

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia memaparkan anak berkebutuhan khusus adalah anak yang mengalami keluarbiasaan atau keterbatasan fisik, mental, intelektual, sosial dan emosional, yang memiliki pengaruh secara signifikan dalam pertumbuhan atau perkembangannya yang berbeda dengan anak-anak lain yang seusia umurnya (Kemenpppa, 2013).

Dukungan berupa kewajiban konstitusional nasional terhadap anak berkebutuhan khusus dijamin dalam undang-undang dan lembaga pemerintah yang bertujuan untuk meningkatkan perlindungan terhadap anak tanpa diskriminasi. Sehubungan dengan komitmen tersebut dikeluarkanlah Undang-Undang nomor 19 tahun 2011, tentang pengesahan konvensi mengenai hak-hak penyandang disabilitas dan diterbitkannya peraturan Menteri Negara Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak nomor 10 tahun 2011 tentang kebijakan penanganan anak berkebutuhan khusus.

Menurut Dinas Pendidikan Pemuda dan OlahRaga (DIKPORA, 2023), Kabupaten Bantul adalah kabupaten/kota dengan jumlah ABK tertinggi di DIY dengan 1517 ABK. Kulon Progo sebagai ibukota provinsi memiliki jumlah ABK terendah yaitu 484 ABK.

Jumlah ABK di Sleman sebanyak 1506 ABK, Gunung Kidul sebanyak 976 ABK dan Yogyakarta sebanyak 619 ABK. Jumlah ABK terbanyak adalah Kabupaten Bantul kemudian diikuti Kabupaten Sleman, Yogyakarta dan terakhir Kota Kulon Progo.

Menurut Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga (DIKPORA) jumlah anak berkebutuhan khusus di Kabupaten Bantul adalah:

**Tabel 1**

Jumlah Anak Berkebutuhan Khusus di Kabupaten Bantul

No.	Tahun	Jumlah ABK
1.	2021/2022	1529
2.	2022/2023	1541
3.	2023/2024	1517

Sumber: Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga DIY, 2023

Anak berkebutuhan khusus dapat diartikan sebagai anak yang memerlukan pelayanan khusus untuk kelangsungan hidupnya. Anak berkebutuhan khusus meliputi mereka yang mempunyai permasalahan tumbuh kembang, baik intelegensi, inderawi dan anggota gerak. Anak berkebutuhan khusus berbeda dengan anak lainnya. Hal ini membedakan anak berkebutuhan khusus dengan anak lainnya terletak pada kelebihan dan kekurangannya (Nisa, 2018).

Setiap orang tua ingin anaknya sempurna baik lahir maupun batin. Kelahiran seorang bayi juga membawa kegembiraan dan harapan akan masa depan cerah, namun jika bayi yang dilahirkannya terdiagnosis memiliki gangguan perkembangan, maka orang tua harus rela menerima kenyataan bahwa anaknya memiliki kekurangan (Pamintaningtiyas, 2020). Orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, mempunyai tanggung

jawab utama dalam mengasuh, dan berinteraksi dengan anak. Oleh karena itu, orang tua mempunyai peran sentral dalam mendukung tumbuh kembang anak. Tugas tersebut merupakan tanggung jawab bersama antara ayah dan ibu, dan meskipun ayah dan ibu dapat berbagi peran dalam upaya mengasuh anak, namun ibu mempunyai tanggung jawab yang lebih utama dalam mengasuh anaknya (Sujito, 2017).

Penelitian Miranda (2013) menemukan bahwa Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus mengalami kelelahan emosional, berkurangnya kemampuan beradaptasi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan, serta merasa putus asa dalam hidup. Hal ini diyakini terkait dengan fakta bahwa Ibu menghabiskan waktu dua kali lebih banyak dibandingkan Ayah untuk merawat anak berkebutuhan khusus (Athari, 2013). Berdasarkan keadaan di atas dapat mempengaruhi kesehatan psikologis Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (Weiss & Lunsy, 2014).

