

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Memiliki anak menjadi idaman bagi banyak orang tua. Anak merupakan anugerah terindah dan sesuatu yang selalu di nanti-nantikan oleh pasangan suami istri sehingga jika anak telah hadir ditengah-tengah keluarga maka akan menambah keharmonisan, kehangatan, dan penuh dengan suka cita. Dalam Al-Qur'an istilah anak disebutkan dengan berbagai kata yakni *al-waladu*, *al-thiflu*, *al-shabiyyu* dan *al-ibnu*. Al Raghib mendefinisikan *al-walad* dengan *al maulud* yang artinya yang dilahirkan, dalam pengertian ini mencakup anak secara umum sehingga anak adalah setiap orang yang lahir ke dunia melalui proses persalinan atau kelahiran, ketika belum lahir ke dunia maka belum disebut dengan anak.¹ Disamping itu terdapat anak yang memerlukan penanganan khusus dalam hal ini disebut dengan anak berkebutuhan khusus.

Anak dengan kebutuhan khusus memerlukan perhatian tambahan dibandingkan dengan anak-anak pada umumnya. Mereka membutuhkan pendidikan dan layanan yang dirancang khusus agar dapat mengembangkan potensi kemanusiaan mereka sepenuhnya. Untuk mencapai hal ini, mereka memerlukan berbagai layanan seperti pendidikan khusus, dukungan sosial, bimbingan, konseling, dan layanan lain yang disesuaikan dengan kebutuhan

¹ Harmaini, "Keberadaan Orang Tua Bersama Anak," *Jurnal Psikologi* 9, no. 2 (Desember 2013): 82.

individual mereka.² Orang tua terutama seorang ibu memiliki ikatan yang kuat terhadap anaknya, ikatan emosional yang dimiliki seorang ibu dijalin dengan anak mulai anak sejak dalam kandungan. Seorang ibu hamil mengalami ketidakstabilan emosi yang bisa mempengaruhi perilakunya seperti mudah marah dan labil. Ketika proses melahirkan ibu akan berjuang sekuat tenaga dan mengerahkan seluruh energinya untuk mengeluarkan makhluk kecil yang disebut dengan “anak”. Kondisi anak yang dilahirkan berbagai macam ada yang normal dan ada pula yang tidak.³

Pada dasarnya, setiap individu memiliki kelemahan dan keunggulan. Kehadiran anak-anak dengan kebutuhan khusus tidak memperhatikan latar belakang mereka, baik itu dari keluarga berada, keluarga kurang mampu, keluarga religius, atau keluarga dengan tingkat pendidikan yang beragam. Orang tua tidak bisa mengabaikan kehadiran anak-anak yang memiliki kebutuhan khusus. Ilahi menyebutkan bahwa konsep kebutuhan khusus ini merujuk pada anak-anak yang membutuhkan perhatian khusus, baik secara sementara maupun permanen, sehingga mereka memerlukan layanan pendidikan yang lebih intensif. Perbedaan yang muncul antara anak-anak dengan kebutuhan khusus dan anak-anak pada umumnya terletak pada proses pertumbuhan dan perkembangan mereka, yang dapat mengalami penyimpangan atau ketidaknormalan dalam hal fisik, kecerdasan, kesehatan mental, interaksi sosial, dan keadaan emosional.⁴

² Safira Aura Fakhiratunnisa, Asyharinur Ayuning Putriana Pitaloka, dan Tika Kusuma Ningrum, “Konsep Dasar Anak Berkebutuhan Khusus,” *MASALIQ* 2, no. 1 (5 Januari 2022): 29.

³ Mega Amelia, “Penerimaan Diri Ibu terhadap Anak Down Syndrom,” *Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim (UIN Suska)* (2010): 8.

⁴ Fakhiratunnisa, Pitaloka, dan Ningrum, “Konsep Dasar Anak Berkebutuhan Khusus,” 29.

Sederhananya, anak berkebutuhan khusus adalah mereka yang mengalami keterlambatan atau keterbelakangan, yang membuat mereka menghadapi tantangan untuk mencapai kesuksesan di sekolah seperti anak-anak lainnya. Namun, tidak dapat dipungkiri bahwa banyak juga anak dengan kebutuhan khusus yang berhasil mencapai kesuksesan. Menurut data dari Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah anak dengan disabilitas di Indonesia mencapai 1,6 juta anak. Data dari Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) 2018 menyatakan bahwa jumlah individu dengan disabilitas berat dan sedang di Indonesia mencapai 30 juta orang, sementara data dari Survei Penduduk Antar Sensus (Supas) mencatat jumlahnya sekitar 21 juta orang. Sedangkan menurut data terbaru yang dikeluarkan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2020, jumlah penduduk dengan disabilitas di Indonesia mencapai 22,5 juta orang, atau sekitar lima persen dari total populasi. Dengan melihat angka statistik, tingkat disabilitas pada anak usia 5-19 tahun sebesar 3,3%. Jumlah total populasi anak usia 5-19 tahun pada tahun 2021 adalah sekitar 66,6 juta orang. Dengan demikian, perkiraan jumlah anak usia 5-19 tahun yang mengalami disabilitas sekitar 2.197.833 orang.⁵

