

**HUBUNGAN ANTARA QANA'AH DENGAN KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGIS PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK
BERKEBUTUHAN KHUSUS
DI PEKANBARU**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi Universitas Islam Riau*



OLEH :

YOLLA RISKA ANDRIANI
NPM. 158110148

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU**

2019

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA QANAAH DENGAN KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGI PADA ORANGTUA YANG MEMILIKI ANAK
BERKEBUTUHAN KHUSUS DI PEKANBARU

YOLLA RISKA ANDRIYANI
NPM. 158110148

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji pada tanggal 29 November 2019

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Yulia Herawaty, S.Psi., M.A

2. Juliarni Siregar, M.Psi., Psikolog

3. Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh
Gelar Sarjana Psikolog

Pekanbaru, _____

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi



Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Yolla Riska Andriani
NPM : 158110148
Fakultas : Ilmu Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Antara Qana'ah Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Orangtua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus Di Pekanbaru.

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar pekerjaan saya sendiri dan sepanjang pengetahuan saya tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis oleh orang lain atau telah digunakan sebagai persyaratan penyelesaian studi di Perguruan Tinggi lain kecuali pada bagian tertentu yang saya ambil sebagai acuan.

Pekanbaru, November 2019
Yang Menyatakan

YOLLA RISK ANDRIANI

PERSEMBAHAN

Puji Syukur Kepada Allah SWT atas segala limpahan karunia kesehatan, kesempatan dan kemampuan kepada penulis, dengan rasa bangga dan syukur skripsi ini dipersembahkan untuk:

- ❖ *Orang tuaku tercinta, Ayahanda H. Asmara dan Ibunda Hj. Sribunian atas segala doa dan perjuangannya*
- ❖ *Saudara-saudaraku beserta seluruh keluarga besar*
- ❖ *Seluruh pembaca khalayak umum*
- ❖ *Almamater Fakultas Ilmu Psikologi Universitas Islam Riau*

Semoga karya kecil dan perjuangan singkat ini dapat membanggakan dan bermanfaat, Aamiin ya rabbal'alamin



MOTTO

Sesungguhnya sesudah kesulitan akan ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai dari suatu urusan, kerjakanlah dengan sungguh-sungguh urusan yang lain dan hanya kepada Tuhanmulah kamu berharap (Qs. Al-Insyiroh : 6-8)



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim...

Alhamdulillah segala puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya. Shalawat beriring salam tercurah kepada baginda Nabi Muhammad SAW, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “ Hubungan antara Qana’ah dengan Kesejahteraan Psikologis pada orangtua yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di Pekanbaru”. Skripsi ini dibuat untuk memenuhi gelar sarjana psikologi Universitas Islam Riau, Pekanbaru.

Dalam penyelesaian skripsi ini, penulis banyak menerima bantuan baik berupa dorongan, semangat, maupun sumbangan pikiran dari berbagai pihak. Untuk itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof Dr H Syafrinaldi, SH, MCI selaku rector Universitas Islam Riau.
2. Bapak Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
3. Ibu Tengku Nila Fadhlia, M.Psi., Psikolog selaku wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
4. Ibu Irma Kusuma Salim, M.Psi., Psikolog selaku wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
5. Ibu Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog selaku wakil Dekan III dan Penasehat Akademik Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

6. Ibu Yulia Herawaty, S.Psi., M.A selaku ketua prodi dan dosen pembimbing satu memberikan waktu luang untuk penulis, memberikan dukungan, penuh kesabaran memberikan bimbingan dan mengarahkan penulis sehingga skripsi ini bisa diselesaikan.
7. Ibu Juliarni Siregar, M.Psi., Psikolog selaku pembimbing dua yang juga selalu memberikan waktu luang untuk penulis, memberikan dukungan, penuh kesabaran memberikan bimbingan dan mengarahkan penulis sehingga skripsi ini bisa diselesaikan.
8. Kepada Kepala Sekolah SLB Kasih Ibu, Panam Mulia, Al- Faqih, dan Pelita Nusa yang telah mengizinkan saya untuk melaksanakan penelitian di SLB tersebut.
9. Segenap dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, Bapak Ahmad Hidayat, S.Th.I, M.Psi, Psikolog, Ibu Syarifah Farradina, S.Psi, M.A, bapak Fikri, S.Psi., M.Si, Ibu Leni Armayati, M.Si, Ibu dr. Raihanatu Binqolbi R, Bapak Didik Widianoro, M. Psi., Psikolog, Ibu Icha Herawati, S.Psi, M.Soc., S.C, Ibu Irfani Rizal, S.Psi., M.Soc serta seluruh dosen yang telah mendidik dan membimbing penulis dalam proses perkuliahan. Bapak ibu terima kasih banyak atas ilmu dan pengajarannya yang sangat bermanfaat dan memberikan pengalaman selama empat tahun ini lebih berharga.
10. Segenap pengurus tata usaha dan PHL Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, Bapak Zulkifli Nur, SH, Ibu Masrifah, S.Kom, ibu Hj. Sovia Endang, Ibu Hj. Nurbaiti M, Ibu Eka Mailina Sari, S.E, bapak Wan Rahmad Maulana, S.E, bapak Ridho Lesmana, S.T, ibu Liza Farhani,

S.Psi, ibu kasmiwati, bapak M. Soif, dan Ibu Dewi Novitasari yang telah membantu dalam proses pengadministrasian dan hal-hal lainnya.

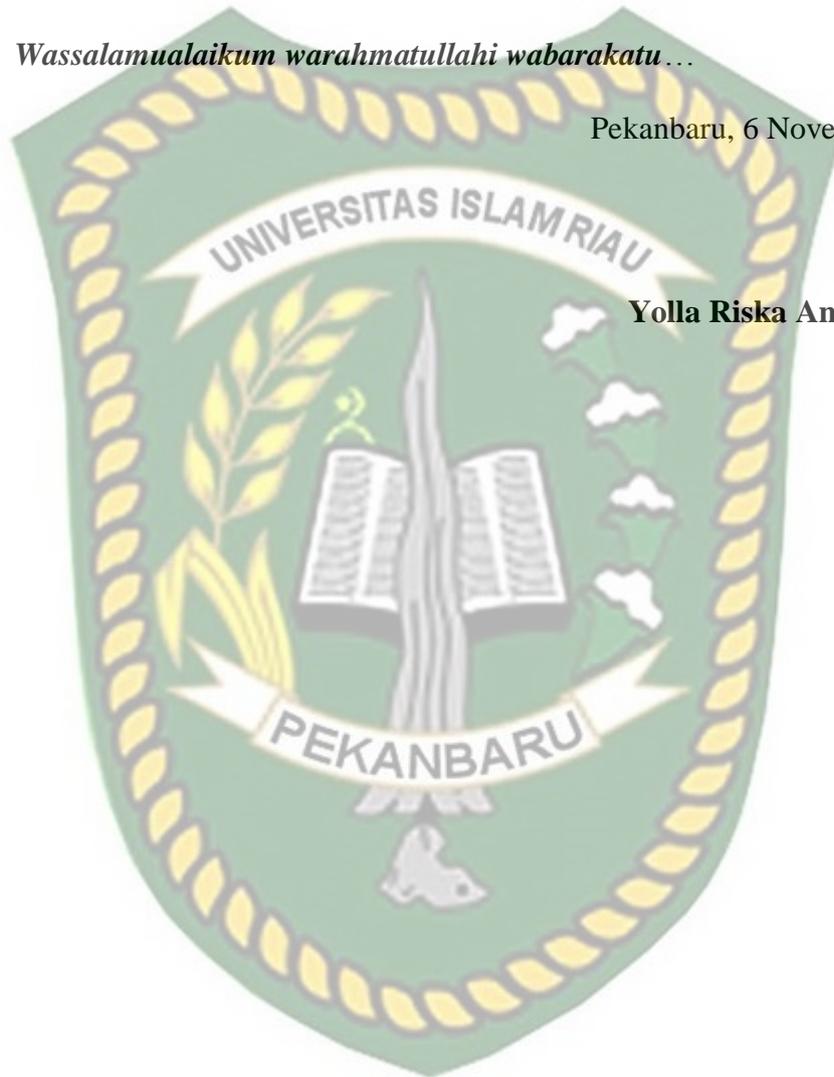
11. Bapak dan Emak tercinta, Bapak H. Asmara dan Hj. Ibu Sribunian. Terima kasih banyak untuk semua doa, dukungan, semangat, kasih sayang yang tiada tara serta kepercayaan yang telah diberikan sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan.
12. Kakak dan abang tersayang Ika Assari Dewi dan Andri yadi, yang telah memberikan dorongan dengan penuh semangat dan kasih sayang kepada penulis hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
13. Teruntuk teman special Tyas Hariadhi, yang telah memberikan dukungan, semangat, doa dan kasih sayang kepada penulis hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
14. Teruntuk sahabatku seperjuangan Fanny Anggriani, Nurul zulfa, Mega Mellawati, Dwi Puspita Rini, Suci Maharani Putri, Siti Sarah, Aldita Permata Putri, Suhartini dan Tara Hasbelita. Terimakasih telah mewarnai hari- hari ku dikampus dan telah memberikan semangat untuk peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
15. Semua pihak yang telah berjasa bagi penulis dan tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, hingga skripsi ini dapat terselesaikan. Semoga menjadi amal yang baik dan mendapatkan balasan dari Allah SWT. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat dan sumbangan pemikiran khususnya dibidang psikologi.

Skripsi ini mungkin belum sepenuhnya sempurna, oleh karena itu bila terdapat kekurangan dalam skripsi ini dapat menjadi pertimbangan bagi penulis-penulis berikutnya agar menjadi sebuah karya tulis yang lebih lengkap.

Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatu ...

Pekanbaru, 6 November 2019

Yolla Riska Andriyani



DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Kesejahteraan Psikologis	11
1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis	11
2. Dimensi Kesejahteraan Psikologis	13
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis	16
B. Qana'ah	19
1. Pengertian Qana'ah	19
2. Aspek-Aspek Qana'ah	21

3. Faktor- faktor yang Mempengaruhi Qana'ah.....	22
C. Anak Berkebutuhan Khusus.....	24
1. Pengertian Anak Berkebutuhan Khusus.....	24
2. Jenis- jenis Anak Berkebutuhan Khusus.....	26
D. Hubungan antara Qana'ah dengan Kesejahteraan Psikologis pada orangtua yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus	32
E. Hipotesis.....	35
BAB III METODE PENELITIAN	36
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	36
B. Definisi Operasional.....	36
1. Definisi Operasional Kesejahteraan Psikologis	36
2. Definisi Operasional Qana'ah.....	36
C. Subjek Penelitian.....	37
1. Populasi Penelitian.....	37
2. Sampel Penelitian.....	37
D. Metode Pengambilan Data	39
1. Skala Kesejahteraan Psikologis.....	40
2. Skala Qana'ah	41
E. Validitas dan Reliabilitas	42
1. Validitas Alat Ukur	42
2. Reliabilitas Alat Ukur	43
F. Metode Analisis Data.....	44
1. Uji Normalitas.....	44

2. Uji Linieritas	44
3. Uji Hipotesis.....	45
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	46
A. Prosedur Penelitian.....	46
1. Orientasi Kanchah Penelitian.....	46
2. Pengembangan Alat Ukur.....	47
3. Pelaksanaan Penelitian	49
B. Hasil Penelitian	49
1. Deskripsi Subjek Penelitian	49
2. Deskripsi Data Penelitian.....	51
3. Hasil Analisis Data.....	54
4. Pembahasan.....	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	62
A. KESIMPULAN	62
B. SARAN	62
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Sampel Penelitian	38
Tabel 3.2 Blue Print Skala Kesejahteraan Psikologis Sebelum <i>Try Out</i>	40
Tabel 3.3 Blue Print Skala Qana'ah Sebelum <i>Try Out</i>	41
Tabel 4.1 Blue Print Skala Kesejahteraan Psikologis Setelah <i>Try Out</i>	47
Tabel 4.2 Data Demografi Penelitian.....	49
Tabel 4.3 Data Subjek Berdasarkan Ketunaan.....	51
Tabel 4.4 Deskripsi Data Penelitian.....	52
Tabel 4.5 Rumus Kategori	53
Tabel 4.6 Kategorisasi Skor Qana'ah.....	53
Tabel 4.7 Kategorisasi Skor Skala Kesejahteraan Psikologis.....	53
Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas	54
Tabel 4.9 Hasil Uji Linearitas	55
Tabel 4.10 Hasil Uji Korelasi <i>Product Moment</i>	56

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN I

- A. Validasi isi
- B. Skala Kesejahteraan Psikologis sebelum *Try Out*
- C. Skala Kesejahteraan Psikologis Penelitian
- D. Skala Qana'ah Penelitian

LAMPIRAN II

- A. Skoring *Try Out*
- B. Uji Reliabilitas

LAMPIRAN III

- A. Skoring Penelitian
- B. Uji Normalitas
- C. Uji Linieritas
- D. Uji Hipotesis

LAMPIRAN IV

- A. SK Pembimbing
- B. Kartu Bimbingan Skripsi



**HUBUNGAN ANTARA QANA'AH DENGAN KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGIS PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK
BERKEBUTUHAN KHUSUS DI PEKANBARU**

YOLLA RISKA ANDRIYANI
158110148

Fakultas Psikologi
Universitas Islam Riau
Pekanbaru

ABSTRAK

Orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus rentan mengalami masalah psikologis. Faktor penyebab terjadinya masalah psikologis yaitu faktor ekonomi. Dibutuhkan keuangan yang cukup untuk layanan khusus seperti terapi, dibutuhkan waktu luang orangtua untuk mengurus anak dan juga respon negatif dari lingkungan menambah beban orangtua yang berdampak pada psikologisnya. Kerentanan ini memicu orangtua menjadi tidak sejahtera secara psikologis. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara qana'ah dengan kesejahteraan psikologis pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Pekanbaru. Metode pengambilan data pada penelitian ini menggunakan skala qana'ah yang disusun oleh Oktavia (2019) berdasarkan aspek- aspek qana'ah yang dikemukakan Rusdi (2016) dan Hamka (2017), dan skala kesejahteraan psikologis disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek- aspek kesejahteraan psikologis yang dikemukakan oleh Ryff (1995). Jumlah subjek dalam penelitian ini berjumlah 150 orang yang ditentukan dengan teknik *cluster sampling*. Hasil penelitian dengan menggunakan analisis korelasi Pearson *product moment* menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara qana'ah dengan kesejahteraan psikologis pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Pekanbaru dengan nilai $r = 0,711$, dan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Semakin tinggi qana'ah maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, adapun sumbangan efektif qana'ah terhadap kesejahteraan psikologis adalah sebesar 50,5 %.

Kata kunci : Qana'ah, kesejahteraan psikologis, anak berkebutuhan khusus

THE CORRELATION BETWEEN QANA'AH AND PSYCHOLOGICAL WELFARE ON PARENTS WHO HAVE SPECIAL NEEDS CHILDREN IN PEKANBARU

YOLLA RISKA ANDRIYANI
158110148

*Faculty of Psychology
Islamic University of Riau
Pekanbaru*

ABSTRACT

Parents who have children with special needs are vulnerable to psychological problems. Factors that cause problems due to economic factors. Adequate finance is needed for the necessary services, free time is also needed for handling children and also a negative response from the environment would emerge burden on parents which impact their psychology. This vulnerability triggers parents to become psychologically unwell. The purpose of this research is to find out the correlation between qana'ah and psychological welfare on parents who have special needs children in Pekanbaru. The data collection method in this study uses two scales: the scale of qana'ah by using Rusdi's theory (2016) Hamka (2017) and psychological welfare scale by using Ryff's theory (1995). The number of subjects in this study is 150 people who were determined by cluster sampling techniques. The results of the study by using Pearson product moment correlation analysis indicates that there is a positive relationship between qana'ah and psychological welfare on parents who have children with special needs in Pekanbaru with a value of $r = 0.711$, and a significance value of $p = 0,000$ ($p < 0.05$). The higher the qana'ah leads to the higher psychological welfare of parents with the special needs children. Moreover, the effective contribution of qana'ah to psychological welfare is 50.5%.

