

KEBERSYUKURAN PADA ORANG TUA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS

Aulia Rahman Putra¹, Nila Anggreiny²,

Septi Mayang Sarry³

Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas

e-mail: 1auliarahman1105@gmail.com

Kronologi Naskah:

Naskah Masuk, 2 Oktober 2019, Revisi 20

Oktober 2019, Diterima 1 November 2019

Abstract. Parents who had more than one child with special needs had varieties of more intensive problems. Parents were also required to attempt their best with the limitations of their children. One of the best ways that parents could do for their children with special needs behind their problems was to be grateful. This study aimed to determine the description of gratitude in parents who had more than one child with special needs. The method used in this study was a qualitative research method with a phenomenological approach. Data collection techniques utilized in this study was interview. The participants of this study were four persons comprising of two parents who had more than one child with special needs. Data analysis procedure used Moustakas method. The results of this study indicated that parents who were grateful, when they had more than one child with special needs, they would always pray for the children as a form of gratitude to the God, accept the condition of the children, attempt their best for the children, have a positive affection and feel life contentment, have a pro-social traits, have improvement in terms of worship, take the wisdom from the children's condition, and join the events concerning on children disability. Besides, parents would also

learn from the experience of caring for children with special needs. Gratitude for parents was affected by religiosity, social support and children's condition factors.

Keywords: *Children With Special Needs, Gratitude, Parents*

Abstrak. Orang tua yang memiliki lebih dari satu anak berkebutuhan khusus mengalami berbagai permasalahan yang lebih instens. Orang tua juga dituntut untuk mengusahakan yang terbaik dengan keterbatasan yang dimiliki oleh anak mereka tersebut. Salah satu cara yang dapat dilakukan oleh orang tua untuk mengusahakan yang terbaik bagi anak, dibalik permasalahan yang mereka alami adalah dengan bersyukur. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kebersyukuran pada orang tua yang memiliki lebih dari satu anak berkebutuhan khusus. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik wawancara. Partisipan penelitian berjumlah empat orang yang terdiri dari dua orang tua yang memiliki lebih dari satu anak berkebutuhan khusus. Prosedur analisa data menggunakan metode Moustakas. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa orang tua yang bersyukur ketika memiliki lebih dari satu anak berkebutuhan khusus, akan selalu mendoakan anak sebagai bentuk rasa syukur kepada Tuhan, menerima keadaan anak, mengusahakan yang terbaik untuk anak, memiliki afek yang positif dan merasakan kepuasan hidup, memiliki sifat prososial, mengalami peningkatan dari segi ibadah, mengambil hikmah dari kondisi anak dan mengikuti acara yang berhubungan dengan keterbatasan anak. Selain itu, orang tua juga akan belajar dari pengalaman pengasuhan terhadap anak yang berkebutuhan khusus sebelumnya. Kebersyukuran pada orang tua dipengaruhi oleh faktor religiusitas, dukungan sosial dan kondisi anak.

Kata kunci : *Anak berkebutuhan khusus, Kebersyukuran, Orang tua*

Orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus mengalami berbagai permasalahan yang disebabkan oleh keterbatasan yang ada pada anak mereka tersebut. Orang tua akan merasa terkejut, kebingungan dan tidak percaya dengan apa yang terjadi kepada anak mereka (Wardani, 2009). Selain itu, orang tua orang tua juga akan memperlihatkan emosi-emosi yang cenderung negatif, seperti menyalahkan diri, tidak dapat menerima keadaan, marah dan menyesal serta menempatkan orang tua pada resiko tingkat stres yang tinggi (Schieve, Blumberg, Rice, Visser, & Boyle, 2007; Wijaya, 2015). Orang tua juga akan merasakan perasaan tidak dimengerti, ditinggalkan sendiri, memikirkan masa depan anak, menghadapi tanggapan negatif terhadap anak dan kelelahan

secara fisik maupun psikis dikarenakan banyaknya waktu yang dihabiskan untuk mengurus anak (Morgan, 2006; Meiza, Puspasari, & Kardinah, 2018).