Sebagai orang tua saat mengetahui bahwa mempunyai anak yang memiliki perbedaan dengan anak normal pada umumnya mereka akan sedih, bingung, bahkan tidak menerima kenyataan, tetapi tidak sedikit pula yang siap menanggung semua resiko dan menerima kenyataan yang ada karena itu semua merupakan ketetapan dan kehendak-Nya. Karena ketika mempunyai anak berkebutuhan khusus orang tua akan dihadapkan dengan berbagai masalah fisik maupun mental

⁵ Usup Usup dkk., "Pengaruh Teman Sejawat Terhadap Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)," *Jurnal Pendidikan Indonesia* 4, no. 02 (23 Februari 2023): 197, <https://doi.org/10.36418/japendi.v4i02.1612>.

karena akan memikul beban yang cukup berat. Ketika orang tua kurang memiliki penerimaan diri yang baik maka beban tersebut akan melahirkan respon emosional dari dalam diri orang tua. Selain dituntut untuk terbiasa dalam menghadapi dan memberikan perhatian yang lebih dan berbeda dari sebelumnya, menurut Kartini Kartono sebagai orang tua juga berkewajiban untuk memenuhi segala kebutuhan jasmani dan rohani dan menurut Mappiere kewajiban orang tua adalah membina mental maupun moral dan membentenginya dengan agama yang kuat.⁶

Ketika orang tua sudah memiliki pengalaman agama yang kuat, maka sikap yang ditunjukkan adalah sikap ikhlas dan menerima realita atau takdir yang sudah diberikan. Berbekal keyakinan, orang tua akan dengan mudah menerima keadaan anak sehingga orang tua mampu mengupayakan yang terbaik dan hal ini akan berdampak positif pada perkembangan sang anak. Ada beberapa faktor yang menunjukkan apabila seseorang telah menerima dirinya yaitu, individu akan mempunyai keyakinan penuh atas kehidupannya yang bahagia, bertanggungjawab atas takdir yang diterima, menghadapi segala kondisi dengan baik dan tidak menyalahkan diri sendiri, dan menganggap dirinya sebagai individu yang beruntung.⁷ Selanjutnya, untuk memperkuat fakta lapangan terkait kontribusi penerimaan diri terhadap kebersyukuran pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, peneliti melakukan wawancara studi pendahuluan kepada dua orang tua siswa anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri Kota Banjarbaru.

⁶ Harmaini, "Keberadaan Orang Tua Bersama Anak," 85.

⁷ Rinjanendra Rizky Endriyani, "Hubungan Antara Kebersyukuran dan Penerimaan Diri pada Ibu yang Memiliki Anak Autis," *Skripsi*, t.t., 7.

Pertama, berdasarkan hasil wawancara dengan subjek R yang merupakan ayah dari ABK kembar identik yang sedang menempuh pendidikan kelas TK, ia menuturkan bahwa memang dahulu subjek R adalah seorang yang tertutup dan susah berbaur dengan orang lain, namun setelah menikah dan mempunyai anak ia mengungkapkan bahwa kepercayaan dirinya mulai muncul secara perlahan. Ketika mendapat diagnosa oleh dokter mengenai keadaan kedua anak kembarnya yang mendapat diagnosa Autisme ringan, ia tidak terlalu terkejut akan hal itu dan menerima keadannya dengan lapang dada. Terkait kebersyukuran, subjek R mengungkapkan bahwa ia sangat bersyukur, dengan kebersyukuran yang dimilikinya juga diimplementasikan dengan mengucapkan kalimat tahmid, mengerjakan salat, berdoa, dan juga dengan sedekah.⁸

Selanjutnya, untuk hasil wawancara subjek T selaku ibu dari ABK yang sedang menempuh pendidikan kelas 4 SD, ia menuturkan bahwa ketika mendapat informasi terkait keadaan anaknya saat melakukan pemeriksaan dengan dokter ia terkejut atas diagnosa oleh dokter namun seiring berjalannya waktu ia dapat menerima dengan hati yang lapang karena tidak bisa berkehendak lain, yang dipikirkan adalah bagaimana caranya dan selalu berusaha demi kebaikan anaknya. Pernah berada di masa-masa sulit seperti dikucilkan, tidak dihargai, mendapat penghinaan dan kalimat-kalimat buruk lainnya akan tetapi hal tersebut tidak membuatnya berlarut dalam kesedihan. Berkat semangat dan kritik yang membangun dari orang-orang disekitar, subjek T dapat kembali bangkit dari keterpurukan dan berusaha sekuat tenaga, karena berbekal keyakinan kepada

⁸ R, Wawancara Pribadi, 12 September 2023, SLB Negeri Kota Banjarbaru.

