

PENGARUH PELATIHAN KEBERSYUKURAN TERHADAP PENERIMAAN ORANG TUA PADA ANAK RETARDASI MENTAL

Windarti Aji, H. Fuad Nashori, dan Indahria Sulistyarini

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya UII

Email: *fuadnashori@yahoo.com*

ABSTRACT

This study aims to determine whether there training of gratitude effect to increase acceptance of parents of mentally retarded children. The hypothesis this study is be influence training of gratitude in improving acceptance of parents terhadap children with mental retardation. Subjects in this study were five parents of children with mental retardation and had the reception was to very low. Measuring instruments used are revenue parent scale. The research method used was a quasi-experimental design with non-equivalent group design. T test using the Mann-Whitney U Test. Analysis showed a significant difference in post-test results of the experimental group and the control group with $Z = -2.619$ and $p = 0.009$ or $p < 0.05$. The data analysis using the Wilcoxon Signed Ranks Test showed a level of acceptance of parental toward children with mental retardation in the experimental group by highly significant between before treatment (pretest) and after the treatment (post-test) with $Z = -2.032$ and $p = 0.042$ or $p < 0.05$. In contrast to the control group there was no difference in the level of acceptance of the parents at the time of pre-test and post-test. Different test using the Mann-Whitney U Test indicating showed a significant difference in post-test results of the experimental group and the control group with $Z = -2.619$ and $p = 0.009$ or $p < 0.05$. It can be concluded that this hypothesis is accepted.

Keywords: *training of gratitude, acceptance of parents towards children with mental retardation*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan kebersyukuran dalam meningkatkan penerimaan orang tua terhadap anak retardasi mental. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada pengaruh pelatihan kebersyukuran dalam meningkatkan penerimaan orang tua terhadap anak retardasi mental. Subjek dalam penelitian ini adalah lima orang tua yang memiliki anak retardasi mental dan memiliki penerimaan yang sedang sampai sangat rendah. Alat ukur yang digunakan adalah skala penerimaan orang tua. Metode penelitian yang digunakan adalah kuasi-eksperimen dengan rancangan *non-equivalent group design*. Teknik analisis yang digunakan adalah uji beda dengan menggunakan *MannWhitney U Test*. Hasil analisis menunjukkan menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan hasil pascates pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan $Z = -2,619$ dan $p = 0,009$ atau $p < 0,05$. Analisis data menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan adanya tingkat penerimaan orang tua retardasi mental pada kelompok eksperimen yang sangat signifikan antara sebelum perlakuan (prates) dan sesudah diberikan perlakuan (pascates) dengan $Z = -2,032$ dan $p = 0,042$ atau $p < 0,05$. Sebaliknya pada kelompok kontrol tidak ada perbedaan tingkat penerimaan orang tua pada saat prates dan pascates. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Kata kunci : pelatihan kebersyukuran, penerimaan orang tua terhadap anak retardasi mental

PENDAHULUAN

Setiap orang tua pasti menginginkan anak-anaknya dapat berkembang secara normal dan sehat. Mereka berharap mempunyai anak yang dapat membanggakan keluarga. Namun, ada beberapa anak yang mempunyai perkembangan yang berbeda dengan anak-anak pada umumnya, salah satunya adalah retardasi mental.

Observasi klinis terhadap orang tua yang memiliki anak retardasi mental memperlihatkan bahwa mereka menunjukkan rasa bersalah, bingung, kekecewaan, frustrasi, marah, malu, dan kesedihan (Schild dalam Ravindranadan & Raju, 2007). Hasil survei yang dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan kuesioner terhadap 41 orang tua yang anaknya bersekolah di SLB bagian C (SLB untuk anak retardasi mental) menunjukkan bahwa 36,6% orang tua merasa kecewa, 48,8% merasa bersalah, 58,5% merasa sedih dan 24,4% orang tua merasa malu. Reaksi-reaksi tersebut menyebabkan orangtua bersikap mengabaikan anaknya (34,2%), sering marah bila anaknya melakukan kesalahan (63,4%), melarang anaknya bergaul (17,1%), sulit menerima keterbatasan anak (31,7%), dan memaksa anak seperti anak normal (21,9%).

