor perbedaan yang sesungguhnya, oleh karena itu pengukuran yang tidak reliabel, tidak akan konsisten dari waktu ke waktu (Azwar, 2003).

Reliabilitas alat ukur atau pengumpul data ditunjukkan dengan koefisien reliabilitas. Reliabilitas akan dihitung dan dinyatakan dalam koefisien *alpha*. Reliabilitas akan dinyatakan oleh koefisien reliabilitas apabila angkanya berada dalam rentang dari 0 sampai dengan 1.00. Artinya apabila semakin tinggi koefisien reliabilitas yaitu mendekati angka 1.00, berarti semakin tinggi reliabilitas alat ukur. Sebaliknya koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 artinya semakin rendah reliabilitasnya (Azwar, 2003). Pengujian reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan SPSS 21 for windows.

#### **F. Metode Analisis Data**

Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis pada penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dan kebahagiaan adalah menggunakan teknik statistik korelasi *product moment*. Alat yang digunakan untuk menganalisis data kuantitatif yang diperoleh adalah *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 21 for windows*. Dengan menggunakan *software* SPSS tersebut, peneliti melakukan sejumlah uji statistik, antara lain yaitu uji reliabilitas skala, uji normalitas, uji linearitas, dan uji hipotesis. Pada uji hipotesis, hipotesis dinyatakan diterima apabila  $p < 0.05$ .

## **BAB IV**

### **PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN**

#### **A. Orientasi Kancah dan Persiapan**

##### **1. Orientasi Kancah**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dan kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Sebanyak 65 subjek terlibat dalam penelitian ini. Lokasi pengambilan data penelitian adalah beberapa Sekolah Luar Biasa (SLB) yang terletak di kabupaten Sleman dan Bantul Provinsi D.I Yogyakarta. Sekolah Luar Biasa (SLB) tersebut adalah SLB WD, SLB TKD dan SLB IQ. Peneliti menetapkan lokasi tersebut untuk dijadikan tempat pengambilan data penelitian dikarenakan lokasi yang terjangkau dan administrasi perizinan yang tidak terlalu sulit sehingga membantu proses penelitian. Selain itu, sepanjang yang peneliti ketahui, ketiga SLB tersebut masih jarang dijadikan tempat penelitian bagi civitas akademik, khususnya dibidang ilmu psikologi.

##### **a. SLB WD**

Sekolah Luar Biasa (SLB) ini beralamat di Jalan Plosokuning VII, Minomartani, Ngaglik, Sleman, Yogyakarta. SLB ini merupakan sekolah di bawah Lembaga Kesejahteraan Sosial “Wiyata Dharma”. SLB WD memberikan layanan pendidikan khusus tingkat SD, SMP dan SMA. Data terakhir menunjukkan bahwa terdapat 33 anak yang bersekolah di SLB ini. Sesuai dengan namanya, SLB ini dikhususkan bagi anak-anak yang

mengalami tunanetra (A), tunarunguwicara (B), tunagrahita ringan (C), dan tunagrahita sedang (C1).

b. SLB TKD

Sekolah Luar Biasa (SLB) yang sudah berdiri sejak tahun 1981 ini beralamat di Jalan Palagan, Balong, Donoharjo, Ngaglik, Sleman, Yogyakarta. SLB ini berada di bawah naungan Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga DIY dan Yayasan Pendidikan dan Kesejahteraan Bina Remaja Donoharjo. Sekolah ini memiliki visi “menjadikan unggul dalam mutu, layanan dan karya berdasarkan iman dan taqwa”. Jumlah keseluruhan siswa di SLB ini sebanyak 54 siswa yang terdiri dari tunanetra, tunarungu, tunagrahita, tunadaksa, dan autis. Adapun tenaga pendidikan SLB ini berjumlah 17 orang, yang terdiri dari 9 PNS dan 8 GTY. Pada pelaksanaan pembelajarannya, SLB ini tidak hanya menyiapkan siswa untuk unggul dalam bidang akademik saja, akan tetapi juga diberikan beberapa kegiatan ekstrakurikuler yang membantu perkembangan sosial, komunikasi dan keterampilan anak seperti pramuka dan olahraga.

c. SLB IQ

SLB ini terletak di Jalan Glagah Lor RT 02 Tamanan Banguntapan, Bantul, Yogyakarta. SLB ini baru berdiri pada tahun 2014 di bawah Yayasan Pendidikan Islam Nur ‘Aini dengan visi “terwujudnya siswa berkebutuhan khusus yang islami, mandiri, unggul, dan berbudaya”. SLB IQ menyelenggarakan pendidikan yang terdiri dari empat tingkatan

pendidikan yaitu PAUD LB (KBLB dan TKLB), SDLB, SMPLB, dan SMALB. Jumlah keseluruhan siswa di SLB ini adalah 34 anak yang terdiri dari anak tunarungu wicara, tunagrahita, tunadaksa ringan dan autis. Berdasarkan pengamatan dan data yang diperoleh peneliti, keterlibatan orangtua di SLB ini dapat dikatakan cukup baik. Tenaga pengajar dan orangtua sudah menjalin kerjasama yang cukup baik pula. Selain itu, SLB IQ juga sering melaksanakan kegiatan di luar bidang akademik siswa seperti *parenting* untuk wali siswa, kegiatan hari-hari besar dan ekstrakurikuler.

## **2. Persiapan Penelitian**

Sebelum melakukan pengambilan data penelitian, peneliti melakukan beberapa persiapan, yaitu persiapan administrasi dan persiapan alat ukur.

### **a. Persiapan Administrasi**

Persiapan administrasi yang dilakukan peneliti dalam penelitian ini adalah membuat surat perizinan penelitian yang ditujukan kepada instansi atau lembaga pendidikan terkait. Sebelum melakukan penelitian, peneliti mendatangi masing-masing sekolah yang akan dijadikan tempat penelitian guna menanyakan prosedur dan administrasi perizinan penelitian. Setelah diizinkan melakukan penelitian di sekolah tersebut, peneliti mengajukan surat izin penelitian sekaligus membawa administrasi yang dibutuhkan kepada tiap-tiap sekolah. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan surat permohonan izin penelitian yang dikeluarkan oleh Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas



Islam Indonesia Nomor : 1037 /Dek /70 /Div.Um.RT/ XII / 2017 tertanggal 5 Desember 2017 atas persetujuan Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia. Surat izin tersebut ditujukan kepada kepala SLB WD, SLB TKD dan SLB IQ. Setelah dikeluarkannya surat perizinan penelitian tersebut, peneliti kembali mendatangi instansi yang dituju dengan menyerahkan surat perizinan penelitian.

b. Persiapan Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kebahagiaan dan skala kebersyukuran. Skala kebahagiaan yang digunakan adalah skala yang ditranslasi oleh Ramadhonna (2017), mengacu pada *Subjective Happiness Scale* (SHS) yang dikembangkan oleh Lyubomirsky dan Lepper (1999). Skala kebahagiaan tersebut terdiri dari empat aitem pertanyaan yaitu tiga aitem *favourable* dan satu aitem *unfavourable*. Skala tersebut menggunakan skala *likert* dengan tujuh alternatif pilihan jawaban untuk setiap pertanyaan. Selanjutnya, skala kebersyukuran memodifikasi dari skala yang disusun oleh Surya (2016) yang mengacu pada aspek kebersyukuran yang dikemukakan oleh Al-Jauziyyah (1998). Skala kebersyukuran terdiri dari 13 aitem pernyataan yaitu 12 aitem *favourable* dan satu aitem *unfavourable*. Skala kebersyukuran juga menggunakan skala *likert* dengan empat alternatif pilihan jawaban untuk setiap pernyataan.

c. *Try Out* Terpakai

Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan *try out* terpakai, yaitu melakukan satu kali pengambilan data pada suatu populasi subjek penelitian namun untuk dua kepentingan sekaligus yaitu uji coba alat ukur dan uji hipotesis penelitian. Oleh karena itu, responden yang digunakan saat *try out* maupun penelitian adalah sama. *Try out* terpakai digunakan dalam penelitian ini dikarenakan populasi yang memenuhi kriteria subjek penelitian tidak terlalu banyak sehingga sulitnya menjangkau sampel dari populasi tersebut. Selain itu, alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini juga sudah pernah dilakukan uji coba pada penelitian sebelumnya, sehingga telah diketahui pula reliabilitas dan validitas alat ukur tersebut.

d. Hasil Uji Coba Alat Ukur

Pengolahan data untuk uji coba validitas dan reliabilitas alat ukur dilakukan dengan menggunakan program *SPSS 21.0 for Windows*. Uji coba alat ukur dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui tingkat daya diskriminasi tiap aitem dari sebuah skala dan keajegan skala tersebut. Selain itu, uji coba alat ukur juga dilakukan untuk memilih aitem-aitem yang berkualitas sehingga dapat digunakan sebagai alat ukur yang valid dan reliabel pada penelitian yang sesungguhnya. Seleksi aitem dalam penelitian menggunakan indeks daya beda aitem yang diperoleh dari korelasi antara skor total aitem, sehingga dapat ditentukan aitem-aitem mana saja yang layak dan tidak layak digunakan dalam skala penelitian.

Batasan yang digunakan dalam penelitian ini adalah 0,3 sehingga aitem yang memiliki indeks daya beda lebih besar atau sama dengan 0,3 layak dimasukkan ke dalam skala penelitian.

a) Skala Kebahagiaan

Berdasarkan hasil analisis terhadap skala kebahagiaan yang telah diuji coba, tidak ada aitem yang digugurkan. Hal tersebut dikarenakan setiap aitem dalam skala kebahagiaan sudah mewakili aspek dalam kebahagiaan, sehingga apa yang ingin peneliti temukan bisa terpenuhi. Terdapat empat aitem yang sah dengan indeks diskriminasi aitem yang bergerak antara 0.333 – 0.683 dan diperoleh koefisien reliabilitas *Alpha* ( $\alpha$ ) sebesar 0.763. Hal ini menunjukkan bahwa skala tersebut memiliki reliabilitas yang baik dengan taraf konsistensi atau kepercayaan mencapai 76,3%. Berikut ini adalah sebaran aitem skala kebahagiaan setelah uji coba.

Tabel 3  
*Distribusi Aitem Skala Kebahagiaan Setelah Uji Coba*

Aspek	Butir		Jumlah
	Favourable	Unfavourable	
Kebahagiaan secara subjektif dan global	1, 2, 3	4	4
<b>Jumlah</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>4</b>

b) Skala Kebersyukuran

Berdasarkan hasil analisis terhadap skala kebersyukuran, dari 13 aitem yang diuji coba, terdapat 12 aitem yang sah. Aitem yang digugurkan adalah aitem 13 dengan daya diskriminasi sebesar -0.64.