Keywords: Qana'ah, psychological welfare, children with special needs

العلاقة بين القناعة وبين الترفيه النفسي عند الوالدين للأبناء ذوي الاحتياجات الخاصة في بيكان بارو
يولا رزقي أندرياني

158110148

كلية علم النفس بالجامعة الإسلامية الرياوية
بيكان بارو
ملخص

كون المرء والدا للأبناء ذوي الاحتياجات الخاصة ليس أمرا سهلا، فمن الناس من يقبله ومنهم من لم يقبله. وهذا الرفض يحدث للحالة النفسية لدى الوالدين ليس لهم سمو النفس وراحة البال، لحالة وقعت لأبناءهم. ولكن ذلك الرفض يمكن أن يتحوّل إلى القبول والتسليم إذا خلّص الوالدون ما في أذهانهم من الكماليات والمثاليات في أبناءهم. وهذا التسليم سيفضي بصاحبه إلى الشكر والقناعة وهذا من علامة الراحة النفسية. ويهدف هذا البحث إلى معرفة العلاقة بين القناعة وبين الترفيه النفسي عند الوالدين للأبناء ذوي الاحتياجات الخاصة في بيكان بارو. وطريقة جمع البيانات تستخدم المقياس وهو مقياس القناعة مبني على نزرية رشيدي (2016) وحمكي (2017) و مقياس الراحة النفسية مبني على نظرية (1995) Ryff. وأما أفراد البحث فهو يمثل في عدد 150 نفرا. وطريقة أخذ عينة البحث تكون عن طريقة *cluster sampling*. وتكون نتيجة البحث عبر التحليل الارتباطي *product moment*. فنتيجة التحليل تشير إلى وجود العلاقة الوطيدة بين القناعة والراحة النفسية لدى الوالدين للأبناء ذوي الاحتياجات الخاصة في بيكان بارو بتقدير ($r = 0,711, p = 0,000$). كلما زادت القناعة زادت نسبة الراحة النفسية. الكلمة المفتاحية: القناعة، الراحة النفسية الأبناء، ذوو الاحتياجات الخاصة

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Jumlah anak berkebutuhan khusus di Indonesia setiap tahunnya mengalami peningkatan. Hal ini dapat dilihat dari data Badan Pusat Statistik yang menunjukkan bahwa pada tahun 2009 jumlah anak berkebutuhan khusus sebesar 1,48 juta (0,7%) dari jumlah penduduk, sedangkan pada tahun 2014 jumlah anak berkebutuhan khusus meningkat menjadi 9,9 juta jiwa.

Menurut data statistik Dinas Pendidikan Kota Pekanbaru peningkatan anak berkebutuhan khusus juga terjadi di Provinsi Riau. Hal ini terlihat pada tahun 2007 diperkirakan berjumlah 200 anak, dan pada tahun 2018 anak berkebutuhan khusus meningkat menjadi berjumlah 1.034 anak. Tidak diketahui secara pasti jumlah seluruh anak berkebutuhan khusus di Pekanbaru, data tersebut hanya diperkirakan dari jumlah anak berkebutuhan khusus yang bersekolah di Pekanbaru. Data Resmi dari Dinas Pendidikan Provinsi Riau menunjukkan ada 45 SLB dari jenjang SD hingga SMA di Provinsi Riau yang tersebar pada 10 kabupaten dan 2 kota. Di kota Pekanbaru sendiri terdapat 14 SLB yang tercatat di Dinas Pendidikan Provinsi Riau dan ke 14 SLB tersebut memiliki 1 SLB Negeri dan 13 SLB Swasta (Dinas Pendidikan Provinsi Riau, 2018).

Istilah ABK merupakan terjemahan dari *children with special needs* yang telah digunakan secara luas di dunia internasional yang sebelumnya menggunakan istilah difabel (*difference ability*). Masyarakat awam lebih mengenal ABK dengan istilah anak cacat, anak berkelainan, anak tuna atau anak luar biasa. Anak yang

tergolong luar biasa atau berkebutuhan khusus adalah anak yang menyimpang dari rata-rata normal dalam hal, ciri-ciri mental, kemampuan-kemampuan sensorik, fisik dan neuromuskular, perilaku sosial dan emosional, kemampuan berkomunikasi, maupun kombinasi dua atau lebih dari hal-hal diatas, sejauh memerlukan modifikasi dari tugas-tugas sekolah, metode belajar atau pelayanan terkait lainnya, yang ditujukan untuk mengembangkan potensi atau kapasitas secara maksimal (Mangunsong, 2011).

Anak yang terlahir dengan kondisi mental yang kurang sehat tentunya membuat orang tua sedih dan terkadang tidak siap menerimanya. Begitu pula dengan reaksi setiap orang tua yang baru menyadari kondisi kekhususan anaknya itu berbeda-beda. Menurut penelitian Faradinna (2016) tentang penerimaan diri pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, reaksi orang tua ketika awalnya dikatakan bermasalah adalah tidak percaya, *shock*, sedih, kecewa, merasa bersalah, marah, dan menolak.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Anggarini (2013) bahwa orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus kemudian menyekolahkan anaknya di SLB dan memindahkan anaknya ke sekolah biasa karena orangtua merasa malu jika anaknya dimasukkan ke sekolah SLB. Hal tersebut terlihat dari sikap orangtua kurang peduli atau kurang perhatian terhadap anaknya dirumah, tidak memperhatikan anaknya, dan pada saat orangtua mengantarkan anaknya kesekolah terdapat orangtua yang menerima sentuhan tangan seperti salam dan ada juga yang tidak, ada juga orangtua yang mengabaikan anaknya seperti semakin sibuknya pekerjaan orangtua yang

membiarkan anaknya begitu saja seperti tidak ada kasih sayang dan perhatian dari orangtua.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Susanto (2014) menunjukkan bahwa ketika mengetahui anak mereka mengalami kekhususan, orangtua bingung dan tidak mengerti. Bingung karena kurangnya pemahaman atau pengetahuan orangtua mengenai anak berkebutuhan khusus. Kurangnya pengetahuan orangtua membuat kondisi psikologisnya kurang baik, kondisi psikologis yang dialami orangtua itu seperti marah, sedih, kecewa, berpikir negatif, dan melampiaskan kemarahannya dengan anaknya serta menyalahkan diri sendiri dengan berpikir dosa apa yang telah dilakukannya. Tetapi seiring dengan berjalannya waktu, orangtua mampu menerima anaknya karena mendapat dukungan dari suami, dukungan dari keluarga besar, kelompok orangtua yang juga memiliki anak berkebutuhan khusus, rumah terapi dan juga informasi dari media sosial.

Berdasarkan fenomena yang telah diuraikan diatas dapat disimpulkan bahwa pada saat orangtua mengetahui bahwa anak mereka memiliki keterbelakangan mental orangtua mengalami kondisi psikologis yang kurang baik seperti merasa bersalah, takut, sedih dan berpikir mengapa anaknya berbeda sehingga terjadi penolakan. Penolakan tersebut terjadi karena orangtua merasa malu dengan kondisi yang dialami oleh anaknya, sehingga cenderung tidak mau mengajak anaknya bersosialisasi dengan anak-anak lain, membeda-bedakan antara anak yang satu dengan yang lain, tidak peduli terhadap anaknya, dan kurangnya kasih sayang kepada anaknya.

Seiring dengan berjalannya waktu, penolakan orangtua tersebut dapat berangsur-angsur menjadi sebuah penerimaan apabila orangtua dapat melepaskan gambaran ideal tentang anak yang diharapkan. Sikap menerima orangtua dengan hati terbuka lebih baik dari pada sikap menolak keadaan, karena penolakan tersebut hanya akan menambah beban bagi orangtua. Keberhasilan keluarga dan orangtua dapat menerima kondisi anak adalah dengan menerima keterbatasan-keterbatasannya (Danuatmaja, 2003).

Faktor lain terkait permasalahan orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus yaitu masalah keuangan, masalah keluarga dalam memperlakukan anak, masalah dalam mendidik anak dan adanya kekhawatiran untuk masa depan anaknya kelak. Masalah lainnya adalah masalah keuangan, dibutuhkan dana ekstra untuk memenuhi kebutuhan anak berkebutuhan khusus menjadi permasalahan yang umum dialami oleh orangtua anak berkebutuhan khusus, karena anak berkebutuhan khusus membutuhkan pertolongan berupa terapi dan hal tersebut memerlukan biaya yang banyak. Hal yang sama juga dikatakan Mangunsong (2011) bahwa kekhawatiran kerap kali muncul karena beberapa masalah seperti masalah yang menyangkut finansial dan kesempatan anak ketika menghadapi realita masa depan yang akan muncul nantinya.

Respon negatif yang diberikan lingkungan kepada anaknya yang cacat juga menjadi masalah yang sering ditemui dalam kehidupan sehari-hari, dan merupakan salah satu kekhawatiran orangtua. Sama halnya dengan pendapat Mangunsong (2011) yang menyatakan bahwa, umumnya sumber keprihatinan

orangtua berasal dari perlakuan negatif masyarakat normal terhadap anaknya yang cacat.

Anak berkebutuhan khusus tentu membutuhkan perhatian yang lebih banyak, akan tetapi untuk memberikan hal tersebut tentu bukan hal yang mudah. Para orangtua harus mampu membagi waktu dengan baik dan dibutuhkan kerelaan dan kesabaran yang tinggi. Unsur yang mendasari kerelaan dan kesabaran tersebut merupakan suatu bentuk sikap penerimaan dari orangtua, karena dengan menerima, ibu akan memperhatikan perkembangan kemampuan anak dan memberikan kasih sayang serta perhatian yang besar pada anak (Hurlock, 1999). Penerimaan tersebut akan mendatangkan rasa syukur atas apa yang telah diberikan, yang mengacu pada penerimaan diri dan merupakan salah satu dimensi dari kesejahteraan psikologis (Ryff, 1995).

Menurut Ryff dan Keyes (1995) kesejahteraan psikologis merupakan kemampuan individu dalam menerima dirinya apa adanya, membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, mandiri terhadap tekanan sosial, mengontrol lingkungan eksternal, memiliki arti dalam hidup serta merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Widya (2016) orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dipastikan lebih mudah mengalami stres psikologis dibandingkan dengan orangtua yang memiliki anak normal. Stres diakibatkan karena orangtua dari anak berkebutuhan khusus baik beban secara fisik, psikis dan sosial. Terutama seorang ibu yang pada umumnya lebih banyak berhubungan dengan merawat dan membesarkan anak (Kumar, 2008)

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Sa'diyah (2016) bahwa orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus memiliki pengalaman stres yang signifikan dan itu merupakan salah satu penyebab stres terbesar dibandingkan dengan stres lainnya. Pada ibu dan ayah, penelitian menunjukkan bahwa tidak adanya dukungan dari keluarga maka cenderung akan meningkatkan tekanan psikologis yang lebih besar pada ibu. Secara khusus, seorang ibu lebih sering mengalami stres dari ayah. Terdapat sebuah penelitian lain juga menyatakan bahwa tingkat stres pengasuhan dan gejala depresi lebih tinggi dialami oleh ibu daripada ayah (Davis & Carter, 2008).

Penelitian terdahulu yang dilakukan Fitriani (2016) menunjukkan bahwa agama mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis dalam diri seseorang. Individu yang memiliki kepercayaan terhadap agama yang kuat, pada umumnya memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi, kebahagiaan personal yang lebih tinggi dan sedikitnya dampak negatif yang dirasakan dari peristiwa traumatik dalam hidup. Hal ini berarti seseorang yang memiliki kepercayaan yang kuat terhadap agama, maka sudah memiliki kesejahteraan psikologis yang baik. Dimana yang dimaksud dengan memiliki kepercayaan terhadap agama adalah manusia mengetahui, meyakini, mempraktekkan, mengamalkan, dan menghayati ajaran agamanya dengan baik (Anchok & Suroso, 2004)

Kondisi ketidaksejahteraan psikologis dan tekanan yang dihadapi orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus menuntut mereka untuk menemukan jalan keluar yang tepat, tekanan atau tuntutan yang disikapi dengan ketakwaan kepada Allah seperti bersifat qana'ah dapat membuat individu tidak mudah

tertekan, hal ini dikarenakan ridha sebagai salah satu aspek dalam qana'ah yang dapat membuat individu menjadi toleran dan mampu menerima diri dalam segala kondisi yang dihadapi baik yang menyenangkan maupun penuh dengan tekanan (Ali, 2014). Sebagaimana yang telah disebutkan di dalam hadist HR Muslim tentang qana'ah yang berbunyi :

Artinya : "Sungguh beruntung orang yang diberi petunjuk dalam Islam, diberi rizki yang cukup, dan qana'ah (merasa cukup) dengan rizki tersebut." (HR Muslim).

Menurut Al-Faruq (2012), Ali (2014), Hamka (2017), qana'ah adalah suatu sikap menerima segala ketentuan Allah dengan rela/ridha atas apa yang terjadi kepadanya, selalu merasa cukup dan puas atas apa yang telah Allah berikan, selalu bersikap sederhana dan tidak berlebih-lebihan akan sesuatu sehingga membuat seseorang selalu mensyukuri nikmat yang ada.

Orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus apabila mempunyai sifat qana'ah didalam dirinya, maka akan memiliki penerimaan diri yang baik dan selalu berpikir positif atas apa yang terjadi. Sikap orang tua yang qana'ah akan membuat anak merasa dicintai, disayangi, dan merasa diperhatikan. Menurut Noorhayati (2016) tidak adanya sifat qana'ah dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologisnya, dimana seseorang menjadi mudah gelisah dan bimbang. Jika seseorang memiliki sifat qana'ah maka akan selalu baik sangka (husnuzhan) kepada Allah SWT meskipun keputusan yang terjadi kepadanya tidak sesuai dengan apa yang diinginkan, tidak mudah menyalahkan orang lain dan selalu introspeksi diri bahwa apa yang terjadi kepadanya benar-benar sebagai akibat dari perbuatannya, jiwanya akan selalu tenang, sebab akan menghadapi semua

kejadian dengan berbekal keyakinan dan keikhlasan bahwa semua yang terjadi pada dirinya adalah keputusan Allah SWT.

Ardani (2012) agama merupakan salah satu faktor yang tidak bisa lepas dari kesehatan mental seseorang, terutama mengenai kesejahteraan psikologisnya. Ketika manusia mengalami suatu bencana, musibah, kesulitan, dan merasakan kekecewaan biasanya manusia akan lari kepada agama dan Tuhannya, dengan memunculkan sikap penyerahan diri dan menerima apa adanya kekuasaan dari Allah. Sikap pasrah ini akan memberikan sikap optimis pada diri seseorang sehingga dapat memunculkan perasaan positif yang membuat manusia merasa tenang. Islam adalah agama yang mementingkan kesehatan mental seseorang. Sesuai dengan firman Allah SWT mengenai Allah SWT telah memberikan manusia karunia yang besar dan tertandingi oleh kenikmatan apa pun, yang telah disebutkan dalam surah Ali- Imran ayat 164 yang berbunyi :

Artinya : “Sungguh Allah telah memberi karunia kepada orang- orang yang beriman ketika Allah mengutus diantara mereka seorang rasul dari golongan mereka sendiri, yang membacakan kepada mereka ayat- ayat Allah, membersihkan jiwa mereka, dan mengajarkan kepada mereka al- kitab dan al- hikmah. Dan sesungguhnya sebelum keadaan nabi itu, mereka adalah benar- benar dalam kesesatan yang nyata” (Q.S. 3: 164).

