

KEBERSYUKURAN IBU YANG MEMILIKI ANAK AUTISME

Annas Tasyah Fairus¹ dan Efan Yudha Winata^{*1}

¹Psikologi, Psikologi dan Humaniora, Universitas Teknologi Sumbawa, Indonesia

efan.yudha.winata@uts.ac.id*

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui bagaimana kebersyukuran pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (*Gratitude Ibu Yang Memiliki Anak Autisme*). Menggambarkan peran sebagai ibu dari anak dengan kebutuhan khusus tidak hanya memiliki dampak negatif pada kesejahteraan psikologis ibu, tetapi juga dapat membawa dampak positif seperti perasaan syukur. Sebagai seorang ibu dari anak dengan kebutuhan khusus seperti autisme merupakan tanggung jawab yang kompleks dan menantang. Meskipun perasaan syukur dapat membantu menghadapi tantangan ini, penting untuk memahami dan memberikan dukungan pada ibu-ibu yang mengalami masalah dan beban ini untuk membantu mereka mengatasi hambatan dan meningkatkan kualitas hidup mereka serta anak-anak mereka. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan melibatkan empat 3 subjek serta 1 orang Informan, dan data penelitian dikumpulkan melalui wawancara semi terstruktur dan observasi non partisipan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tiga subjek mengalami perasaan syukur saat menjalani peran sebagai ibu dari anak dengan kebutuhan khusus. Subjek pertama merasakan perasaan syukur dengan menganggap kehadiran anaknya sebagai anugerah terbaik. Selanjutnya, Subjek kedua merasa bersyukur atas prestasi anaknya di sekolah reguler. Bagi Subjek ketiga, kehadiran anaknya mendorongnya untuk melihat kehidupan dengan sudut pandang yang lebih positif. Sedangkan informan menganggap setiap perkembangan anaknya ditunjukkan oleh sebagai sumber perasaan syukur. Penelitian ini juga menemukan bahwa perasaan syukur membuat ibu yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus menjadi lebih sabar dan kreatif, merasakan emosi positif seperti kebahagiaan dan rasa bangga, memiliki semangat belajar untuk memahami kondisi anak, serta lebih menikmati hidup. Selain itu, penelitian ini juga menemukan bahwa dukungan sosial dapat mempengaruhi perasaan syukur pada ibu-ibu tersebut.

Kata Kunci ; Gratitude Ibu; Anak Autisme

ABSTRACT

The purpose of this research is to understand the feelings of gratitude experienced by mothers who have children with special needs (Gratitude of Mothers with Autistic Children). Exploring the role of being a mother to a child with special needs reveals not only the negative impacts on the mother's psychological well-being but also the potential positive effects, such as feelings of gratitude. Gratitude reflects the inclination to respond with thankfulness for the kindness and the roles of others in positive achievements in one's life. The research method used is a qualitative approach with a phenomenological method. The sampling technique employed is purposive sampling, involving four subjects and one informant, and data were collected through semi-structured interviews and non-participant observations. The study's findings indicate that three subjects experienced feelings of gratitude while fulfilling their role as mothers to children with special needs. The first subject felt grateful, considering the presence of their child as the greatest blessing. The second subject felt grateful for their child's achievements in regular school. For the third subject, the presence of their child encouraged them to view life from a more positive perspective.

The informant regarded every development of their child as a source of gratitude. The research also found that feelings of gratitude made mothers with children with special needs become more patient and creative, experiencing positive emotions such as happiness and pride, having the motivation to learn and understand their child's condition, and enjoying life more. Additionally, the study also found that social support can influence the feelings of gratitude in these mothers.

Keywords; *Gratitude of Mothers; Autistic Children*

PENDAHULUAN

Kehidupan seorang ibu yang memiliki anak dengan autisme merupakan perjalanan yang penuh tantangan dan ujian. Autism adalah salah satu jenis gangguan perkembangan yang terjadi sebelum usia 2 tahun 6 bulan dan ditandai dengan kesulitan berinteraksi, komunikasi, dan mempelajari bahasa (Mulyani, 2022).