Aitem yang dieliminasi tersebut tidak mengurangi informasi yang diperoleh mengenai aspek-aspek kebersyukuran pada penelitian ini. Sebelum aitem ke 13 tersebut digugurkan, data menunjukkan koefisien reliabilitas *Alpha* ( $\alpha$ ) sebesar 0.836 namun setelah digugurkan nilai koefisien *Alpha* ( $\alpha$ ) menjadi 0.873 dengan daya diskriminasi aitem berada pada rentang 0.433 – 0.638. Hal ini menunjukkan bahwa skala tersebut dapat dikatakan reliabel dengan taraf konsistensi atau kepercayaan sebesar 87,3%. Sebaran aitem skala kebersyukuran setelah diuji coba dapat dilihat pada tabel 4 di bawah ini.

Tabel 4  
*Distribusi Aitem Skala Kebersyukuran Setelah Uji Coba*

Aspek	Butir		Jumlah
	Favourable	Unfavourable	
Mengetahui, menerima dan mengakui nikmat Allah	1, 8, 11	-	3
Memuji Allah dalam rangka memuji pemberi nikmat	2, 5, 9, 12	-	4
Tunduk kepada yang disyukuri	3, 6	-	2
Mengamalkan nikmat seperti yang diridldai Allah, tidak menggunakan nikmat itu untuk sesuatu yang dibenci Allah	4, 7, 10	-	3
<b>Jumlah</b>	<b>12</b>	<b>0</b>	<b>12</b>

## **B. Laporan Pelaksanaan Penelitian**

Pelaksanaan pengambilan data dilakukan pada saat jam pulang sekolah dan dalam waktu kurang lebih satu bulan yaitu pada 6 Desember 2017 s.d 19 Januari 2018. Penelitian yang melibatkan 65 subjek penelitian ini mengalami penundaan selama dua minggu. Hal tersebut dikarenakan kedua sekolah sedang melaksanakan ujian akhir semester bagi para siswa-siswinya, sehingga hanya sedikit waktu yang dapat diluangkan setiap harinya untuk dapat melakukan proses pengambilan data. Selain itu, setelah ujian akhir semester selesai, ketiga sekolah tersebut melaksanakan libur semester. Hal itu mengakibatkan pengambilan data penelitian yang harus ditunda selama dua minggu.

Pengambilan data di SLB WD dilakukan pada 6 – 15 Desember 2017. Selanjutnya, pengambilan data di SLB TKD dilaksanakan pada 6 Desember 2017 – 19 Januari 2018. Pengambilan data selanjutnya pada tanggal 13 Januari 2018 di SLB IQ. Proses pengambilan data dilakukan secara mandiri oleh peneliti dengan terjun langsung dan melakukan tatap muka dengan subjek penelitian. Sebelum membagikan kuesioner penelitian, peneliti meminta izin terlebih dahulu dengan cara memperkenalkan diri dan mengutarakan maksud dan tujuan penelitian. Setelah subjek penelitian menyetujui pengisian kuesioner, peneliti memberikan kuesioner dan menawarkan waktu pengerjaan (mengerjakan di tempat atau dibawa pulang). Setelah itu, tidak lupa peneliti memberikan *reward* dan ucapan terima kasih kepada subjek penelitian yang telah meluangkan waktu dalam membantu peneliti melakukan pengambilan data.

Akan tetapi, dilakukan prosedur yang berbeda ketika peneliti mengambil data penelitian di SLB IQ. Pihak sekolah memberikan persyaratan berupa pelaksanaan *parenting* yang ditujukan kepada wali siswa sebagai subjek penelitian. Oleh karena itu, peneliti bekerja sama dengan pihak sekolah untuk melaksanakan *parenting* dengan tema yang disesuaikan dengan judul penelitian, yaitu kebahagiaan menjadi orang tua. Proses pengumpulan data dilakukan dengan cara membagikan kuesioner penelitian pada seluruh peserta *parenting* dan meminta peserta mengisi kuesioner sebelum *parenting* dilaksanakan.

### C. Hasil Penelitian

#### 1. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, beragama Islam, memiliki rentang usia 18 – 60 tahun, dan berdomisili di Yogyakarta. Total keseluruhan subjek dalam penelitian ini adalah berjumlah 65 orang. Berikut merupakan gambaran umum subjek penelitian.

Tabel 5  
*Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Kategori Usia Ibu*

No.	Usia	Frekuensi	Prosentase
1.	Dewasa awal (18 – 40 tahun)	35	53.8%
2.	Dewasa madya (40 – 60 tahun)	30	46.2%
3.	Dewasa lanjut (di atas 60 tahun)	0	0%
<b>Total</b>		65	100%

Tabel 6

*Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kebutuhan Anak*

No.	Jenis Kebutuhan Anak	Frekuensi	Prosentase
1.	Tunagrahita	16	24,6%
2.	Kesulitan Belajar	3	4,6%
3.	ADHD/GPPH	6	9,2%
4.	Tunalaras	1	1,5%
5.	Tunarungu	23	35,4%
6.	Tunawicara	0	0%
7.	Tunanetra	2	3,1%
8.	Autisme	6	9,2%
9.	Tunadaksa	4	6,2%
10.	Tunaganda	4	6,2%
11.	<i>Gifted</i>	0	0%
<b>Total</b>		65	100%

Tabel 7

*Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia Anak*

No.	Usia Anak	Frekuensi	Prosentase
1.	Kanak-kanak (2 - 11 tahun)	48	73,8%
2.	Remaja (12 – 18 tahun)	17	26,2%
<b>Total</b>		65	100%

Tabel 8

*Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Status Pernikahan*

No.	Status Pernikahan	Frekuensi	Prosentase
1.	Menikah	61	93,8%
2.	Tidak Menikah (janda)	4	6,2%
<b>Total</b>		65	100%

Tabel 9

*Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Status Pekerjaan*

No.	Status Pekerjaan	Frekuensi	Prosentase
1.	Bekerja	18	27,7%
2.	Tidak Bekerja (IRT)	47	72,3%
<b>Total</b>		65	100%

Tabel 10  
*Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Tingkat Pendidikan*

No.	Tingkat Pendidikan	Frekuensi	Prosentase
1.	SD	6	9,2%
2.	SMP	8	12,3%
3.	SMA/SMK	32	49,2%
4.	D3	5	7,7%
5.	S1	13	20,0%
6.	S2	1	1,5%
<b>Total</b>		65	100%

## 2. Deskripsi Data Penelitian

Berdasarkan data yang telah diperoleh, dilakukan penormaan data penelitian untuk mengetahui tingkat kebahagiaan dan kebersyukuran pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Penormaan dalam penelitian ini menggunakan metode persentil dan hasil penormaan tersebut digunakan untuk menentukan tinggi rendahnya kedua variabel penelitian. Berikut merupakan pembagian persentil yang digunakan untuk penormaan:

Tabel 11  
*Pembagian Persentil Data Penelitian*

Persentil	Kebahagiaan	Kebersyukuran
20	18	38.2
40	20	42
60	22	44
80	23.8	47

Berdasarkan tabel di atas, maka hasil penelitian ini dapat dikategorisasikan menjadi lima kategori pada masing-masing variabel yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Berikut merupakan rumus untuk menentukan kategorisasi berdasarkan pembagian persentil:



Tabel 12  
*Norma Kategorisasi Data*

<b>Kategorisasi</b>	<b>Rumus Kebahagiaan</b>	<b>Rumus Kebersyukuran</b>
Sangat Rendah	$X < 18$	$X < 38.2$
Rendah	$18 \leq X < 20$	$38.2 \leq X < 42$
Sedang	$20 \leq X < 22$	$42 \leq X < 44$
Tinggi	$22 \leq X \leq 23.8$	$44 \leq X \leq 47$
Sangat Tinggi	$X > 23.8$	$X > 47$

Berdasarkan tabel di atas, kategorisasi tersebut digunakan sebagai acuan atau norma dalam pengelompokkan skor individu yang dikenai skala pada masing-masing variabel penelitian. Selanjutnya, subjek dikelompokkan ke dalam lima kategori pada masing-masing variabel. Kategorisasi subjek penelitian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 13  
*Kategorisasi Variabel Kebahagiaan*

<b>Rumus Kebahagiaan</b>	<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Prosentase</b>
$X < 18$	Sangat Rendah	11	16.9%
$18 \leq X < 20$	Rendah	13	20.0%
$20 \leq X < 22$	Sedang	12	18.5%
$22 \leq X \leq 23.8$	Tinggi	16	24.6%
$X > 23.8$	Sangat Tinggi	13	20.0%
<b>Total</b>		65	100%

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa tingkat kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang berada dalam kategori sangat rendah berjumlah 11 subjek (16,9%), 13 subjek (20%) berada dalam kategori rendah, 12 subjek (18,5%) berada dalam kategori sedang, 16 subjek (24,6%) berada dalam kategori tinggi, dan 13 subjek (20%) berada pada kategori sangat tinggi. Berdasarkan kategorisasi pada tabel di atas, disimpulkan bahwa tingkat kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan presentase paling tinggi berada pada kategori

tinggi (24,6%) dengan rentang skor pada kategori tinggi adalah  $22 \leq X < 23,8$ .

Tabel 14  
*Kategorisasi Variabel Kebersyukuran*

<b>Rumus Kebersyukuran</b>	<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Prosentase</b>
$X < 38.2$	Sangat Rendah	13	20.0%
$38.2 \leq X < 42$	Rendah	11	17.0%
$42 \leq X < 44$	Sedang	11	16.9%
$44 \leq X \leq 47$	Tinggi	21	32.3%
$X > 47$	Sangat Tinggi	9	13.8%
<b>Total</b>		65	100%

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa tingkat kebersyukuran pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang berada dalam kategori sangat rendah berjumlah 13 subjek (20%), 11 subjek (17%) berada dalam kategori rendah, 11 subjek (16,9%) berada dalam kategori sedang, 21 subjek (32,3%) berada dalam kategori tinggi, dan 9 subjek (13,8%) berada pada kategori sangat tinggi. Berdasarkan kategorisasi pada tabel di atas, disimpulkan bahwa tingkat kebersyukuran pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan presentase paling tinggi berada pada kategori tinggi (32,3%) dengan rentang skor pada kategori tinggi adalah  $44 \leq X \leq 47$ .

### 3. Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan sebagai prasyarat yang harus dipenuhi sebelum pengambilan keputusan atau uji hipotesis, yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas terhadap sebaran data yang ada. Uji asumsi ini dilakukan dengan bantuan program statistik dalam SPSS *version 21 for windows*.

### a. Uji Normalitas

Uji asumsi normalitas ini dilakukan untuk mengetahui sebaran data tiap variabel dalam penelitian. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya sebaran data yaitu jika  $p > 0.05$  maka sebaran data dinyatakan normal, sebaliknya jika  $p < 0.05$  maka sebaran data dinyatakan tidak normal. Peneliti melakukan uji asumsi normalitas menggunakan *Test of Normality Kolmogorov-Smirnov*. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel 15 berikut ini.

