

GRATITUDE SISWA SMA INKLUSI NEGERI

DI JAKARTA (Studi Deskriptif Kuantitatif)

Rahmah Hastuti

Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara

Abstract

The existence of special needs students in the school can be perceived variously by the school community. The aimed of this study regarding gratitude to the students who attend the school setting inclusions, however students who become participants in this study is not the students with special needs. The psychological constructs in this research is gratitude. Gratitude is the appreciation experienced by individuals when somebody does something kind or helpful for them when looking at the existence of students with special needs in their classes. This research using non-experimental, quantitative descriptive. The research instrument used is the gratitude questionnaire-six item form (GQ-6) which is adapted to the context of the study (McCullough, Emmons & Tsang, 2016), consisting of six items. Participants were 340 persons (59.1% female and 40.9% male), and sampling technique using with non probability sampling or convenience. The results showed that there were no differences by gender in term of gratitude.

Keywords: gratitude, students with special needs, inclusive education, students

Pendahuluan

Psikolog telah banyak yang melakukan penelitian mengenai *gratitude* (rasa syukur) (Emmons; Emmons & McCullough; Emmons & Mishra dikutip dalam Kobayashi, 2013).

Rahmah Hastuti adalah Dosen Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara Jakarta. Korespondensi ke e-mail rahmahh@fpsi.untar.ac.id

Pengukuran yang paling banyak digunakan untuk syukur yaitu menggunakan kuesioner *Gratitude Questionnaire* (GQ) oleh McCullough, Emmons, dan Tsang (dikutip dalam Kobayashi, 2013). GQ memiliki enam *item* yang mengukur faktor laten dari

variabel syukur. Bersyukur merupakan salah satu bentuk perilaku paling umum. Syukur merupakan salah satu bentuk perilaku dari emosi positif. Konsep syukur bertolak belakang dengan emosi negatif seperti marah, cemas, cemburu, dan bentuk emosi negatif lainnya (Emmons, 2016).

Riset Emmons dan McCullough (dikutip dalam Emmons, 2016) bahwa individu yang memiliki rasa syukur berdasarkan hasil penelitian, melaporkan bahwa mereka setiap minggu berolahraga lebih teratur, melaporkan gejala fisik lebih sedikit, merasa lebih baik mengenai kehidupan mereka secara keseluruhan, dan lebih optimis memandang kehidupan. Ciri lain yang diperoleh dari penelitian tersebut yaitu kemajuan menuju tujuan pribadi yang penting (akademik, interpersonal dan kesehatan).

Bersyukur merupakan bentuk emosi positif yang mengekspresikan

kebahagiaan dan berterimakasih karena adanya penghargaan, pemberian, kebaikan yang diterimanya. Individu yang bersyukur disebabkan karena adanya kesadaran diri menerima kebaikan, penghargaan, pemberian dari Tuhan, orang lain, dan lingkungan sekitarnya sehingga mendorong untuk membalas, memberi penghargaan, berterimakasih atas yang diterimanya, dan bentuk bersyukur dapat berupa perkataan, perbuatan, dan perasaan (Emmons, 2016).

Kajian mengenai *gratitude* umumnya dalam kondisi umum, dalam kaitannya dengan konteks pendidikan khususnya di sekolah masih relatif jarang yang mengkaji hubungan antara rasa syukur dan pengajaran dan ranah pedagogi (Howells, 2011). Syukur menghasilkan harapan dan mendorong perilaku prososial pada siswa; yang akhirnya menghasilkan keberhasilan akademik yang lebih besar. Rasa syukur

berkaitan dengan emosi positif lainnya berupa peningkatan kesejahteraan dan keberhasilan keseluruhan dalam kehidupan. Anak-anak yang berlatih berpikir bersyukur memiliki sikap yang lebih positif terhadap sekolah dan keluarga mereka (Froh, Sefick, & Emmons dikutip dalam Emmons, 2016). Ketika anak merasa penuh harapan, ia akan lebih mampu menetapkan tujuan untuk mencapainya. Memiliki harapan juga memungkinkan anak-anak untuk mempercayai orang lain dan menumbuhkan hubungan positif dengan lingkungan yang lebih kuat (Dunn & Schweitzer dikutip dalam Young, 2014).