Gejala-gejala ini dapat memberikan dampak yang signifikan pada kehidupan seorang ibu dan keluarganya. Pada tahun 2010, terdapat sekitar 2,4 juta individu dengan autisme di Indonesia, sementara populasi penduduk Indonesia pada waktu itu mencapai sekitar 237,5 juta orang dengan tingkat pertumbuhan sebesar 1,14 persen. Selanjutnya, diperkirakan jumlah penderita autisme di Indonesia bertambah sekitar 500 orang setiap tahunnya. Meskipun prevalensi autisme cukup tinggi, penyebab pasti dari gangguan ini masih belum diketahui secara pasti. Menerima kenyataan bahwa anak mereka mengalami gangguan autisme bukanlah hal yang mudah bagi seorang ibu. Pada awalnya, ibu mungkin akan merasa bingung, bersalah, dan terkejut karena kurangnya pemahaman dan miskonsepsi tentang autisme. Namun dalam hasil penelitian yang di laksanakan Ajran Nura dan kartika sari (2018) dengan judul “*Kebersyukuran Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus*”. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa melalui kebersyukuran, ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dapat mengembangkan sifat sabar dan kreatif. Merasakan emosi positif seperti kegembiraan dan kebanggaan, serta memiliki semangat belajar untuk memahami kondisi anak dan lebih menikmati hidup. Selain itu, penelitiannya juga menemukan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap tingkat kebersyukuran yang dirasakan oleh ibu tersebut (Nura, 2018).

Penting untuk diingat bahwa autisme bukanlah akibat dari dosa-dosa orang tua atau hasil dari konflik dalam hubungan pernikahan. Pengetahuan tentang penyebab autisme terus berkembang melalui penelitian ilmiah, dan pemahaman yang lebih mendalam tentang kondisi ini

dapat membantu menghilangkan stigma dan menghadirkan dukungan yang lebih baik bagi individu dengan autisme dan keluarga mereka. Dampak dari kebingungan, terkejut, rasa bersalah, dan konflik berkepanjangan antara orang tua dapat berdampak negatif pada anak autis karena penundaan dalam mendiagnosis kondisi anak. Orang tua yang memiliki anak dengan autisme menghadapi berbagai tantangan, termasuk: ketika anak mereka didiagnosis dengan autisme, orang tua merasa kaget, panik, bingung, dan merasa bersalah; para ibu yang memiliki anak dengan autisme menghadapi sejumlah tantangan dan perjuangan yang kompleks dalam mengasuh anak-anak mereka. Mereka mungkin mengalami perasaan malu dan bingung ketika harus menjelaskan kondisi anak mereka kepada orang lain. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pemahaman dan kesadaran masyarakat tentang autisme, sehingga mereka khawatir akan mendapatkan reaksi yang tidak mendukung atau menerima. Di samping itu, masalah keuangan juga menjadi beban bagi ibu-ibu tersebut karena biaya perawatan dan terapi anak dengan autisme bisa sangat tinggi. Mereka harus mencari cara untuk mengatasi keterbatasan keuangan agar anak-anak mereka tetap mendapatkan perawatan dan dukungan yang dibutuhkan. Perilaku anak autisme bisa sangat beragam, tergantung pada tingkat keparahan dan karakteristik individu diantaranya yakni kesulitan dalam berkomunikasi, masalah dalam berinteraksi sosial dan perilaku tantrum (Fadhila, 2021).

Melalui observasi dan identifikasi awal yang dilaksanakan oleh peneliti, bahwa ibu dari anak berkebutuhan khusus mengalami banyak kesulitan dalam kehidupan sehari-hari. Keterbatasan yang dimiliki anak memaksa orang tua mencari pendidikan dan hiburan yang mendukung agar anak mendapatkan kesempatan yang sama dengan anak-anak lainnya. Selain itu, seiring perkembangan anak diperlukan program rehabilitasi khusus untuk memastikan transisi yang positif ke masa dewasa. Dalam menghadapi tantangan ini, kebersyukuran menjadi faktor penting. Kebersyukuran adalah kecenderungan untuk mengenali dan merespons dengan emosi bersyukur terhadap peran dan kebaikan orang lain dalam pengalaman dan hasil positif yang didapat seseorang. Kebersyukuran menjadi perilaku yang berhubungan dengan afeksi (affective trait) yang cenderung menetap. Individu yang memiliki kebersyukuran sebagai affective trait disebut sebagai individu yang bersyukur (Akmal, 2018).