Tabel 15  
*Hasil Uji Normalitas*

Variabel	Koefisien Signifikansi (p)	Keterangan
Kebahagiaan	0.200	Normal
Kebersyukuran	0.076	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas yang telah dilakukan dengan menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov Test*, pada skala kebahagiaan menunjukkan nilai  $p = 0.200$  ( $p > 0.05$ ). Hal tersebut menunjukkan bahwa data pada variabel kebahagiaan terdistribusi secara normal. Sedangkan, hasil uji pada skala kebersyukuran menunjukkan nilai  $p = 0.076$  ( $p > 0.05$ ) maka dapat disimpulkan bahwa data pada skala kebersyukuran juga terdistribusi secara normal.

### b. Uji Linearitas

Uji asumsi selanjutnya yang dilakukan peneliti adalah uji linearitas. Uji linearitas ini dilakukan untuk mengetahui kedua variabel memiliki korelasi yang linear atau tidak secara signifikan. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui linear atau tidaknya kedua variabel yaitu jika  $p < 0.05$

maka dinyatakan linear, sebaliknya jika  $p > 0.05$  maka dinyatakan tidak linear. Peneliti melakukan uji asumsi linearitas menggunakan *Test for Linearity*. Hasil uji linearitas dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 16  
*Hasil Uji Linearitas*

Variabel	Koefisien Linearitas (F)	Koefisien Signifikansi (p)	Keterangan
Kebahagiaan* Kebersyukuran	30.245	0.000	Linear

Berdasarkan hasil uji linearitas yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki nilai F sebesar 30.245 dengan nilai signifikansi sebesar 0.000 ( $p < 0.05$ ). Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel kebahagiaan dan kebersyukuran memiliki korelasi yang linear.

#### 4. Uji Hipotesis

Setelah dilakukan uji normalitas dan uji linearitas, maka langkah selanjutnya adalah melakukan uji hipotesis. Berdasarkan uji normalitas diketahui bahwa kedua variabel memiliki distribusi data yang normal dan pada uji linearitas korelasi kedua variabel tersebut dikatakan linear. Oleh karena itu dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik korelasi *Pearson* untuk melakukan uji hipotesis. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara kebersyukuran dan kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Semakin tinggi kebersyukuran maka akan semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Sebaliknya semakin rendah kebersyukuran maka semakin rendah pula tingkat kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada tabel 17.

Tabel 17  
*Hasil Uji Hipotesis*

Variabel	Koefisien Korelasi (r)	Koefisien Determinasi (R <sup>2</sup> )	Koefisien Signifikansi (p)	Ket.
Kebersyukuran* kebahagiaan	0.520	0.270	0.000	Signifikan

Hasil analisis korelasi antara kebersyukuran dan kebahagiaan menghasilkan nilai koefisien korelasi ( $r$ ) = 0.520 dengan  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang sangat signifikan antara kebersyukuran dan kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini **diterima**. Adapun koefisien determinasi ( $r^2$ ) = 0.270 yang artinya kebersyukuran memiliki sumbangan efektif sebesar 27% terhadap kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dan 73% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

## 5. Analisis Tambahan

### a. Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan berdasarkan Usia

Pada penelitian ini peneliti ingin mengetahui lebih lanjut apakah terdapat hubungan kedua variabel berdasarkan kategori usia subjek. Berikut analisis tambahan terkait dengan kategori usia subjek.

Tabel 18  
*Hasil Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan Berdasarkan Usia*

Usia Subjek	(r)	(R <sup>2</sup> )	(p)	Ket.
Dewasa awal (18–40th)	0.299	0.089	0.081	Tidak Signifikan
Dewasa madya (40–60th)	0.681	0.463	0.000	Signifikan

Hasil analisis data di atas menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebersyukuran dan kebahagiaan pada subjek berdasarkan kategori usia dewasa awal (18 – 40 tahun). Sedangkan subjek pada kategori usia dewasa madya menunjukkan hubungan yang signifikan antara kebersyukuran dan kebahagiaan. Kebersyukuran menyumbang kebahagiaan pada ibu dengan rentang usia 40 – 60 tahun sebesar 46,3%.

**b. Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan berdasarkan Usia Anak**

Analisis tambahan selanjutnya yang dilakukan peneliti adalah melakukan uji korelasi apakah terdapat hubungan kedua variabel berdasarkan kategori usia anak. Berikut analisis tambahan terkait dengan kategori usia anak.

Tabel 19

*Hasil Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan berdasarkan Usia Anak*

<b>Usia Anak</b>	<b>(r)</b>	<b>(R<sup>2</sup>)</b>	<b>(p)</b>	<b>Ket.</b>
Kanak-kanak (2 – 11 tahun)	0.494	0.244	0.000	Signifikan
Remaja (12 – 18 tahun)	0.619	0.383	0.008	Signifikan

Hasil analisis data di atas menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kebersyukuran dan kebahagiaan pada subjek berdasarkan kedua kategori usia anak. Data menunjukkan bahwa kebersyukuran menyumbangkan kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak usia kanak-kanak sebesar 24,4%. Sedangkan pada ibu yang memiliki

anak usia remaja kebersyukuran menyumbang kebahagiaan sebesar 38,3%.

**c. Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan berdasarkan Status Pekerjaan**

Selanjutnya, peneliti melakukan uji korelasi apakah terdapat hubungan kedua variabel berdasarkan status pekerjaan subjek. Berikut analisis tambahan terkait status pekerjaan subjek.

Tabel 20

*Hasil Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan berdasarkan Status Pekerjaan*

<b>Status Pekerjaan</b>	<b>(r)</b>	<b>(R<sup>2</sup>)</b>	<b>(p)</b>	<b>Ket.</b>
Tidak bekerja	0.447	0.199	0.002	Signifikan
Bekerja	0.609	0.370	0.007	Signifikan

Hasil analisis data di atas menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kebersyukuran dan kebahagiaan pada subjek berdasarkan status pekerjaan. Data menunjukkan bahwa kebersyukuran menyumbangkan kebahagiaan pada ibu yang tidak bekerja sebesar 19,9%. Sedangkan pada ibu yang bekerja, kebersyukuran menyumbang kebahagiaan sebesar 37%.

**d. Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan berdasarkan Jenis Gangguan pada Anak**

Analisis tambahan terakhir yang dilakukan peneliti adalah melakukan uji korelasi apakah terdapat hubungan kedua variabel

berdasarkan jenis gangguan pada anak. Berikut analisis tambahan terkait dengan jenis gangguan pada anak.

Tabel 21  
*Hasil Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan berdasarkan Jenis Gangguan pada Anak*

<b>Jenis Gangguan</b>	<b>(r)</b>	<b>(R<sup>2</sup>)</b>	<b>(p)</b>	<b>Ket.</b>
Fisik	0.529	0.279	0.002	Signifikan
Perilaku	0.054	0.002	0.860	Tidak Signifikan
Kemampuan intelektual	0.791	0.625	0.000	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis data di atas menunjukkan bahwa kebersyukuran memiliki peran penting terhadap kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus baik pada gangguan fisik, perilaku maupun kemampuan intelektual. Hasil analisis data menunjukkan bahwa kebersyukuran sangat signifikan menyumbang kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan kemampuan intelektual, yaitu sebesar 62,5%. Selain itu kebersyukuran juga menyumbang kebahagiaan sebesar 27,9% pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan fisik. Sedangkan pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan perilaku tidak menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kebersyukuran dan kebahagiaan.



#### D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dan kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Subjek dalam penelitian ini sebagian besar adalah ibu rumah tangga dan berdomisili di Yogyakarta. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan menggunakan uji korelasi dari *Pearson* didapatkan koefisien korelasi ( $r$ ) = 0.520 dengan  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kebersyukuran dan kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Hubungan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kebersyukuran, maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan yang dirasakan oleh ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kebersyukuran, maka akan semakin rendah pula tingkat kebahagiaan yang dirasakan oleh ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Selain itu, terdapat koefisien determinasi ( $R^2$ ) yang menunjukkan besarnya sumbangan efektif variabel kebersyukuran terhadap variabel kebahagiaan. Nilai  $R^2$  pada penelitian ini adalah 0.270, yang artinya kebersyukuran memiliki sumbangan efektif sebesar 27% terhadap kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dan 73% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diungkapkan dalam penelitian ini. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini **diterima**.

Kebersyukuran merupakan salah satu faktor yang turut mempengaruhi kebahagiaan seseorang. Pada penelitian ini tingkat kebersyukuran mampu menjadi prediktor bagi tingkat kebahagiaan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Pernyataan ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Watkins, Woodward, Stone, dan Kolts (2003) yang menunjukkan bahwa kebersyukuran berkorelasi positif terhadap kebahagiaan. Orang yang bersyukur akan cenderung merasakan kebahagiaan dan rasa syukur yang dirasakan tersebut juga mampu meningkatkan *mood* positif dalam dirinya.

Deskripsi data penelitian menunjukkan hasil bahwa kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang berada dalam kategori sangat rendah berjumlah 11 subjek (16,9%), 13 subjek (20%) berada dalam kategori rendah, 12 subjek (18,5%) berada dalam kategori sedang, 16 subjek (24,6%) berada dalam kategori tinggi, dan 13 subjek (20%) berada pada kategori sangat tinggi. Berdasarkan kategorisasi tersebut dapat disimpulkan bahwa subjek dalam penelitian ini rata-rata memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi dengan presentase sebesar 24,6%.

Data tingkat kebahagiaan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di atas menunjukkan bahwa sebagian besar ibu dalam penelitian ini sudah mampu merasakan kebahagiaan dengan menerima keadaan hidupnya, termasuk keadaan anaknya. Kebahagiaan yang dirasakan dapat membantu ibu untuk menerima bagaimanapun keadaan anaknya serta dapat meminimalisir pikiran-pikiran negatif yang menyebabkan stres dalam pengasuhan anak. Sehingga diharapkan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus memiliki pikiran-pikiran positif dalam pengasuhan anaknya. Pikiran-pikiran positif menurut Al Munajjid (2006) apabila dikembangkan dapat berdampak pada ketenangan jiwa yang dapat mengantarkan pada perasaan bahagia. Selain itu, Emmons (2007) juga menyatakan bahwa orang

yang bahagia akan menjadi lebih kreatif, bergairah, suka membantu, percaya diri, memiliki kontrol diri yang lebih baik, dan menunjukkan kemampuan mengatur diri dan mengatasi hal menjadi lebih baik.