Khususnya juga di Indonesia, penelitian semacam ini yang secara spesifik mengkaji *gratitude* pada siswa yang mengenyam pendidikan di sekolah inklusi relatif masih jarang, sehingga peneliti melakukan kajian empiris dalam bentuk studi deskriptif.

Kajian Pustaka

Gratitude

Rasa syukur akan menumbuhkan perasaan positif, yang pada gilirannya, memberikan kontribusi untuk kesejahteraan individu. Oleh karena itu, rasa syukur memberikan kontribusi untuk kesejahteraan psikologis individu (Young, 2014). Salah satu faktor lainnya untuk keberhasilan akademis adalah keterlibatan siswa di sekolah, ekstrakurikuler atau sebaliknya. Inilah sebabnya alasan bahwa budaya syukur di sekolah menjadi penting. Ketika siswa memiliki rasa syukur, memungkinkan mereka untuk memperkuat dan membangun persahabatan baru. Studi menunjukkan bahwa siswa dengan persahabatan yang berkualitas tinggi cenderung lebih baik di sekolah (Rubin et al., dikutip dalam Young, 2014). Di sisi lain, anak usia sekolah yang tidak puas dengan kehidupan mereka menunjukkan lebih banyak agresi

(Huebner dikutip dalam Young, 2014). Jika mereka tidak menyukai sekolah mereka lebih cenderung tertinggal dalam tugas-tugas akademik (Huebner & Gilman dikutip dalam Young, 2014). Perasaan terhubung ke sekolah merupakan faktor utama untuk mendorong perilaku prososial (Resnick et al., dikutip dalam Young, 2014). Oleh karena itu, rasa syukur dapat meningkatkan keterampilan emosional sosial lainnya untuk membangun karakter pada siswa (Young, 2014).

Sekolah Inklusi

Pendidikan inklusi dalam kajian Ormrod (2006) yaitu sekolah inklusi sebagai praktik mendidik semua siswa, termasuk siswa yang mengalami hambatan yang parah dan majemuk, di sekolah-sekolah umum yang umumnya dimasuki anak-anak normal. Sedangkan, dalam pandangan menurut McLeskey & Waldron (2009), sekolah inklusi memiliki pengertian sebagai pemberian

pengajaran pada anak berkebutuhan khusus secara *full-time* di dalam kelas reguler.

Pendidikan inklusi juga memiliki karakteristik yaitu pendidikan yang menyediakan atau memfasilitasi melalui pelayanan pendidikan secara normal bagi semua siswa. Pendidikan inklusi memiliki muatan aspek positif bagi semua siswa, pendidikan inklusi memberikan mereka kesempatan untuk saling belajar, membentuk perilaku yang positif, meningkatkan kemampuan akademik dan keterampilan sosial, serta melatih untuk siap hidup bermasyarakat. Pembentukan perilaku positif pada siswa-siswa berkebutuhan khusus terjadi dengan adanya bimbingan dan arahan dari guru-guru yang terlibat dalam kelas ini (McLeskey & Waldron, 2009).

Siswa Sekolah Menengah

Siswa sekolah menengah berada dalam fase remaja, yaitu fase transisi perkembangan yang melibatkan

perubahan fisik, kognitif, emosional. Siswa Sekolah Menengah Atas termasuk ke dalam remaja akhir, yaitu mereka yang lulus SMA atau masuk perguruan tinggi dan mungkin mereka yang sudah bekerja (Ormrod, 2006).

Metode

Desain dan Subjek Penelitian

Sampel penelitian adalah siswa-siswa yang menempuh pendidikan di Sekolah Menengah Atas dengan sistem pendidikan inklusi di Jakarta sebanyak 340 orang. Penarikan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *non-probability sampling* dengan teknik *convenience*. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner yang menggunakan skala 1 sampai 4 (skala versi asli yaitu 1 sampai 7).