Allah SWT ia percaya bahwa ia adalah orang tua yang kuat. Terkait kebersyukuran, cara subjek T untuk mengungkapkan rasa syukur adalah dengan memperbanyak melakukan kebaikan dan lebih bersyukur dengan kondisi yang dialaminya saat ini.⁹

Berdasarkan hasil wawancara, pertama, mengenai penerimaan diri subjek R dan subjek T sudah dapat menerima keadaan yang dialaminya saat ini dengan cara bersikap positif. Selaras dengan pendapat Roger bahwa penerimaan berkaitan dengan proses seseorang untuk menerima kenyataan yang ada, dengan cara menerima orang lain apa adanya, bersikap positif terhadap orang lain, serta menerima dan mengakui berbagai aspek yang dimiliki orang lain termasuk baik dan buruknya.¹⁰ Sehingga dapat disimpulkan kedua subjek telah memiliki penerimaan diri yang baik.

Adapun penerimaan diri menurut perspektif Islam disebut dengan *qana'ah*. *Qana'ah* memiliki arti merasa cukup dan ridha atas segala pemberian rezeki dari Allah SWT. Ketika seseorang memiliki sifat *qana'ah* artinya orang tersebut memiliki kesempurnaan keimanan yang ditunjukkan dengan keridhaannya atas segala takdir yang sudah diberikan-Nya dalam bentuk rezeki.¹¹ Rezeki dalam segi wujudnya terbagi menjadi dua macam, yaitu rezeki zahir dan batin, rezeki zahir yaitu untuk badan yang berupa air, makanan dan lain-lain, sedangkan rezeki batin

⁹ T, Wawancara Pribadi, 12 September 2023, SLB Negeri Kota Banjarbaru.

¹⁰ Eliyanto dan Hendriani, "Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Penerimaan Ibu terhadap Anak Kandung yang Mengalami Cerebral Palsy," t.t., 126.

¹¹ Witrin Gamayanti, "Gambaran Penerimaan Diri (Self-Acceptance) pada Orang yang Mengalami Skizofrenia," *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi* 3, no. 1 (27 Desember 2016): 145, <https://doi.org/10.15575/psy.v3i1.1100>.

yaitu untuk hati seperti ilmu, pengetahuan dan wawasan.¹² Rasulullah SAW bersabda:

“Akan merasakan kemanisan (kesempurnaan) iman, orang yang ridha kepada Allah SWT sebagai Rabb-nya dan Islam sebagai agamanya serta (nabi) Muhammad SAW sebagai Rasulnya.” (HR. Muslim no.34)

Implementasi dari ridha kepada Allah sebagai Rabb nya dari pemaparan hadist tersebut ialah ridha terhadap segala perintah dan larangan-Nya, kepada ketentuan dan pilihan-Nya, serta terhadap apa yang diberikan maupun tidak diberikan. Begitu pula dengan firman-Nya dalam Q.S. Az Zukhruf/43: 32

نَحْنُ قَسَمْنَا بَيْنَهُمْ مَعِيشَتَهُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَرَفَعْنَا بَعْضَهُمْ فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجَاتٍ لِيَتَّخِذَ بَعْضُهُمْ بَعْضًا سُلْحَبًا وَسُخْرِيًّا وَرَحِمْتُ رَبِّكَ خَيْرٌ مِّمَّا يَجْمَعُونَ

Artinya: *“Kamilah yang menentukan penghidupan mereka dalam kehidupan dunia, dan Kami telah meninggikan sebagian mereka atas sebagian yang lain beberapa derajat, agar sebagian mereka dapat memanfaatkan sebagian yang lain. Dan rahmat Tuhanmu lebih baik dari apa yang mereka kumpulkan.”*

Dalam Tafsir Surah Az Zukruf, Prof. Quraish Shihab menerangkan bahwa adanya perbedaan seperti kecerdasan, kemampuan, kelebihan, kekurangan, dan status sosial masing-masing yang Allah SWT berikan kepada hamba-Nya adalah untuk saling memanfaatkan, dengan demikian setiap orang cenderung membutuhkan satu sama lain dan hal tersebut merupakan naluri alamiah manusia. Ditambahkan oleh Wardani dalam Sosiologi Al-Qur'an bahwa dengan manusia saling memanfaatkan maka akan tumbuh keharmonisan antar sesama dalam memanfaatkan potensi dan kemampuannya masing-masing secara positif.¹³

¹² Fakhrizal Idris, *Rezeki: Mengungkap Makna, Meraih Rezeki dalam Perspektif Al-Quran dan Al-Hadits* (Madinah Global Media, 2019): 11.