Berdasarkan dari uraian latar belakang diatas, peneliti merasa tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan antara Qana’ah dengan kesejahteraan psikologis pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dikota Pekanbaru.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan yang telah disampaikan dan dijelaskan pada latar belakang, maka adapun rumusan masalah dari penelitian ini yaitu “apakah ada hubungan qana’ah dengan kesejahteraan psikologis pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu “untuk mengetahui hubungan antara qana’ah dengan kesejahteraan psikologis pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus”

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian, dapat diambil beberapa manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

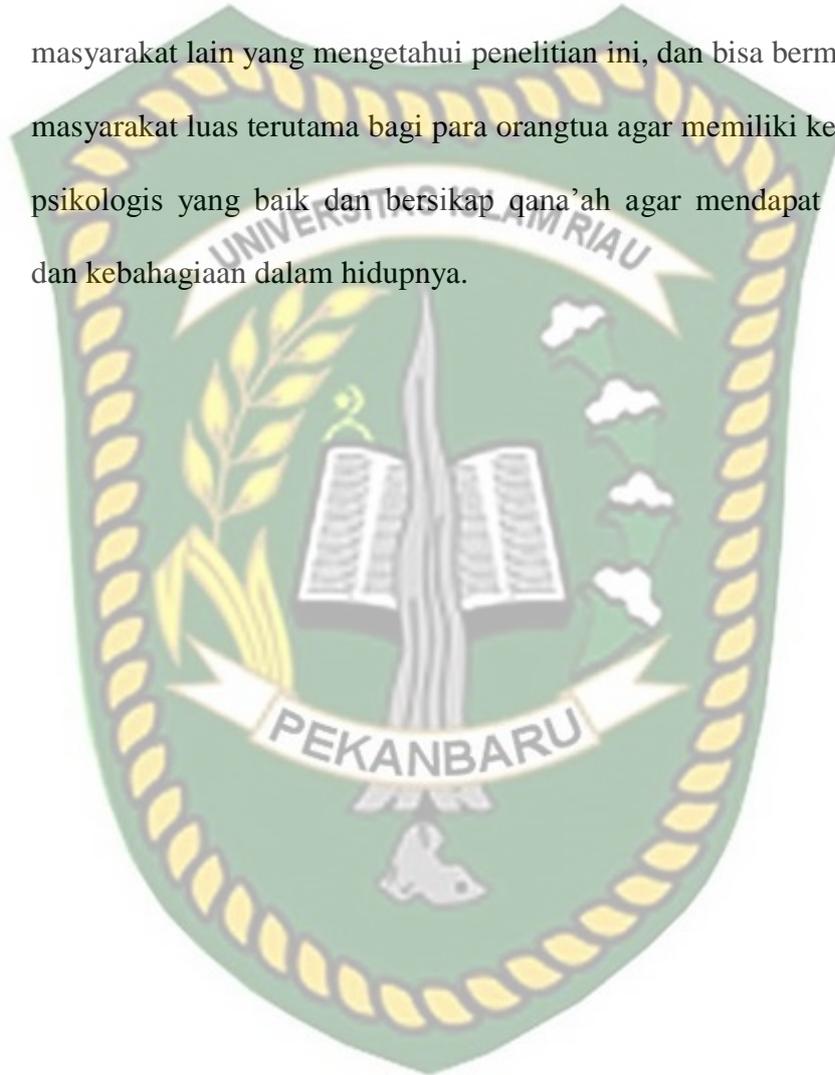
1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis kiranya penelitian ini dapat menambah wawasan para pembaca bagi ilmu psikologi khususnya psikologi perkembangan, psikologi pendidikan, dan psikologi islam tentang hubungan antara qana’ah dengan kesejahteraan psikologis pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, dan dapat menjadi referensi untuk penelitian-penelitian lain yang ingin dikembangkan.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, kiranya penelitian dapat bermanfaat bagi masyarakat luas terutama bagi para orangtua yang memiliki anak

berkebutuhan khusus agar dapat menerima apa yang sudah terjadi, bisa memberikan inspirasi bagi masyarakat lain khususnya orangtua yang memiliki anak normal, bisa memberikan inspirasi motivasi bagi masyarakat lain yang mengetahui penelitian ini, dan bisa bermanfaat bagi masyarakat luas terutama bagi para orangtua agar memiliki kesejahteraan psikologis yang baik dan bersikap qana'ah agar mendapat ketenangan dan kebahagiaan dalam hidupnya.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kesejahteraan Psikologis

1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis

Psychological well being atau kesejahteraan psikologis dipopulerkan oleh Ryff (1995) dengan konsep yang berawal dari adanya keyakinan bahwa kesehatan yang positif tidak sekedar dengan tidak adanya penyakit fisik saja tetapi juga berkaitan dengan kebutuhan untuk merasa baik secara psikologis (*psychological well being*). Menurut Ryff (1995) manusia dapat dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis yang baik bukan sekedar bebas dari indikator kesehatan mental negatif, seperti terbebas dari kecemasan, tercapainya kebahagiaan dan lain-lain.

Ryff (1995) merumuskan konsep kesejahteraan psikologis yang merupakan integrasi dari beberapa teori perkembangan manusia, teori psikologi klinis, dan konsep mengenai kesehatan mental. Berdasarkan teori tersebut Ryff (1995) mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai sebuah kondisi dimana individu memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri dan orang lain, dapat membuat keputusan sendiri, dan mengatur tingkah lakunya sendiri, dapat menciptakan dan mengatur lingkungan yang kompatibel dengan kebutuhannya, memiliki tujuan hidup lebih bermakna, serta berusaha mengeksplorasi dan mengembangkan dirinya.

Kesejahteraan psikologis merupakan kemampuan individu untuk menerima dirinya apa adanya (*self-acceptance*), membentuk hubungan yang

hangat dengan orang lain (*positive relation with others*), memiliki kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial (*autonomy*), mengontrol lingkungan eksternal (*enviromental mastery*), memiliki tujuan dalam hidupnya (*purpose in life*), serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara kontinu (*personal growth*) (Ryff, 1995). Disisi lain, kesejahteraan psikologis juga didefinisikan sebagai kesejahteraan psikologis individu yang memfokuskan pada upaya realisasi diri (*self-realization*), pernyataan diri (*personal expressiveness*) dan aktualisasi diri (*self-actualization*).

Menurut Hurlock (dalam Snyder & Lopez, 2002) yang mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai sebuah kebutuhan untuk terpenuhinya tiga kebahagiaan, yaitu penerimaan, kasih sayang, dan pencapaian. Ryff (1995) menambahkan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan suatu konsep yang berkaitan dengan apa yang dirasakan oleh individu mengenai aktivitas dalam kehidupan sehari-hari serta mengarah pada pengungkapan perasaan pribadi atas apa yang dirasakan oleh individu sebagai hasil dari pengalaman hidupnya.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa *psychological well being* atau kesejahteraan psikologis adalah suatu keadaan individu yang mampu menerima dirinya apa adanya, mampu membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial, mampu mengontrol lingkungan eksternal, memiliki tujuan hidup serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu.

2. Dimensi kesejahteraan psikologis

Menurut Ryff (1995) terdapat enam dimensi kesejahteraan psikologis, yaitu dimensi penerimaan diri (*self acceptance*), dimensi hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*), dimensi otonomi (*autonomy*), dimensi penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), dimensi tujuan hidup (*purpose in life*), dan dimensi pengembangan pribadi (*personal growth*).

a. Penerimaan diri

Penerimaan diri adalah kemampuan seseorang dalam menerima dirinya secara keseluruhan baik masa kini maupun masa lalunya. Seseorang dapat dikatakan mampu menerima dirinya apabila memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri, mengetahui dan menerima kekurangan dirinya, serta berpikir positif terhadap masa lalu. Sebaliknya, seseorang yang tidak bisa menerima dirinya apabila ia tidak merasa puas terhadap dirinya, merasa kecewa atas apa yang telah terjadi dalam hidupnya, dan bermasalah dalam kualitas personalnya.

b. Hubungan positif dengan orang lain

Hubungan positif dengan orang lain adalah kemampuan individu untuk menjalin hubungan yang baik dengan orang lain yang ada disekitarnya. Individu tersebut dicirikan memiliki sikap yang hangat, percaya satu sama lain, memiliki hubungan yang memuaskan, peduli dengan kesejahteraan orang lain, memiliki empati yang tinggi, menunjukkan rasa kasih sayang dan kedekatan dengan orang lain, serta memahami konsep memberi dan menerima dalam hubungan manusia. Sebaliknya, individu yang memiliki hubungan positif

dengan orang lain yang rendah dapat dilihat dari kepercayaan yang sedikit, kurang menunjukkan kehangatan, dan kurang terbuka terhadap orang lain.

c. Otonomi

Otonomi digambarkan kemampuan individu untuk bebas namun tetap mampu mengatur hidup dan tingkah lakunya. Individu yang memiliki otonomi ditandai dengan kemampuan untuk mandiri, mampu bertahan dalam tekanan sosial, mampu mengatur tingkah lakunya dan mampu mengevaluasi dirinya sendiri. Sebaliknya, individu yang memiliki otonomi yang rendah akan sangat khawatir tentang penilaian dari orang lain, dan bergantung dalam membuat keputusan.

d. Penguasaan terhadap lingkungan

Penguasaan terhadap lingkungan digambarkan dengan kemampuan individu untuk mengatur lingkungannya, memanfaatkan kesempatan yang ada di lingkungan tersebut, mengontrol dan menciptakan lingkungan sesuai dengan yang dibutuhkan. Individu yang tinggi dalam dimensi ini memiliki kompetensi dalam mengatur lingkungan, mampu secara efektif memanfaatkan kesempatan yang ada, memilih dan menciptakan hubungan yang sesuai dengan kebutuhan dan mampu mengendalikan aturan yang berasal dari aktivitas eksternal. Sebaliknya, individu yang rendah kemampuan penguasaan lingkungannya mengalami kesulitan dalam mengatur hidupnya, tidak mampu mengubah atau memperbaiki konteks lingkungan, dan tidak mampu mengontrol lingkungan sekitarnya.

e. Tujuan hidup

Tujuan hidup memiliki pengertian bahwa seseorang memiliki pemahaman yang jelas akan tujuan dan arah hidupnya, memiliki keyakinan mampu mencapai tujuan hidupnya, dan merasa memiliki makna akan pengalaman dimasa lalu dan masa kini. Orang yang memiliki tujuan hidup akan lebih terarah hidupnya, memegang keyakinan yang memberinya tujuan hidup, memiliki arah dan tujuan yang jelas dalam menjalani kehidupan. Sebaliknya, orang yang tidak memiliki tujuan hidup kurang memiliki makna terhadap hidupnya, kurang memiliki arah dan tujuan hidup dan tidak memiliki keyakinan yang mampu memberinya tujuan hidup.

f. Pertumbuhan pribadi

Pertumbuhan pribadi dapat dilihat pada orang yang merasa memiliki perkembangan yang kontinyu, memandang dirinya bertumbuh dan berkembang, mampu menyadari potensi yang dimiliki, melihat perbaikan diri dan perilaku sepanjang waktu dan mengalami perubahan yang merefleksikan pemahaman diri. Sebaliknya, individu yang tidak tumbuh secara pribadi tampak merasa terhenti, kurangnya keinginan untuk terus tumbuh dan berkembang, merasa bosan dan tidak memiliki ketertarikan dengan hidup dan merasa tidak mampu mengembangkan sikap dan kebiasaan yang baru.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis memiliki enam dimensi, yaitu : a) penerimaan diri, b) hubungan positif dengan orang lain, c) otonomi, d) penguasaan terhadap lingkungan, e) tujuan hidup, dan e) pertumbuhan pribadi.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis menurut Ryff (1995) adalah sebagai berikut :

a. Usia

Ryff dan Keyes (1995) mengemukakan bahwa perbedaan usia mempengaruhi perbedaan dalam dimensi kesejahteraan psikologis. Dalam penelitiannya, Ryff dan Keyes (1995) menemukan bahwa dimensi penguasaan lingkungan dan dimensi otonomi mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia, terutama dari dewasa muda hingga dewasa madya. Dimensi hubungan positif dengan orang lain juga mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia. Sebaliknya, dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi memperlihatkan penurunan seiring bertambahnya usia, penurunan ini terutama terjadi pada dewasa madya hingga dewasa akhir. Dari penelitian tersebut menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan dalam dimensi penerimaan diri selama usia dewasa muda hingga dewasa akhir.

b. Jenis kelamin

Penelitian Ryff (dalam Ryff & Keyes, 1995) mengemukakan bahwa perbedaan jenis kelamin mempengaruhi pada kesejahteraan psikologis seseorang, dimana wanita lebih memiliki kesejahteraan psikologis dibanding pria. Dan dibanding pria, wanita memiliki hubungan positif dengan orang lain dan dimensi pertumbuhan pribadi. Hal ini dikarenakan kemampuan yang dimiliki wanita dalam berinteraksi dengan lingkungan lebih baik dibanding pria.

Sejak kecil, keluarga telah menanamkan dalam diri anak laki-laki sebagai sosok yang kuat, kasar, mandiri, dan agresif. sementara itu perempuan digambarkan sebagai sosok yang pasif dan bergantung, tidak berdaya dan sensitive terhadap perasaan orang lain dan hal ini akan terbawa sampai anak beranjak dewasa. tidak heran sifat stereotype ini akhirnya terbawa oleh individu sampai beranjak dewasa. sebagai sosok yang digambarkan tergantung dan sensitive terhadap perasaan sesamanya, sepanjang hidupnya wanita terbiasa untuk membina keadaan harmoni dengan orang-orang disekitarnya. Inilah yang menyebabkan mengapa wanita memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi dalam dimensi hubungan positif karena mempertahankan hubungan yang baik dengan orang lain (Papalia & Fieldman, 2008)

c. Status Sosial Ekonomi

Penelitian Ryff dan koleganya (1995) menjelaskan bahwa status sosial ekonomi meliputi : tingkat pendidikan, tingkat pendapatan, dan keberhasilan pekerjaan dapat memberikan pengaruh tersendiri pada kesejahteraan psikologis, dimana individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi dan memiliki pekerjaan yang baik akan menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi pula dan begitu sebaliknya (dalam Synder & Lopes, 2002) Ryff (1995) menjelaskan bahwa status ekonomi berhubungan dengan dimensi penerimaan diri, tujuan hidup, penguasaan lingkungan dan pertumbuhan pribadi. Beberapa penelitian juga mendukung pendapat ini (Ryan & Deci, 2001) dimana individu yang memfokuskan pada kebutuhan materi dan finansial sebagai tujuannya menunjukkan tingkat kesejahteraan yang rendah.

Hal ini sejalan dengan status sosial/ kelas sosial yang dimiliki individu akan memberikan pengaruh berbeda pada kesejahteraan psikologis seseorang.

d. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang juga dapat mempengaruhi kondisi kesejahteraan psikologis seseorang. Dukungan sosial berkaitan dengan aktivitas sosial yang diikuti individu seperti aktif dalam organisasi, kualitas dan kuantitas aktivitas yang dilakukan, dan dengan siapa kontak sosial dilakukan (Pinquart & Sorenson, 2000). Sejalan dengan hal tersebut Hume menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antar interaksi sosial dengan kesejahteraan psikologis.

e. Religiusitas

Ellison (1991) menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara ketaatan beragama dengan kesejahteraan psikologisnya. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa individu dengan religiusitas yang kuat menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi dan lebih sedikit mengalami pengalaman traumatik. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian (Koenig, Kvale & Farrel, 1998), yang menunjukkan bahwa individu yang tingkat religiusnya tinggi mempunyai sikap yang lebih baik, merasa lebih puas dalam menjalani hidup dan jarang merasa kesepian. Penelitian ini dilakukan oleh (Walls & Zarit, 1991) bahwa individu yang merasa mendapatkan dukungan dari tempat peribadatan mereka cenderung mempunyai tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi (Papalia, Olds & Feldman, 2009)

f. Kepribadian

Ryff (1995) melakukan penelitian mengenai hubungan antara 5 tipe kepribadian pada individu dengan dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis. Hasilnya menunjukkan bahwa individu yang termasuk dalam kategori yang memiliki kepribadian *ekstraversi*, *conscientiousness* dan *low neuroticism* mempunyai skor tinggi pada dimensi penerimaan diri, penguasaan lingkungan dan tujuan hidup. Individu yang termasuk kedalam *openness to experience* mempunyai skor yang lebih tinggi pada dimensi pertumbuhan pribadi. Individu yang termasuk kedalam kategori *agreeableness* dan *ekstraversi* mempunyai skor tinggi pada dimensi hubungan positif dengan orang lain dan individu yang termasuk *low neuroticism* mempunyai skor tinggi pada dimensi ekonomi (Ryan & Deci, 2001)

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis memiliki beberapa faktor yaitu : usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dukungan sosial, religiusitas dan kepribadian.

