

Pengaruh Kebersyukuran Terhadap Resiliensi Orang Tua Dengan Anak Berkebutuhan Khusus

Beatrice Jessica Sinaga¹, Dian Mufitasari²

Fakultas Psikologi UGM

E-mail: ¹*beatricesinaga@mail.ugm.ac.id*, ²*dianmufitasari@mail.ugm.ac.id*

Abstrak

Orang tua dengan anak berkebutuhan khusus memiliki tantangan dan tanggung jawab yang lebih besar karena adanya ketergantungan dan masalah perilaku dari anak berkebutuhan khusus. Hal tersebut cenderung membuat orang tua lebih rentan mengalami stres dan merasakan emosi negatif dalam kehidupan sehari-hari. Penting bagi orang tua untuk memiliki resiliensi diri yang baik sehingga dapat memberikan pengasuhan yang optimal bagi anak disamping pekerjaan serta aktivitas lainnya. Perasaan bersyukur cenderung memberikan emosi positif yang dapat mendukung peningkatan resiliensi dalam diri individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kebersyukuran terhadap resiliensi orang tua dengan anak berkebutuhan khusus. Dengan metode survei penelitian ini melibatkan 192 orang tua yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus. Hasil penelitian yang diperoleh dari analisis regresi linear sederhana menunjukkan $R^2=0,228$ ($p<.001$) bahwa terdapat pengaruh kebersyukuran terhadap resiliensi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Kata kunci: *resiliensi, kebersyukuran, orang tua, anak berkebutuhan khusus*

Abstract

Parents of children with special needs have greater challenges and responsibilities due to the dependency and behavioural problems of children with special needs. This tends to make parents more vulnerable to experiencing stress and feeling negative emotions in everyday life. It is important for parents to have good self-resilience so that they can provide optimal care for their children in addition to work and other activities. Feelings of gratitude tend to provide positive emotions that can support increased resilience in individuals. This study aims to determine the effect of gratitude on the resilience of parents with children with special needs. With the survey method, this study involved 192 parents who have children with special needs. The results obtained from simple linear regression analysis showed $R^2 = 0.228$ ($p < .001$) that there is an influence of gratitude on the resilience of parents who have children with special needs.

Keywords: *resilience, gratitude, parents, children with special needs*