Memiliki lebih dari satu anak berkebutuhan khusus membuat orang tua semakin merasa tertekan dan semakin menambah beban pada orang tua (Matters, 2007). Selain itu, orang tua yang memiliki lebih dari satu anak berkebutuhan khusus juga membuat mereka semakin mengalami kesulitan dan ketidakstabilan keuangan serta materil dalam melakukan pengasuhan terhadap anak mereka yang memiliki keterbatasan (Meyers, Lukemeyer, & Smeeding, 1998).

Berbagai permasalahan yang dirasakan oleh orang tua ketika memiliki anak berkebutuhan khusus dapat diatasi dengan mengapresiasi hal positif yang dirasakan dalam hidup, yaitu dengan bersyukur (Prasa, 2012; Nura & Sari, 2018). Kebersyukuran berhubungan dengan menikmati hal-hal yang telah didapatkan oleh individu, kemudian kebersyukuran tidak hanya mempengaruhi kesejahteraan fisik pada individu saja tetapi juga berpengaruh kepada kesejahteraan psikologisnya, seperti mudah mengalami emosi positif, memiliki tingkat kepuasan hidup yang tinggi serta memiliki tingkat depresi dan stres yang rendah (McCullough, Emmons, & Tsang, 2002).

McCullough, Emmons dan Tsang (2002) menguraikan kebersyukuran ke dalam beberapa *facet*, dimana elemen dari masing-masing *facet* tersebut saling berhubungan dan terjadi secara bersamaan, *facet* tersebut terdiri dari : (1) *Intensity*, yang mengacu kepada perasaan positif yang dihasilkan oleh rasa syukur, (2) *Frequency*, yang mengacu kepada seberapa sering individu mengalami kebersyukuran, (3) *Span*, yang mengacu kepada sejumlah keadaan yang membuat individu bersyukur, (4) *Density*, yang mengacu kepada siapa saja individu bersyukur atas manfaat positif yang diterimanya.

McCullough, Emmons dan Tsang (2002) juga menguraikan beberapa ciri-ciri individu yang mengalami kebersyukuran, ciri-ciri tersebut terdiri dari (1) *Positive affective traits and well being*, mengacu pada kecenderungan individu untuk mengalami emosi positif, kesejahteraan subjektif dan merasa puas akan hidupnya, (2) *Prosocial traits*, berhubungan dengan sifat prososial yang dimiliki oleh individu, (3) *Religion/spirituality*, yang mengacu kepada

kecenderungan individu terlibat dalam praktek keagamaan dan memiliki hubungan pribadi dengan Tuhan.

Kebersyukuran memiliki dampak positif dan dapat mempengaruhi individu dalam beberapa aspek, seperti kognisi, emosi, dan spiritual, sehingga individu akan lebih baik dalam merespon atau menyikapi setiap peristiwa yang terjadi di dalam kehidupannya (Cahyono, 2014). Selain itu, individu dengan kebersyukuran mampu melihat hidupnya secara lebih positif, memiliki sikap optimis ketika menghadapi suatu masalah dan berusaha untuk menyelesaikan permasalahannya dengan cara yang positif (Wood, Joseph, & Linley, 2007).

Indikasi kebersyukuran pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dapat dilihat dari perilaku orang tua terhadap anak mereka tersebut. Orang tua dengan kebersyukuran cenderung menggunakan semua hal yang mereka miliki baik itu waktu, fisik dan materil untuk mengusahakan hal-hal yang positif bagi anak mereka, seperti mengusahakan pendidikan yang terbaik untuk anak dan mendidik anak sesuai dengan pola asuh yang sesuai dengan keterbatasan yang ada pada anak mereka tersebut (Murisal & Hasanah, 2017). Selain itu, orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan kebersyukuran membuat orang tua menyadari bahwa segala yang terjadi di dalam kehidupan mereka merupakan anugerah dari Tuhan (Prasa, 2012).

Manfaat nyata dari kebersyukuran pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus adalah membuat orang tua menjadi lebih puas, berpikir positif, optimis serta membangkitkan harapan dalam memandang hidup dan membantu orang tua untuk dapat melihat kebaikan dalam situasi yang sulit ketika memiliki anak berkebutuhan khusus (Hambali, Meiza, & Fahmi, 2015). Kemudian orang tua dengan kebersyukuran selalu memiliki keinginan yang baik terhadap anak mereka yang berkebutuhan khusus. Salah satu keinginan baik orang tua ditunjukkan dengan mengapresiasi kondisi anak mereka dan fokus pada hal-hal positif dalam pengasuhan anak dibalik banyaknya kesulitan yang mereka alami (Nura & Sari, 2018).