Selanjutnya, pada penelitian ini ditemukan bahwa sebagian besar tingkat kebersyukuran pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus berada dalam kategori tinggi. Hal ini dapat diketahui dari deskripsi penelitian yang menunjukkan bahwa sebanyak 13 (20%) subjek berada dalam kategori sangat rendah, 11 subjek (17%) berada dalam kategori rendah, 11 subjek (16,9%) berada dalam kategori sedang, 21 subjek (32,3%) berada dalam kategori tinggi, dan 9 subjek (13,8%) berada pada kategori sangat tinggi. Data tersebut menjelaskan bahwa rata-rata subjek dalam penelitian ini sudah mampu menerima kehadiran anak berkebutuhan khusus di dalam hidupnya.

Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang dapat menerima nikmat akan menanamkan perasaan menerima apa adanya dan percaya bahwa apa yang telah diberikan adalah bagian yang telah ditentukan oleh Allah SWT. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Perdana dan Dewi (2015) dengan judul “Kebahagiaan pada Ibu yang Memiliki Anak *Difable*” melaporkan bahwa kebahagiaan berkaitan dengan keyakinan subjek terhadap Tuhan. Subjek dalam penelitian tersebut memunculkan sikap kepasrahan terhadap keputusan Tuhan yaitu menilai bahwa kondisi anak yang *difabel* merupakan ketentuan Tuhan yang harus diterima.

Rela menerima pemberian Allah SWT apa adanya akan membawa ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus kepada rasa yang serba berkecukupan dan

tidak pernah mengeluh bahkan membandingkan anaknya dengan anak oranglain. Bersyukur mampu menjauhkan perhatian dari perasaan tidak puas terhadap nikmat yang dimiliki serta tidak membandingkan nikmat tersebut dengan orang lain yang memiliki lebih banyak kebaikan atau nikmat (Emmons, 2007). Hal tersebut juga sesuai dengan hasil penelitian eksperimen yang dilakukan oleh Khoiriyah (2016) mengenai pelatihan syukur terhadap peningkatan *subjective well being* pada ibu yang memiliki anak *down syndrome*. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa subjek dalam kelompok eksperimen yaitu kelompok yang diberikan intervensi berupa pelatihan syukur mengalami perubahan yang positif. Subjek dalam kelompok intervensi tersebut dapat jauh lebih menerima kondisi kehidupannya, terutama anak *down syndrome* dan menganggapnya sebagai anugerah serta menjauhkan diri dari membanding-bandingkan dengan kondisi orang lain yang lebih beruntung.

Berdasarkan data demografis usia subjek yang diperoleh pada penelitian ini, diketahui bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebersyukuran dan kebahagiaan pada subjek berdasarkan kategori usia dewasa awal (18 – 40 tahun). Sedangkan subjek pada kategori usia dewasa madya menunjukkan hubungan yang signifikan antara kebersyukuran dan kebahagiaan. Kebersyukuran turut menyumbang kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan rentang usia 40 – 60 tahun sebesar 46,3%. Menurut Comptom dan Hoffman (2012) orang yang memiliki usia lebih tua biasanya memiliki makna hidup yang tinggi, otonomi yang tinggi, kepuasan hubungan sosial yang juga jauh lebih tinggi, serta kecil kemungkinan mengalami ketidakcocokan antara aspirasi

dan pencapaian hidup yang sebenarnya. Orang yang bersyukur memiliki pengalaman hidup yang positif dari berbagai situasi yang dihadapi, sehingga mereka mampu menunjukkan kepuasan hidup yang maksimal dan menikmati kehidupannya (Putri, Sukarti & Rachmawati, 2016). Oleh karena itu, orang yang memiliki usia lebih tua dipandang lebih bahagia dengan kehidupan dibandingkan mereka yang memiliki usia lebih muda (Comptom & Hoffman, 2012).

Selanjutnya, hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kebersyukuran dan kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang ditinjau berdasarkan faktor usia anak. Data menunjukkan bahwa kebersyukuran menyumbangkan kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak usia kanak-kanak sebesar 24,4%. Sedangkan pada ibu yang memiliki anak usia remaja kebersyukuran menyumbang kebahagiaan sebesar 38,3%. Berdasarkan presentase tersebut peneliti menyimpulkan bahwa syukur memiliki peran lebih besar terhadap kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang berusia remaja dibandingkan yang berusia kanak-kanak. Menurut teori perkembangan psikososial Erikson (Hidayah & Huriati, 2016), remaja berada pada tahap *identity vs role confusion*. Pada tahap ini remaja mencoba mencari identitas diri, merasakan keunikan masing-masing, dan mencari bayangan masa depan. Puspita (Dwiantari, 2013) menyebutkan bahwa pada anak berkebutuhan khusus, masa remaja berawal dari usia yang berbeda-beda. Ada yang sudah mengalami perubahan fisik dan dorongan seksual pada usia 8 tahun dan ada pula yang mulai pada usia 13-18 tahun. Menurut Dwiantari (2013), perkembangan remaja berkebutuhan khusus sebenarnya sama dengan remaja pada umumnya.

Akan tetapi, yang membedakannya adalah ekspresi mereka yang memperlihatkan ketidakmatangan sosial dan emosional. Hal ini membuat ibu yang memiliki remaja berkebutuhan khusus menjadi khawatir dan akan terus memberikan pengasuhan yang lebih baik terhadap perkembangan anaknya. Al-Jauziyah (1998) menyebutkan bahwa salah satu aspek kebersyukuran adalah memuji Allah dalam rangka memuji pemberi nikmat. Hati yang tenang dan selalu menghadirkan Allah dalam perbuatannya akan membuat ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus senang dan gembira dalam merawat serta membesarkan anaknya.

Selain itu jika ditinjau berdasarkan faktor pekerjaan subjek, hasil penelitian menunjukkan bahwa kebersyukuran menyumbangkan kebahagiaan pada ibu yang tidak bekerja sebesar 19,9%. Sementara pada ibu yang bekerja, kebersyukuran juga menyumbang kebahagiaan sebesar 37%. Data tersebut menjelaskan bahwa syukur memiliki peranan yang lebih besar dalam mencapai kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang bekerja dibandingkan yang tidak bekerja. Dunahoo, Geller dan Hobfoll (Marettih & Wahdani, 2017) menjelaskan bahwa ibu menghabiskan waktu dua kali lebih banyak dalam pengasuhan anak dibandingkan ayah walaupun mereka juga bekerja di luar rumah. Sebagai ibu yang bekerja, mereka merasakan tekanan pribadi yang menimbulkan rasa bersalah sehingga berusaha untuk menjadi ibu yang terbaik bagi anak-anaknya. Selain itu, berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh Amani (2014) kepada salah satu ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus disimpulkan bahwa ibu merasa kehilangan waktu untuk beristirahat, kurangnya kesempatan untuk bersosialisasi dengan kerabat dan tetangga, serta sulitnya mengatur waktu antara pekerjaan

rumah dan pekerjaan kantor. Terlepas dari semua masalah tersebut, informan mengakui bahwa segala sesuatu yang terjadi adalah sebagai sarana untuk menjadikan dirinya lebih dekat dengan Allah SWT dan menyadari bahwa anak adalah karunia yang tidak boleh disia-siakan sehingga ibu merasa bersyukur dengan apa yang telah ditetapkan oleh Allah SWT.

Berdasarkan uji korelasi kedua variabel dengan membedakan jenis gangguan anak yaitu gangguan fisik, perilaku dan kemampuan intelektual, diketahui bahwa terdapat hubungan antara kebahagiaan dan kebersyukuran pada ibu dari anak dengan gangguan fisik, serta kebersyukuran memberikan sumbangan efektif terhadap kebahagiaan sebesar 27,9%. Selain itu, kebersyukuran juga sangat signifikan menyumbang kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan kemampuan intelektual, yaitu sebesar 62,5%. Akan tetapi, tidak menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kebersyukuran dan kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan perilaku. Selain itu, sumbangan efektif kebersyukuran terhadap kebahagiaan pada ibu dari anak gangguan perilaku juga menunjukkan presentase yang rendah, yaitu 0,2%. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan perilaku tidak hanya dipengaruhi oleh tingkat kebersyukuran saja, melainkan terdapat faktor lain yang turut berperan dalam kebahagiaan ibu. Penelitian yang dilakukan oleh Filsoof dan Motaghi (2016) terkait faktor demografis dan kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak autisme di Iran menemukan bahwa aktivitas fisik dan keadaan psikologis memiliki hubungan terhadap kebahagiaan pada ibu dari anak autisme. Faktor tersebut

masing-masing memberikan sumbangan efektif terhadap kebahagiaan pada ibu dari anak autisme sebesar 8,4%. Penelitian lain yang dilakukan oleh Sembiring (2011) mengenai gambaran kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak autisme juga melaporkan bahwa kehidupan sosial menjadi salah satu faktor kebahagiaan ibu dari anak dengan gangguan perilaku, yaitu autisme.

Secara keseluruhan, peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki beberapa kekurangan, misalnya terkait dengan jumlah subjek penelitian. Pada penelitian ini terdapat 65 subjek penelitian yang mana data jenis kekhususan anak berkebutuhan khusus yang didapatkan tidak merata, sehingga tidak banyak temuan yang didapatkan dalam penelitian ini jika dilakukan komparasi terhadap masing-masing jenis kekhususan anak. Selain itu data demografi yang kurang lengkap seperti jumlah penghasilan tidak dicantumkan dalam penelitian ini. Sebagian besar subjek penelitian tidak mencantumkan jumlah penghasilan yang didapatkan, padahal dapat dilakukan analisis lebih lanjut terkait jumlah penghasilan (uang), mengingat uang juga merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kebahagiaan seseorang.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kebersyukuran memiliki hubungan yang positif terhadap kebahagiaan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Semakin tinggi kebersyukuran, maka akan semakin tinggi pula kebahagiaan yang dirasakan oleh ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.



## **BAB V**

### **PENUTUPAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara kebersyukuran dan kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kebersyukuran maka semakin tinggi pula kebahagiaan yang dirasakan oleh ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Sebaliknya semakin rendah kebersyukuran maka semakin rendah pula kebahagiaan yang dirasakan oleh ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil yang diperoleh pada penelitian ini, peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

##### **1. Bagi Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus**

Bagi ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus diharapkan mampu menerima dan menyadari bahwa anak yang memiliki keterbatasan merupakan sebuah karunia dari Allah SWT yang tidak semua orangtua dapat memilikinya. Proses penerimaan yang harus dilalui ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus memang tidaklah mudah. Oleh karena itu, diharapkan untuk ibu tidak terlalu larut dalam kesedihan sehingga lupa untuk bersyukur dan menangani keadaan anaknya. Syukur merupakan salah satu kegiatan yang oleh ibu dari anak berkebutuhan khusus dapat diterapkan dalam kehidupan

sehari-hari karena sangat banyak manfaat dan keutamaannya. Ibu yang bersyukur atas nikmat yang telah diperoleh akan senantiasa ditambahkan nikmat yang lebih baik oleh Allah SWT sehingga dapat mencapai kebahagiaan dalam hidupnya.