¹³ Rijal Ali, “Tafsir Surat Az Zukhruf Ayat 32,” *Tafsir Al Quran | Referensi Tafsir di Indonesia*, 3 Juni 2021.

Selanjutnya, mengenai kebersyukuran subjek R dan subjek T, kedua subjek mengungkapkan kebersyukuran yang dimiliki saat ini yakni merasa sangat bersyukur, oleh karena itu patutlah untuk diketahui kebersyukuran yang dimiliki kedua subjek tersebut adalah syukur yang sebenar-benarnya. Sebab menurut Ibnu Qayyim al-Jauziyah kebersyukuran ditunjukkan melalui hati, diakui dengan lisan dan dibuktikan dengan perilaku ketaatan.¹⁴ Ahli psikologi Barat, Fitzgerald juga memiliki pandangan tentang kebersyukuran yang intisarinya memiliki beberapa kesamaan dengan pandangan Islam, yaitu memiliki niat baik sebagai wujud rasa keinginan untuk membantu atau berbagi, rasa apresiasi sebagai perasaan cinta atau kasih sayang kepada orang atau sesuatu, dan cenderung bertindak positif serta melakukan ibadah dan gemar membalas kebaikan orang lain.¹⁵

Dalam Islam, ketika seseorang mampu bersyukur maka akan ditambahkan nikmatnya oleh Allah SWT. Firman Allah SWT dapat kita ketahui dalam Q.S. *Ibrahim/14: 7*.

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

Artinya: “Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu memaklumkan, Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka pasti azab-Ku sangat berat.”

Berdasarkan tafsir yang dikemukakan Fakhruddin ar-Razi pada ayat ini yakni secara tegas Allah akan memberi tambahan nikmat kepada hamba yang bersyukur. Namun mengingat akan terdapat orang yang kufur, Allah tidak langsung memberikan azab kepadanya melainkan hanya mengingatkan bahwa azab-Nya

¹⁴ Alddino Gusta Rachmadi, Nadhila Safitri, dan Talitha Quratu Aini, “Kebersyukuran: Studi Komparasi Perspektif Psikologi Barat dan Psikologi Islam” 24, no. 2 (2019): 121.

¹⁵ Ratih Arruum Listiyandini dkk., “Mengukur Rasa Syukur: Pengembangan Model Awal Skala Bersyukur Versi Indonesia,” *Jurnal Psikologi Ulayat* 2, no. 2 (2015): 477.

begitu pedih. Ini merupakan wujud kasih sayang-Nya kepada semua hamba-Nya.¹⁶

Kebersyukuran merupakan komponen penting dalam kehidupan, agar dapat merasakan manisnya hidup meskipun harus melalui berbagai cobaan atau rintangan kehidupan. Lebih lanjut, kebersyukuran dapat menghasilkan energi positif yang membantu dalam menghadapi masalah. Rasa syukur juga bisa memperkuat rasa peduli terhadap diri sendiri, yang kemudian memengaruhi interaksi dengan lingkungan sekitarnya. Salah satu metode yang efektif untuk mengalihkan perhatian dari situasi yang negatif adalah dengan bersyukur, karena hal tersebut dapat mengarahkan pikiran pada hal-hal yang baik.¹⁷

Salah satu faktor yang berperan dalam kebersyukuran ialah penerimaan diri atas keadaan yang dijalani sebagai sebuah takdir dan sebaik-baiknya rencana dari Allah SWT.¹⁸ Dengan demikian ketika seseorang mampu menerima keadannya maka akan dengan mudah untuk selalu merasa bersyukur. Sejalan dengan temuan penelitian dari Putra yang menemukan bahwa penerimaan menjadi salah satu komponen yang membentuk konstruk syukur dalam konsep psikologi indigenous islami.¹⁹ Selaras dengan itu, Froh, Yurkewicz, dan Kashdan juga mengungkapkan

¹⁶ Muhammad Anas Fakhruddin, "Tafsir Surat Ibrahim Ayat 7: Hikmah dan Cara Mensyukuri Nikmat Allah," Tafsir Al Quran | Referensi Tafsir di Indonesia, 6 Oktober 2020, diakses 11 Oktober 2023. <https://tafsiralquran.id/tafsir-surat-ibrahim-ayat-7-hikmah-dan-cara-mensyukuri-nikmat-allah/>.

¹⁷ Louise L. Hay, *Gratitude a Way of Life* (Accessible Publishing Systems, 2008): 26.

¹⁸ Adang Hambali, Asti Meiza, dan Irfan Fahmi, "Faktor-Faktor yang Berperan dalam Kebersyukuran (Gratitude) pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus Perspektif Psikologi Islam," *Psymphathic: Jurnal Ilmiah Psikologi* 2, no. 1 (4 Februari 2016): 98, <https://doi.org/10.15575/psy.v2i1.450>.