Kompleksnya permasalahan yang dialami oleh orang tua dengan anak berkebutuhan khusus, terkhususnya permasalahan yang dialami oleh orang tua yang memiliki lebih dari satu anak berkebutuhan khusus membuat peneliti tertarik untuk melakukan

penelitian ini. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi dan masukan terkait pentingnya kebersyukuran pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus terutama pada orang tua yang memiliki lebih dari satu anak berkebutuhan khusus, agar orang tua bisa mengatasi permasalahan yang dialami ketika memiliki anak berkebutuhan khusus dan mengusahakan yang terbaik bagi anak mereka tersebut.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik wawancara. Penelitian ini dilakukan di Kota Padang. Partisipan penelitian berjumlah empat orang yang terdiri dari dua orang tua dengan karakteristik : (1) memiliki lebih dari satu anak berkebutuhan khusus, (2) pengasuhan utama dilakukan oleh partisipan penelitian, (3) tidak memiliki hambatan dalam menyampaikan informasi kepada peneliti.

Prosedur Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini merujuk kepada prosedur analisis data yang dikemukakan oleh Moustakas (1994), yaitu : (1) Peneliti menyalin pernyataan yang disampaikan ke dalam bentuk transkrip verbatim tertulis, (2) Membuat daftar *meaning units*, mengelompokkan pernyataan yang sesuai topik penelitian, mereduksi serta mengeliminasi pernyataan yang berulang dan mengandung makna yang sama (3) Menyusun deskripsi tekstural dan deskripsi struktural, (4) Mengintegrasikan antara deskripsi tekstural dan struktural yang menjadi dasar pernyataan terkait esensi pengalaman partisipan secara menyeluruh.

Hasil

Partisipan dalam penelitian ini berjumlah empat orang yang terdiri dari dua orang tua yang memiliki lebih dari satu anak berkebutuhan khusus. Orang tua 1 (P1 & P2) memiliki tiga anak berkebutuhan khusus dengan klasifikasi tunarungu. Orang tua 1 merupakan keluarga dengan golongan ekonomi menengah ke bawah dan sama-sama memiliki latar belakang pendidikan Sekolah menengah Atas (SMA).

Orang tua 2 (P3 & P4) memiliki dua anak berkebutuhan

khusus dengan klasifikasi *Autism Spectrum Disorder* (ASD). Orang tua 2 merupakan keluarga dengan golongan ekonomi menengah ke atas. P3 (ibu) memiliki latar belakang pendidikan Strata 1, sedangkan P4 (ayah) memiliki latar belakang pendidikan strata 3.

Pada penelitian ini diketahui bahwa keempat partisipan mengalami kebersyukuran di dalam hidup mereka ketika memiliki lebih dari satu anak berkebutuhan khusus. Kebersyukuran pada keempat partisipan digambarkan melalui sembilan tema yang ditemukan (Tabel 1). Tema yang ditemukan terdiri dari partisipan yang selalu mendoakan anak sebagai bentuk rasa syukur kepada Tuhan, menerima keadaan anak apa adanya, mengusahakan yang terbaik untuk anak, memiliki afek yang positif dan merasakan kepuasan dalam hidup, memiliki sifat prososial, mengalami peningkatan dari segi ibadah, belajar dari pengalaman pengasuhan ABK sebelumnya, mengambil himmah dan pembelajaran dari kondisi anak, mengikuti acara dan kegiatan yang berhubungan dengan keterbatasan anak. Selain itu, kebersyukuran pada orang tua dipengaruhi oleh faktor religiusitas, dukungan sosial dan kondisi anak.