Melalui penjabaran latar belakang masalah di atas, dapat diketahui bahwa kebersyukuran memainkan peran penting dalam kehidupan ibu yang memiliki anak dengan autisme. Oleh

karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kebersyukuran pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (*Gratitude Ibu Yang Memiliki Anak Autisme*). Dengan pemahaman yang lebih baik tentang peran kebersyukuran ini, dapat dikembangkan strategi dan intervensi yang membantu ibu menghadapi tantangan sehari-hari dan meningkatkan kualitas hidup dari anak-anak yang berkebutuhan khusus.

METODOLOGI PENELITIAN

Pendekatan penelitian ini adalah kualitatif, sifat atau jenis penelitian adalah deskriptif, dan metode penelitian menggunakan fenomenologi. Metode fenomenologi digunakan, sebagaimana dinyatakan John W. Creswell (Creswell, 2007), sebagai upaya untuk menggambarkan makna dari pengalaman hidup sejumlah orang tentang suatu konsep atau gejala (Siyoto, 2015)

Penelitian ini ditujukan untuk mengkaji, menganalisis, mendeskripsikan fenomena, peristiwa serta aktifitas lainnya. Dalam penelitian ini data diperoleh dengan meneliti "*Gratitude Ibu Yang Memiliki Anak Autisme*" Pengambilan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur, observasi non sistematis dan dokumentasi sebagai pendukung. Analisis data yang digunakan adalah reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Bertujuan untuk menggambarkan secara sistematis dan akurat fakta dan karakteristik mengenai populasi atau mengenai bidang tertentu. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini bersifat deskriptif, yakni menggambarkan secara sistematis dan akurat fakta dan karakteristik mengenai populasi atau bidang tertentu, tanpa mencari penjelasan atau mempelajari implikasi lebih (Moleong, 1989)

Data yang terkumpul dalam penelitian kemudian dianalisis dengan menggunakan metode reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Proses reduksi data melibatkan pengorganisasian dan pengelompokan temuan yang muncul dari wawancara dan observasi. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur, observasi non-partisipan, dan dokumentasi sebagai pendukung. Analisis data meliputi tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Untuk memastikan keabsahan hasil penelitian, digunakan metode triangulasi. Metode triangulasi yang digunakan meliputi triangulasi sumber, triangulasi metode, dan triangulasi teori (Indra, 2022).

HASIL ANALISI DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini, peneliti melakukan wawancara dengan tiga orang subjek yang memiliki inisial LS, TS dan RM untuk menggali informasi “*Gratitude ibu yang memiliki anak Autisme*”. Hasil analisis dan pembahasan penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih mendalam terhadap data-data temuan yang diperoleh. Dengan tujuan untuk mengeksplorasi kebersyukuran pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, khususnya anak dengan autisme. Dalam penelitian ini, digunakan metode pendekatan kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, yang memungkinkan peneliti untuk memahami pengalaman subjek secara mendalam (Cendekia, 2019).

Penelitian ini memberikan wawasan yang berharga tentang pengalaman ibu yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus, khususnya anak dengan autisme. Mengetahui peran perasaan syukur dalam kehidupan seorang ibu dapat menjadi landasan untuk pengembangan intervensi dan dukungan yang lebih baik.

Adapun aspek-aspek kebersyukuran menurut (Emmons, 2001) dan Michael McCullough berdasarkan hasil wawancara dalam penelitian diantaranya :