## 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang memiliki minat dan ingin mengkaji lebih jauh mengenai kebahagiaan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus diharapkan dapat memperhatikan dan menggali lebih dalam terkait faktor demografi seperti agama, jenis kelamin anak, urutan kelahiran anak, penghasilan orangtua, tingkat pendidikan orangtua yang dapat memperkaya temuan penelitian. Selain itu, diharapkan peneliti selanjutnya dapat memberikan kelompok pembandingan yaitu ibu yang memiliki anak normal. Sehingga mendapat kesimpulan mengenai persamaan dan perbedaan kebahagiaan pada ibu yang memiliki dan tidak memiliki anak berkebutuhan khusus.

## DAFTAR PUSTAKA

- Auliyyah, I. (2016). Hubungan antara bersyukur dengan optimisme pada mustahiq lazis sabilillah Malang. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi (Edisi 2)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas (Edisi 4)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Al-Munajjid, M. B. S. (2006). *Silsilah amalan hati. Ikhlas, tawakal, optimis, takut, bersyukur, ridha, sabar, introspeksi diri, tafakur, mahabbah, taqwa, wara*. Bandung: Irsyad Baitus Salam.
- Al-Jauziyah, I., Q. (1998). *Madarijus-salikin (Pendakian menuju Allah). Penjabaran kongkrit "iyyaka na'budu wa iyyaka nasta'in"*. Jakarta: Pustaka Kautsar.
- Al-Seheel, A., Y., & Noor, N., M. (2016). Effect of an islamic-based gratitude strategy on Muslim students' level of happiness. *Mental health, religion & culture, 19* (6), 1-18.
- Amani, Z. (2014). Hubungan antara pengalaman spiritual terhadap keseimbangan hidup-kerja pada orangtua yang bekerja dan memiliki anak tunarungu. *Skripsi*. Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Ananda. (2016). Penerimaan diri dan kebahagiaan orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus ditinjau dari jenis kelamin. *Naskah Publikasi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru.
- Cahyani. (2015). Penerimaan diri ibu dengan anak berkebutuhan khusus di Mojokerto. *Naskah Publikasi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Carr, A. (2004). *Positive psychology: The science of happiness and human strenghts*. New York: Brunner-Routledge.
- Compton, W., C., & Hoffman, E. (2012). *Positive psychology. The science of happiness and flourishing*. USA: Wadsworth Cengage Learning.
- Darling, R. B., & Darling, J. (1982). *Children who are different: Meeting the challenge of birth defects in society*. London: Mosby.

- Desiningrum, D., R. (2016). *Psikologi anak berkebutuhan khusus*. Yogyakarta: Psikosain.
- Diener, E., Scollon, C., N., & Lucas, R., E. (2003). The evolving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness. *Advance in Cell Aging and Gerontology*, 15, 187-219.
- Dwiantari. (2013). Peranan orangtua dalam pendidikan seksual remaja autis. *Skripsi*. Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Emmons, R., A., & Hill, J. (2001). *Words of gratitude: For mind, body, and soul*. Philadelphia & London: Templeton Foundation Press.
- Emmons, R. A. (2007). *Thanks! How the new science of gratitude can make you happier*. New York: Houghton Mifflin Company.
- Filsoof, S., A., & Motaghi, M. (2016). The relationship between demographic factors and happiness with life skills of mothers of autistic children in Isfahan City. *International Journal of Advanced Biotechnology and Research (IJBR)*, 7 (4), 815-821.
- Findler, L., Jacoby, A., K., & Gabis, L. (2016). Subjective happiness among mothers of children with disabilities; The role of stress, attachment, guilt and social support. *Research in developmental disabilities*, 55, 44-54.
- Hadi, S. (2015). *Metodologi riset*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Harnowo, P., A. (2013). *Jumlah anak berkebutuhan khusus di Indonesia diperkirakan 4,2 juta*. Detik.com, 17 Juli 2013 <https://health.detik.com/read/2013/07/17/184234/2306161/1301/jumlah-anak-berkebutuhan-khusus-di-indonesia-diperkirakan-42-juta> diakses pada 19 Maret 2017 18.52.
- Hayati. (2013). Hubungan syukur dengan kebahagiaan pada penyandang cacat netra di UPT Rehabilitasi Sosial Cacat Netra Malang. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Heward W., L. (2013). *Exceptional children: An introduction to special education (10th ed.)*. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Hidayah., N., & Huriati. (2016). Krisis identitas diri pada remaja. *Sulesana*, 10 (1), 49-62.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Edisi Kelima)*. Jakarta: Erlangga.
- Jaapar, N., Z. & Azahari, R. (2011). Model keluarga bahagia menurut Islam. *Jurnal Fiqh*, 8, 25-44.

- Khavari. (2000). *The Art of Happiness*. Jakarta: Serambi
- Khoiriyah, N., M. (2016). Pengaruh pelatihan syukur terhadap peningkatan subjective well-being pada ibu yang memiliki anak down syndrome. *Skripsi*. Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than others? The role of cognitive and motivational processes in well-being. *American Psychology*, 56 (3), 239-249.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H., S. (1999). A measure of subjective happiness; Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46, 137-155.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of general psychology*, 9 (2), 111-131.
- Mangunsong. (1998). *Psikologi dan pendidikan anak berkebutuhan khusus*. Jakarta: LPSP3UI.
- Maretti & Wahdani. (2017). Melatih kesabaran dan wujud rasa syukur sebagai makna coping bagi orangtua yang memiliki anak autisme. *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama dan Jender*, 16 (1), 13-31.
- McCullough, M.E., Emmons, R. A., & Tsang, J. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82 (1), 112-127.
- McCullough, M. E. & Emmons, R. A. (2004). *The psychology of gratitude*. New York: Oxford University Press, Inc.198 Madison Avenue.
- Nur, A., S. (2013). Strategi guru dalam mengajarkan materi pendidikan agama Islam pada anak berkebutuhan khusus di sekolah inklusif SD Suryo Bimo Kresno Purwoyoso Ngaliyan Semarang. *Naskah Publikasi*. Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang.
- Park, N., Peterson, C., & Seligman, M., E. (2004). Strengths of character and well-being. *Social and Clinical Psychology*, 23 (5), 603-619.
- Patnani, M. (2012). Kebahagiaan pada perempuan. *Jurnal Psikogenesis*, 1 (1), 56-64.
- Purnomo. (2014). Hubungan antara kebersyukuran dan empati pada mahasiswa. *Skripsi*. Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.

- Putri, D., A., Sukarti., & Rachmawati, M., A. (2016). Pelatihan kebersyukuran untuk meningkatkan kualitas hidup guru sekolah inklusi. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 8 (1), 21-40.
- Peraturan Menteri Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia Nomor 10 Tahun 2011.
- Perdana, G., K., A., & Dewi, L., S. (2015). Kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak difabel. *Jurnal Empati*, 4 (4), 66-72.
- Ramadhonna, A. (2017). Hubungan antara kebersyukuran dan kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *Naskah Publikasi*. Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
- Seligman. (2005). *Authentic happiness: Menciptakan kebahagiaan dengan psikologi positif*. Bandung: Mizan Pustaka.
- Sembiring, M. (2011). Gambaran kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak autisme. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara.
- Shobihah, I., F. (2014). Kebersyukuran (Upaya Membangun Karakter Bangsa Melalui Figur Ulama). *Jurnal Dakwah*, 15 (2).
- Sin, N., L., & Lyubomirsky, S. (2009). Enhancing well-being and alleviating depressive symptoms with positive psychology interventions: A practice-friendly meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology: In Session*, 65 (5), 467-487.
- Sodah, Y. (2016). Surat syukur dan kebahagiaan remaja. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta
- Surya, A., F. (2016). Hubungan kebersyukuran dengan kebahagiaan pada petani. *Skripsi*. Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
- Wahidin. (2017). Spiritualitas dan happiness pada remaja akhir serta implikasinya dalam layanan bimbingan dan konseling. *Journal of Innovative Counseling; Theory, Practice & Research*, 1 (1), 57-66.
- Watkins, P., C., Woodward, K., Stone, T., & Kolts, R., L. (2003). Gratitude and happiness: Development of a measure of gratitude, and relationships with subjective well-being. *Social Behavior and Personality*, 31 (5), 431-452.
- Zuhra. (2014). Hubungan antara kebersyukuran dengan kebahagiaan pada penyintas erupsi merapi di Yogyakarta. *Skripsi*. Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.

## **LAMPIRAN**

**Lampiran 1**

**Skala Sebelum *Try Out***





**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA**  
**UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**  
**Kampus Terpadu, Jl.Kaliurang KM.14,5 Sleman Yogyakarta**

*Assalamualaikum Wr. Wb*

Sehubungan dengan penelitian yang sedang saya lakukan, maka saya mengharapkan kesediaan Ibu untuk membantu dalam pengisian skala ini guna memenuhi tugas akhir saya.

Saya sangat mengharapkan kesediaan Ibu untuk mengisi skala tersebut dengan lengkap sesuai dengan keadaan, pikiran dan perasaan yang sebenarnya tanpa dipengaruhi oleh siapapun. Kerahasiaan jawaban dan identitas yang diberikan dijamin dan dijunjung tinggi oleh etika akademik peneliti.

Peneliti mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya atas kesediaan saudara dalam pengisian skala ini. Semoga Allah SWT membalas seluruh kebaikan saudara dengan kebaikan dan kemuliaan yang berlimpah.

*Wassalamualaikum, Wr.Wb*

Hormat saya,

Retty Ulfasari

**Identitas Diri**

- a. Nama :
- b. Usia :
- c. Status Pernikahan :
- d. Jumlah Anak :
- e. Pendidikan Terakhir :
- f. Pekerjaan :
- g. Pendapatan : 1.  < Rp 1.000.000  
 2.  Rp 1.000.000 – Rp 3.000.000  
 3.  Rp 3.000.000 – Rp 5.000.000  
 4.  > Rp 5.000.000
- h. Jenis kebutuhan anak : **\*Lingkari jenis kebutuhan yang dialami oleh anak**
1. Tunagrahita (retardasi mental)
  2. Kesulitan belajar (*larning disability*)
  3. ADHD/GPPH (gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas)
  4. Tunalaras (gangguan emosi dan perilaku)
  5. Tunarungu (gangguan pendengaran)
  6. Tunawicara (gangguan bicara)
  7. Tunanetra (gangguan pengelihatan)
  8. Autisme
  9. Tunadaksa (kelainan anggota tubuh/gerak)
  10. Tunaganda (lebih dari satu kebutuhan)
  11. Gifted (anak berbakat)
- i. Urutan Kelahiran Anak :
- j. Usia Anak :

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya bersedia untuk mengisi kuisisioner ini secara jujur, ikhlas dan terbuka tanpa ada tekanan dari pihak manapun.