Reaksi-reaksi yang ditunjukkan orang tua dalam membesarkan dan mengasuh anak yang mengalami retardasi mental merupakan bagian dari ketidakmampuan orang tua dalam menerima kondisi anaknya. Hal ini disebabkan ketidaksiapan mereka dalam menghadapi kenyataan bahwa anak mereka tidak seperti anak yang mereka harapkan. Hal ini sebagaimana dikemukakan oleh Hurlock (1993) bahwa salah satu sumber yang mempengaruhi sikap orang tua terhadap anak adalah adanya kon-sep “anak idaman” yang terbentuk sebelum kelahiran.

Orang tua membutuhkan waktu yang lama untuk dapat menerima keterbatasan yang dialami anak mereka. Orang tua menunjukkan mekanisme pertahanan melalui penolakan, tawar-menawar, menolak, depresi, dan

akhirnya diterima. Mereka dapat menerima keterbatasan anak mereka karena mengurus sepanjang hidup anaknya (Reddy, Malini & Kusuma, 2007). Oleh karena itu, orang tua membutuhkan koping untuk mengatasi masalah-masalah dalam mengurus anak retardasi mental. Hasil penelitian yang dilakukan Moawad (2012) menunjukkan bahwa dukungan spiritual menjadi salah satu sumber koping bagi orang tua dalam menghadapi anak yang mengalami hambatan. Sejalan dengan hal itu, hasil penelitian Prasa (2012) menunjukkan bahwa salah satu sumber utama dalam menguatkan diri orang tua dalam menghadapi anak retardasi mental adalah nilai dan keyakinan yang dianutnya, dengan memandang segala peristiwa adalah ujian dari Tuhan. Salah satu bentuk spiritualitas adalah syukur.

Para ulama mendefinisikan syukur sebagai ungkapan aplikatif dengan menggunakan segala apa yang dianugerahkan Allah SWT sesuai dengan tujuan penciptaan anugerah itu (El-Firdausy, 2011). Seseorang dikatakan bersyukur apabila telah memenuhi tiga rukun, yaitu (1) mengakui atas nikmat-nikmat Allah yang telah diberikan kepadanya, (2) memuji kepada Allah atas nikmat-nikmat tersebut, dan (3) memberdayakan nikmat tersebut untuk hal-hal yang diridhai Allah (Al-Jauziyyah, 2005). Orang yang bersyukur akan mengakui nikmat-nikmat Allah baik nikmat yang banyak ataupun sedikit. Setelah mengakuinya, kemudian memuji dan mengagungkan nama Allah atas nikmat yang didupakannya. Selanjutnya, menggunakan nikmat-nikmat tersebut dengan benar dan penuh tanggung jawab yang mendapat ridha dari Allah.

Upaya penguatan kebersyukuran dapat dilakukan melalui psikoedukasi, salah satunya adalah pelatihan. Pelatihan kebersyukuran dirasa penting untuk dilakukan karena kebersyukuran sebagai salah satu aspek religiusitas yang diperlukan untuk meningkatkan penerimaan orang tua. Seperti yang dikemukakan oleh Schmitt (1978) bahwa penerimaan orang tua berhubungan dengan religiusitas orang tua

termasuk rasa syukur. Hal ini diperkuat hasil penelitian Setyowati (2011) diketahui bahwa adanya reaksi positif orang tua dalam proses penerimaan yang membawa dampak baik bagi perkembangan anak yang mengalami hambatan, yang diwujudkan dalam bentuk rasa syukur, ikhlas atau pasrah menerima keadaan anak tunagrahita. Oleh karena itu, pelatihan kebersyukuran diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan keyakinan orang tua bahwa tidak hanya pemberian Allah SWT yang menyenangkan saja yang patut disyukuri, tetapi juga hal-hal yang dianggap tidak sesuai harapan misalnya memiliki anak retardasi mental karena pasti ada hikmah di balik semua pemberian Allah. Orang tua yang dapat bersyukur memusatkan perhatiannya tidak pada kekurangan yang dimiliki anak retardasi mental, tetapi pada memperlakukan anaknya dengan sebaik-baiknya agar menjadi anak yang mandiri. Melalui pelatihan kebersyukuran diharapkan orang tua dapat lebih optimis dan bersikap positif (menerima) terhadap anaknya. Emmons dan McCullough (2003) menyatakan bahwa orang yang bersyukur akan selalu optimis atau berpikir positif dalam menghadapi masalah atau situasi yang menekan.