¹⁹ Johan Satria Putra, "Syukur: Sebuah Konsep Psikologi Indigenous Islami," *SOUL: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 7, no. 2 (15 September 2014): 36–46.

bahwa kebersyukuran memiliki hubungan yang kuat dengan pandangan hidup positif, penghargaan diri, dan inisiatif.²⁰

Berdasarkan uraian latar belakang yang sudah dipaparkan, bahwa penerimaan diri memiliki keterkaitan dengan kebersyukuran sehingga penting bahkan sudah seharusnya dimiliki oleh orang tua terutama orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, karena orang tua dengan anak berkebutuhan khusus adalah orang-orang terpilih oleh Tuhan dalam menjaga, merawat, dan mengasuh anak berkebutuhan khusus. Sehingga apabila mereka tidak memiliki penerimaan diri yang baik sehingga tidak mampu menimbulkan rasa syukur maka dalam proses pengasuhan akan terasa sangat berat dan akibatnya apabila seorang anak kurang mendapatkan perhatian dan kasih sayang maka ia akan menjadi anak yang suka menuntut, agresif, dan pertumbuhan psikologisnya berkurang. Mengenai penelitian terdahulu yang sudah dipaparkan yakni menggunakan subjek ibu, tetapi peneliti menemukan bahwa ayah juga ikut berperan dalam proses pengasuhan anak berkebutuhan khusus yang ditunjukkan dengan hasil observasi dan wawancara. Sehingga yang memiliki peran dalam hal ini tidak hanya ibu melainkan ayah juga ikut berperan, oleh karena itu penting kiranya untuk melihat juga bagaimana penerimaan diri kedua orang tua. Mengingat penelitian ini baru pertama kalinya dilakukan di Banjarbaru terutama di SLB Negeri Kota Banjarbaru, maka peneliti dalam hal ini tertarik untuk melakukan penelitian terkait kontribusi penerimaan diri terhadap kebersyukuran pada orang tua anak berkebutuhan khusus dalam bentuk sebuah penelitian yang berjudul **“Kontribusi**

²⁰ Endriyani, “Hubungan Antara Kebersyukuran dan Penerimaan Diri pada Ibu yang Memiliki Anak Autis,” 8.

Penerimaan Diri terhadap Kebersyukuran pada Orang Tua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di SLB Negeri Kota Banjarbaru”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka rumusan masalah pada penelitian ini, yaitu:

1. Seberapa tinggi tingkat penerimaan diri pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus?
2. Seberapa tinggi tingkat kebersyukuran pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus?
3. Apakah terdapat kontribusi penerimaan diri terhadap kebersyukuran pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus?

C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian

Adapun untuk mencapai maksud diatas maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengidentifikasi tingkat penerimaan diri pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.
2. Untuk mengidentifikasi tingkat kebersyukuran pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.
3. Untuk mengidentifikasi kontribusi penerimaan diri terhadap kebersyukuran pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Peneliti juga berharap dengan adanya penelitian ini terdapat manfaat yang diantaranya sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menyumbangkan pengetahuan tambahan dan literatur pada bidang ilmu psikologi, terutama dalam konteks psikologi klinis dan psikologi pendidikan, yang berkaitan dengan topik penerimaan diri dan rasa bersyukur pada orang tua yang membesarkan anak-anak dengan kebutuhan khusus.

2. Manfaat Praktis

- a. Manfaat bagi peneliti diharapkan dapat memahami pentingnya memiliki penerimaan diri dan kebersyukuran.
- b. Manfaat bagi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dan orang tua secara umum dapat menambah wawasan dan memiliki sikap penerimaan diri dan kebersyukuran agar kehidupan yang dijalani dapat berjalan secara harmonis.
- c. Penelitian ini diharapkan mampu menyampaikan manfaat serta dapat menjadi edukasi khususnya bagi para orang tua maupun guru di sekolah ABK terkait penerimaan diri dan kebersyukuran.

D. Definisi Operasional

Definisi operasional yakni sebuah penjelasan yang terperinci mengenai konsep atau variabel yang akan diteliti berdasarkan sifat-sifatnya yang dapat

diamati.²¹ Untuk memastikan interpretasi yang tepat, penting untuk menetapkan batasan yang jelas terkait dengan istilah-istilah yang digunakan dalam konteks penelitian ini.