Yogyakarta, 2017

.....

## BAGIAN 1

**PETUNJUK PENGISIAN ANGKET:** Untuk setiap pernyataan atau pertanyaan-pertanyaan berikut silahkan Anda beri tanda **SILANG (X)** pada angka yang terdapat dalam skala yang Anda rasa paling cocok dalam menggambarkan diri Anda

1. Secara umum saya menganggap diri saya:						
1 Sangat tidak bahagia sekali	2 Tidak bahagia	3 Kurang bahagia	4 Campur antara sedih dan bahagia	5 Cukup bahagia	6 Bahagia	7 Sangat bahagia

2. Dibandingkan dengan orang-orang di sekitar saya, saya menganggap diri saya:						
1 Sangat tidak bahagia sekali	2 Tidak bahagia	3 Kurang bahagia	4 Campur antara sedih dan bahagia	5 Cukup bahagia	6 Bahagia	7 Sangat bahagia

3. Beberapa orang umumnya sangat bahagia. Apapun yang terjadi, mereka menikmati kehidupan terlepas dari apa yang terjadi dan mendapatkan hasil maksimal dari segala sesuatu. Sejauh mana karakter tersebut menggambarkan diri Anda?						
1 Tidak pernah	2 Hampir tidak pernah	3 Jarang	4 Kadang- kadang	5 Sering	6 Hampir selalu	7 Selalu

4. Beberapa orang merasa hidupnya sangat tidak bahagia. Meskipun mereka tidak berada dalam keadaan tertekan, tetapi mereka terlihat seperti tidak pernah merasakan kebahagiaan. Sejauh mana karakter tersebut menggambarkan diri Anda?						
1 Tidak pernah	2 Hampir tidak pernah	3 Jarang	4 Kadang-kadang	5 Sering	6 Hampir selalu	7 Selalu

## BAGIAN 2

**PETUNJUK PENGISIAN ANGKET:** Untuk setiap pernyataan atau pertanyaan-pertanyaan berikut silahkan beri tanda *CHECK LIST* (✓) pada kotak yang tersedia yang Anda rasa paling cocok dalam menggambarkan diri Anda.

1	Saya mengakui bahwa segala hal yang baik yang saya terima dalam hidup adalah pemberian Allah	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	Saya meyakini bahwa Allah Maha Baik	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	Saya menerima hidup saya sebagaimana adanya sebagai sebuah ketaatan saya kepada Allah	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	Saya orang yang taat pada ajaran agama dan perintah Allah	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	Saya melafadzkan dzikir hamdalah (Alhamdulillahirobbil'alamiin)	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6	Saya yakin hidup saya sudah ada yang mengatur	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	Saya tidak melakukan apa yang dilarang Allah	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	Saya yakin bahwa segala hal hanya Allah yang memberi	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	Saya sering mengingat-ingat kebaikan yang telah Allah berikan kepada saya	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	Saya segera bisa bertobat dan merubah kondisi bila saya melakukan hal yang dilarang Allah	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	Saya merasa lemah dan tidak berdaya sehingga saya hanya meminta kepada Allah	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

12	Saya menyebut hamdalah saat mengingat pemberian Allah	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13	Saya tidak terlalu memperhatikan apakah saya banyak berbuat maksiat atau tidak	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Periksa kembali jawaban Anda,  
Pastikan tidak ada komponen yang terlewatkan  
Terima kasih atas kerjasamanya.**

**Lampiran 2**  
**Tabulasi Data *Try Out***



**Tabulasi Data *Try Out* Kebahagiaan**

<b>Subjek</b>	<b>A1</b>	<b>A2</b>	<b>A3</b>	<b>A4</b>
S1	7	7	6	4
S2	5	5	5	7
S3	5	4	4	4
S4	7	5	4	4
S5	5	6	6	5
S6	4	4	4	4
S7	5	4	4	7
S8	6	6	4	7
S9	4	4	3	3
S10	5	6	4	4
S11	4	6	4	4
S12	6	6	5	5
S13	4	5	4	5
S14	6	5	4	4
S15	5	5	4	4
S16	4	5	4	4
S17	4	5	5	5
S18	5	5	5	5
S19	4	4	4	4
S20	7	7	7	5
S21	6	7	7	6
S22	7	7	7	7
S23	6	6	7	4
S24	5	5	4	5
S25	7	6	7	7
S26	7	7	7	7
S27	6	6	4	5
S28	7	7	7	5
S29	5	5	5	4
S30	6	7	6	3
S31	7	7	6	6
S32	5	6	6	4
S33	6	6	7	7
S34	6	6	4	4
S35	6	6	4	5
S36	6	5	4	4

S37	6	6	4	5
S38	5	5	6	7
S39	5	5	6	7
S40	5	5	6	7
S41	4	6	4	6
S42	4	4	4	4
S43	4	5	4	5
S44	5	5	5	4
S45	6	6	4	6
S46	7	7	6	4
S47	6	7	6	5
S48	5	5	4	3
S49	6	6	5	5
S50	4	4	4	5
S51	4	4	4	4
S52	4	4	4	5
S53	6	6	6	6
S54	5	5	4	5
S55	6	5	6	5
S56	6	6	6	5
S57	5	6	5	7
S58	6	6	6	4
S59	5	5	5	5
S60	4	5	5	3
S61	4	6	4	4
S62	6	5	4	5
S63	6	6	5	7
S64	6	6	6	5
S65	6	5	5	5

**Tabulasi Data *Try Out* Kebersyukuran**

<b>Subjek</b>	<b>B1</b>	<b>B2</b>	<b>B3</b>	<b>B4</b>	<b>B5</b>	<b>B6</b>	<b>B7</b>	<b>B8</b>	<b>B9</b>	<b>B10</b>	<b>B11</b>	<b>B12</b>	<b>B13</b>
S1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1
S2	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	2
S3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
S4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4
S5	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3
S6	1	3	4	3	4	4	3	4	4	3	1	3	4
S7	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3
S8	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3
S9	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
S10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3
S11	3	4	3	4	3	4	4	3	2	1	3	3	3
S12	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	1
S13	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3
S14	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3
S15	4	4	4	3	2	3	3	4	4	3	4	3	2
S16	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3
S17	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3
S18	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3

S19	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3
S20	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3
S21	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
S22	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
S23	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3
S24	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3
S25	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3
S26	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3
S27	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3
S28	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3
S29	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3
S30	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2
S31	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
S32	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	2
S33	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3
S34	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3
S35	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
S36	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	2
S37	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3
S38	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	2	4	3
S39	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	2	4	3
S40	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	2	4	3
S41	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4
S42	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2



### **Lampiran 3**

#### **Reliabilitas dan Diskriminasi Aitem Skala Penelitian**

## Skala Kebahagiaan

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	65	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	65	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,763	,776	4

**Item-Total Statistic**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Secara umum saya menganggap diri saya	15,52	6,285	,646	,533	,664
Dibandingkan dengan orang-orang di sekitar saya, saya menganggap diri saya	15,40	6,588	,651	,576	,669
Beberapa orang umumnya sangat bahagia. Apapun yang terjadi, mereka menikmati kehidupan terlepas dari apa yang terjadi dan mendapatkan hasil maksimal dari segala sesuatu. Sejauh mana karakter tersebut menggambarkan diri Anda?	15,92	5,635	,683	,492	,636

Beberapa orang merasa hidupnya sangat tidak bahagia. Meskipun mereka tidak berada dalam keadaan tertekan, tetapi mereka terlihat seperti tidak pernah merasakan kebahagiaan. Sejauh mana karakter tersebut menggambarkan diri Anda?	15,92	7,010	,333	,150	,839
---	-------	-------	------	------	------



## Reliabilitas Skala Kebersyukuran

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	65	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	65	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,873	,878	12

**Item-Total Statistic**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Saya mengakui bahwa segala hal yang baik yang saya terima dalam hidup adalah pemberian Allah	39,03	13,812	,454	,511	,870
Saya meyakini bahwa Allah Maha Baik	38,83	14,518	,553	,567	,866
Saya menerima hidup saya sebagaimana adanya sebagai sebuah ketaatan saya kepada Allah	39,02	13,640	,630	,537	,860
Saya orang yang taat pada ajaran agama dan perintah Allah	39,31	13,560	,566	,416	,863
Saya melafadzkan dzikir hamdalah (Alhamdulillahirobbil'alamiin)	39,14	13,371	,612	,548	,860
Saya yakin hidup saya sudah ada yang mengatur	39,00	14,313	,433	,416	,870

Saya tidak melakukan apa yang dilarang Allah	39,43	13,687	,586	,429	,862
Saya yakin bahwa segala hal hanya Allah yang memberi	38,98	13,828	,594	,542	,862
Saya sering mengingat-ingat kebaikan yang telah Allah berikan kepada saya	39,18	13,434	,589	,632	,861
Saya segera bisa bertobat dan merubah kondisi bila saya melakukan hal yang dilarang Allah	39,43	13,187	,603	,500	,861
Saya merasa lemah dan tidak berdaya sehingga saya hanya meminta kepada Allah	39,31	12,623	,582	,513	,864
Saya menyebut hamdalah saat mengingat pemberian Allah	39,12	13,453	,638	,586	,859

**Lampiran 4****Skala Setelah *Try Out***



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA**  
**UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**  
**Kampus Terpadu, Jl.Kaliurang KM.14,5 Sleman Yogyakarta**

*Assalamualaikum Wr. Wb*

Sehubungan dengan penelitian yang sedang saya lakukan, maka saya mengharapkan kesediaan Ibu untuk membantu dalam pengisian skala ini guna memenuhi tugas akhir saya.

Saya sangat mengharapkan kesediaan Ibu untuk mengisi skala tersebut dengan lengkap sesuai dengan keadaan, pikiran dan perasaan yang sebenarnya tanpa dipengaruhi oleh siapapun. Kerahasiaan jawaban dan identitas yang diberikan dijamin dan dijunjung tinggi oleh etika akademik peneliti.

Peneliti mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya atas kesediaan saudara dalam pengisian skala ini. Semoga Allah SWT membalas seluruh kebaikan saudara dengan kebaikan dan kemuliaan yang berlimpah.