Tabel 1. Tema yang ditemukan terkait kebersyukuran pada orang tua anak berkebutuhan khusus

Pernyataan Signifikan	Kategori	Tema
"Iya ketika sholat bapak selalu mendoakan anak-anak bapak agar mereka bisa berbicara" (P2) "...ya mendoakan biar dia sembuh..." (P3)	Mendoakan kesembuhan anak	Selalu mendoakan anak sebagai bentuk rasa syukur
"...paling kalau ada ya kita tambah do'a supaya dia bisa dijaga sama Allah" (P4)	Mendoakan agar anak dijaga oleh Tuhan	
"Setiap selesai sholat ibu berdoa agar anak-anak ini menjadi anak yang baik dan tidak nakal" (P1)	Mendoakan anak menjadi anak yang baik	
"Ibu menerima keadaan anak-anak apa adanya, karena hal itu sudah menjadi takdir dari Tuhan" (P1)	Menerima keterbatasan yang ada pada anak	Menerima keadaan anak
"Iya, udah lama saya menerima keadaan" (P4)		
"Selama ini kita ajukan terapi sih, ada terapi wicara, terapi okupasi di banyak tempat, ada juga kita melakukan, banyak tu, ada pijat, ada diet alergi makanan, kemudian ada, terapi medis juga ada, ada terapi lumba-lumba pernah dia ikut, ada macam-macam" (P4)	Mengusahakan pengobatan untuk anak	Mengusahakan yang terbaik bagi anak
"Iya, kalau bisa berobat diusahakan untuk berobat agar mereka bisa berbicara..." (P1)		
"...iya, kalau Y dulu bapak bawa ke dukun, lalu dukun tersebut meminta bapak untuk membeli kepala kambing beserta lidahnya..." (P2)		

<p>'Kalau dia sudah tamat dari sekolah, kalau bisa di dimasukkan cetempat kursus yang sesuai dengan hobinya, misalnya menjahit, nanti dia akan bapak masukkan ke tempat kursus menjahit" (P2)</p> <p>'...setelah tamat SMP ibu berencana memasukkan anak ibu ke SMK 6 dengan jurusan tata boga, agar anak ibu tersebut pandai memasak" (P1)</p>	<p>Mengusahakan pendidikan dan masa depan untuk anak</p>	
<p>'...sekarang saya sudah menyiapkan bikin suatu usaha yang bisa melibatkan mereka berdua..." (P3)</p> <p>'Dusahakan agar anak ini bahagia..." (P2)</p>	<p>Mengusahakan kebahagiaan anak</p>	
<p>...tetap terbuka, pokoknya tidak ada yang berubah, bagaimana bapak dahulu sewaktu memiliki anak normal, seperti itu juga bapak ekarang" (P2)</p> <p>'Ooo tidak, bapak tidak malu" (P2)</p> <p>'Bagaimana ya, bapak tidak emosi dengan keadaan anak-anak bapak yang seperti ini" (P2)</p>	<p>Tidak menjadi pribadi yang tertutup dari lingkungan</p> <p>Tidak merasakan emosi negatif</p>	<p>Memiliki afek yang positif dan merasakan kepuasan dalam hidup</p>
<p>'Iya, terkadang perasaan negatif itu muncul, terkadang waktu ibu permenung perasaan itu muncul, dan terkadang perasaan itu cepat hilang, mudah saja ibu untuk menghilangkannya" (P1)</p> <p>'Tbu puas memiliki anak seperti ini, walaupun mereka memiliki keterbatasan tetapi mereka berkualitas dan memiliki keterampilan" (P1)</p>	<p>Mampu mengatasi emosi yang negatif yang muncul</p> <p>Merasakan kepuasan hidup</p>	
<p>'Ya artinya kepuasan saya bahwa anak-anak itu bisa berjalan sebagaimana mestinya, dengan kadar yang sudah Allah tentukan..." (P4)</p>		
<p>'Tbu selalu menerima, mahasiswa yang datang seperti Putra, mereka cesini ibu layani dengani baik karena mereka juga membutuhkan" (P1)</p>	<p>Membantu tugas mahasiswa terkait keterbatasan anak</p>	<p>Memiliki sifat prososial</p>
<p>'...ya saya sih selama ada yang bisa saya bantu, yang bisa saya inkan buat penelitian, silahkan aja, nggak masalah..." (P4)</p>		