B. Qana'ah

1. Pengertian Qana'ah

Kata qana'ah berasal dari bahasa arab yang berarti rela, suka menerima apa yang telah terjadi kepadanya, artinya seseorang merasa cukup dan puas dengan apa yang Allah berikan kepadanya sehingga membuatnya selalu bersyukur dengan nikmat yang telah diberikan kepadanya (Al-Faruq, 2012). Menurut Ali (2014) qana'ah artinya suatu kondisi dimana seseorang puas dengan sesuatu dan

merasa cukup dan terpenuhi kebutuhannya. Akar kata qana'ah adalah menerima dengan tangan terbuka.

Qana'ah dapat disebut terpenuhan atau kepuasan. Menurut Hamka (2017) qana'ah artinya percaya yang betul-betul akan adanya kekuasaan yang melebihi kekuasaan kita, selalu sabar menerima ketentuan ilahi jika ketentuan tidak menyenangkan diri, selalu bersyukur jika dipinjami-Nya nikmat. Dalam hal itu kita disuruh untuk giat, bekerja dan selalu berusaha. Kita bekerja bukan karena tak merasa cukup atas apa yang telah diberikan, tetapi kita bekerja karena memang seseorang yang mampu bekerja wajib bekerja. Qana'ah adalah modal yang paling teguh untuk menghadapi kehidupan, menimbulkan kesungguhan untuk mencari rezeki.

Menurut Hajjaj (2011) qana'ah merupakan menerima rezeki apa adanya dan menganggapnya sebagai kekayaan yang membuat mereka terjaga statusnya dari meminta-minta kepada orang. Hal ini sejalan dengan pendapat Jauziyah (2003) jika bersabar dengan sesuatu yang mencukupi dirinya, maka dinamakan qana'ah.

Menurut Al- Ghazali (2014) qana'ah juga berarti sederhana, yaitu menerima apa adanya. Jika seseorang memiliki harta, maka hendaklah bersikap qana'ah. Dan jika dia memiliki harta, maka dianjurkan bersikap dermawan, tidak mementingkan diri sendiri, dan menjauhkan diri dari sifat kikir. Menumbuhkan sifat qana'ah terdiri dari tiga hal, yaitu sabar, ilmu dan amal.

Menurut Asmani (2019) qana'ah adalah rida terhadap apa yang diberi Allah. Imam Sya-fii berkata "*rezeki tidak akan hilang dengan menunda- nunda*

pekerjaan dan tidak akan tambah dengan bersungguh- sungguh. Jika kamu mempunyai hati yang qana'ah maka kamu dan zat pemilik dunia adalah sama'.

Orang yang mencari sesuatu yang tidak bermanfaat akan kehilangan sesuatu yang bermanfaat.

Menurut Bakar (2012) qana'ah juga berarti sederhana, tidak berlebihan dan menerima apa adanya dan ridha dengan setiap ketentuan Allah tanpa berhenti bekerja mendapatkan rezeki yang telah Allah tentukan untuknya, qana'ah juga bisa berarti menengadahkan tangan kepada Allah. Menurut Umar (dalam Qurthubi, 2009) mengatakan bahwa qana'ah ialah perkataan Ali bin Abi Thalib radhiyallahu'anhu, "janganlah jadikan kesedihanmu tentang makanan dihari yang belum datang. Karena jika itu termasuk hari-hari di kehidupanmu, maka rezekimu pasti menghampirimu. Dan ketahuilah, jika kamu menyimpan melebihi kebutuhan sehari mu, maka kamu telah menyimpan untuk orang lain.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat peneliti simpulkan bahwa qana'ah adalah merasa cukup atas rezeki yang telah Allah SWT berikan kepadanya dan selalu merasa puas dengan hasil yang telah didapat, banyak atau pun sedikit selalu disyukuri, menerima dengan ikhlas ketentuan- ketentuan Allah SWT untuknya.

2. Aspek-aspek qana'ah

Rusdi (2016) menyebutkan ada dua aspek qana'ah yaitu :

- a. Ridha dengan sedikitnya nikmat yang didapat

Tetap merasa bahagia walaupun harta atau uang yang didapat hanya sedikit dan selalu menikmati apa yang telah didapat selama hidup adalah suatu anugrah.

b. Tidak menuntut lebih

Selalu puas dengan apa yang telah Allah berikan, tidak meminta kepada Allah agar ditambahkan harta dan tidak menyesali dengan sedikitnya harta yang dimiliki.

Berbeda dengan Rusdi, Hamka (2017) menyebutkan ada lima aspek qana'ah yaitu:

a) menerima dengan rela dengan apa yang ada; b) memohon kepada Tuhan tambahan yang pantas, dan berusaha; c) menerima dengan sabar akan ketentuan Tuhan; d) bertawakal kepada Tuhan; e) tidak tertarik dengan tipu daya dunia.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa qana'ah terdiri dari beberapa aspek yaitu : a) belajar dengan bersungguh-sungguh; b) berpegang pada nilai-nilai islam dalam berusaha; c) tidak berorientasi pada dunia; d) tidak menuntut lebih, namun memohon tambahan yang pantas; e) bertawakal kepada Allah apapun hasil yang didapat; f) menerima dengan sabar takdir Allah; g) ridha dengan sedikitnya nikmat yang didapat.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi qana'ah

Menurut Al-Faruq (2012) ada lima faktor yang mempengaruhi qana'ah pada diri seseorang, yaitu:

a. Kekuatan iman

Seberapa besar kekuatan dan keyakinan orang tersebut bahwa Allah itu ada beserta dengan segala sifat keagungan dan kesempurnaannya. Percaya bahwa segala sesuatu oleh Allah, percaya pada kuasa Allah SWT, dan selalu yakin kepadanya.

b. Keyakinan akan ketentuan rizki

Yakin bahwa rizki telah ditentukan oleh Allah, manusia harus tetap berikhtiar. Rizki dan ajal merupakan hal yang telah dijamin oleh Allah SWT, manusia hanya perlu menjalankan hal yang diperintahkan oleh Allah SWT.

c. Mentadaburi ayat Al-qur'an

Allah menurunkan Al-qur'an sebagai petunjuk bagi umat untuk menuju jalan kebenaran. Mentadaburi ayat Al-qur'an artinya memikirkan dan merenungkan ayat-ayat Al-quran agar mampu memahami makna-makna dan hukum-hukum yang terkandung didalamnya sehingga mampu kita amalkan pada kehidupan sehari-hari.

d. Memiliki pengetahuan tentang rizki

Memahami bahwa rizki yang diberikan oleh Allah bukan hanya berbentuk materi, yang dimaksud rizki adalah segala kebaikan dan maslahat yang dinikmati oleh seorang hamba juga terhitung sebagai rizki. Porsi rizki masing-masing manusia telah ditentukan sejak dini.

e. Cara pandang yang luas tentang konsep kefakiran dan kekayaan

Memiliki pandangan bahwa kefakiran dan kekayaan merupakan ujian dari Allah SWT pada hambanya. Kefakiran menguji agar selalu bersabar, mengajarkan agar tidak berpangku tangan, dan bermalas-malasan. Kekayaan menguji bagaimana seorang hamba mampu mengekang nafsunya dan mengaturnya sehingga menggapai sifat qana'ah. Ridha terhadap segala pemberian Allah meskipun hanya sediki, apapun yang telah Allah tetapkan sebagai bagianmu tidak akan pernah luput darimu.

Berdasarkan penjelasan diatas, diketahui bahwa qana'ah dipengaruhi oleh lima faktor yaitu : a)kekuatan iman, selalu yakin bahwa Allah itu ada, percaya dan yakin kuasa Allah; b) keyakinan akan ketentuan rezeki, yakin bahwa rezeki setiap hambanya telah ditentukan oleh Allah; c) mentadaburi ayat Al-qur'an, memikirkan dan memahami ayat-ayat Al-qur'an; d) memiliki pengetahuan tentang rezeki, memahami bahwa rezeki yang diberikan oleh Allah bukan hanya berbentuk materi; e) cara pandang yang luas tentang konsep kefakiran dan kekayaan, memandang bahwa kefakiran dan kekayaan merupakan ujian dari Allah SWT.

C. Anak Berkebutuhan Khusus

1. Pengertian Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)

Istilah ABK merupakan terjemahan dari *child with special needs* yang telah digunakan secara luas di dunia internasional yang sebelumnya menggunakan istilah difabel (*difference ability*). Masyarakat awam lebih mengenal ABK dengan istilah anak cacat, anak berkelainan, anak tuna atau anak luar biasa. Menurut Mangunsong (2011) bahwa anak dengan berkebutuhan khusus adalah anak yang menyimpang dari rata-rata anak normal dalam hal ciri-ciri mental, kemampuan sensorik, fisik dan neomuskular, perilaku sosial dan emosional, kemampuan berkomunikasi maupun kombinasi dua atau lebih dari hal-hal diatas; sejauh ia memerlukan modifikasi diri dari tugas-tugas sekolah, metode belajar atau pelayanan terkait lainnya, yang ditujukan untuk mengembangkan potensi atau kapasitasnya secara maksimal.

Menurut Suran dan Rizzo (dalam Mangunsong, 2011) anak berkebutuhan khusus adalah anak yang secara signifikan berbeda dalam beberapa dimensi yang penting dari fungsi kemanusiaannya. Mereka secara fisik, psikologis, kognitif, atau sosial terhambat dalam mencapai tujuan-tujuan/ kebutuhan dan potensinya secara maksimal, meliputi mereka yang tuli, buta, mempunyai gangguan bicara, cacat tubuh, retardasi mental, dan gangguan emosional. Menurut Atmaja (2017) anak berkebutuhan khusus (ABK) merupakan anak yang memiliki ciri-ciri yang berbeda dengan anak-anak pada umumnya, mereka mengalami hambatan dalam pertumbuhan dan perkembangannya. Mereka membutuhkan kegiatan dan layanan yang khusus agar dapat mencapai perkembangan yang optimal.

Menurut GearHeart (dalam Atmaja, 2017) bahwa seorang anak dianggap berkelainan bila memerlukan persyaratan yang berbeda dari rata-rata anak normal, dan untuk dapat belajar secara efektif memerlukan program, pelayanan, fasilitas, dan materi khusus. Atmaja (2017) menambahkan Anak berkebutuhan khusus (ABK) dianggap berbeda dengan anak normal. Anak berkebutuhan khusus dianggap anak yang tidak berdaya sehingga perlu dibantu dan dikasihani. Setiap anak mempunyai kekurangan dan juga kelebihan. Oleh karena itu, dalam melihat anak berkebutuhan khusus, kita harus melihat dari segi kemampuan dan tidak kemampuannya. Anak berkebutuhan khusus memerlukan perhatian yang lebih, dengan demikian anak akan dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya secara optimal.

Iswari (2007) anak berkebutuhan khusus terbagi atas dua, yaitu anak berkebutuhan sementara (*temporary*) dan anak berkebutuhan khusus permanen.

Anak berkebutuhan khusus sementara (*temporary*) adalah anak yang mengalami hambatan belajar dan hambatan perkembangan yang disebabkan oleh faktor-faktor eksternal. Misalnya anak yang mengalami gangguan emosi karena trauma. Sedangkan anak berkebutuhan khusus permanen adalah anak yang mengalami hambatan belajar dan hambatan perkembangan yang bersifat internal dan berakibat langsung dari kondisi cacatan. Yaitu anak yang kehilangan fungsi penglihatan, gangguan perkembangan kecerdasan dan kognisi, dan gangguan gerak.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa anak berkebutuhan khusus adalah anak yang terlahir dengan kondisi mental yang kurang sehat dan berbeda dari anak normal lainnya yang mengalami gangguan dalam perkembangannya.

2. Jenis- jenis Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)

Menurut Soemantri (2012) ada 6 jenis anak berkebutuhan khusus yaitu :

a. Tunanetra

Tunanetra merupakan anak yang memiliki gangguan penglihatan. Tunanetra tidak saja mereka yang buta, namun juga mereka yang mampu melihat tetapi terbatas sekali dan kurang dapat dimanfaatkan untuk kepentingan hidup sehari-hari terutama dalam proses belajar. Anak tunanetra adalah individu yang indera penglihatannya (kedua-duanya) tidak berfungsi sebagai saluran penerima informasi dalam kegiatan sehari-hari. Anak dengan gangguan penglihatan dapat diketahui dalam kondisi berikut:

- 1) Ketajaman penglihatan kurang dari ketajaman yang dimiliki orang awas.

- 2) Terjadi kekeruhan pada lensa mata atau terdapat cairan tertentu.
- 3) Posisi mata sulit dikendalikan oleh syaraf otak.
- 4) Terjadi susunan syaraf otak yang berhubungan dengan penglihatan.

Ada dua kelompok anak tunanetra, yaitu buta dan *low vision*. Anak dapat dikatakan buta jika sama sekali tidak mampu menerima rangsangan cahaya dari luar ($\text{visusnya}=0$) dan anak yang dikatakan *low vision* apabila anak masih mampu menerima rangsangan cahaya dari luar, tetapi ketajaman lebih dari 6/12, atau jika anak hanya mampu membaca *headline* pada surat kabar.

Akibat dari ketunanetraan, maka pengenalan atau pengertian terhadap dunia luar anak tidak dapat diperoleh secara lengkap dan utuh. Akibatnya perkembangan kognitif anak tunanetra cenderung terhambat dibandingkan dengan anak normal umumnya. Hal ini disebabkan perkembangan kognitif tidak saja erat kaitannya dengan kecerdasan atau kemampuan inteligensinya, tetapi juga dengan kemampuan indera penglihatannya.

b. Tunarungu

Tunarungu dapat diartikan sebagai suatu keadaan kehilangan pendengaran yang mengakibatkan seseorang tidak dapat menangkap berbagai rangsangan, terutama melalui indera pendengarannya. Menurut Andreas Dwidjosumarto (dalam Soemantri, 1990) bahwa seseorang yang tidak atau kurang mampu mendengar suara dikatakan tunarungu. Ketunarunguan dibedakan menjadi dua kategori yaitu tuli (*deaf*) dan kurang dengan (*low of hearing*).