	Kelompok	Prates	Perlakuan	Pascates	Follow up
nonR	KE	O ₁	X	O ₂	O ₃
nonR	KK	O ₁		O ₂	O ₃

Prates dilakukan sebelum pelatihan dengan menggunakan skala penerimaan orang tua untuk melihat kondisi awal peserta. Pascates dilakukan langsung setelah pelatihan dengan menggunakan skala penerimaan orang tua yang sama dengan prates sebagai evaluasi hasil pelatihan. Kemudian dilakukan tindak lanjut (*follow up*) dua minggu setelah pelatihan dengan menggunakan skala yang sama dengan prates dan pascates. Pelaksanaan *follow up* dilakukan dengan melakukan kunjungan ke rumah subjek untuk mengetahui perkembangan hasil pelatihan yang telah diberikan.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dirumuskan hipotesis penelitian ini, yaitu pengaruh pelatihan kebersyukuran dalam meningkatkan penerimaan orang tua terhadap anak retardasi mental.

Metode Penelitian

Rancangan Penelitian

Metode dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Adapun rancangan penelitiannya menggunakan *quasi experimental design*. Adapun desain penelitiannya adalah *control group design pretest-posttest design*, yaitu satu kelompok mendapatkan perlakuan sebagai kelompok eksperimen dan satu kelompok yang tidak mendapat perlakuan dimasukkan sebagai kelompok kontrol (Kazdin, 2010).

Desain yang digunakan adalah *control group design pretest-posttest design*, yaitu satu kelompok mendapatkan perlakuan sebagai kelompok eksperimen dan satu kelompok yang tidak mendapat perlakuan dimasukkan sebagai kelompok kontrol (Kazdin, 2010).

Adapun rancangan eksperimen adalah berikut ini:

Subjek Penelitian

Pengambilan sampel penelitian menggunakan teknik *purposive sampling*. Adapun subjek dalam penelitian ini mempunyai karakteristik sebagai berikut :

- Orang tua yang memiliki anak retardasi mental yang bersekolah di SLB
- Beragama Islam
- Memiliki tingkat penerimaan terhadap anak retardasi mental dari yang sedang sampai dengan yang sangat rendah.

Alat Ukur Penelitian

Penelitian ini menggunakan alat ukur penelitian berupa skala penerimaan orang tua yang disusun berdasarkan aspek-aspek penerimaan orang tua dari Hurlock (1972), yaitu:

- (1) keterlibatan secara aktif dengan anak,
- (2) perhatian terhadap rencana dan cita-cita anak,
- (3) menunjukkan kasih sayang dengan memenuhi kebutuhan fisik dan psikis anak,
- (4) berdialog secara baik dengan anak,
- (5) menerima anak sebagai seorang individu,
- (6) memberikan bimbingan dan motivasi kepada anak untuk maju dan lebih baik,
- (7) memberikan teladan dengan contoh-contoh perilaku yang baik, serta
- (8) tidak menuntut berlebihan kepada anak.

Prosedur Penelitian

Pelatihan kebersyukuran diberikan pada kelompok eksperimen selama dua kali pertemuan dengan jeda waktu satu minggu sebanyak 12 sesi. Secara garis besar prosedur penelitian dapat dilihat dalam Tabel 1.

Tabel 1. Prosedur Pelaksanaan Penelitian

Tahap	Kegiatan	Keterangan
1	Prates	Mengukur tingkat penerimaan orang tua sebelum pelatihan
2	Pelatihan kebersyukuran	Dua kali pertemuan sebanyak 12 sesi berdasarkan komponen kebersyukuran dari Al-Jauziyyah, dengan metode <i>experiential learning</i>
3	Pascates	Mengukur tingkat penerimaan orang tua setelah mengikuti pelatihan
4	Tindak lanjut	Mengukur tingkat penerimaan orang tua dua minggu setelah pelatihan

Tabel 2. Deskripsi statistik perbandingan prates – pascates – tindak lanjut tingkat penerimaan orang tua kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Klasifikasi	Kelompok eksperimen				Kelompok kontrol			
	Min	Maks	Median	Range	Min	Maks	Median	Range
Prates	73	96	82	23	78	100	94	22
Pascates	84	128	97	44	57	95	89	38
Tindak lanjut	82	103	91	21	72	100	91	28