Diskusi

Kebersyukuran sangat penting bagi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Sebagaimana dikemukakan oleh Emmons dan Shelton (2002) bahwa individu yang bersyukur memiliki kecenderungan untuk merasakan kepuasan di dalam hidupnya dan terhindar dari berbagai macam emosi negatif yang dirasakan serta mampu meningkatkan kesehatan dan kebahagiaan subjektif. Sejalan dengan hal tersebut, penelitian yang dilakukan oleh Nura dan Sari (2018) menemukan bahwa orang tua yang bersyukur merasakan kepuasan di dalam hidup mereka dan merasa lebih tenang dan nyaman dalam menjalani hidup ketika memiliki anak berkebutuhan khusus. Selain itu, Hambali, Meiza dan Fahmi (2015) mengatakan bahwa orang tua yang bersyukur ketika memiliki anak berkebutuhan khusus, akan selalu mengusahakan hal-hal yang terbaik bagi anak mereka tersebut.

Orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus mengalami kebersyukuran di dalam hidup mereka dikarenakan

mereka percaya bahwa memiliki anak berkebutuhan khusus merupakan takdir dan titipan dari Tuhan. Sebagaimana dikemukakan oleh Rothenberg, Pirutinsky, Greer dan Korbman (2015) bahwa faktor religiusitas secara signifikan berhubungan dengan *coping* agama, yang mana individu akan semakin bersyukur ketika meyakini setiap peristiwa yang terjadi di dalam hidupnya merupakan kehendak dari Tuhan dan percaya bahwa terdapat hikmah dibalik hal tersebut.

Orang tua juga mengalami kebersyukuran di dalam hidup mereka dikarenakan dukungan yang diberikan oleh pasangan mereka masing-masing, orang tua baik itu ayah maupun ibu saling mendukung, saling menguatkan satu sama lain dan sama-sama mengusahakan yang terbaik untuk anak-anak mereka yang berkebutuhan khusus. Selain itu, orang tua juga mendapatkan dukungan dari keluarga, tetangga, teman-teman hingga orang yang tidak terduga oleh mereka sebelumnya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nura dan Sari (2018) yang menemukan bahwa dukungan sosial dapat mempengaruhi dan meningkatkan kebersyukuran pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Dukungan dan bantuan yang diperoleh orang tua juga membuat mereka semakin bersyukur. Orang tua menjadi semakin bersyukur dikarenakan mendapat bantuan dari orang yang tidak terduga dan tidak disangka-sangka oleh mereka sebelumnya. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Smith, Pedersen, Forster, McCullough dan Lieberman (2017) yang menemukan bahwa individu menjadi semakin bersyukur ketika seseorang secara tak terduga bermurah hati dan memberikan bantuan beserta manfaat kepadanya.

Nilai dan manfaat bantuan yang diterima oleh orang tua juga membuat mereka semakin bersyukur. Orang tua semakin bersyukur dikarenakan bantuan yang mereka terima sangat bermanfaat dan meringankan beban mereka ketika memiliki anak berkebutuhan khusus. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Forster, Pedersen, Smith, McCullough dan Lieberman (2017) yang menyatakan bahwa kebersyukuran lebih terkait dengan nilai atau manfaat yang diterima oleh individu.

Kebersyukuran pada orang tua juga disebabkan oleh kondisi anak-anak mereka yang berkebutuhan khusus. Orang tua

bersyukur dikarenakan kondisi anak-anak mereka yang berkebutuhan khusus sudah jauh lebih baik dan berkembang dari kondisi sebelumnya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nura dan Sari (2018) yang menemukan bahwa sumber kebersyukuran pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus adalah setiap perkembangan kondisi yang dimiliki oleh anak mereka tersebut.

Nura dan Sari (2018) juga menemukan bahwa orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus mengalami kebersyukuran karena prestasi yang diperoleh anak mereka di sekolah. Pendapat tersebut sejalan dengan temuan yang ditemukan pada penelitian ini, dimana orang tua bersyukur dikarenakan anak mereka yang berkebutuhan khusus memiliki banyak kelebihan seperti pintar, aktif, dan memiliki banyak prestasi di sekolah mereka.