Ada 4 tingkatan klasifikasi menurut tarafnya, yaitu tingkat 1, penderita kehilangan kemampuan mendengar antara 35 sampai 45 dB, penderita hanya

membutuhkan latihan bicara dan bantuan mendengar secara khusus. Tingkat II, penderita kehilangan kemampuan mendengar antara 55 sampai dengan 69 dB, penderita kadang memerlukan penempatan sekolah secara khusus, memerlukan latihan berbicara dan latihan berbahasa secara khusus. Tingkat III, penderita kehilangan kemampuan mendengar antara 70 sampai dengan 89 dB. Tingkat IV, penderita kehilangan kemampuan mendengar 90 dB ke atas. Pada umumnya inteligensi anak tunarungu secara potensial sama dengan anak normal, tetapi secara fungsional perkembangannya dipengaruhi oleh tingkat kemampuan berbahasanya, keterbatasan informasi, dan daya abstraksi anak. Akibatnya ketunarunguan menghambat proses pencapaian pengetahuan yang lebih luas. Dengan demikian perkembangan inteligensi secara fungsional terhambat. Perkembangan kognitif anak tunarungu sangat dipengaruhi oleh perkembangan bahasa, sehingga hambatan pada bahasa akan menghambat perkembangan inteligensi anak tunarungu.

c. Tunagrahita

Tunagrahita adalah istilah yang digunakan untuk menyebut anak yang mempunyai kemampuan intelektual dibawah rata-rata. Dalam kepustakaan bahasa asing digunakan istilah-istilah *mental retardation*, *mentally retarded*, *mental deficiency*, dan *mental defective*. Ada tiga klasifikasi anak tunagrahita yaitu, Tunagrahita ringan, disebut dengan moron atau debil. Memiliki IQ 68-52 menurut Binet, sedangkan menurut Skala Weschler (WISC) memiliki IQ 69-55. Masih dapat dididik menjadi tenaga kerja semi-skilled seperti pekerja laundry, pertanian, peternakan, pekerjaan rumah tangga, bahkan jika dilatih

dan dibimbing dengan baik anak tunagrahita ringan dapat bekerja dipabrik-pabrik dengan sedikit pengawasan.

Namun anak tunagrahita ringan tidak mampu melakukan penyesuaian sosial secara independen. Tunagrahita sedang, disebut juga dengan imbesil. Memiliki IQ 51-36 pada Skala Binet dan 54-40 menurut Skala Weschler (WISC). Anak tunagrahita sedang tidak dapat belajar secara akademik namun masih dapat belajar mengenai merawat diri. Dan yang terakhir yaitu Tunagrahita berat disebut dengan idiot. Memiliki IQ 32-20 menurut Skala Binet dan 39-25 menurut Skala Weschler (WISC). Anak tunagrahita berat memerlukan bantuan perawatan secara total dalam hal merawat diri.

d. Tunadaksa

Tunadaksa berarti suatu keadaan rusak atau terganggu sebagai akibat gangguan bentuk atau hambatan pada tulang, otot, dan sendi dalam fungsinya yang normal. Kondisi ini dapat disebabkan oleh penyakit, kecelakaan, atau dapat juga disebabkan oleh pembawaan sejak lahir. Ada enam klasifikasi anak tunadaksa yaitu, kerusakan yang merupakan keturunan meliputi *club-foot*, *club-hand*, *polydactylism*, *syndactylism*, *torticollis*, *spina-bifida*, *cretinism*, *mycrocephalus*, *hydrocephalus*, *clefpalats*, *herelip*, *congenital hip dislocation*, *congetial amputation*, *fredresich ataxia*, *coxa valga*, dan *syphilis*.

Kerusakan pada waktu kelahiran meliputi *erb's palsy*, dan *fragilitas osium*. Infeksi meliputi tuberculosis tulang, *osteomyelitis*, *poliomyelitis*, *pott's disease*, *still's disease*, tuberculosis pada lutu atau sendi lain. Kerusakan

traumatik meliputi amputasi, kecelakaan akibat luka bakar, dan patah tulang. Tumor meliputi *oxostosis, osteosis fibrosa cystica*.

Dan terakhir yaitu kondisi-kondisi lainnya meliputi *flatfeet, kyphosis, lordosis, perthe's disease, rickets, scilosis*. Secara umum dapat dikatakan bahwa sampai batas usia tertentu ketunadaksaan akan mempengaruhi laju perkembangan dan tipe perkembangan seseorang. Ketunadaksaan yang dialami pada usia lebih besar menunjukkan efek yang lebih kecil terhadap laju perkembangan tetapi menimbulkan pengaruh psikologis yang lebih besar.

e. Tunalaras

Tunalaras berarti gangguan tingkah laku pada anak. Anak tunalaras sering disebut anak tunasosial karena tingkah laku anak menunjukkan penentangan terhadap norma-norma sosial masyarakat yang berwujud seperti mencuri, mengganggu, dan menyakiti orang lain. Dengan kata lain tingkah lakunya menyusahkan orang lain.

Ada tiga klasifikasi anak tunalaras, yaitu yang pertama *the semi socialize child* merupakan anak yang termasuk kelompok ini dapat mengadakan hubungan sosial, tetapi terbatas pada hubungan tertentu. Misalnya keluarga dan kelompoknya. Biasanya mereka memiliki aturan tersendiri sehingga pada lingkungan masyarakat mereka berontak. Kedua, *children arrested at a primitive level or socialization* merupakan anak yang pada kelompok ini dalam perkembangan sosialnya berhenti pada level atau tingkatan yang rendah. Mereka adalah anak yang tidak pernah mendapat bimbingan kea

rah sikap sosial dan terlantar dari pendidikan, sehingga mereka melakukan apa saja yang mereka kehendaki.

Dan ketiga yaitu *children with minimum socialization capacity* merupakan anak yang pada kelompok ini tidak mempunyai kemampuan sama sekali untuk belajar sikap-sikap sosial. Disebabkan karena pembawaan/kelainan atau anak tidak pernah mendapatkan kasih sayang sehingga anak bersifat apatis dan egois. Ada beberapa faktor penyebab ketunalarasan yaitu kondisi/ keadaan fisik, masalah perkembangan, lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat.

f. Kesulitan belajar (*learning disabilities*)

Kesulitan belajar merupakan istilah generik yang merujuk kepada keragaman kelompok yang mengalami gangguan dimana gangguan tersebut diwujudkan dalam kesulitan yang signifikan yang dapat menimbulkan gangguan proses belajar. Ada tiga klasifikasi anak kesulitan belajar yaitu, yang pertama *dyslexia* merupakan suatu kesulitan belajar yang ditandai dengan kesulitan membaca.

Kesulitan terletak pada keterampilan mengeja, pemaknaan antar huruf dan pemahaman kalimat. Kedua, *dysgraphia* merupakan kesulitan belajar yang ditandai dengan kesulitan menulis. Anak sangat sulit menulis, tulisan sulit dibaca, dan banyak kesalahan pada tulisan. Ketiga, *dyscalculia* merupakan kesulitan belajar yang ditandai dengan kesulitan menghitung. Anak dengan kesulitan menghitung berdampak pada gangguan mengingat, persepsi visual, dan kemampuan visiospatial.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan karakteristik anak berkebutuhan khusus meliputi tunarungu, tunanetra, tunadaksa, tunalaras, tunagrahita, dan kesulitan belajar.

D. Hubungan antara Qana'ah dengan Kesejahteraan Psikologis pada orang tua yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus

Anak yang tergolong luar biasa atau berkebutuhan khusus adalah anak yang menyimpang dari rata-rata normal dalam hal ciri-ciri mental, kemampuan-kemampuan sensorik, fisik dan neuromuskular, perilaku sosial dan emosional, kemampuan berkomunikasi, maupun kombinasi dua atau lebih dari hal-hal diatas (Mangunsong, 2014).

Anak yang terlahir dengan kondisi mental yang kurang sehat tentunya membuat orang tua sedih dan terkadang tidak siap menerimanya. Begitu pula dengan reaksi setiap orang tua yang baru menyadari kondisi kekhususan anaknya itu berbeda-beda. Menurut penelitian Faradinna (2016) reaksi orang tua ketika awalnya dikatakan bermasalah adalah tidak percaya, *shock*, sedih, kecewa, merasa bersalah, marah, dan menolak.

Anak berkebutuhan khusus tentunya membutuhkan perhatian yang lebih, tetapi untuk memberikan hal tersebut tentunya bukan hal yang mudah. Orang tua harus mampu membagi waktu dengan baik dan dibutuhkan kerelaan serta kesabaran yang tinggi. Unsur yang mendasari kerelaan dan kesabaran merupakan suatu bentuk sikap penerimaan diri orang tua. karena dengan menerima, orang tua memperhatikan perkembangan kemampuan anak dan memberikan kasih sayang serta perhatian yang lebih kepada anak (Hurlock, 1999). Penerimaan tersebut

akan mendatangkan rasa syukur atas apa yang telah diberikan, yang mengacu pada penerimaan diri dan merupakan salah satu dimensi dari kesejahteraan psikologis (Ryff, 1995).

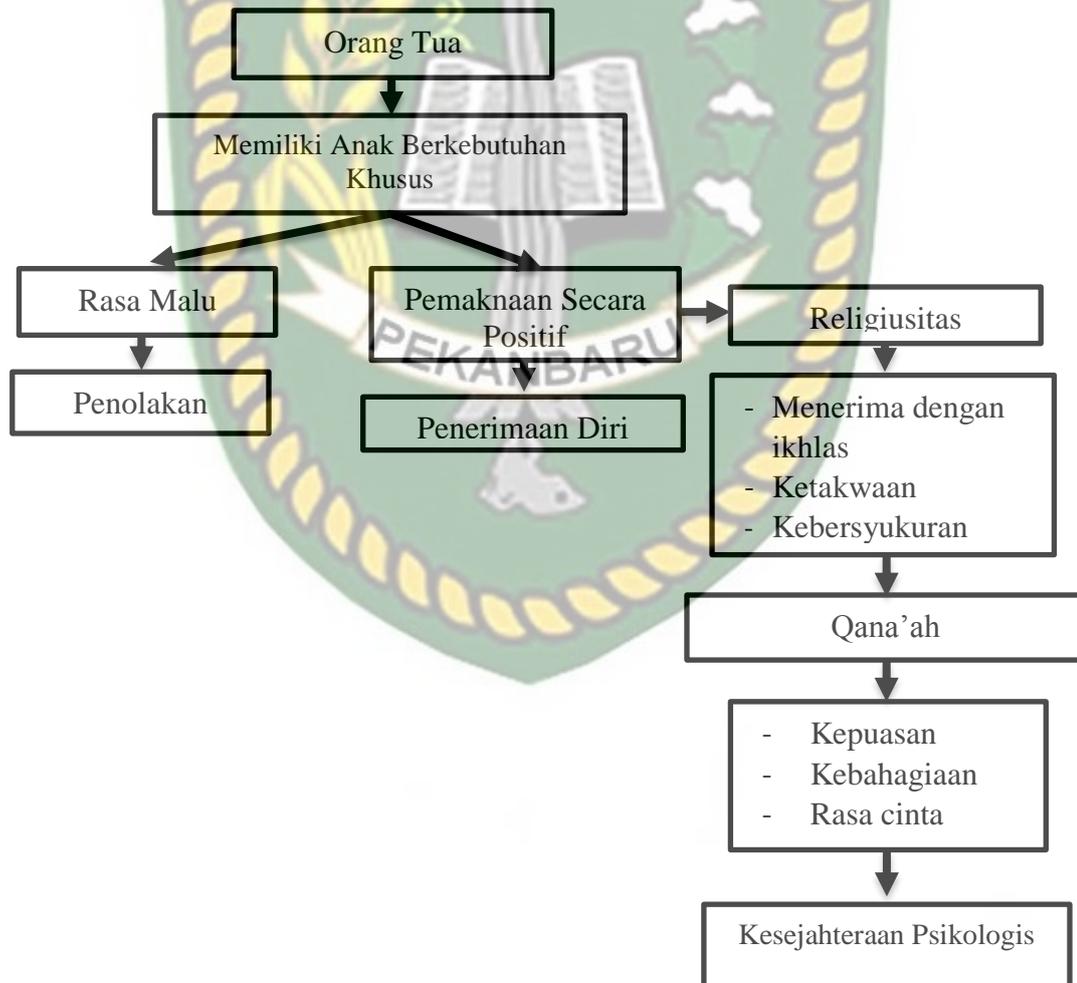
Ryff (1995) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan suatu konsep yang berkaitan dengan apa yang dirasakan oleh individu mengenai aktivitas dalam kehidupan sehari-hari serta mengarah pada pengungkapan perasaan pribadi atas apa yang dirasakan oleh individu sebagai hasil dari pengalaman hidupnya.

Seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi maka akan memiliki penerimaan diri yang baik, hal ini dijelaskan lebih lanjut oleh Ryff (1995) bahwa tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi menunjukkan bahwa orang itu memiliki penerimaan diri dan hubungan yang baik dengan lingkungannya, memiliki kepercayaan diri yang baik, bisa membangun hubungan baik dengan orang lain dan mempunyai tujuan dalam hidupnya, yang mana hal tersebut dapat mengantarkan seseorang pada sifat qana'ah. Sedangkan seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah, maka sulit untuk menerima keadaan dirinya, tidak memiliki hubungan yang baik dengan lingkungannya, memiliki kepercayaan diri yang rendah, dan tidak bisa membangun hubungan baik dengan orang lain.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Susanto (2014) menunjukkan bahwa ketika mengetahui anak mereka mereka mengalami kekhususan, orang tua bingung. Bingung karena kurangnya pemahaman atau pengetahuan orang tua mengenai anak berkebutuhan khusus. Kurangnya pengetahuan orang tua membuat

kondisi psikologisnya kurang baik, kondisi psikologis yang dialami orang tua itu seperti marah, sedih, kecewa, berpikir negatif, dan melampiaskan kemarahannya dengan anaknya serta menyalahkan diri sendiri dengan berpikir dosa apa yang telah dilakukannya. Tetapi seiring dengan berjalannya waktu, orang tua mampu menerima anaknya karena mendapat dukungan dari suami, dukungan dari keluarga besar, kelompok orang tua yang juga memiliki anak berkebutuhan khusus, rumah terapi dan juga informasi dari media sosial.

Gambar 2.1 Skema Kerangka Berpikir



E. Hipotesis

Hipotesis di dalam penelitian ini adalah ada hubungan yang positif antara qana'ah dengan kesejahteraan psikologis pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Semakin tinggi qana'ah maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, dan sebaliknya semakin rendah qana'ah maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari satu (1) variabel bebas dan satu (1) variabel terikat.

1. Variabel bebas (X) : Qana'ah
2. Variabel terikat (Y) : Kesejahteraan Psikologis

B. Definisi Operasional

1. Definisi Operasional Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis adalah suatu keadaan ketika individu dapat menerima kekurangan didalam diri apa adanya, memiliki tujuan hidup, dapat membangun hubungan yang baik dengan orang lain, mandiri terhadap tekanan sosial dan dapat mengendalikan lingkungannya. Kesejahteraan psikologis diukur dengan menggunakan skala kesejahteraan psikologis yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek- aspek kesejahteraan psikologis yang dikemukakan oleh Ryff (1995). Semakin tinggi skor skala maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis dan sebaliknya semakin rendah skor yang didapatkan maka semakin rendah kesejahteraan psikologis.

2. Definisi Operasional Qana'ah

Qana'ah adalah suatu keadaan dimana seseorang merasa cukup, puas, ridha dan rela dengan ketentuan yang telah Allah SWT berikan kepadanya. Baik harta ataupun sesuatu yang telah dimiliki serta mau berusaha dan berdoa yang

terbaik kepada Allah SWT. Qana'ah diukur dengan menggunakan skala qana'ah yang disusun oleh Oktavia (2019) berdasarkan aspek- aspek yang diungkapkan oleh Hamka (2017) dan Rusdi (2016). Semakin tinggi skor skala maka semakin tinggi pula qana'ah dan sebaliknya semakin rendah skor yang didapatkan maka semakin rendah pula qana'ah.

C. Subjek Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi didefinisikan sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Sebagai suatu populasi, kelompok subjek ini harus mengenali ciri-ciri atau karakteristik-karakteristik bersama yang membedakannya dari kelompok subjek yang lain. Ciri yang dimaksud tidak hanya sebatas ciri lokasi akan tetapi dapat terdiri dari karakteristik-karakteristik individu (Azwar, 2010).