- 1) *Intensity* (Intensitas): Ibu yang merawat anak dengan kebutuhan khusus mungkin mengalami intensitas kebersyukuran yang tinggi saat mengalami peristiwa positif yang terkait dengan perkembangan atau pencapaian anak mereka. Beliau memiliki respons emosional yang kuat dan mendalam terhadap kemajuan anak-anaknya, dengan perasaan syukur yang dalam dan kuat.
- 2) *Frequency* (Frekuensi): Dalam pengalaman sehari-hari, subjek sering merasakan rasa syukur secara konsisten. Beliau (subjek) dapat mengembangkan kebiasaan untuk menghargai dan merasakan perasaan syukur dalam berbagai situasi dan pengalaman hidup, termasuk tantangan yang dihadapi dalam merawat anaknya dengan kebutuhan khusus.
- 3) *Span* (Jangkauan): Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus merasakan kebersyukuran dalam berbagai aspek kehidupan. beliau (subjek) dapat merasakan syukur terhadap dukungan sosial yang di terima, kesehatannya sendiri, keberhasilan anak-anaknya di sekolah atau terapi, serta momen kecil kebahagiaan sehari-hari. Jangkauan kebersyukuran ibu ini meluas ke berbagai bidang kehidupannya.
- 4) *Density* (Kepadatan): Kepadatan kebersyukuran pada ibu ini mencerminkan seberapa konsisten mereka merasakan rasa syukur dalam hidup sehari-hari mereka. Meskipun

subjek ini menghadapi tantangan yang berat dan stres dalam merawat anak dengan kebutuhan khusus, beliau (subjek) dapat mengalami kejadian positif dan momen kebersyukuran dengan kepadatan yang tinggi. Hal ini terkait dengan mendapatkan dukungan sosial yang memadai, melihat kemajuan anak mereka, atau memiliki pengalaman kebahagiaan dalam kehidupan keluarga mereka.

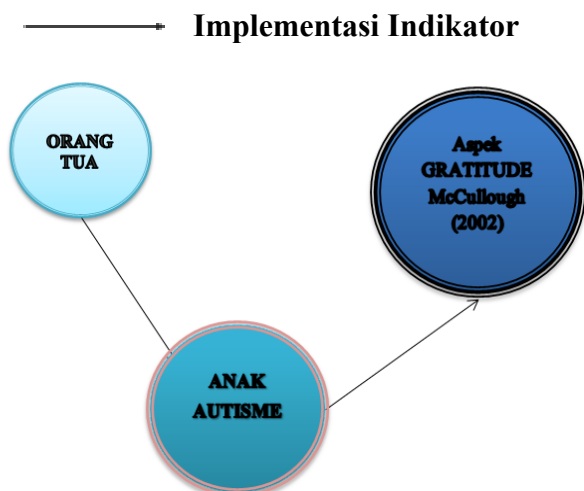
Dalam penelitian ini, aspek-aspek tersebut dapat digunakan untuk memahami pengalaman kebersyukuran ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus secara mendalam. Melalui wawancara dan observasi, peneliti dapat mengeksplorasi intensitas, frekuensi, jangkauan, dan kepadatan kebersyukuran para ibu ini, serta memahami bagaimana faktor-faktor seperti dukungan sosial dan persepsi mereka terhadap kebutuhan khusus anak mereka dapat memengaruhi tingkat dan pengalaman kebersyukuran mereka.

Kerangka berpikir:

Mengekspresikan kebersyukuran bagi orang Tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus adalah dengan menghargai kondisi anak dan memusatkan perhatian pada aspek positif di tengah tantangan dalam mengasuh anak. Seseorang yang ketika mengalami peristiwa positif merasa lebih intens bersyukur.

Setiap orang tua terutama seorang ibu pasti berkeinginan dan berharap agar anak yang dilahirkannya akan berkembang menjadi individu yang menyenangkan, berbakat, dan cerdas, sehingga kelak dapat melanjutkan tradisi keluarga. Namun, ada orang tua yang justru memiliki anak dengan kekurangan. Salah satu jenis kekurangan atau kelainan tersebut adalah masalah perkembangan seperti gangguan kecemasan, disleksia, hiperaktifitas, dan kondisi serupa yang melibatkan anak dengan kebutuhan khusus.

Keterangan :



Gambar. Kerangka Berpikir

Autisme tidak hanya berdampak pada individu yang mengalaminya, tetapi juga memiliki pengaruh yang signifikan pada lingkungan sekitar, terutama ibu. Hal ini menunjukkan bahwa memiliki seorang anak dengan autisme merupakan sebuah ujian dan tantangan bagi seorang ibu. Kebersyukuran memiliki peranan penting bagi orang tua khususnya seorang Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus karena mereka yang bersyukur cenderung merasa puas dengan kehidupan mereka dan terhindar dari emosi kekecewaan dan frustrasi.