Pengalaman dalam mengasuh anak berkebutuhan khusus juga membuat orang tua merasa bersyukur. Orang tua bersyukur dikarenakan merasa terhibur dengan perilaku anak mereka yang ketika berbicara suka mengulang-ngulang perkataannya dan suka berbicara secara ceplas-ceplos. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Jones (2012) bahwa orang tua akan merasakan kebahagiaan dan keceriaan selama mengasuh anak mereka yang berkebutuhan khusus.

Kebersyukuran pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus juga terlihat dari orang tua yang telah menerima keadaan anak mereka tersebut. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Wood, Joseph dan Maltby (2009) yang menemukan bahwa kebersyukuran memiliki hubungan yang positif dengan penerimaan diri. Sejalan dengan penelitian tersebut, Wijayanti (2015) mengatakan bahwa orang tua dengan penerimaan diri yang baik maka akan dengan mudah menerima kekurangan yang ada pada anak mereka yang memiliki keterbatasan dan mudah menerima keadaan-keadaan yang disebabkan karena telah memiliki anak berkebutuhan khusus.

Orang tua yang bersyukur setelah menerima keadaan anak-anak mereka yang berkebutuhan khusus, mereka akan mengusahakan yang terbaik bagi anak-anak mereka tersebut. Orang tua mengusahakan pengobatan, pendidikan, masa depan yang terbaik dan mengusahakan kebahagiaan untuk anak-anak mereka yang berkebutuhan khusus. Hal ini sesuai dengan

penelitian yang dilakukan oleh Murisal dan Hasanah (2017) yang menemukan bahwa orang tua yang bersyukur cenderung menggunakan semua hal yang mereka miliki baik itu waktu, fisik maupun materil untuk mengusahakan hal-hal yang terbaik bagi anak mereka yang berkebutuhan khusus. Kebersyukuran pada orang tua juga membuat mereka memiliki afek yang positif dan membuat mereka mengalami emosi-emosi positif serta mampu meminimalisir emosi negatif yang mereka rasakan ketika memiliki anak berkebutuhan khusus. Dimana orang tua tidak menutup diri mereka dari lingkungan, tidak malu dengan keadaan anak mereka yang berkebutuhan khusus serta tidak merasakan emosi-emosi negatif ketika menghadapi anak mereka tersebut. Selain itu, orang tua juga merasakan kepuasan di dalam hidup mereka ketika memiliki anak berkebutuhan khusus. Sebagaimana yang dikemukakan oleh McCullough, Emmons dan Tsang (2002) bahwa kebersyukuran membuat individu memiliki kecenderungan untuk mengalami emosi-emosi positif, kesejahteraan subjektif dan merasa puas akan hidupnya.

Smith, Parrott, Diener, Hoyle dan Kim (1999) menemukan bahwa individu yang bersyukur tidak mudah mengalami emosi-emosi interpersonal negatif, seperti marah, dendam, iri dan penghinaan yang diarahkan khusus kepada orang lain. Sejalan dengan penelitian tersebut, orang tua yang bersyukur ketika memiliki anak berkebutuhan khusus, mereka akan merespon dengan positif tanggapan negatif yang diberikan oleh orang lain terkait anak mereka yang berkebutuhan khusus, dimana orang tua tidak terpancing, tidak marah ataupun dendam ketika mendapatkan tanggapan negatif tersebut.

Orang tua juga mengatakan bahwa ketika mereka memiliki anak berkebutuhan khusus, ada banyak mahasiswa yang meminta bantuan kepada mereka terkait tugas yang berhubungan dengan anak mereka tersebut. Kemudian orang tua tidak pernah menolak mahasiswa tersebut dan memberikan bantuan sesuai dengan kemampuan yang mereka miliki serta melayani mahasiswa tersebut dengan baik. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Lazarus dan Lazarus (1994) yang menyatakan bahwa kebersyukuran disebut juga sebagai emosi empatik karena hal ini berkaitan dengan bagaimana kapasitas individu dalam mengenali manfaat dari tindakan yang dilakukannya terhadap

orang lain. Pendapat tersebut juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh McCullough, Emmons dan Tsang (2002) yang menemukan bahwa individu yang bersyukur memiliki sifat empati, memaafkan dan memiliki kecenderungan untuk memberikan bantuan serta dukungan kepada orang lain.