Identifikasi Variabel

Terkait dengan batasan operasional pada variabel *gratitude*

berdasarkan kajian Emmons (dikutip dalam Froh et al., 2011), terkait dengan karakteristik bahwa “*gratitude is the appreciation experienced by individuals when somebody does something kind or helpful for them. It has been defined more specifically as ‘a sense of thankfulness and joy in response to receiving a gift, whether the gift be a tangible benefit from a specific other or a moment of peaceful bliss evoked by natural beauty’*. *Gratitude has been conceptualized as an emotional trait, mood, or emotion*”.

Batasan konseptual bersyukur dalam penelitian ini yaitu bersyukur merupakan pengakuan atas nikmat berupa emosi positif yang mengekspresikan kebahagiaan dan perasaan berterimakasih karena adanya penghargaan, pemberian, kebaikan yang diterimanya dan mendorong seseorang untuk lebih mencintai Tuhannya sehingga menjadikan seseorang bersikap

baik dan menggunakan nikmat yang diberikan sesuai dengan kehendak-Nya. Batasan operasional bersyukur yaitu skor yang tinggi pada skala bersyukur menunjukkan bahwa bersyukur yang tinggi dan skor yang rendah pada skala bersyukur menunjukkan bahwa tingkat bersyukur yang rendah.

Instrumen Penelitian

Skala pengukuran yang digunakan adalah *Gratitude Questionnaire* yang terdiri dari enam butir (GQ-6), yang merupakan pengukuran populer untuk penelitian rasa syukur. Kuesioner memuat butir-butir sebagai berikut, butir 1, 2, 4, dan 5 merupakan butir positif sedangkan butir 3 dan 6 adalah butir negatif. Sebelum digunakan butir tersebut melalui proses adaptasi melalui translasi. Berikutnya dilakukan uji reliabilitas terhadap instrumen ukur tersebut. Skala disusun berdasarkan validitas isi (*content validity*). Analisis reliabilitas pada skala

bersyukur dilakukan dengan menghasilkan koefisien *Alpha Cronbach* (α).

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pengukuran variabel, didapatkan hasil: reliabilitas awal 0.596 dengan jumlah butir 6 (butir 1, 2, 3, 4, 5, 6). Selanjutnya reliabilitas akhir sebesar 0.644, dengan jumlah butir 5 (butir 1, 2, 3, 4, 5)

Teknik Pengolahan Data

Analisis statistik dalam penelitian ini menggunakan program *Statistical package for Social Science* (SPSS) 16.0 *for Windows*. Berdasarkan hasil uji reliabilitas terhadap alat ukur, diperoleh koefisien *Alpha Cronbach* awal sebesar 0.596 dan koefisien reliabilitas akhir sebesar 0.644.

Hasil

Gambaran Subyek Penelitian

Penelitian ini melibatkan 340 partisipan penelitian. Berdasarkan data yang diperoleh mengenai jenis kelamin

subyek penelitian, jumlah laki-laki sejumlah 139 orang subyek (40,9%) dan subyek perempuan sebanyak 201 orang subyek (59.1%). Berdasarkan kelas, diketahui jumlah terbanyak memiliki pendidikan kelas 1 sejumlah 193 orang subyek (56,8%) dan subyek paling sedikit memiliki pendidikan kelas 2 sebanyak 147 orang subyek (43,2%).

Selanjutnya, berdasarkan status orang tua, diketahui yang orangtuanya masih menikah sebanyak 320 subyek (94,1%) dan yang orang tuanya sudah bercerai sebanyak 20 orang subyek (5,9%). Gambaran berdasarkan urutan anak dalam keluarga, yang merupakan anak ke-1 sebanyak 151 orang (44,4%), anak ke-2 116 (34,1%), anak ke-3 sebanyak 54 subyek (15,9%), anak ke-4 sebanyak 17 orang (5%), dan anak ke-5 sebanyak 2 orang (0,6%).

Uji Normalitas Variabel *Gratitude*

Sebelum menganalisis data utama dilakukan uji normalitas data, dan

berdasarkan hasil perhitungan bahwa alat ukur termasuk tidak normal, sehingga analisis dilakukan dengan nonparametrik. Berikut keterangan ringkas dalam tabel.