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 1.034 orang anak berkebutuhan khusus di Pekanbaru (Dinas Pendidikan Provinsi Riau, 2018/2019)

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari populasi (Bungin, 2011). Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel dianggap sebagai sumber data yang penting untuk mendukung penelitian (Sugiyanto, 2002). Adapun jenis sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *cluster sampling*, yaitu teknik pengambilan anggota sampel berdasarkan daerah populasi yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2014).

Pengambilan sampel berdasarkan karakteristik yaitu orang tua yang beragama islam dan orang tua dari anak berkebutuhan khusus tersebut. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 130 sampel. Pada SLB Kasih Ibu jumlah sampel yang diambil adalah sebanyak 60 sampel, SLB Kinasih sebanyak 30 sampel, SLB Panam Mulia sebanyak 22 sampel, dan SLB Al- Faqih sebanyak 18 sampel.

Untuk menentukan ukuran sampel dalam penelitian ini, peneliti menggunakan rumus slovin untuk perhitungan besaran sampel sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{N(d)^2 + 1}$$

$$n = \frac{1.034}{1.034(0,1)^2 + 1}$$

$$n = 91,18$$

Keterangan :

n = Jumlah sampel yang dicari

N = Jumlah Populasi

d = Nilai Presisi (ditentukan $\alpha = 0,01$)

Jumlah sampel yang ditentukan berdasarkan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 10 persen yaitu 91,18 orang sampel. Pada penelitian ini peneliti menambahkan jumlah sampel menjadi 150 sampel dengan rincian pada tabel berikut :

Tabel 3.1
Jumlah Sampel Penelitian

Sekolah	f	%
SLB Kasih Ibu	70	46,67%
SLB Panam Mulia	35	23,33%
SLB Al-Faqih	23	15,33%
SLB Pelita Nusa	22	14,67%
Total	150	100%

D. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan prosedur yang sistematis dan standar untuk memperoleh data yang diperlukan (Nazir, 2005). Pengumpulan data dalam penelitian berfungsi untuk mendapatkan data primer penelitian. Untuk mendapat data, penelitian melakukan penyebaran kuesioner berupa skala sikap kepada responden. Skala sikap berupa kumpulan pernyataan mengenai suatu objek sikap (Azwar, 2013). Setiap respon atas pernyataan sikap kemudian dapat memberikan kesimpulan mengenai arah dan intensitas dari sikap individu.

Cara memperoleh data yang relevan dan akurat dalam penelitian ini, digunakan metode skala untuk variabel qana'ah dan kesejahteraan psikologis. Yang mana dengan menggunakan skala akan diperoleh fakta atau pendapat dari subjek penelitian. Adapun dasar penggunaan metode ini adalah karena subjek merupakan orang yang paling tahu tentang dirinya sendiri, apa yang dinyatakan subjek adalah benar dan dapat dipercaya dan interpretasi subjek tentang pernyataan-pernyataan yang diajukannya adalah sama dengan apa yang dimaksud oleh pembuat skala (Hadi, 2001).

Skala yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua bagian, yaitu skala qana'ah dan skala kesejahteraan psikologis. Adapun aitem skala

kesejahteraan psikologis dan skala qana'ah disusun dengan menggunakan model skala Likert yang dimodifikasi. Skala yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan empat kategori yaitu Sangat Sesuai, Sesuai, Netral atau ragu- ragu, Tidak Sesuai dan Sangat Tidak Sesuai. .

Adapun nilai yang bergerak untuk pernyataan *favorable* adalah dari sangat sesuai mendapat nilai 5 sampai sangat tidak sesuai mendapat nilai 1. Sedangkan untuk pernyataan yang *unfavorable* adalah Sangat Tidak Sesuai mendapat nilai 5, Tidak Sesuai bernilai 4, Netral atau Ragu- ragu bernilai 3, Sesuai mendapat nilai 2, dan Sangat Sesuai mendapat nilai 1 (Azwar, 2003).

1. Skala Kesejahteraan Psikologis

Skala dalam penelitian ini merupakan skala yang dibuat sendiri oleh peneliti. Skala ini disusun berdasarkan teori Ryff (1995) dengan aspek-aspek sebagai berikut : penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pengembangan pribadi. Aspek- aspek skala kesejahteraan psikologis dijabarkan dalam bentuk aitem-aitem yang terdiri dari 40 pernyataan, sebagaimana terlihat pada table berikut :

Tabel 3.2
Blueprint skala Kesejahteraan Psikologis sebelum Try Out

Aspek	Nomor Aitem		Total
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Penerimaan diri	1,6,13,23 ,34	14,24,33	8
Hubungan positif dengan orang lain	10,26,37	7,15,25	6
Kemandirian	17,19,30, 35,40	16,20,31,36	9
Penguasaan lingkungan	8	9	2
Tujuan hidup	5,12,21,2 8,29	4,11,22,27,32	10
Pengembangan pribadi	2,38	3,18,39	5
Jumlah	21	19	40

2. Skala Qana'ah

Skala Qana'ah dalam penelitian ini merupakan adaptasi dari penelitian Oktavia (2019). Skala ini memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,901 dengan jumlah aitem *favorable* 25 dan *unfavorable* 21 aitem. Skala ini disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Rusdi (2016) dan Hamka (2017) yaitu : a) bekerja dengan sungguh-sungguh; b) berpegang pada nilai-nilai islam dalam berusaha; c) tidak berorientasi pada dunia; d) tidak menuntut lebih, namun memohon tambahan yang pantas; e) bertakwawal kepada Allah apapun hasil yang didapat; f) menerima dengan sabar takdir Allah; g) ridha dengan sedikitnya nikmat yang didapat.

Penyusunan alat ukur ini untuk lebih jelasnya dijabarkan dalam bentuk *blue print* pada tabel berikut ini.

Tabel 3.3
Blueprint skala Qana'ah sebelum Try Out

Ciri-ciri orang Qana'ah	Nomor Aitem		Total
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Ridha sedikitnya nikmat yang didapat	1,2,3	4,5,6,7	7
Tidak menuntut lebih	8,9,	11,12,13	5
Menerima dengan rela segala yang ada	14,15	16,18,19,20	6
Berusaha dan memohon tambahan yang pantas kepada Allah SWT	24	25	2
Menerima dengan sabar semua ketentuan Allah SWT	27,28,29,30	31,32,33,34	8
Bertawakal kepada Allah SWT	42,43,44,45	46	5
Tidak tertarik dengan tipu daya dunia	35,36,37,38,39		5
	21	17	44

E. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas Alat Ukur

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Validitas seringkali dikonsepsikan sebagai sejauh mana tes mampu mengukur atribut yang seharusnya diukur. Menurut Azwar (2012), kestabilan atau validitas mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Validitas pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini adalah *content validity*, yang lebih banyak disandarkan pada

relevansi isi pernyataan yang disusun berdasarkan rancangan atau kisi-kisi yang tepat.

Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isi tes berupa analisis rasional atau berdasarkan pendapat para ahli. Validitas isi yaitu sejauh mana elemen- elemen dalam instrument alat ukur benar- benar relevan dan gambaran dari konstrak yang sesuai dengan tujuan dari pengukuran tersebut (Azwar, 2014). Pada penelitian Oktavia (2019) semua aitem yang ada telah dinyatakan valid, dan populasi pada penelitian ini sama dengan populasi pada penelitian Oktavia (2019) maka peneliti tidak melakukan uji coba skala.

2. Reliabilitas Alat Ukur

Instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila beberapa kali digunakan untuk mengukur obyek yang sama, akan tetap menghasilkan data yang sama (Nazir, 2005). Reliabilitas dinyatakan melalui koefisiensi reliabilitas yang berkisar antara 0 sampai 1,00. Jika koefisien yang didapat $> 0,60$, maka instrumen penelitian tersebut reliabel (Darmawan, 2013). Menurut Sekaran (2000), nilai alpha 0,8 sampai 1,0 dikategorikan reliabilitas baik, 0,6 sampai 0,79 dikategorikan reliabilitas diterima, dan jika kurang dari 0,6 akan dikategorikan kurang baik.

Reliabilitas merupakan penerjemahan dari kata *reliability*. Suatu pengukuran mampu menghasilkan data yang mempunyai nilai reliabilitas yang tinggi disebut dengan pengukuran reliabel. Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana alat ukur memiliki konsistensi relatif jika dilakukan pengukuran berulang terhadap subjek yang sama, semakin tinggi koefisien

menunjukkan reliabilitas relasi semakin baik. Pengujian reliabilitas pada penelitian ini menggunakan pendekatan konsistensi internal dengan formula *Alpha Cronbach*. Reliabilitas dapat dinyatakan dalam rentang angka 0,00 sampai dengan 1,00, semakin tinggi koefisien yang mendekati 1,00 maka reliabel alat ukur semakin tinggi. Skala dalam penelitian ini diuji reliabilitasnya dengan menggunakan metode *Cronbach's Alpha* dari program SPSS versi 21.0 *for windows*.

F. Metode Analisis Data

Data dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Dan menggunakan teknik analisis data statistik. Data dalam penelitian ini akan dianalisis dengan menggunakan korelasi *product moment*, yaitu teknik untuk mencari hubungan antara dua variabel. Data dapat dianalisis dengan menggunakan program computer yaitu *Statistic Product And Server Solution* (SPSS) versi 21,0 *for windows*.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan pengujian yang dapat dilakukan untuk melihat seberapa layak data yang ada. Jika nilai signifikansi $p > 0,05$ maka data dapat dinyatakan normal. Dalam penelitian ini uji normalitas ini dilakukan dua skala yaitu skala qana'ah dan skala kesejahteraan psikologis dengan bantuan program SPSS 21 *Windows*.

2. Uji Linieritas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat, uji linearitas menggunakan kaidah signifikan (p) dari nilai

deviation from Linearity $< 0,05$ maka hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat adalah tidak *linier*. Akan tetapi jika signifikan (p) dari nilai *deviation from Linearity* $> 0,05$ maka hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat adalah *linier*.

3. Uji Hipotesis

Teknik statistik yang digunakan dalam peneliti ini adalah teknik korelasi Pearson *product moment*. Teknik korelasi Pearson *product moment* adalah untuk mencari hubungan pada variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y) data berbentuk interval dan rasio. Sebelum melakukan uji normalitas dan uji linearitas, hal tersebut dilakukan untuk mengetahui berapa banyak data yang layak di uji secara paramatik yang dapat mempermudah dalam perhitungan dengan menggunakan bantuan program *SPSS 21.0 for Windows*.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Prosedur Penelitian

Prosedur dalam penelitian ini terbagi atas tiga tahapan yang terdiri dari orientasi kancah penelitian, pengembangan alat ukur, dan pelaksanaan penelitian. Berikut adalah penjelasan dari masing masing tahapan, yaitu :

1. Orientasi Kancah Penelitian

Populasi didalam penelitian ini adalah orang tua yang mempunyai anak berkebutuhan khusus yang bersekolah di Pekanbaru dan beragama Islam. Yang tercatat pada dinas pendidikan berjumlah 1.034 anak. Di Pekanbaru sendiri terdapat 14 sekolah luar biasa diantaranya yaitu SLB Pembina, SLB Pelita Hati, SLB Kasih Ibu, SLB Sri Mujinab, SLB Al-faqih, SLB Baiquntah, SLB Pendomo Limo, SLB Panam Mulia, SLB Cendana, SLB Pelita Nusa, SLB melati, SLB Insan Mutiara, SLB Anak Mandiri dan SLB Kinasi.

Jumlah sampel dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan teori Sugiyono (2004) dengan jumlah populasi 1.034 anak, maka sampel dalam penelitian ini sebanyak 150 sampel. Pada SLB Kasih Ibu jumlah sampel yang diambil sebanyak 70, SLB Panam Mulia sebanyak 35 sampel, SLB Al- Faqih sebanyak 23 sampel, dan SLB Pelita Nusa sebanyak 22 sampel.

Sebelum melakukan penelitian dan uji coba, peneliti juga melakukan beberapa persiapan dengan meminta surat permohonan izin untuk melakukan penelitian kepada Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

2. Pengembangan Alat ukur

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kesejahteraan psikologis dan skala qana'ah. Skala kesejahteraan psikologis dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan teori Ryff (1995) dan skala qana'ah yang peneliti adaptasi oleh penelitian yang dilakukan oleh Oktavia (2019).

a. Skala Kesejahteraan Psikologis

Skala Kesejahteraan Psikologis dipakai untuk melihat kesejahteraan psikologis pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Skala ini disusun berdasarkan teori Ryff (1995) dan skala ini disusun berdasarkan 6 aspek yaitu : 1) penerimaan diri; 2) hubungan positif dengan orang lain; 3) otonomi ; 4) penguasaan lingkungan; 5) tujuan hidup; dan 6) pengembangan pribadi.

Aspek- aspek tersebut kemudian dijabarkan dalam bentuk aitem-aitem yang terbagi menjadi dua yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Uji coba skala kesejahteraan psikologis dilakukan pada tanggal 5 Agustus 2019 di SLB Sri Mujinab dan SLB Pembina. Uji coba skala ini dibantu majelis guru untuk memberikan skala kepada 80 para orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Jumlah subjek dalam uji coba alat ukur sudah ideal dimana Azwar (2014) mengatakan bahwa sampel yang ideal untuk diuji coba adalah 60 orang.

Peneliti kemudian juga melakukan seleksi butir terhadap aitem-aitem pada skala kesejahteraan psikologis. Peneliti hanya mengambil aitem yang menunjukkan daya beda aitem $> 0,25$ hal ini sesuai dengan pendapat Azwar (2014) yaitu semua aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,25 daya beda dianggap memuaskan. Hasil seleksi butir aitem menunjukkan ada 12 aitem

yang memiliki daya beda $\leq 0,25$ yaitu aitem a4, a10, a15, a17, a19, a21, a26, a30, a33, a34, a36, dan a38 dengan reliabilitas 0,857. Setelah dilakukan seleksi butir nilai reliabilitas meningkat menjadi 0,885. Distribusi aitem dapat dilihat dalam tabel berikut ini :

Tabel 4.1
Blueprint skala Kesejahteraan Psikologis setelah Try Out

Aspek	Nomor Item		Total
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Penerimaan diri	1,6,13,23	14,24	6
Hubungan positif dengan orang lain	37	7,25	3
Kemandirian	35,40	16,20,31	5
Penguasaan lingkungan	8	9	2
Tujuan hidup	5,12,28,29	11,22,27,32	8
Pengembangan pribadi	2	3,18,39	4
Jumlah	13	15	28

b. Skala Qana'ah

Skala yang peneliti gunakan untuk mengukur sifat qana'ah pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus yaitu dengan skala qana'ah dari penelitian Oktavia (2019) skala qana'ah awalnya terdiri dari 49 aitem tetapi ketika diproses validitas isi yaitu melalui *expert judgement*. Aitem yang pada awalnya berjumlah 49 kemudian berkurang menjadi 46 aitem yang terdiri dari 25 *favorable* dan 21 *unfavorable*. Pada skala qana'ah peneliti tidak melakukan uji coba skala

dikarenakan populasi peneliti dan populasi pada penelitian Oktavia (2019) ini sama.

3. Pelaksanaan penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 20 Agustus 2019. Dengan jumlah sampel sebanyak 150 orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, penelitian ini dilakukan dari pagi sampai dengan anak sepulang sekolah saat orang tua menunggu anak pulang sekolah. Selama penelitian peneliti juga meminta izin kepada setiap kepala Sekolah Luar Biasa setempat untuk melakukan penelitian. Peneliti membagikan skala kepada 150 orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang sebelumnya telah diberikan penjelasan mengenai tata cara mengisi pengisian skala dan peneliti telah memberikan cendra mata kepada para orang tua yang telah ikut berpartisipasi dalam penelitian tersebut. Setiap orang tua mendapat satu *booklet* skala yang berisikan dua skala yaitu skala kesejahteraan psikologis dan skala qana'ah.

B. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek Penelitian

Berikut deskripsi detail data demografi dari sampel penelitian dapat dilihat pada tabel 4.2 berikut ini:

Tabel 4.2
Data Demografi Penelitian

Detail Data Demografi	f	%	
Usia Orang Tua	20 – 40 Tahun	61	40,67%
	41 – 60 Tahun	85	56,67%
	61 – Lansia	4	2,66%
Pendidikan	Tamat SD	10	6,67%
	Tamat SMP	24	16%
	Tamat SMA	86	57,33%
	Tamat D1 – D3	3	2%
	Tamat S1-S2	27	18%
Status Pernikahan	Menikah	123	82%
	Cerai	27	18%
Suku	Melayu	57	38%
	Minang	43	28,67%
	Jawa	37	24,67%
	Batak	13	8,66%
Jumlah Anak	1 – 3	98	65,33%
	4 – 6	45	30%
	7 - 12	7	4,67%
Penghasilan Perbulan	IRT	41	27,33%
	500.000-2.000.000	73	48,67%
	4.000.000-7.000.000	27	18%
	8.000.000-10.000.000	9	6%
Kekhususan	Tunanetra	13	8,67%
	Tunarungu	56	37,33%
	Tunagrahita	52	34,67%
	Tunadaksa	5	3,33%
	Autis	24	16%
Usia Anak	6 - 11	46	30,67%
	12 - 20	93	62%
	21 - 40	11	7,33%

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa sampel dalam penelitian ini paling banyak berusia 41-60 tahun (56,67%), pendidikan terakhir Sekolah Menengah Atas (57,33%), status pernikahan sudah menikah (82%), suku Melayu (38%),

jumlah anak 1-3 (65,33%), penghasilan perbulan Rp. 500.000 – Rp. 2.000.000 (48,67%), =kekhus-usan tunagrahita (37,33%), dan usia anak 12 -20 (62%).

Tabel 4.3
Data subjek berdasarkan ketunaan

No	Nama Sekolah	Jenis Kekhususan							Total	
		Tuna rungu	Tuna grahita	Tuna daksa	Tuna netra	Tuna laras	Autis	ADHD		Down Syndrome
1	SLB Kasih Ibu	52	45	1	-	5	9	2	6	120
2	SLB Pelita Nusa	2	8	1	-	-	15	5	4	35
3	SLB Al-Faqih	10	11	2	1	-	9	-	6	39
4	SLB Panam Mulia	5	24	-	-	-	4	-	3	36
Total Keseluruhan		69	88	4	1	5	37	7	19	230

2. Deskripsi Data Penelitian

Berdasarkan data penelitian yang diperoleh dapat diketahui bahwa deskripsi data penelitian yang menunjukkan skor hipotetik dan empirik. Kedua skor tersebut masing- masing mencakup skor maksimal, minimal, rata- rata dan standar deviasi pada masing- masing skala penelitian. Untuk mengetahui qana'ah dan kesejahteraan psikologis dari skor hipotetik dan skor empirik pada tabel berikut :

Hasil penelitian lapangan mengenai hubungan antara qana'ah dengan kesejahteraan psikologis pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, setelah dilakukan data skoring dan diolah dengan program SPSS 21.0 for windows diperoleh gambaran deskripsi dari kedua data sebagai berikut:

Tabel 4.4. Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Data Empirik				Data Hipotetik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Sifat Qana'ah	38	190	114.00	25.33	109	165	137.00	9.33
Kesejahteraan Psikologis	28	140	84.00	18.67	68	127	97.50	9.83

Berdasarkan tabel di atas menggambarkan tingkat qana'ah dan kesejahteraan psikologis pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus bervariasi berdasarkan skor yang diperoleh (empirik) dan yang dimungkinkan (hipotetik). Pada variabel qana'ah diperoleh rentang skor (empirik) adalah 109 sampai dengan 165 dengan nilai mean 137 dan standar deviasi 9.33, sedangkan pada kesejahteraan psikologis rentang skor yang diperoleh adalah antara 68 sampai 127 dengan nilai mean 97.5 dan standar deviasi 9.83. Hasil deskripsi data penelitian selanjutnya digunakan untuk kategorisasi skala, kategorisasi ditetapkan berdasarkan nilai mean dan standar deviasi hipotetik dari masing-masing skala.

Tabel tersebut juga memberikan perbandingan antara skor yang diperoleh (empirik) subjek dan skor yang dimungkinkan diperoleh (hipotetik). Pada variabel qana'ah rentang skor yang dimungkinkan (hipotetik) adalah 38 sampai 190, dengan nilai mean hipotetik 114 berada di atas mean empirik dan standar deviasi 25.33, sedangkan pada variabel kesejahteraan psikologis adalah dari 28 sampai 140, dengan nilai mean 84 berada di bawah mean empirik dan standar deviasi 18.67.

Berdasarkan hasil deskripsi statistik tersebut, selanjutnya dibuat kategorisasi untuk masing-masing variabel penelitian. Kategorisasi yang dibuat

berdasarkan rata-rata empirik. Kategorisasi dibagi menjadi lima kategori, yaitu sebagai berikut:

Tabel 4.5. Rumus Kategori

Kategori	Rumus
Sangat tinggi	$X \geq M + 1,5 SD$
Tinggi	$M + 0,5SD \leq X < M + 1,5SD$
Sedang	$M - 0,5SD \leq X < M + 0,5SD$
Rendah	$M - 1,5SD \leq X < M - 0,5SD$
Sangat Rendah	$X < M - 1,5SD$

Kategorisasi skor skala Qana'ah dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.6. Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Sifat Qana'ah

Kategorisasi	Rentang Skor	f	%
Sangat Tinggi	$X \geq 152.00$	19	12.67%
Tinggi	$126.67 \leq X < 152.00$	110	73.33%
Sedang	$101.33 \leq X < 126.67$	21	14.00%
Rendah	$76.00 \leq X < 101.33$	0	0.00%
Sangat Rendah	$X < 76.00$	0	0.00%
Total		150	100%

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa qana'ah terbanyak dengan jumlah frekuensi 110 dari 150 responden atau sebesar 73.33% dan berada pada rentang skor 126.67 sampai 152 dan termasuk kategorisasi *tinggi*. Sedangkan kategorisasi kesejahteraan psikologis dapat dilihat pada tabel 4.6 dibawah ini:

Tabel 4.7. Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala Kesejahteraan Psikologis

Kategorisasi	Rentang Skor	f	%
Sangat Tinggi	$X \geq 112.00$	27	18.00%
Tinggi	$93.33 \leq X < 112.00$	81	54.00%
Sedang	$74.67 \leq X < 93.33$	36	24.00%
Rendah	$56.00 \leq X < 74.67$	6	4.00%
Sangat Rendah	$X < 56.00$	0	0.00%
Total		150	100.00%

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa kriteria kesejahteraan psikologis terbanyak dengan jumlah frekuensi 81 dari 150 responden atau sebesar 54% dan berada pada rentang skor 93.33-112 dan termasuk kategorisasi *tinggi*.

3. Hasil Analisis Data

Data yang diperoleh sebelum melakukan hipotetik peneliti melakukan uji asumsi untuk memenuhi ketentuan dalam melakukan analisis dengan uji parametik. Uji asumsi meliputi uji normalitas dan uji linear varians pada sampel.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan pengujian yang dapat dilakukan untuk melihat seberapa layak data yang ada. Jika nilai signifikasi $p > 0,05$ maka data dapat dinyatakan normal. Dalam penelitian ini uji normalitas ini dilakukan dua skala yaitu skala qana'ah dan skala kesejahteraan psikologis dengan bantuan program SPSS 21 Windows. Hasil pengujian normalitas dapat dilihat pada tabel 4.5 berikut:

Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas Data

Variabel	Skor K-SZ	P	Keterangan
Sifat Qana'ah (X)	0,791	0,559	Normal
Kesejahteraan Psikologis (X)	1,081	0,193	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas diatas menunjukkan variabel sifat qana'ah (X) memiliki nilai kolmogorov-Smirnov Z sebesar 0,791 dengan asymp sig (2-tailed) atau p sebesar $0,559 > 0,05$ dan variabel kesejahteraan psikologis (Y) memiliki nilai kolmogorov-Smirnov Z sebesar 1,081 dengan asymp sig (2-tailed) atau p sebesar $0,193 > 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel memiliki distribusi sebaran normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat, uji linearitas menggunakan kaidah signifikan (p) dari nilai *deviation from Linearity* $< 0,05$ maka hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat adalah tidak *linier*. Akan tetapi jika signifikan (p) dari nilai *deviation from Linearity* $> 0,05$ maka hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat adalah *linier*.

Tabel 4.9 Hasil Uji Linearitas Hubungan

Variabel	F <i>Deviation from linearity</i>	p	Keterangan
Kesejahteraan Psikologis * Qana'ah	1,326	0,120	Linear

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh nilai *deviation from Linearity* sebesar 1,326 dengan nilai signifikansinya (p) sebesar $0,120 > 0,05$, yang artinya terdapat hubungan linear secara signifikan antara variabel kesejahteraan psikologis (Y) dengan variabel sifat qana'ah (X). Berdasarkan hasil uji asumsi normalitas dan linearitas diatas, maka data peneliti memenuhi syarat- syarat untuk dilakukan uji parametrik yang dilakukan untuk menguji hipotesis dan uji korelasi pada penelitian ini.

c. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui hasil korelasi dan menguji hipotesis dalam penelitian ini yang ditemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara qana'ah dengan kesejahteraan psikologis pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK). Uji Hipotesis dalam penelitian ini

adalah dengan menggunakan teknik analisis korelasi Pearson *product moment* untuk mengetahui bentuk hubungan antara variabel sifat qana'ah terhadap kesejahteraan psikologis, dan hasilnya:

Tabel 4.10 Hasil Uji Korelasi *Product Moment*
Correlations

		Sifat Qana'ah	Kesejahteraan Psikologis
Sifat Qana'ah	Pearson Correlation	1	.711**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	150	150
Kesejahteraan Psikologis	Pearson Correlation	.711**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	150	150

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil analisa Pearson *correlation* untuk variabel kesejahteraan psikologis (Y) dan sifat qana'ah (X) dengan sampel 150, diperoleh nilai (r) sebesar 0,711 dan nilai Sig (2-tailed) atau p 0,000 ($p < 0,05$) hal ini berarti 'hipotesis diterima' artinya terdapat korelasi positif dan signifikan antara sifat qana'ah dengan kesejahteraan psikologis.

Nilai korelasi 0,711 berada pada interval 0,60 - 0,80 artinya antara variabel qana'ah dan variabel kesejahteraan psikologis terdapat korelasi yang kuat (Siregar,2014). Korelasi positif yang dihasilkan menunjukkan semakin tinggi qana'ah maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah qana'ah maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis. Pada penelitian ini qana'ah memiliki sumbangan efektif sebesar 50,5 % dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain sebesar 49,5 %.

4. Pembahasan

Penelitian ini merupakan penelitian korelasi untuk menganalisis hubungan antara Qana'ah dengan Kesejahteraan Psikologis pada orangtua yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Pengumpulan data yaitu dengan menggunakan 38 aitem untuk skala qana'ah dan menggunakan 28 aitem untuk kesejahteraan psikologis disebarkan kepada 150 Orang tua yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) di Pekanbaru.

Hasil dari penelitian ini adalah adanya hubungan yang signifikan antara qana'ah dengan kesejahteraan psikologis pada orang tua yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di Pekanbaru dengan koefisien korelasi (r) sebesar 0,711 dengan nilai p 0,000 ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan dengan meningkatnya sifat qana'ah pada diri seseorang maka akan meningkat pula kesejahteraan psikologisnya. Qana'ah memiliki sumbangan efektif sebesar 50,5 % dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Anak yang terlahir dengan kondisi mental yang kurang sehat tentunya membuat orang tua sedih dan terkadang tidak siap menerimanya. Begitu pula dengan reaksi setiap orang tua yang baru menyadari kondisi kekhususan anaknya itu berbeda-beda. Menurut penelitian Faradinna (2016) reaksi orang tua ketika awalnya dikatakan bermasalah adalah tidak percaya, *shock*, sedih, kecewa, merasa bersalah, marah, dan menolak.

Anak berkebutuhan khusus tentunya membutuhkan perhatian yang lebih, tetapi untuk memberikan hal tersebut tentunya bukan hal yang mudah. Orang tua harus mampu membagi waktu dengan baik dan dibutuhkan kerelaan serta

kesabaran yang tinggi. Unsur yang mendasari kerelaan dan kesabaran merupakan suatu bentuk sikap penerimaan diri orang tua. karena dengan menerima, orangtua memperhatikan perkembangan kemampuan anak dan memberikan kasih sayang serta perhatian yang lebih kepada anak (Hurlock, 1999). Penerimaan tersebut akan mendatangkan rasa syukur atas apa yang telah diberikan, yang mengacu pada penerimaan diri dan merupakan salah satu dimensi dari kesejahteraan psikologis (Ryff, 1995).

Ryff (1995) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan suatu konsep yang berkaitan dengan apa yang dirasakan oleh individu mengenai aktivitas dalam kehidupan sehari-hari serta mengarah pada pengungkapan perasaan pribadi atas apa yang dirasakan oleh individu sebagai hasil dari pengalaman hidupnya.

Seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi maka akan memiliki penerimaan diri yang baik, hal ini dijelaskan lebih lanjut oleh Ryff (1995) bahwa tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi menunjukkan bahwa orang itu memiliki penerimaan diri dan hubungan yang baik dengan lingkungannya, memiliki kepercayaan diri yang baik, bisa membangun hubungan baik dengan orang lain dan mempunyai tujuan dalam hidupnya, yang mana hal tersebut dapat mengantarkan seseorang pada sifat qana'ah. Sedangkan seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah, maka sulit untuk menerima keadaan dirinya, tidak memiliki hubungan yang baik dengan lingkungannya, memiliki kepercayaan diri yang rendah, dan tidak bisa membangun hubungan baik dengan orang lain.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Susanto (2014) yang menunjukkan penerimaan diri orangtua terhadap anak berkebutuhan khusus. Ketika mengetahui anak mereka mengalami kekhususan, orang tua bingung. Bingung karena kurangnya pemahaman atau pengetahuan orang tua mengenai anak berkebutuhan khusus. Kurangnya pengetahuan orang tua membuat kondisi psikologisnya kurang baik, kondisi psikologis yang dialami orangtua seperti marah, sedih, kecewa, berpikir negatif, dan melampiaskan kemarahannya dengan anaknya serta menyalahkan diri sendiri dengan berpikir dosa apa yang telah dilakukannya. Tetapi seiring dengan berjalannya waktu, orangtua mampu menerima anaknya karena mendapat dukungan dari suami, dukungan dari keluarga besar, kelompok orang tua yang juga memiliki anak berkebutuhan khusus, rumah terapi dan juga informasi dari media sosial, dan itu semua tidak terlepas dengan adanya religiusitas didalam dirinya. Religiusitas yang dimaksud yaitu menerima dengan ikhlas atas apa yang telah Allah SWT berikan kepadanya, selalu bersyukur dan bertakwa kepada Allah SWT.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Fitriani (2016) menunjukkan bahwa agama mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis dalam diri seseorang. Individu yang memiliki kepercayaan terhadap agama yang kuat, pada umumnya memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi, kebahagiaan personal yang lebih tinggi dan sedikitnya dampak negatif yang dirasakan dari peristiwa traumatik dalam hidup. Hal ini berarti seseorang yang memiliki kepercayaan yang kuat terhadap agama, maka sudah memiliki kesejahteraan psikologis yang baik. Dimana yang dimaksud dengan memiliki kepercayaan terhadap agama adalah