Berikut di bawah ini adalah pengaitan antara pandangan kebersyukuran menurut (Emmons, 2001) dan Michael McCullough dan aspek-aspek pengakuan, penghargaan, rasa syukur, kesadaran, sikap apresiasi, dan tindakan terhadap subjek LS, TS, RM, dan informan DS, berdasarkan model *Antecedents, Behavior* dan *Consequences* adalah:

1) Pengakuan (Recognition):

- a) Ibu LS mengalami pengakuan dari lingkungan sekitarnya, seperti keluarga, teman, atau rekan kerja, atas perjuangannya dalam merawat anak dengan autisme dan tetap menjaga sikap positif.
- b) Ibu TS merasa diakui oleh sekolah dan komunitas tempat ia bekerja sebagai guru TK yang peduli dan berdedikasi terhadap anak-anak dengan kebutuhan khusus, termasuk anak-anak autis.
- c) Ibu RM mendapatkan pengakuan dari suami dan keluarga sebagai ibu yang penuh perhatian, sabar, dan berkomitmen dalam merawat anak dengan autisme, serta mendukung suami sebagai seorang petani.
- d) Informan DS memberikan pengakuan terhadap ibu-ibu yang memiliki anak dengan autisme atas dedikasi dan usaha mereka dalam memberikan perawatan dan dukungan yang dibutuhkan oleh anak-anak mereka.

2) Penghargaan (Appreciation)

- a) Ibu LS merasa dihargai atas upayanya dalam menciptakan lingkungan yang kondusif bagi perkembangan anak autis, menghadapi tantangan dengan kesabaran, dan menemukan cara-cara kreatif untuk mendukung perkembangan anak.
 - b) Ibu TS mendapatkan apresiasi dari anak-anak di sekolah yang merasa terbantu dan dihargai atas perhatian dan dukungan yang diberikan oleh Ibu TS.
 - c) Ibu RM mendapatkan apresiasi dari suami dan anggota keluarga yang menghargai kerja kerasnya dalam menjaga keseimbangan antara merawat anak dengan autisme dan mendukung suami sebagai petani.
 - d) Informan DS menghargai ibu-ibu yang memiliki anak dengan autisme karena kesadaran mereka terhadap kebutuhan anak, kesabaran mereka dalam menghadapi tantangan, dan sikap positif mereka dalam menjalani perjalanan ini.
- 3) Rasa Syukur (*Gratefulness*)
- a) Ibu LS merasakan rasa syukur atas kehadiran anaknya dan peluang untuk tumbuh dan belajar bersamanya, meskipun ada tantangan yang dihadapi seiring dengan diagnosis autisme.
 - b) Ibu TS merasa bersyukur atas kesempatan untuk bekerja sebagai guru TK dan memberikan kontribusi pada pendidikan anak-anak dengan kebutuhan khusus, termasuk anak-anak autis.
 - c) Ibu RM merasakan rasa syukur atas keluarga yang saling mendukung, termasuk suami yang sebagai petani memberikan dukungan dan stabilitas ekonomi bagi keluarga.
 - d) Informan DS merasakan rasa syukur atas keberadaan ibu-ibu yang memiliki anak dengan autisme dalam komunitas, karena mereka memberikan inspirasi, pengetahuan, dan pengalaman yang berharga dalam menghadapi perjalanan yang serupa.
- 4) Kesadaran (*Awareness*)
- a) Ibu LS memiliki kesadaran yang tinggi tentang kebutuhan anak autisnya, kelebihan dan potensinya, serta pentingnya menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangannya.
 - b) Ibu TS memiliki kesadaran akan keunikan setiap anak dengan autisme di kelasnya, serta pentingnya penggunaan pendekatan dan strategi yang sesuai untuk membantu mereka mencapai potensinya.