1. Penerimaan Diri

Menurut Berger, penerimaan diri merujuk pada evaluasi individu terhadap dirinya sendiri yang tidak dipengaruhi oleh faktor lingkungan eksternal. Ini melibatkan keyakinan yang kuat dalam menghadapi kehidupan, bertanggung jawab atas tindakan tanpa menyalahkan diri sendiri terlalu berlebihan terhadap orang lain, serta memiliki kemampuan untuk menerima kritik dan saran secara objektif. Penerimaan diri juga mencakup pandangan bahwa individu tidak merasa lebih baik atau lebih buruk dari orang lain, tidak merasa ditolak atau rendah diri, atau merasa malu. Berger mengidentifikasi sembilan kriteria penerimaan diri, termasuk perilaku yang tidak bergantung pada tekanan dari luar tetapi berdasarkan pada standar internal, memiliki keyakinan dalam proses kehidupan, memiliki keberanian untuk menerima konsekuensi dan bertanggung jawab atas tindakan, mampu menerima kritik dan pujian dengan sikap objektif, tidak berusaha untuk mengingkari dan menolak keterbatasan kemampuan yang dimiliki, merasa berharga karena percaya bahwa dirinya setara dengan individu lainnya, tidak merasa mendapatkan penolakan, tidak menganggap dirinya abnormal, aneh dan berbeda dengan individu lain, serta tidak merasa *self-conscious* atau malu dengan yang lainnya.²²

²¹ Saifuddin Anwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1998).

²² Emanuel M. Berger, "The Relation Between Expressed Acceptance of Self and Expressed Acceptance of Others.," *The Journal of Abnormal and Social Psychology* 47, no. 4 (Oktober 1952): 778–82, <https://doi.org/10.1037/h0061311>.

Dalam konteks penelitian ini, penerimaan diri merujuk pada kemampuan menerima dirinya sebagai orang tua yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus di SLB Negeri Kota Banjarbaru yang akan diukur dengan menggunakan skala penerimaan diri dari Arini Miftahul Jannah dengan merujuk pada definisi dan aspek penerimaan diri dari Berger, yang terdiri dari mengikuti standar pola hidupnya, memiliki keyakinan akan kemampuan yang dimiliki, bertanggung jawab atas tindakannya, dapat menerima pujian dan kritik dengan sikap objektif, tidak menganiaya diri sendiri, melihat diri setara dengan individu lain, tidak merasa terpinggirkan, mampu menyuarakan perasaan secara wajar, dan tidak merasa malu.

2. Kebersyukuran

Menurut Fitzgerald, kebersyukuran adalah respons yang terdiri dari rasa terima kasih, kebahagiaan, dan syukur atas berbagai anugerah yang diterima seseorang, baik dalam situasi yang menyenangkan dan aman maupun dalam tekanan atau kondisi yang kurang menguntungkan, baik dari orang lain maupun lingkungan.²³ Watkins menyatakan bahwa tingkat kebersyukuran seseorang dapat mencerminkan tingkat kebahagiaannya, yang tercermin dalam kepuasan hidupnya. Kebersyukuran atau *gratitude* merupakan sikap positif dalam menghadapi berbagai situasi, baik yang di luar kendali maupun yang berasal dari diri sendiri. Biasanya, kebersyukuran diungkapkan melalui ungkapan terima kasih setelah

²³ Patrick Fitzgerald, "Gratitude and Justice," *Ethics* 109, no. 1 (Oktober 1998): 119–53, <https://doi.org/10.1086/233876>.

menerima bantuan atau pemberian dari orang lain. Secara umum, tujuan dari rasa syukur adalah untuk menghargai sesama manusia, alam, dan Tuhan.²⁴

Fitzgerald menyebutkan tiga aspek kebersyukuran yang saling terhubung dan tak terpisahkan, yakni penghargaan terhadap orang atau hal tertentu, keinginan baik terhadap mereka, dan kecenderungan untuk bertindak positif berdasarkan penghargaan dan keinginan baik tersebut. Watkins juga mengemukakan mengenai komponen kebersyukuran, yang dikategorikan dalam empat bagian, termasuk rasa cukup dengan apa yang dimiliki, menghargai kontribusi orang lain terhadap kesejahteraannya, menghargai kecilnya hal-hal sederhana, dan kesadaran akan pentingnya menyatakan rasa syukur dalam kehidupan.²⁵

Dalam konteks penelitian ini, kebersyukuran merujuk pada rasa syukur sebagai orang tua yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus di SLB Negeri Kota Banjarbaru yang akan diukur dengan menggunakan skala kebersyukuran dari Listyandini dkk dengan merujuk pada definisi dan aspek kebersyukuran dari Fitzgerald dan Watkins, yang terdiri dari menghargai orang lain, Tuhan dan mengapresiasi berbagai aspek kehidupan, memiliki sikap positif terhadap kehidupannya, yang menghasilkan rasa puas dengan hidup yang dijalani, dan cenderung untuk bertindak positif sebagai ekspresi dari rasa syukur, yang tercermin dalam tindakannya sehari-hari.

²⁴ Philip C. Watkins dkk., "Gratitude and Happiness: Development of a Measure of Gratitude, and Relationships with Subjective Well-Being," *Social Behavior and Personality* 31, no. 5 (2003): 431–52.