Ketika memiliki anak berkebutuhan khusus orang tua juga mengalami peningkatan dari segi ibadah mereka. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Snyder dan Lopez (2002) yang menemukan bahwa kebersyukuran tidak hanya diekspresikan kepada orang lain atau sesama individu saja tetapi juga dapat diekspresikan terhadap sumber-sumber *non* manusiawi. Sehubungan dengan hal tersebut, penelitian yang dilakukan oleh Emmons & Kneezel (2005) menemukan bahwa individu yang bersyukur cenderung bersifat spiritualis yang ditandai dengan sering terlibatnya mereka dalam praktik keagamaan dan memiliki hubungan pribadi dengan Tuhan.

Kesimpulan

Kebersyukuran pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus ditandai dengan orang tua yang selalu mendoakan anak sebagai bentuk rasa syukur kepada Tuhan, menerima keadaan anak apa adanya, mengusahakan yang terbaik untuk anak, memiliki afek yang positif dan merasakan kepuasan di dalam hidup, memiliki sifat prososial, mengalami peningkatan dari segi ibadah, mengambil hikmah dan pembelajaran dari kondisi anak serta mengikuti acara dan kegiatan yang berhubungan dengan keterbatasan pada anak mereka. Pada penelitian ini juga ditemukan bahwasanya orang tua yang memiliki lebih dari satu anak berkebutuhan khusus akan belajar dari pengalaman pengasuhan terhadap anak yang berkebutuhan khusus sebelumnya. Kebersyukuran pada orang tua dipengaruhi oleh faktor religiusitas, dukungan sosial dan kondisi anak.

Saran

Masih perlu dilakukan penelitian lebih lanjut terkait dengan kebersyukuran pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, penelitian dapat berupa penelitian kualitatif secara lebih mendalam lagi ataupun penelitian

kuantitatif dengan mempertimbangkan variabel-variabel yang dapat mempengaruhi ataupun dipengaruhi oleh kebersyukuran, yang meliputi faktor sosial ekonomi dan gaya pengasuhan orang tua terhadap anak yang berkebutuhan khusus.

Untuk orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus sebaiknya berusaha untuk mendekatkan diri kepada Tuhan dan mengembangkan kepercayaan bahwasanya memiliki anak berkebutuhan khusus bukan disebabkan oleh kesalahan mereka, melainkan takdir dan titipan dari Tuhan. Kemudian penting bagi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus untuk mengetahui bakat dan keterampilan yang dimiliki oleh anak mereka, sehingga bakat dan keterampilan tersebut bisa dikembangkan dan bisa berguna bagi anak-anak mereka yang berkebutuhan khusus nantinya.

Untuk masyarakat pada umumnya agar bisa menghilangkan stigma negatif terkait anak berkebutuhan khusus, karena hal tersebut bisa membuat beban pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus bisa berkurang.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, W., Nashori, F., & Sulistyarini, I. (2013). Pengaruh pelatihan kebersyukuran terhadap penerimaan orang tua pada anak retardasi mental. *Jurnal Psikologi Integratif*, 1(1), 97-104. <https://doi.org/10.14421/jpsi.2013.%25x>
- Cahyono, E. W. (2014). Pelatihan gratitude (bersyukur) untuk penurunan stres kerja karyawan di PT. X. *CALYPTRA*, 3(1), 1-15. <http://www.journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/1659>
- Emmons, R. A., & Kneezel, T. T. (2005). Giving thanks: Spiritual and religious correlates of gratitude. *Journal of Psychology and Christianity*, 24(2), 140-148.
- Emmons, R. A., & Shelton, C. M. (2002). Gratitude and the science of positive psychology. Dalam Snyder, C. R., & Lopez, S. J (Eds), *Handbook of positive psychology* (hlm. 459-471). New York: Oxford University Press.
- Forster, D. E., Pedersen, E. J., Smith, A., McCullough, M. E., & Lieberman, D. (2017). Benefit valuation predicts gratitude. *Evolution and Human Behavior*, 38(1), 18-26. <https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2016.06.003>