- c) Ibu RM memiliki kesadaran tentang tantangan yang dihadapi anak dengan autisme dan keluarga, dan upaya yang diperlukan untuk memberikan perawatan dan dukungan yang dibutuhkan.
 - d) Informan DS memiliki kesadaran akan peran ibu-ibu yang memiliki anak dengan autisme dalam masyarakat, serta tantangan dan keberhasilan yang mereka hadapi dalam menghadapi situasi yang unik ini.
- 5) Sikap *Apresiasi (Appreciative Attitude)*:
- a) Ibu LS menunjukkan sikap apresiatif terhadap kemajuan dan pencapaian anak autisnya, serta kekuatan dan keunikan yang dimiliki oleh anak tersebut.
 - b) Ibu TS memiliki sikap apresiatif terhadap keberanian dan ketekunan anak-anak di kelasnya, serta usaha mereka dalam mengatasi hambatan dan mengembangkan kemampuan mereka.
 - c) Ibu RM menunjukkan sikap apresiatif terhadap setiap usaha dan pencapaian anak dengan autisme, sekecil apapun itu, serta menghargai peran dan kontribusi setiap anggota keluarga.
 - d) Informan DS memiliki sikap apresiatif terhadap ibu-ibu yang memiliki anak dengan autisme, melihat kekuatan mereka dalam menghadapi tantangan, komitmen mereka dalam memberikan perawatan dan dukungan, serta dedikasi mereka dalam mempromosikan pemahaman dan penerimaan.
- 6) Tindakan Balas Budi (*Reciprocity*):
- a) Ibu LS menunjukkan tindakan balas budi dengan berbagi pengalaman dan pengetahuan kepada orang-orang yang menghadapi situasi serupa, serta terlibat dalam upaya komunitas untuk meningkatkan pemahaman tentang autisme.
 - b) Ibu TS melibatkan diri dalam tindakan balas budi dengan memberikan dukungan kepada ibu-ibu lain yang memiliki anak dengan autisme di sekolah atau di komunitas, serta memberikan kontribusi dalam program-program yang mendukung pendidikan anak-anak dengan kebutuhan khusus.

- c) Ibu RM menunjukkan tindakan balas budi dengan memberikan dukungan dan bantuan kepada ibu-ibu lain yang memiliki anak dengan autisme di sekitarnya, serta berbagi pengalaman dan strategi yang efektif.
- d) Informan DS menunjukkan tindakan balas budi dengan memberikan dukungan dan sumber daya kepada ibu-ibu yang memiliki anak dengan autisme, serta berpartisipasi dalam upaya untuk mempromosikan pemahaman dan penerimaan masyarakat terhadap autisme.

Melalui pandangan gratitude dalam aspek pengakuan, penghargaan, rasa syukur, kesadaran, sikap apresiasi, dan tindakan balas budi, ibu-ibu LS, TS, dan RM serta informan DS menunjukkan penghargaan yang mendalam terhadap pengalaman mereka dalam merawat anak-anak dengan autisme. Pandangan gratitude ini membantu dalam menjalani perjalanan dengan sikap positif, kesadaran yang tinggi, dan komitmen untuk memberikan dukungan terbaik bagi anak-anak mereka.

SIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini memberikan pemahaman yang mendalam tentang kebersyukuran pada subjek penelitian yang merupakan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, khususnya anak dengan autisme. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek mengalami perasaan syukur yang mendalam dalam menjalani peran mereka sebagai ibu dari anak-anak yang memiliki kebutuhan khusus. Perasaan syukur muncul sebagai respons terhadap kehadiran anak-anak mereka dan prestasi yang dicapai, serta menjadi pendorong untuk melihat kehidupan dengan sudut pandang yang lebih positif. Perasaan syukur memainkan peran penting dalam kehidupan sehari-hari subjek, membantu menjadi lebih sabar dan kreatif dalam menghadapi tantangan yang mereka hadapi. Selain itu, perasaan syukur juga mempengaruhi persepsi subjek terhadap kehidupan secara keseluruhan, menginspirasi mereka untuk melihat kebaikan dalam setiap momen kecil dan merayakan pencapaian anak-anak mereka, sekecil apapun itu. Perasaan syukur juga memberikan dampak positif pada kesejahteraan psikologis subjek.