*Wassalamualaikum, Wr.Wb*

Hormat saya,

Retty Ulfasari

**Identitas Diri**

- a. Nama :
- b. Usia :
- c. Status Pernikahan :
- d. Jumlah Anak :
- e. Pendidikan Terakhir :
- f. Pekerjaan :
- g. Pendapatan : 1.  < Rp 1.000.000  
2.  Rp 1.000.000 – Rp 3.000.000  
3.  Rp 3.000.000 – Rp 5.000.000  
4.  > Rp 5.000.000
- h. Jenis kebutuhan anak : **\*Lingkari jenis kebutuhan yang dialami oleh anak**
1. Tunagrahita (retradasi mental)
  2. Kesulitan belajar (*larning disability*)
  3. ADHD/GPPH (gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas)
  4. Tunalaras (gangguan emosi dan perilaku)
  5. Tunarungu (gangguan pendengaran)
  6. Tunawicara (gangguan bicara)
  7. Tunanetra (gangguan pengelihatan)
  8. Autisme
  9. Tunadaksa (kelainan anggota tubuh/gerak)
  10. Tunaganda (lebih dari satu kebutuhan)
  11. Gifted (anak berbakat)
- i. Urutan Kelahiran Anak :
- j. Usia Anak :

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya bersedia untuk mengisi kuisioner ini secara jujur, ikhlas dan terbuka tanpa ada tekanan dari pihak manapun.

Yogyakarta, 2017

.....

## BAGIAN 1

**PETUNJUK PENGISIAN ANGKET:** Untuk setiap pernyataan atau pertanyaan-pertanyaan berikut silahkan Anda beri tanda **SILANG (X)** pada angka yang terdapat dalam skala yang Anda rasa paling cocok dalam menggambarkan diri Anda

1. Secara umum saya menganggap diri saya:						
1 Sangat tidak bahagia sekali	2 Tidak bahagia	3 Kurang bahagia	4 Campur antara sedih dan bahagia	5 Cukup bahagia	6 Bahagia	7 Sangat bahagia

2. Dibandingkan dengan orang-orang di sekitar saya, saya menganggap diri saya:						
1 Sangat tidak bahagia sekali	2 Tidak bahagia	3 Kurang bahagia	4 Campur antara sedih dan bahagia	5 Cukup bahagia	6 Bahagia	7 Sangat bahagia

3. Beberapa orang umumnya sangat bahagia. Apapun yang terjadi, mereka menikmati kehidupan terlepas dari apa yang terjadi dan mendapatkan hasil maksimal dari segala sesuatu. Sejauh mana karakter tersebut menggambarkan diri Anda?						
1 Tidak pernah	2 Hampir tidak pernah	3 Jarang	4 Kadang- kadang	5 Sering	6 Hampir selalu	7 Selalu

4. Beberapa orang merasa hidupnya sangat tidak bahagia. Meskipun mereka tidak berada dalam keadaan tertekan, tetapi mereka terlihat seperti tidak pernah merasakan kebahagiaan. Sejauh mana karakter tersebut menggambarkan diri Anda?						
1 Tidak pernah	2 Hampir tidak pernah	3 Jarang	4 Kadang-kadang	5 Sering	6 Hampir selalu	7 Selalu

## BAGIAN 2

**PETUNJUK PENGISIAN ANGKET:** Untuk setiap pernyataan atau pertanyaan-pertanyaan berikut silahkan beri tanda *CHECK LIST* (✓) pada kotak yang tersedia yang Anda rasa paling cocok dalam menggambarkan diri Anda.

1	Saya mengakui bahwa segala hal yang baik yang saya terima dalam hidup adalah pemberian Allah	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	Saya meyakini bahwa Allah Maha Baik	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	Saya menerima hidup saya sebagaimana adanya sebagai sebuah ketaatan saya kepada Allah	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	Saya orang yang taat pada ajaran agama dan perintah Allah	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	Saya melafadzkan dzikir hamdalah (Alhamdulillahirobbil'alamiin)	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



6	Saya yakin hidup saya sudah ada yang mengatur	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	Saya tidak melakukan apa yang dilarang Allah	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	Saya yakin bahwa segala hal hanya Allah yang memberi	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	Saya sering mengingat-ingat kebaikan yang telah Allah berikan kepada saya	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	Saya segera bisa bertobat dan merubah kondisi bila saya melakukan hal yang dilarang Allah	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	Saya merasa lemah dan tidak berdaya sehingga saya hanya meminta kepada Allah	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

12	Saya menyebut hamdalah saat mengingat pemberian Allah	SANGAT SESUAI	SESUAI	TIDAK SESUAI	SANGAT TIDAK SESUAI
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Periksa kembali jawaban Anda,  
Pastikan tidak ada komponen yang terlewatkan  
Terima kasih atas kerjasamanya.**

**Lampiran 5**

**Tabulasi Data Setelah *Try Out***

**Tabulasi Data Kebahagiaan Setelah *Try Out***

<b>Subjek</b>	<b>A1</b>	<b>A2</b>	<b>A3</b>	<b>A4</b>
S1	7	7	6	4
S2	5	5	5	7
S3	5	4	4	4
S4	7	5	4	4
S5	5	6	6	5
S6	4	4	4	4
S7	5	4	4	7
S8	6	6	4	7
S9	4	4	3	3
S10	5	6	4	4
S11	4	6	4	4
S12	6	6	5	5
S13	4	5	4	5
S14	6	5	4	4
S15	5	5	4	4
S16	4	5	4	4
S17	4	5	5	5
S18	5	5	5	5
S19	4	4	4	4
S20	7	7	7	5
S21	6	7	7	6
S22	7	7	7	7
S23	6	6	7	4
S24	5	5	4	5
S25	7	6	7	7
S26	7	7	7	7
S27	6	6	4	5
S28	7	7	7	5
S29	5	5	5	4
S30	6	7	6	3
S31	7	7	6	6
S32	5	6	6	4
S33	6	6	7	7
S34	6	6	4	4
S35	6	6	4	5
S36	6	5	4	4

S37	6	6	4	5
S38	5	5	6	7
S39	5	5	6	7
S40	5	5	6	7
S41	4	6	4	6
S42	4	4	4	4
S43	4	5	4	5
S44	5	5	5	4
S45	6	6	4	6
S46	7	7	6	4
S47	6	7	6	5
S48	5	5	4	3
S49	6	6	5	5
S50	4	4	4	5
S51	4	4	4	4
S52	4	4	4	5
S53	6	6	6	6
S54	5	5	4	5
S55	6	5	6	5
S56	6	6	6	5
S57	5	6	5	7
S58	6	6	6	4
S59	5	5	5	5
S60	4	5	5	3
S61	4	6	4	4
S62	6	5	4	5
S63	6	6	5	7
S64	6	6	6	5
S65	6	5	5	5



S22	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
S23	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3
S24	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3
S25	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
S26	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
S27	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3
S28	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4
S29	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4
S30	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3
S31	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
S32	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3
S33	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4
S34	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4
S35	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
S36	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4
S37	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4
S38	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	2	4
S39	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	2	4
S40	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	2	4
S41	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4
S42	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3
S43	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4
S44	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3
S45	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4





**Lampiran 6**

**Skor Total Skala Setelah *Try Out***

**Skor Total Skala Setelah Try Out**

<b>Subjek</b>	<b>Skor Total Kebahagiaan</b>	<b>Skor Total Kebersyukuran</b>
S1	24	48
S2	22	44
S3	17	37
S4	20	42
S5	22	47
S6	16	37
S7	20	47
S8	23	48
S9	14	37
S10	19	38
S11	18	37
S12	22	45
S13	18	44
S14	19	43
S15	18	41
S16	17	44
S17	19	42
S18	20	47
S19	16	45
S20	26	48
S21	26	48
S22	28	48
S23	23	40
S24	19	41
S25	27	48
S26	28	48
S27	21	41
S28	26	46
S29	19	40
S30	22	40
S31	26	36
S32	21	44
S33	26	47
S34	20	44
S35	21	38
S36	19	43

S37	21	43
S38	23	43
S39	23	43
S40	23	42
S41	20	43
S42	16	41
S43	18	47
S44	19	40
S45	22	44
S46	24	42
S47	24	45
S48	17	47
S49	22	46
S50	17	38
S51	16	38
S52	17	37
S53	24	48
S54	19	39
S55	22	48
S56	23	39
S57	23	45
S58	22	45
S59	20	32
S60	17	42
S61	18	36
S62	20	41
S63	24	46
S64	23	47
S65	21	36

**Lampiran 7**  
**Uji Normalitas**

## Hasil Uji Normalitas

**Tests of Normality**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Kebahagiaan	,093	65	,200*	,975	65	,214
Kebersyukuran	,104	65	,076	,942	65	,005

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

**Lampiran 8**  
**Uji Linearitas**

### Hasil Uji Linearitas

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
(Combined)			366,358	13	28,181	4,693	,000
Kebahagiaan * Kebersyukuran	Between Groups	Linearity	181,604	1	181,604	30,242	,000
		Deviation from Linearity	184,754	12	15,396	2,564	,010
Within Groups			306,257	51	6,005		
Total			672,615	64			

**Measures of Association**

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Kebahagiaan * Kebersyukuran	,520	,270	,738	,545

**Lampiran 9**  
**Uji Hipotesis**



## Hasil Uji Hipotesis

**Correlations**

		Kebahagiaan	Kebersyukuran
Kebahagiaan	Pearson Correlation	1	,520**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	65	65
Kebersyukuran	Pearson Correlation	,520**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	65	65

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

**Lampiran 10**  
**Uji Analisis Tambahan**

**A. Hasil Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan berdasarkan Usia Ibu**

1. Hasil Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan berdasarkan Usia Ibu Dewasa Awal (18-40 tahun)

		Kebahagiaan	Kebersyukuran
Kebahagiaan	Pearson Correlation	1	,299
	Sig. (2-tailed)		,081
	N	35	35
Kebersyukuran	Pearson Correlation	,299	1
	Sig. (2-tailed)	,081	
	N	35	35

2. Hasil Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan berdasarkan Usia Ibu Dewasa Madya (40-60 tahun)

		Kebahagiaan	Kebersyukuran
Kebahagiaan	Pearson Correlation	1	,681**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	30	30
Kebersyukuran	Pearson Correlation	,681**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	30	30

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

**B. Hasil Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan berdasarkan Usia Anak**

1. Hasil Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan berdasarkan Usia Kanak-kanak

<b>Correlations</b>			
		Kebahagiaan	Kebersyukuran
Kebahagiaan	Pearson Correlation	1	,494**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	48	48
Kebersyukuran	Pearson Correlation	,494**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	48	48

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

2. Hasil Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan berdasarkan Usia Remaja

<b>Correlations</b>			
		Kebahagiaan	Kebersyukuran
Kebahagiaan	Pearson Correlation	1	,619**
	Sig. (2-tailed)		,008
	N	17	17
Kebersyukuran	Pearson Correlation	,619**	1
	Sig. (2-tailed)	,008	
	N	17	17