Tabel 1
Hasil Uji Normalitas

	Skor
<i>Kolmogorov-Smirnov Z</i>	2,188
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	.000

Berdasarkan analisis data tambahan berupa uji beda antara skor total variabel dengan jenis kelamin diperoleh bahwa tidak terdapat perbedaan *gratitude* pada siswa laki-laki dan perempuan. Berikut tabel yang menyertakan informasi tersebut.

Tabel 2
Uji Beda dengan Jenis Kelamin

<i>Jenis Kelamin</i>	N	Mean Rank
Laki-laki		
Perempuan	139	169.19
Total	201	171.41
	340	

	Total Gratitude
<i>Mann-Whitney U</i>	13787.500
<i>Z</i>	-.207
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	.836

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh beberapa simpulan. Pertama, yaitu tidak adanya perbedaan skor *gratitude* ditinjau berdasarkan jenis kelamin. Kedua, dari perbandingan *mean* empirik dan hipotetik nampak bahwa skor *gratitude* cenderung tinggi, *mean* empirik yaitu 3.3.

Diskusi dan Saran

Penelitian ini nampak berbeda dengan temuan empiris dari beberapa penelitian sebelumnya. Penelitian ini hanya merangkum sebagian kecil sampel penelitian yang merupakan siswa-siswa di SMA Inklusi Negeri di Jakarta. Oleh karena itu, dalam penelitian ini masih terdapat banyak kekurangan dan kelemahan. Untuk penelitian selanjutnya disarankan agar peneliti lain untuk memvariasikan teknik penarikan sampel serta memperbanyak jumlah sampel sehingga dapat mencapai tujuan generalisasi data penelitian. Peneliti juga

menyarankan untuk menentukan rancangan penelitian yang lebih baik seperti *factorial design*, sehingga *bias* dalam penelitian dapat dieliminasi. Selain itu, dapat dilakukan dengan menggunakan metode penelitian tidak hanya metode kuantitatif tetapi *mixed method*, atau penelitian triangulasi, sehingga dapat menggabungkan teknik kuantitatif dan teknik kualitatif dan peneliti dapat mengumpulkan data-data yang diperlukan dengan lebih akurat. Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat lebih baik. Sampel penelitian perlu ditambah sehingga data-data yang dikumpulkan dapat mewakili karakteristik populasi penelitian dengan lebih luas.

Daftar Pustaka

Emmons, R. (2016). Gratitude and well-being. Retrieved from <http://emmons.faculty.ucdavis.edu/gratitude-and-well-being/> Davison, C. G.,

- Neale, J. M., & Kring, A. M. (2006). *Abnormal psychology* (11th edition). NY: Jhon Willey and Sons.
- Froh, J. J., Fan, J., Emmons, R. A., Bono, G., Huebner, E. S., & Watkins., P. (2011). Measuring gratitude in youth: Assessing the psychometric properties of adult gratitude scales in children and adolescents. *Psychological Assessment American Psychological Association*. 23(2), 311–324.
- Gauter, D. (1988). *The humor of cartoon*. New York: A Pegribe Book.
- Howells, K. (2011). Gratitude in education: A radical view. Retrieved from <http://www.gratefulness.org/resource/gratitude-in-education/>
- Hasanat, N.U. & Subandi. (1998) Pengembangan alat kepekaan terhadap humor. *Jurnal Psikologi*, 25(1), 45-52.
- Kobayashi. (2013). *Development and validation of the gratitude questionnaire (GQ) in Japanese undergraduate students*. Retrieved from https://meilib.repo.nii.ac.jp/index.php?action=pages_view_main&active_action=repository_action_common_download&item_id=481&item_no=1&attribute_id=22&file_no=1&page_id=24&block_id=45
- McLeskey, J., & Waldron, N. L. (2009). *Inclusive school in action: Making differences ordinary*. Alexandria, VA: ASCD.
- Ormrod, J. E. (2006). *Educational psychology: Developing learners* (5th ed.). New Jersey: Pearson Education.
- Young, S. (2014). *Using gratitude journals to improve student performance: Classroom activity*. Retrieved from <http://www.readinghorizons.com/blog/the-reading-horizons-gratitude-challenge-a-week-of-gratitude-for-your-classroom>