Subjek merasakan emosi positif, seperti kebahagiaan dan rasa bangga, ketika melihat perkembangan dan prestasi anak-anak mereka. Perasaan syukur juga memberikan semangat

belajar yang tinggi untuk memahami kondisi anak-anak mereka dengan lebih baik. Dukungan sosial dari keluarga, teman, dan komunitas orang tua dengan anak berkebutuhan khusus juga berperan penting dalam memperkuat perasaan syukur ini. Kebersyukuran memiliki peran penting dalam kehidupan subjek penelitian yang merupakan ibu-ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan intervensi dan program dukungan yang lebih baik bagi ibu-ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Melalui pendekatan yang menguatkan perasaan syukur dan mempromosikan dukungan sosial, dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis subjek-subjek ini dan menciptakan lingkungan yang inklusif bagi anak-anak dengan kebutuhan khusus. Oleh karena itu, disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih besar dan melibatkan berbagai jenis kebutuhan khusus agar dapat memperluas pemahaman tentang kebersyukuran pada subjek yang memiliki anak berkebutuhan khusus secara lebih luas.

SARAN

Berdasarkan temuan penelitian ini, terdapat beberapa saran yang dapat diusulkan untuk penelitian lebih lanjut:

- 1) Menjelajahi pengaruh perasaan syukur pada kesejahteraan psikologis ibu secara lebih komprehensif. Penelitian dapat melihat hubungan antara perasaan syukur dengan stres, kecemasan, depresi, dan kualitas hidup secara keseluruhan.
- 2) Melibatkan perspektif anak dengan kebutuhan khusus dalam penelitian tentang perasaan syukur. Studi yang memperhatikan perspektif anak dapat memberikan wawasan yang berharga tentang pengaruh perasaan syukur pada diri mereka sendiri dan interaksi dengan ibu mereka.
- 3) Mengeksplorasi strategi dan intervensi yang dapat meningkatkan perasaan syukur pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana mendukung dan memperkuat perasaan syukur dalam

populasi ini, dengan tujuan meningkatkan kesejahteraan ibu dan keluarga secara keseluruhan.

- 4) Menggali peran dukungan sosial yang lebih luas dalam mempengaruhi perasaan syukur ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Penelitian dapat melihat lebih jauh tentang bagaimana dukungan sosial dari berbagai sumber, termasuk profesional kesehatan, pendidik, dan komunitas, dapat membantu memperkuat perasaan syukur dan memberikan dukungan yang lebih baik bagi ibu-ibu ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Akmal. (2018). Konsep syukur (GRATEFULNES). *Jurnal Komunikasi Dan Pendidikan Islam-UIN Sultan Syarif Kasim Riau*, 7, 1–22.
- Cendekia, M. S. (2019). *METODOLOGI PENELITIAN SOSIAL*. MEDIA SAHABAT CENDEKIA. <https://books.google.co.id/books?id=tretDwAAQBAJ>
- Emmons. (2001). Is Gratitude a Moral Affect.pdf. *Psychological Bulletin*, 127, 249–266.
- Fadhila. (2021). Keikhlasan Orang Tua yang Memiliki Anak Autisme. *Jurnal Al Husna, Agustus 2021, Hal 114-133*, 2(2), 114–133. <https://doi.org/10.18592/jah.v2vi2i.4767>
- Indra. (2022). *Metodologi Penelitian Pendekatan Teori dan Praktik*. umsu press. <https://books.google.co.id/books?id=CaeBEAAAQBAJ>
- Moleong. (1989). *Metodologi penelitian kualitatif*. Remadja Karya. <https://books.google.co.id/books?id=YXsknQEACAAJ>
- Mulyani, dkk. (2022). Keikhlasan Orang Tua yang Memiliki Anak Autisme. *Jurnal Al-Husna*, 2(2), 114. <https://doi.org/10.18592/jah.v2i2.4767>
- Nura. (2018). Kebersyukuran pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Ecopsy*, 5, 73–80. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.20527/ecopsy.v5i2.5041>
- Rahim. (2016). Rasa Syukur Pada Ibu Yang Memiliki Anak Kerkebutuhan Khusus. *Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makasar*.
- Siyoto. (2015). *DASAR METODOLOGI PENELITIAN*. Literasi Media Publishing. <https://books.google.co.id/books?id=QPhFDwAAQBAJ>