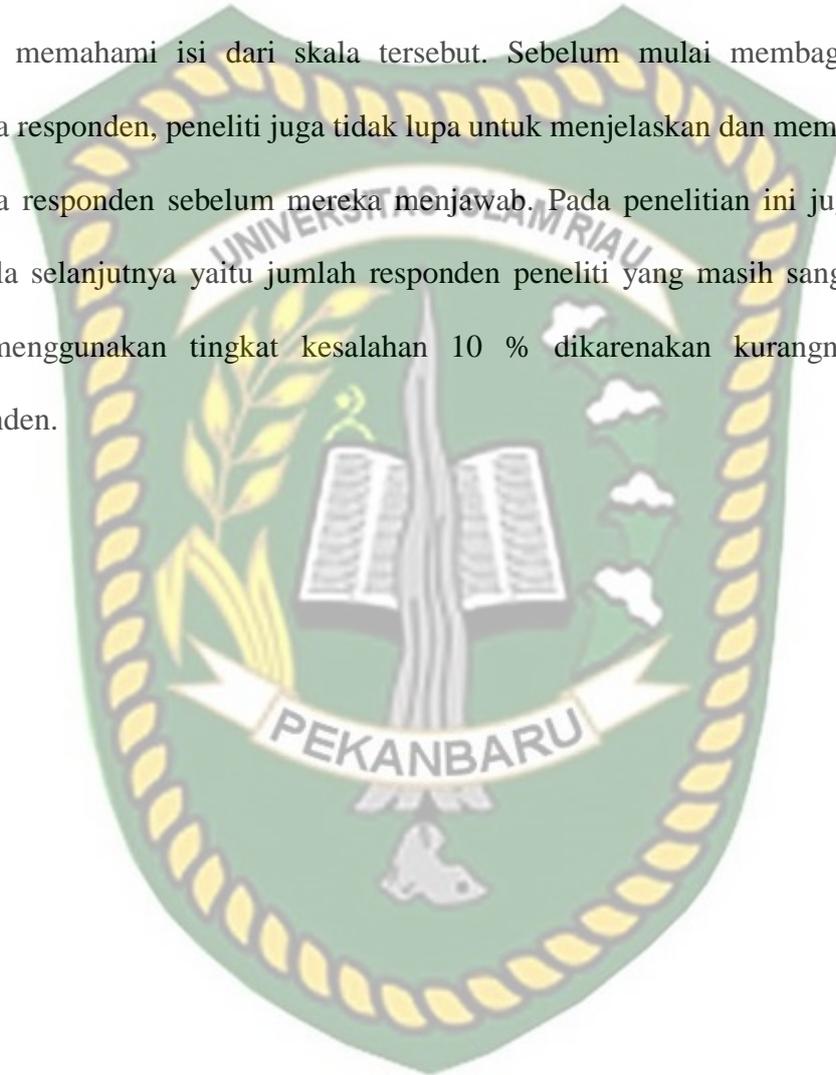
manusia mengetahui, meyakini, mempraktekkan, mengamalkan, dan menghayati ajaran agamanya dengan baik (Anchok & Suroso, 2004)

Berdasarkan ajaran Islam, akhlak memiliki kedudukan istimewa dan sangat penting. Allah SWT mengutus Nabi Muhammad SAW untuk menyempurnakan akhlak manusia. Hadist menunjukkan bahwa tidak sah agama orang tersebut apabila tidak dibarengi dengan akhlak yang baik, ini artinya sifat qana'ah harus dibarengi dengan akhlak yang mulia. Penelitian tentang akhlak ini yaitu seperti dikatakan Aljauziyah (2003) dapat ditunjukkan dengan sifat qana'ah, menerima dengan ikhlas, bertakwa, selalu bersyukur, tawakal dan sebagainya.

Syukur merupakan aspek dari akhlak yang mulia, yang juga mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Wicaksono dan Susilawati (2016) menunjukkan ada hubungan positif yang signifikan antara syukur dengan kesejahteraan psikologis, yang artinya semakin sering bersyukur maka akan semakin tinggi kesejahteraan psikologis seseorang. Menerima dengan ikhlas, tawakal, takwa, dan bersyukur merupakan komponen dari qana'ah, dimana dalam penelitian ini peneliti melihat hubungan antara qana'ah dengan kesejahteraan psikologis.

Orang yang memiliki sifat qana'ah akan selalu sabar dan merasa puas terhadap apa yang Allah SWT berikan kepadanya. Hal ini dapat dinyatakan dalam penelitian yang dilakukan oleh Saputro (2017) yang menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara sifat qana'ah dengan kepuasan hidup, jika seseorang menerapkan sifat qana'ah didalam hidupnya maka seseorang tersebut akan merasakan kepuasan hidup.

Penelitian ini terdapat beberapa kendala dimana skala kesejahteraan psikologis dan skala qana'ah memiliki aitem yang terlalu panjang dan banyak variasi jawaban yang cukup beragam. Hal ini diperkirakan menyulitkan responden dalam memahami isi dari skala tersebut. Sebelum mulai membagikan skala kepada responden, peneliti juga tidak lupa untuk menjelaskan dan memberi arahan kepada responden sebelum mereka menjawab. Pada penelitian ini juga terdapat kendala selanjutnya yaitu jumlah responden peneliti yang masih sangat terbatas dan menggunakan tingkat kesalahan 10 % dikarenakan kurangnya jumlah responden.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya dapat diambil kesimpulan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara qana'ah dengan kesejahteraan psikologis pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK) di Pekanbaru dengan (r) sebesar 0,711 dan p 0,000 ($p < 0,05$). Semakin tinggi skor qana'ah maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis pada orang tua. Artinya qana'ah memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis dengan sumbangan efektif sebesar 50,5 % dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

B. Saran

Berdasarkan data hasil analisis penelitian, maka saran yang diajukan penulis terhadap penelitian ini adalah sebagai berikut berikut:

1. Orangtua

Bagi orangtua yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) disarankan untuk selalu menjaga sifat qana'ah agar kesejahteraan psikologis tetap terjaga. Menjaga sifat qana'ah yaitu dengan yakin kepada Allah bahwa semua yang terjadi itulah yang terbaik, selalu merasa cukup dan puas dengan apapun yang diberikan oleh Allah SWT, tetap menjaga hubungan yang baik dengan Allah SWT dengan beribadah kepadanya,

mengenal sifat- sifat Allah SWT dan selalu bersyukur dengan segala sesuatu.

2. Sekolah

Untuk sekolah disarankan untuk para guru meningkatkan mutu pendidikan terutama terhadap pendidikan Jasmani agar anak dapat meningkatkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor yang mungkin kurang dapat dilakukan oleh anak berkebutuhan khusus.

3. Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini jauh dari kesempurnaan, terdapat banyak kekurangan dan kelemahan sehingga disarankan untuk menggunakan sampel lebih banyak agar sampel yang diteliti lebih bervariasi, menelaah lebih lanjut secara teliti tiap aitem- aitem dan meminta bantuan dari beberapa ahli untuk mengoreksi aitem- aitem tersebut agar tidak terjadi kesalahan dalam penulisan dan aitem- aitem tersebut dapat dengan mudah dipahami oleh subjek sehingga tidak terjadi kesalahan dalam pengisian skala. Kepada peneliti selanjutnya, penelitian ini masih dapat dikembangkan dengan melibatkan variabel lain yang dapat memberikan pengaruh terhadap qana'ah, misalnya optimisme, kepuasan hidup, atau kebahagiaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Bakar, A & Muhammad, U. (2012). *Dasyat Ikhlas, Sabar dan Qana'ah. Meraih Kebahagiaan Hakiki Dengan Ikhlas, Sabar Dan Qana'ah*. Surakarta: Ziyad Visi Media
- Al- Faruq, U. (2012). *Dasyatnya ikhlas dan sabar qana'ah*. Surakarta : Ziyad
- AlJauziyyah,I.Q. (2003). *Sabar Perisai Seseorang Muslim*. Jakarta: Pustaka Azam
- Al-Ghazali, A.I. (2014). *Ihya Ulumuddin*. Jakarta: Republika Penerbit.
- Ali, M. F. (2014). Contentment (qana'ah) and its role in curbing social and environmental problems. *Islam and civilizational renewal*, 5(3). 430-445. Diunduh dari : https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Contentment+%28qana%E2%80%99ah%29+and+its+role+in+curbing+social+and+environmental+problems.+Islam+and+civilizational+renewal&btnG=
- Anchok dan Suroso (2004). *Psikologi Islami*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.
- Anggraini, R.R. (2013). Persepsi Terhadap Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Khusus*. 1, 258-264. Diunduh dari: <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/jupekhu/article/viewFile/951/807>
- Ardani, T. A (2012). *Kesehatan mental islami*. Bandung: Karya Putra Darwati
- Asmani, J.M. (2019). *Tasawuf sosial KH. MA. Sahal Mahfudh*. Jogjakarta: Elex Media Komputindo.
- Atmaja, J.R. (2018). *Pendidikan dan Bimbingan Anak Berkebutuha Khusus*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Azwar, S. (2003). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2010). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi. Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Azwar, S. (2014). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Reliabilitas Dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Badan Pusat Statistik. (2014). *Persentase jumlah anak berkebutuhan khusus di Indonesia*. diunduh dari : <https://www.bps.go.id/>

- Bugin, B. (2011). *Metodologi penelitian kuantitatif*. Jakarta: Kencana
- Danuatmaja, B. (2003). *Terapi Anak Autis dirumah*. Jakarta: Puspa swara
- Darmawan, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Davis, N. O., & Carter, A. S. (2008). Parenting stress in mothers and fathers of toddlers with autism spectrum disorders: Associations with child characteristics. *Journal Autism Dev Disord*. 38 (7), 1278-1291. Diunduh dari :
- <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.631.4743&rep=rep1&type=pdf>
- Ellison, C.G. (1991). Religious Involvement and Subjective Well-Being. *Journal of Health and Social Behavior*,32. 80-99. Diunduh dari :
- https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Religious+Involvement+and+Subjective+Well-Being.+Journal+of+Health+and+Social+Behavior&btnG=
- Faradina, N. (2016). Penerimaan Diri pada Orangtua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *e Journal Psikologi* (4), 387. Diunduh dari :
- [http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2016/03/ejournal_novira%20faradina%20\(ONLINE\)%20\(03-17-16-07-16-01\).pdf](http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2016/03/ejournal_novira%20faradina%20(ONLINE)%20(03-17-16-07-16-01).pdf)
- Fitriani, A. (2016). *Peran religiusitas dalam meningkatkan psychologial well-being*. 9 (1), 1-29. Diunduh dari :
- <https://media.neliti.com/media/publications/177730-ID-peran-religiusitas-dalam-meningkatkan-ps.pdf>
- Hadi, S. (2001). *Metodologi Research Jilid III*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hajjaj, M.F. (2011). *Tasawuf Islam & Akhlak*. Jakarta: Bumi Akara
- Hamka (2017). *Tasawuf Modern*. Jakarta: REPUBLIKA
- Hurlock, E. B (1999). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Edisi 5*. (Terjemahan oleh Istiwidayanti & Soedjarwo). Jakarta : Erlangga.
- Iswari, M. (2007). *Kecakapan Hidup Bagi Anak Berkebutuhan Khusus*. Jakarta: Depdiknas.
- Koenig, H., Kvale, J., & Ferrel, C. (1998). Religion and well- being in later life. *The Gerontologist*, 18-28. Diunduh dari :

https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Religion+and+well-being+in+later+life&btnG=

Mangunsong, F (2011). *Psikologi dan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus Jilid Kedua*. Depok: LPSP3 UI.

Nazir, Moh. (2005). *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.

Noorhayati, S. M. (2016). Konsep qana'ah dalam mewujudkan keluarga sakinah mawaddah dan Rahmah. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*. 7(2). 59-76. Diunduh dari : https://www.researchgate.net/publication/314124899_KONSEP_QANA'A_H_DALAM_MEWUJUDKAN_KELUARGA_SAKINAH_MAWADDAH_DAN_RAHMAH

Oktavia, Y. (2019). *Hubungan antara qana'ah dengan kecemasan pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Pekanbaru* (skripsi tidak dipublikasi). Universitas Islam Riau, Pekanbaru.

Ryan, R.M. & Deci, E.L (2001). On Happiness and Human Potentials: Review of research on hedonic and eudaimonic well being. *Annual review of psychology*, 52, 141-166. Diunduh dari : <https://arjournals.annualreviews.org>

Rusdi, A. (2016). Qana'ah dalam psikologi islam dan konstruksi alat ukurnya. *Laporan Penelitian* (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Program Studi Magister Psikologi Profesi Universitas Islam Indonesia.

Ryff, C.D & Keyes, C. (1995) The structure of wellbeing. *Journal of personality and social psychology*, 69 (4), 719-727. Diunduh dari : <http://midus.wisc.edu/findings/pdfs/830.pdf>

Papalia, Olds, & Feldman. (2009). *Human Development*. New York, USA : Me Graw Hill

Papalia, D.E., Olds, S. W., & Fieldman, R. D (2008). *Human Development. (Psikologi Perkembangan terjemahan A.K Anwar)*. Jakarta : Kencana Prenada Media Grup.

Pinquart, M & Sorenson, S. (2000). Influences of Socioeconomic status, Social Network and Competence on Subjective Well-Being in Later Life : A Meta-Analysis. *Journal Psychology and Aging*, 15(2), 187-224. Diunduh dari :

https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Influences+of+Socioeconomic+status%2C+Social+Network+and+Competence+on+Subjective+Well-Being+in+Later+Life+&btnG=

Qurthubi I. (2009). *Raih Kebahagiaan Dengan Qanaah*. Yogyakarta: USWAH

Sa'diyah,S. (2016). Gambaran psychological well being dan stres pengasuhan ibu dengan anak Autis. *Jurnal Ilmiah penelitian Psikologi : psychology & humanity*. 394-399. Diunduh dari :

<http://mpsi.umm.ac.id/files/file/394399%20Sakhiyyatus%20Sa%E2%80%99diyah.pdf>

Saputro Dkk, (2017). Qana'ah Pada Mahasiswa Ditinjau Dari Kepuasan Hidup Dan Stres. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi : Kajian Empiris & Non-Empiris*. 3 (1), 11-20. Diunduh dari :

https://scholar.google.co.id/scholar?lookup=0&q=Qana%E2%80%99ah+Pada+Mahasiswa+Ditinjau+Dari+Kepuasan+Hidup+Dan+Stres&hl=id&as_sdt=0,5

Sekaran, U. (2000). *Research Methods for business: A Skill Building Approach*. Singapore: John Wiley & Sons, Inc.

Siregar, J. (2015). *Statistik parametric untuk penelitian kuantitatif*. Jakarta : Bumi Aksara.

Somantri, Sutjihati. (2012). *Psikologi Anak Luar Biasa*. Bandung: Refika Aditama.

Sugiyono. (2004). *Metode Penelitian*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2014). *Statistik untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta.

Susanto, E. S. (2014). Penerimaan diri orangtua terhadap kondisi anaknya yang menyandang autism di rumah terapis Little Star. *Jurnal psikosains*, 9 (2). 140-152. Diunduh dari :
<http://journal.umg.ac.id/index.php/psikosains/article/view/247>

Synder, C. R. & Lopez, S.J (2002). *Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University press.

Walls, CT & Zarit, S.H. (1991). Informal support from black churches and the well-being of elderly blacks. *The Gerontologist*, 31, 490-495.

Wicaksono & Susilawati. (2016). *Hubungan rasa syukur dan perilaku prososial terhadap psychological well-being pada remaja akhir anggota islamic medical activists fakultas kedokteran universitas udayana*, 3(2), 196-208. Diunduh dari :

https://simdos.unud.ac.id/uploads/file_penelitian_1_dir/99f6a6aeacbd5a2033a7272c56f077e.pdf