Teknik Analisis Data

Analisis data menggunakan statistik non parametrik dengan teknik *Mann Whitney U Test* untuk menguji perbedaan tingkat penerimaan orang tua terhadap anak retardasi mental antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, sedangkan untuk menguji perbedaan skor penerimaan orang tua antara prates, pascates, dan tindak lanjut pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test*. Perhitungan analisis data dalam penelitian ini menggunakan bantuan *SPSS 16.0 for windows*

HASIL PENELITIAN

Data dalam penelitian menunjukkan 10 orang subjek penelitian yang terbagi menjadi lima orang kelompok eksperimen yang diberikan pelatihan kebersyukuran dan lima orang kelompok kontrol yang akan diberikan pelatihan setelah selesai penelitian. Data hasil penelitian diperoleh dari pengukuran awal (prates), pengukuran akhir (pascates), dan pengukuran dua minggu setelah pelatihan (tindak lanjut). Deskripsi data penelitian dapat dilihat pada Tabel 2.

Deskripsi data skor prates dan pascates tingkat penerimaan orang tua pada kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan *median* sebesar 15 poin (prates = 82, pascates = 97). Demikian pula halnya antara prates dan tindak lanjut juga terjadi kenaikan *median* sebesar 9 poin (prates = 82, tindak lanjut = 91). Data skor prates dan pascates tingkat penerimaan orang tua pada kelompok kontrol mengalami penurunan *median* sebesar 5 poin (prates = 94, pascates = 89), sedangkan antara pascates dan tindak lanjut mengalami juga penurunan *median* sebesar 3 poin (prates = 94, tindak lanjut = 91).

Uji beda antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menggunakan teknik *Mann Whitney U Test* dengan menggunakan perhitungan *gain score* dapat dilihat pada Tabel 3.

Uji beda untuk melihat perbandingan antara prates, pascates, dan tindak lanjut pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan hasil dilihat pada Tabel 4.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen yang mengikuti pelatihan kebersyukuran dan kelompok kontrol yang tidak mengikuti pelatihan kebersyukuran ($Z = -2,619$ dan $p = 0,009$ atau $p < 0,05$). Selain itu, hasil analisis data juga menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan tingkat penerimaan orang tua terhadap anak retardasi mental setelah diberikan pelatihan kebersyukuran antara sebelum pelatihan dan sesudah pelatihan ($Z = -2,032$ dan $p = 0,042$ atau $p < 0,05$). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelatihan kebersyukuran berpengaruh dan efektif dalam meningkatkan penerimaan orang tua terhadap anak retardasi mental.

PEMBAHASAN

Hasil analisis data menunjukkan bahwa kelompok eksperimen yang mengikuti pelatihan kebersyukuran terjadi peningkatan penerimaan orang tua lebih baik dibanding kelompok kontrol yang tidak mengikuti pelatihan

Tabel 3. Uji beda tingkat penerimaan orang tua prates, pascates dan tindak lanjut kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Pengukuran	Median	Range	Z	p
Gained score (pasca-pra)	1	13	-2,619	0,009*
Gained score (tindak lanjut-pra)	3,5	6	-2,305	0,021*

Keterangan : * = $p < 0,05$ artinya signifikan

Tabel 4. Uji beda pengukuran tingkat penerimaan orang tua kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Pengukuran	Ekperimen (median)	Z	p	Kontrol (median)	Z	p
Prates	82	-2,032	0,042*	90,80	-1,826	0,068
Pascates	97			83,80		
Prates	82	-2,023	0,043*	90,80	-1,084	0,279
Tindak lanjut	91			88		