²⁵ Listyandini dkk., "Mengukur Rasa Syukur: Pengembangan Model Awal Skala Bersyukur Versi Indonesia," (2015): 477–78.

E. Penelitian Terdahulu

Sebagai rujukan ilmiah, peneliti menggunakan beberapa penelitian terdahulu yang sangat bermanfaat serta memiliki relevansi atau keterkaitan dengan penelitian yang dilakukan:

1. Penelitian berbahasa asing yang merupakan jurnal internasional ini berjudul “*Relationship of Gratitude and Coping Styles with Depression in Caregivers of Children with Special Needs*” yang ditulis oleh Tugba Ozdemir, Gulendam Karadag, dan Seval Kul pada *Journal of Religion and Health* tahun 2021. Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui tingkat rasa syukur dan gaya *coping* pada pengasuh anak-anak dengan berkebutuhan khusus dan hubungan mereka dengan depresi. Hasil yang didapatkan dari penelitian terhadap 330 pengasuh, bahwa tingkat rasa syukur para pengasuh tergolong tinggi dalam hal ini ditemukan pengasuh menggunakan agama, perencanaan, reinterpretasi positif, dan dukungan sosial sebagai gaya *coping*. Tingkat pengungkapan depresi pengasuh yakni sebesar 17,8%, terdapat korelasi yang signifikan antara tingkat depresi pengasuh dengan tingkat rasa syukur, fokus dan pelepasan emosi, dukungan sosial emosi dan perencanaan gaya *coping*, jenis kelamin dan tingkat pendidikan.²⁶ Adapun persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini yaitu terdapat pada permasalahan yang diangkat yaitu tingkat syukur pada pengasuh anak berkebutuhan khusus,

²⁶ Tuğba Özdemir, Gülendam Karadağ, dan Seval Kul, “Relationship of Gratitude and Coping Styles with Depression in Caregivers of Children with Special Needs,” *Journal of Religion and Health* 61, no. 1 (1 Februari 2022): 214–27.

sedangkan untuk perbedaannya terletak pada tempat penelitian, tujuan penelitian dan jumlah subjek.

2. Penelitian dengan judul “Penerimaan Diri Ditinjau dari Kebersyukuran dan Kesabaran Ibu dengan Anak Berkebutuhan Khusus” yang ditulis oleh Partini, Susatyo Yuwono, Soleh Amini, Adiba Salma, dan Yuliana Pratiwi Sumarno pada Jurnal *Psycho Idea* tahun 2023. Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki dampak kebersyukuran dan kesabaran terhadap tingkat penerimaan diri ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Dari hasil penelitian yang melibatkan 103 ibu yang tergabung dalam Sanggar Inklusi di 12 kecamatan di Kabupaten Sukoharjo, ditemukan bahwa kebersyukuran dan kesabaran memiliki peran yang signifikan dalam memengaruhi penerimaan diri ibu tersebut. Analisis statistik menunjukkan nilai F sebesar 193.664 dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$).²⁷ Perbandingan dengan penelitian sebelumnya terletak pada fokus variabel yang sama, yaitu penerimaan diri ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Namun, perbedaan penelitian ini adalah dalam penelitian ini subjek yang diteliti adalah orang tua dari anak berkebutuhan khusus, yang bisa berupa ayah atau ibu dari anak tersebut.
3. Penelitian dengan judul “Hubungan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis Ibu yang Memiliki Anak berkebutuhan Khusus di Kota Balikpapan” yang ditulis oleh Revi Maulania Wahyudi, Hairani Lubis, dan Elda Trialisa Putri pada Jurnal *Ilmiah Psikologi Psikoborneo*

²⁷ Partini Partini dkk., “Penerimaan Diri Ditinjau Dari Kebersyukuran Dan Kesabaran Ibu Dengan Anak Berkebutuhan Khusus,” *Psycho Idea* 21, no. 1 (24 Mei 2023): 60–69, <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v21i1.15759>.

tahun 2021. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris apakah terdapat hubungan antara tingkat kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Kota Balikpapan. Dari hasil penelitian yang melibatkan 100 responden, ditemukan adanya korelasi positif antara tingkat kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis, yang diuji menggunakan analisis pearson product moment. Hal ini terbukti dengan nilai r hitung sebesar 0,843, yang lebih besar dari nilai r tabel sebesar 0,197, dengan nilai p sebesar 0,000.²⁸ Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya dalam mengangkat masalah kebersyukuran, khususnya dalam konteks ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Namun, perbedaannya terletak pada subjek penelitian, lokasi penelitian, jumlah responden, dan tujuan penelitian.