- Hambali, A., Meiza, A., & Fahmi, I. (2015). Faktor-faktor yang berperan dalam kebersyukuran (gratitude) pada orang tua anak berkebutuhan khusus perspektif psikologi Islam. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(1), 94-101.
- Jones, D. L. E. (2011). *The joyful experiences of mothers of children with special needs: An autoethnographic study*. Indiana: Ball State University.
- Lazarus, R. S., & Lazarus, B. N. (1994). *Passion and reason: Making sense of our emotions*. New York: Oxford University Press.
- Matters, E. D. C. (2007). *Disabled children and child poverty*. London: Every Disabled Child Matters.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112-117. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.82.1.112>
- Meiza, A., Puspasari, D., & Kardinah, N. (2018). Kontribusi gratitude dan anxiety terhadap spiritual well-being pada orang tua anak berkebutuhan khusus. *Humanitas: Jurnal Psikologi Indonesia*, 15(1), 1-10. <https://dx.doi.org/10.26555/humanitas.v15i1.6599>
- Meyers, M. K., Lukemeyer, A., & Smeeding, T. (1998). The cost of caring: Childhood disability and poor families. *Social Service Review*, 72(2), 209-233. <https://doi.org/10.1086/515751>
- Morgan, P. L. (2009). *Parenting your complex child: Become a powerful advocate for the autistic, down syndrome, PDD, bipolar, or other special-needs child*. New York: AMACOM.
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological research methods*. California: Sage Publication.
- Murisal, M., & Hasanah, T. (2017). Hubungan bersyukur dengan kesejahteraan subjektif pada orang tua yang memiliki anak tunagrahita di SLB Negeri 2 Kota Padang. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 4(2), 81 - 88. <https://doi.org/10.24042/kons.v4i2.2176>
- Nura, A., & Sari, K. (2018). Kebersyukuran pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Ecopsy*, 5(2), 73-80. <http://dx.doi.org/10.20527/ecopsy.v5i2.5041>
- Prasa, B.A. (2012). Stres dan koping orang tua dengan anak retardasi mental. *Empathy*, 1(1), 210-224.
- Rothenberg, W. A., Pirutinsky, S., Greer, D., & Korbman, M. (2015). Maintaining a grateful disposition in the face of distress: The role of religious coping. *Psychology of Religion and Spirituality*, 8(2), 134-

140. <https://doi.org/10.1037/rel0000021>
- Schieve, L. A., Blumberg, S. J., Rice, C., Visser, S. N., & Boyle, C. (2007). The relationship between autism and parenting stress. *Pediatrics*, *119*(1), 114-121. <https://doi.org/10.1542/peds.2006-2089Q>
- Smith, A., Pedersen, E. J., Forster, D. E., McCullough, M. E., & Lieberman, D. (2017). Cooperation: The roles of interpersonal value and gratitude. *Evolution and Human Behavior*, *38*(6), 695-703. <https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2017.08.003>
- Smith, R. H., Parrott, W. G., Diener, E., Hoyle, R. H., & Kim, S. H. (1999). Dispositional envy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *25*, 1007-1020. <https://doi.org/10.1177%2F01461672992511008>
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2002). *Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press.
- Wardani, D. S. (2009). Strategi coping orang tua menghadapi anak autis. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *11*(1), 26-35. <https://doi.org/10.23917/indigenous.v11i1.1628>
- Wijaya, Y. D. (2015). Positive parenting program (triple p) sebagai usaha untuk menurunkan pengasuhan disfungsi pada orang tua yang mempunyai anak berkebutuhan khusus (dengan diagnosa autis dan ADHD). *Jurnal Psikologi*, *13*(1), 21-25.
- Wijayanti, D. (2015). Subjective well-being dan penerimaan diri ibu yang memiliki anak down syndrome. *Jurnal psikologi UNMUL*, *4*(1), 120-130.
- Wood, A. M., Joseph, S., & Linley, P. A. (2007). Coping style as a psychological resource of grateful people. *Journal of Social and Clinical Psychology*, *26*(9), 1076 - 1093. <https://doi.org/10.1521/jscp.2007.26.9.1076>
- Wood, A. M., Joseph, S & Maltby J. (2009). Gratitude predicts psychological wellbeing above the big five facet. *Personality and Individual Differences*, *46*(4), 443 - 447. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.11.012>