Keterangan : * = $p < 0,05$ artinya signifikan

kebersyukuran, yang diketahui melalui nilai $Z = -2,619$ dan $p = 0,009$ atau $p < 0,05$ setelah pelatihan dan $Z = -2,305$ dan $p = 0,021$ atau $p < 0,05$ pada dua minggu setelah pelatihan. Dengan kata lain, pelatihan kebersyukuran efektif dalam meningkatkan penerimaan orang tua terhadap anak retardasi mental.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat penerimaan orang tua terhadap anak retardasi mental setelah diberikan pelatihan kebersyukuran, yang ditunjukkan dengan nilai $Z = -2,032$ dan $p = 0,042$ atau $p < 0,05$ setelah pelatihan dan $Z = -2,023$ dan $p = 0,043$ atau $p < 0,05$ pada dua minggu setelah pelatihan. Data tingkat penerimaan orang tua pada kelompok eksperimen menunjukkan *mean* prates = 84,40, pascates = 99,40 dan tindak lanjut = 92. Hal ini menunjukkan bahwa ada kenaikan tingkat penerimaan orang tua dari prates (sebelum pelatihan) ke pascates (setelah pelatihan) dan ke tindak lanjut (dua minggu setelah pelatihan) pada kelompok eksperimen (kelompok yang diberikan pelatihan kebersyukuran). Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pelatihan kebersyukuran dalam meningkatkan penerimaan orang tua terhadap anak retardasi mental.

Adanya kenaikan skor skala penerimaan orang tua yang kecil (3 poin) pada salah satu subjek kelompok eksperimen disebabkan kurangnya perhatian dan konsentrasi dalam mengikuti proses pelatihan. Sebaliknya pada subjek yang dapat mengikuti proses pelatihan dengan baik tampak mengalami peningkatan skor skala penerimaan orang tua yang cukup tinggi yaitu antara 11 – 32 poin.

Data pada kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan yang signifikan yaitu memiliki *mean* prates = 90,80, pascates = 83,80 dan tindak lanjut = 88. Hal ini menunjukkan tidak ada kenaikan tingkat penerimaan orang tua dari prates (sebelum pelatihan) ke pascates kemudian ke tindak lanjut (dua minggu setelah pelatihan kelompok eksperimen) karena pada kelompok kontrol tidak diberikan pelatihan.

Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa hipotesis diterima, artinya pelatihan kebersyukuran berpengaruh terhadap peningkatan penerimaan orang tua terhadap anak retardasi mental. Seperti yang dikemukakan oleh El Firdausy (2011) bahwa pelatihan kebersyukuran membawa dampak positif dalam beragam sisi kehidupan. Secara khusus Wood dkk. (2009) mengungkapkan bahwa kebersyukuran berpengaruh terhadap hubungan yang positif, tujuan hidup dan penerimaan diri. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Schmitt (1978) dan Setyowati (2011) bahwa rasa syukur menimbulkan kekuatan dan harapan sehingga orang tua dapat lebih menerima anaknya yang mengalami retardasi mental. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Moawad (2012) menunjukkan bahwa dukungan spiritual menjadi salah satu sumber coping bagi orang tua dalam menghadapi anak yang mengalami hambatan. Sejalan dengan hal itu, hasil penelitian Prasa (2012) menunjukkan bahwa salah satu sumber utama dalam menguatkan diri orang tua dalam menghadapi anak retardasi mental adalah nilai dan keyakinan yang dianutnya, dengan memandang segala peristiwa adalah ujian dari Tuhan.

Hasil analisis data kualitatif berdasarkan hasil observasi selama proses pelatihan menunjukkan bahwa pelatihan kebersyukuran menggunakan metode *experiential learning* secara signifikan berpengaruh dalam meningkatkan penerimaan orang tua terhadap anak retardasi mental. Selain berbagi pengalaman antar peserta pelatihan, penayangan film tentang orang tua yang memiliki kondisi yang lebih parah dibandingkan peserta pelatihan memunculkan perasaan bersyukur di dalam diri mereka. Seperti sabda Rasulullah SAW yang diriwayatkan oleh Abu Hurairah (Al Jauziyyah, 2005) : “*Kalau salah seorang di antara kalian ingin melihat besarnya nikmat Allah, hendaknya ia melihat orang yang berada di bawahnya dan jangan melihat orang di atasnya*”. Selain itu, latihan bersyukur dengan mengingat Allah melalui relaksasi yang di-

sertai dengan zikir membawa ketenangan dan kesadaran dalam diri subjek. Hal itu tampak pada beberapa orang subjek yang berzikir pada saat merasa tertekan dan marah, baik pada saat menghadapi anaknya yang retardasi mental atau masalah kehidupan yang lainnya.

Hasil analisis kualitatif juga menunjukkan bahwa rata-rata subjek penelitian menunjukkan perubahan sikap dalam menerima anaknya yang mengalami retardasi mental. Sebagian besar subjek menunjukkan keterlibatan dalam kegiatan anak, berdialog dengan baik dengan anak, memberikan bimbingan dan teladan dengan cara-cara yang lebih baik.