4. Penelitian dengan judul “Gratitude and Optimism in Parents of Children with Autism Spectrum Disorders (ASD)” yang ditulis oleh Rini Lestari dan Wiwien Dinar Pratisti pada *South East Asia Journal of Contemporary Business, Economics and Law* tahun 2019. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji korelasi antara tingkat rasa syukur dengan tingkat optimisme pada orang tua yang memiliki anak dengan autism spectrum disorder (ASD). Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara tingkat rasa syukur dan tingkat optimisme pada

²⁸ Revi Maulania Wahyudi, Hairani Lubis, dan Elda Trialisa Putri, “Hubungan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis Ibu yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di Kota Balikpapan,” *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 9, no. 4 (27 Desember 2021): 820, <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i4.6754>.

orang tua yang memiliki anak dengan ASD. Analisis juga menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan dalam tingkat rasa syukur berdasarkan jenis kelamin dan tingkat pendidikan orang tua, namun ditemukan bahwa ayah cenderung lebih optimis daripada ibu. Tingkat rasa syukur dan optimisme orang tua cenderung berada pada kategori sedang. Temuan lainnya mencakup keyakinan orang tua terhadap anak mereka.²⁹ Meskipun topik penelitian sebelumnya juga berkaitan dengan rasa syukur orang tua, terdapat perbedaan dalam subjek penelitian, lokasi penelitian, jumlah subjek, dan tujuan penelitian.

5. Penelitian dengan judul “Kontribusi Penerimaan Diri terhadap Kebahagiaan Orang Tua yang Memiliki Anak *Down Syndrome* di Bukittinggi” yang ditulis oleh Mutiara Hanifah dan Yuninda Tria Ningsih pada Jurnal Universitas Negeri Padang tahun 2019. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi seberapa besar kontribusi penerimaan diri terhadap tingkat kebahagiaan orang tua yang memiliki anak dengan sindrom Down di Bukittinggi. Dari 32 sampel yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling, analisis regresi sederhana menghasilkan nilai R square sebesar 0,165, menunjukkan bahwa penerimaan diri menyumbang sebanyak 16,5% terhadap tingkat kebahagiaan. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,407 dengan nilai t sebesar 2,438 dan $p = 0,021$, yang mengindikasikan bahwa hipotesis alternatif penelitian diterima, menunjukkan bahwa penerimaan diri memiliki kontribusi

²⁹ Rini Lestari dan Wiwien Dinar Pratisti, “Gratitude And Optimism In Parents Of Children With Autism Spectrum Disorders (ASD)” 20, no. 6 (2019): 9-16.

terhadap kebahagiaan orang tua yang memiliki anak dengan sindrom Down di Bukittinggi.³⁰ Meskipun terdapat persamaan dalam fokus variabel bebas yang diteliti, yaitu penerimaan diri, penelitian ini berbeda dalam hal kriteria dan jumlah subjek penelitian, lokasi penelitian, tujuan penelitian, serta hasil penelitian.

F. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan sebuah asumsi awal mengenai kemungkinan adanya hubungan, perbedaan, atau pengaruh antara variabel-variabel tertentu. Hipotesis ini berfungsi sebagai kerangka acuan untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan dalam penelitian.³¹ Dalam konteks penelitian ini, hipotesis yang diajukan adalah:

1. Hipotesis alternatif (Ha)

Terdapat kontribusi penerimaan diri terhadap kebersyukuran pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri Kota Banjarbaru.

2. Hipotesis nol (Ho)

Tidak terdapat kontribusi penerimaan diri terhadap kebersyukuran pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri Kota Banjarbaru.

³⁰ Mutiara Hanifah dan Yuninda Tria Ningsih, "Kontribusi Penerimaan Diri terhadap Kebahagiaan Orang Tua yang Memiliki Anak Down Syndrome di Bukittinggi," *Universitas Negeri Padang*, t.t.

³¹ Jelpa Periantalo, *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016): 51.

G. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan digunakan untuk mempermudah pemahaman isi dari pembahasan penelitian ini. Secara umum, penulisan penelitian dibagi menjadi lima bab yang saling terkait, sebagai berikut:

Bab pertama yaitu pendahuluan, berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, signifikansi penelitian, definisi operasional, penelitian terdahulu, hipotesis penelitian dan sistematika penulisan.

Bab kedua yaitu kajian teori dan kerangka pikir, yang berisi tentang variabel-variabel penelitian berupa penerimaan diri dan kebersyukuran serta komponen-komponen variabel yang digunakan.

Bab ketiga yaitu metode penelitian, terdiri dari jenis dan lokasi penelitian, populasi dan sampel, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, pengujian instrumen, teknik analisa data, dan prosedur penelitian.

Bab keempat yaitu hasil penelitian dan pembahasan, berisi gambaran umum tentang lokasi penelitian, penyajian data, analisis data, dan pembahasan.

Bab kelima yaitu penutup, berisi simpulan dan rekomendasi dari penulis sebagai bahan penutup dari pembahasan yang telah diuraikan dalam penelitian ini.