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

### C. Hasil Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan berdasarkan Status Pekerjaan

#### 1. Hasil Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan berdasarkan Status Pekerjaan (Tidak Bekerja)

		Kebahagiaan	Kebersyukuran
Kebahagiaan	Pearson Correlation	1	,447**
	Sig. (2-tailed)		,002
	N	47	47
Kebersyukuran	Pearson Correlation	,447**	1
	Sig. (2-tailed)	,002	
	N	47	47

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

#### 2. Hasil Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan berdasarkan Status Pekerjaan (Bekerja)

		Kebahagiaan	Kebersyukuran
Kebahagiaan	Pearson Correlation	1	,609**
	Sig. (2-tailed)		,007
	N	18	18
Kebersyukuran	Pearson Correlation	,609**	1
	Sig. (2-tailed)	,007	
	N	18	18

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

**D. Hasil Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan berdasarkan Jenis Gangguan pada Anak**

1. Hasil Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan berdasarkan Jenis Gangguan Anak (Gangguan Fisik)

		Kebahagiaan	Kebersyukuran
Kebahagiaan	Pearson Correlation	1	,529**
	Sig. (2-tailed)		,002
	N	33	33
Kebersyukuran	Pearson Correlation	,529**	1
	Sig. (2-tailed)	,002	
	N	33	33

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

2. Hasil Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan berdasarkan Jenis Gangguan Anak (Gangguan Perilaku)

		Kebahagiaan	Kebersyukuran
Kebahagiaan	Pearson Correlation	1	,054
	Sig. (2-tailed)		,860
	N	13	13
Kebersyukuran	Pearson Correlation	,054	1
	Sig. (2-tailed)	,860	
	N	13	13

3. Hasil Uji Korelasi Kebersyukuran dan Kebahagiaan berdasarkan Jenis Gangguan Anak (Gangguan Kemampuan Intelegensi)

<b>Correlations</b>			
		Kebahagiaan	Kebersyukuran
Kebahagiaan	Pearson Correlation	1	,791**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	19	19
Kebersyukuran	Pearson Correlation	,791**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	19	19

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

**Lampiran 11**  
**Surat Izin Penelitian**





**UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA**

Program Studi Psikologi (S1), Program Studi Ilmu Komunikasi (S1), Program Pendidikan Bahasa Inggris (S1),  
 Program Studi Hubungan Internasional (S1), Program Magister Profesi Psikologi (S2)

Tanggal : 5 Desember 2017  
 Nomor : 1007/ Dek / 70/Div.Um.RT / SA / 2017  
 Hal : Permohonan Ijin Pengambilan Data untuk Skripsi  
 Kepada Yth.  
 Kepala SLB Wiyata Dharma 3  
 Jalan Plosokuning VII, Minomartani, Ngaglik, Sleman  
 Yogyakarta

*Assalamualaikum Wr. Wb*

Dalam rangka mempersiapkan mahasiswa untuk menempuh ujian, bagi setiap mahasiswa diwajibkan membuat skripsi/tugas akhir.

Sehubungan dengan hal tersebut di atas diperlukan data, baik dari Instansi Pemerintah, Badan Usaha Milik Negara, Perusahaan Swasta dan Lembaga maupun individu. Selanjutnya kami mohon ijin penelitian/pengambilan data mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia tersebut dibawah ini :

Nama : Retty Ulfasari  
 Nomor Mahasiswa : 14320245  
 Judul Skripsi : *HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DAN  
 KEBAHAGIAAN PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK  
 BERKEBUTUHAN KHUSUS*



Demikian permohonan kami, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu/Saudara/i kami ucapkan terimakasih.

*Wassalamualaikum Wr. Wb*

Dekan,

Dr. rer. nat. Arief Fahmie, S.Psi., MA., Psikolog

Dosen Pembimbing,

Nita Trimulyaningsih, S.Psi. M.Psi.



## UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA

Program Studi Psikologi (S1), Program Studi Ilmu Komunikasi (S1), Program Pendidikan Bahasa Inggris (S1),  
Program Studi Hubungan Internasional (S1), Program Magister Profesi Psikologi (S2)

Tanggal : 5 Desember 2017  
 Nomor : 1037 / Dek / 70/Div.Um.RT /XII / 2017  
 Hal : Permohonan Ijin Pengambilan Data untuk Skripsi

Kepada Yth.

Kepala SLB Tunas Kasih Donoharjo  
 Jalan Palagan, Balong, Donoharjo, Ngaglik, Sleman  
 Yogyakarta

*Assalamualaikum Wr. Wb*

Dalam rangka mempersiapkan mahasiswa untuk menempuh ujian, bagi setiap mahasiswa diwajibkan membuat skripsi/tugas akhir.

Sehubungan dengan hal tersebut di atas diperlukan data, baik dari Instansi Pemerintah, Badan Usaha Milik Negara, Perusahaan Swasta dan Lembaga maupun individu. Selanjutnya kami mohon ijin penelitian/pengambilan data mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia tersebut dibawah ini :

Nama : Retty Ulfasari  
 Nomor Mahasiswa : 14320245  
 Judul Skripsi : HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DAN  
 KEBAHAGIAAN PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK  
 BERKEBUTUHAN KHUSUS

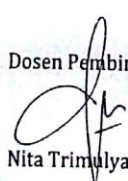
Demikian permohonan kami, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu/Saudara/i kami ucapkan terimakasih.

*Wassalamualaikum Wr. Wb*

Dekan,

  
 Dr. rer. nat. Arif Fahmie, S.Psi., MA., Psikolog

Dosen Pembimbing,

  
 Nita Trimulyaningsih, S.Psi. M.Psi.



## UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA

Program Studi Psikologi (S1), Program Studi Ilmu Komunikasi (S1), Program Pendidikan Bahasa Inggris (S1),  
Program Studi Hubungan Internasional (S1), Program Magister Profesi Psikologi (S2)

Tanggal : 5 Desember 2017  
 Nomor : 1037 / Dek / 70/Div.Um.RT /XII / 2017  
 Hal : Permohonan Ijin Pengambilan Data untuk Skripsi  
 Kepada Yth.  
 Kepala SLB Islam Qothrunnada  
 Jalan Glagah Lor RT.02 Tamanan Banguntapan, Bantul  
 Yogyakarta

*Assalamualaikum Wr. Wb*

Dalam rangka mempersiapkan mahasiswa untuk menempuh ujian, bagi setiap mahasiswa diwajibkan membuat skripsi/tugas akhir.

Sehubungan dengan hal tersebut di atas diperlukan data, baik dari Instansi Pemerintah, Badan Usaha Milik Negara, Perusahaan Swasta dan Lembaga maupun individu. Selanjutnya kami mohon ijin penelitian/pengambilan data mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia tersebut dibawah ini :

Nama : Retty Ulfasari  
 Nomor Mahasiswa : 14320245  
 Judul Skripsi : HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DAN  
 KEBAHAGIAAN PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK  
 BERKEBUTUHAN KHUSUS

Demikian permohonan kami, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu/Saudara/i kami ucapkan  
 terimakasih.

*Wassalamualaikum Wr. Wb*

Dekan,

*[Signature]*  
 Dr. rer. nat. Arief Fahmie, S.Psi., MA., Psikolog

Dosen Pembimbing,

*[Signature]*  
 Nita Trimulyaningsih, S.Psi. M.Psi.

**Lampiran 12**  
**Surat Selesai Penelitian**



SEKOLAH UNTUK ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS  
**SLB BC WIYATA DHARMA 3 NGAGLIK  
 SLEMAN**

NPSN : 20400895

Nomor Statistik Sekolah : 874040213001

Alamat : Jln. Plosokuning VII, Minomartani, Ngaglik, Sleman, Yogyakarta 55581 Telp. 0274-4533248

**SURAT KETERANGAN**

No : 005/SLB/WD3/1/2018

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : ANI SUPRIYATI, S.Pd  
 NIP : 19631215 198603 2 015  
 Pangkat / Golongan : PEMBINA / IV a  
 Jabatan : KEPALA SLB B-C WIYATA DHARMA 3

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : RETTY ULFASARI  
 Nomor Mahasiswa : 14320245  
 Perguruan : UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

Bahwa yang bersangkutan telah melaksanakan penelitian dan pengambilan data di SLB B-C Wiyata Dharma 3 pada tanggal 6 s.d. 15 Desember 2017 guna penyusunan skripsi yang berjudul "Hubungan antara Kebersyukuran dan Kebahagiaan pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus."

Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sleman, 10 Januari 2018

Kepala SLB B-C Wiyata Dharma 3



**ANI SUPRIYATI, S.Pd**

NIP. 19631215 198603 2 015



**YAYASAN PENDIDIKAN DAN KESEJAHTERAAN BINA REMAJA DONOHARJO**  
**SEKOLAH LUAR BIASA UNTUK ANAK TUNA NETRA, RUNGU, GRAHITA DAN TUNA DAKSA**  
**SLB ABCD TUNAS KASIH DONOHARJO**  
 Alamat : Balong Donoharjo Ngaglik Sleman Yogyakarta Telepon (0274) 896965

**SURAT KETERANGAN**  
**NO. 186/SLB-TK/YPKBR-D/I/SKT/2018**

Yang bertandatangan di bawah ini Kepala SLB ABCD Tunas Kasih Donoharjo, Ngaglik, Sleman, Yogyakarta menerangkan bahwa Saudara :

Nama : Retty Ulfasari  
 NIM : 14320245  
 Jurusan/ Fakultas : S1 Psikologi/ Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya  
 Universitas : Universitas Islam Indonesia

telah melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Antara Kebersyukuran Dan Kebahagiaan Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus" di SLB ABCD Tunas Kasih Donoharjo Ngaglik Sleman Yogyakarta dari tanggal 6 Desember 2017 sampai 19 Januari 2018.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sleman, 19 Januari 2018



Kepala Sekolah

Damar Wahyudi

NIP. 19590715 198303 1 011



Yayasan Pendidikan Islam Nur Aini  
**SLB ISLAM QOTHRUNNADA**  
 Alamat: Glagah Lor RT 02 Tamanan Banguntapan Bantul Yogyakarta  
 Email: [sfb.islamgothrunnada@gmail.com](mailto:sfb.islamgothrunnada@gmail.com), Telp: 082138689087/ 087738942060

SURAT KETERANGAN

Nomor : 02- 038 / SLB IQ/I/ 2018

Yang bertandatangan dibawah ini,

Nama : Tri Purwanti, S.Pd  
 Jabatan : Kepala Sekolah

Menerangkan bahwa

Nama : Retty Ulfasari  
 NIP : 14320245  
 Judul : Hubungan antara Kebersyukuran dan Kebahagiaan pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus.

Bahwa yang bersangkutan telah melaksanakan pengambilan data untuk keperluan skripsi pada tanggal 13 Januari 2018 di SLB Islam Qothrunnada di Bantul Yogyakarta.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bantu, Januari 2018

Kepala Sekolah



Tri Purwanti, S. Pd