Penelitian ini sekalipun diupayakan dilakukan dengan sebaik-baiknya namun masih memiliki kelemahan. Kondisi dan situasi yang kurang kondusif pada pertemuan pertama menyebabkan subjek kurang fokus dalam memperhatikan materi yang diberikan sehingga tidak semua subjek dapat merasakan makna dan manfaat langsung dari pelatihan. Adanya subjek yang tampak mengalami hambatan dalam memahami materi menyebabkan pelatihan kurang dirasakan manfaatnya oleh subjek tersebut. Selain itu, pada akhir pelatihan tidak dilakukan evaluasi secara tertulis dan terbuka tentang pengaruh yang dirasakan, sehingga kurang diketahui secara langsung apa yang dirasakan subjek selama mengikuti pelatihan ini.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa ada pengaruh pelatihan kebersyukuran yang sangat signifikan dalam meningkatkan penerimaan orang tua terhadap anak retardasi mental. Selain itu, hasil penelitian ini membuktikan bahwa pelatihan kebersyukuran efektif dalam meningkatkan penerimaan orang tua terhadap anak retardasi mental.

SARAN

Berdasarkan hasil yang didapat dari penelitian ini, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut :

a. Pihak SLB

Manfaat dalam penelitian ini juga dapat menjadi masukan bagi pihak sekolah untuk mempertimbangkan melaksanakan pelatihan kebersyukuran ini kepada orang tua siswa lainnya yang belum mengikuti pelatihan.

b. Subjek Penelitian

Diharapkan kepada subjek untuk melaksanakan proses pelatihan yang didapat dalam kehidupan sehari-hari dengan lebih fokus dan bersungguh-sungguh agar manfaat yang didapat selama mengikuti pelatihan lebih terasa.

Berdasarkan hasil evaluasi setelah pelatihan, perlu adanya tindak lanjut pada beberapa subjek penelitian dalam kelompok eksperimen berupa intervensi secara individual karena memiliki masalah yang tidak dapat diintervensi secara kelompok.

c. Para peneliti dalam bidang sejenis

1. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti efektivitas pelatihan kebersyukuran pada orang tua yang memiliki anak mengalami gangguan yang lainnya.

2. Setiap subjek penelitian memiliki kekurangan dan kelebihan masing-masing, perlu dipertimbangkan masalah pendidikan atau kemampuan kognitif subjek. Adanya subjek yang tampak kurang memahami materi pelatihan dengan cepat memengaruhi manfaat yang didapat oleh subjek tersebut. Perlu dipertimbangkan juga waktu pelaksanaan pelatihan, situasi kondisi ruangan agar dikondisikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA Al-Jauziyyah, I.Q.

(2005). *Mukhtashar* :

'Uddah Ash-Shabirin wa Dzakhirah Asy-Syakirin (Perisai Orang-orang Sabar dan Bersyukur). Edisi Indonesia. Solo: Pustaka Arafah.

- El-Firdausy, M.I. (2011). *Rahasia Dahsyatnya Syukur*. Yogyakarta : One Book.
- Hurlock, E.B. (1972). *Child Development*. Fifth Edition. USA : McGraw-Hill, Inc.
- Kazdin, A.E. (2010). *Research Design in Clinical Psychology*. Fourth Edition. Bos-ton : Pearson Education Company.
- Moawad, G.E.N.A. (2012). Coping Strategies of Mothers having Children with Special Needs. *Journal of Biology, Agriculture and Health*. 2 (8), 77 – 84.
- Prasa, B.A. (2012). Stres dan Koping Orangtua dengan Anak Retardasi Mental. *Empathy*. 1 (1), 210 – 224.
- Schmitt, R. (1978). Religious Views of Parents of Retarded Children. *Journal of Religion and Health*. 17 (1), 80-87.
- Setyowati, W. (2011). Penerimaan Orang Tua terhadap Anak Tunagrahita di Kabupaten Temanggung. *Tesis (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta : Program Magister Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada.
- Wood, A.M., Joseph, S., & Maltby, J. (2009). *Gratitude Predicts Psychological Well-being above The Big Five Facets*. *Personality and Individual Differences*. 46. 443–447. Journal Homepage: www.elsevier.com/locate/pai/1/2/2013