Permasalahan yang dihadapi Ibu dari anak berkebutuhan khusus meliputi kesehatan mental, kesehatan fisik, dan rendahnya kualitas hidup Ibu dari anak berkebutuhan khusus. Tingkat stres lebih tinggi terjadi pada Ibu yang anaknya memiliki kelainan fisik (*cerebral palsy*) atau gangguan jiwa. Hal ini sesuai dengan penelitian Jones (2011), dimana Ibu seringkali merasa dihakimi oleh orang disekitarnya, dan juga merasa tidak ada orang yang benar-benar memahami posisi Ibu. Hal ini menimbulkan rasa terisolasi dari dunia sehingga menimbulkan kesepian dan penderitaan bagi Ibu (Morgan, 2006).

Menurut penelitian Wolbert *et al.*, (2018) perubahan emosi yang dirasakan ibu juga bervariasi, apabila ada bagian keluarga mengalami sesuatu kejadian, hal tersebut akan mempengaruhi anggota keluarga lainnya, oleh karena itu, Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus perlu mencapai *flourishing* yang tinggi agar dapat meningkatkan dirinya secara maksimal dan mampu berfungsi secara penuh dengan kemampuannya walaupun memiliki keterbatasan.

*Flourishing* merupakan tingkat tertinggi dari kesejahteraan psikologis dan dapat dipahami sebagai keadaan yang baik dari segala aspek kehidupan manusia. Hal ini ditandai dengan kebahagiaan serta kepuasan hidup, kesehatan fisik serta mental, makna serta tujuan hidup, karakter yang baik dalam diri, dan hubungan sosial yang baik (Vanderweele, 2017).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Syeda & Ali (2015) menunjukkan bahwa manfaat *flourishing* bagi seseorang yang telah mencapai tingkat tertinggi antara lain adalah bagi perkembangannya dan rasa percaya diri, baik dalam melakukan suatu pekerjaan ataupun dalam menyelesaikan suatu masalah, selain itu individu dengan *flourishing* yang tinggi akan merasa puas dan kehidupannya bermakna. Seligman (2005) juga menyatakan bahwa seseorang yang telah mampu mencapai tingkat *flourishing* yang baik dan berfungsi secara penuh, akan menjadi kunci kualitas hidup seseorang yang akan berdampak positif pada perkembangan hubungan sosial di lingkungannya.

Individu dengan tingkat *flourishing* yang tinggi memiliki kemampuan yang lebih besar dalam beradaptasi dan menerima kondisi sosial dan lingkungan serta memiliki tingkat depresi dan kecemasan yang lebih rendah (Law *et al.*,2020). Semakin *flourish*, semakin banyak emosi positif yang mendominasi. Ketika seseorang sering mengalami emosi positif dan jarang mengalami emosi negatif, maka ia dikatakan memiliki tingkat kesejahteraan yang tinggi (Masturah & Hudaniah, 2022). Sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan Whitaker *et al.*, (2021) bahwa *flourishing* yang tinggi pada ibu akan mempengaruhi perilaku pengasuhan dan penyesuaian anak yang kemudian berdampak pada meningkatnya kualitas hubungan Ibu dan Ayah dengan anak serta mengoptimalkan perkembangan emosional, sosial, dan kognitif pada anak.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 6 dan 9 September 2023 pada 2 orang subjek yang merupakan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Subjek pertama berinisial D, berdasarkan hasil wawancara didapatkan bahwa D memiliki *flourishing* yang rendah. Hal ini dapat terlihat dari D yang menyatakan ketika anaknya lahir terlihat normal, namun pada saat usia satu tahun anak D mengalami sakit panas dan kejang sehingga anak itu harus dirawat di rumah sakit selama seminggu. Dokter yang menangani anaknya memberi tahu bahwa anaknya memiliki kebutuhan khusus. Perasaan yang dirasakan yaitu merasa bersalah, terkejut, sedih, marah dan bingung. Selain itu kecemasan dan ketakutan mulai timbul, subjek merasa khawatir dengan kondisi anaknya yang

berbeda dengan anak lainnya dan apakah akan diterima di keluarga serta lingkungannya.

Subjek D sering berada dirumah dengan anaknya karena merasa takut anaknya akan mengganggu orang lain, sehingga jarang keluar rumah dan membatasi hubungan dengan orang lain. D memutuskan tidak bekerja, karena merasa tidak fokus ketika harus meninggalkan anaknya. D harus lebih ekstra ketika merawat dan mendidik anak berkebutuhan khusus, subjek sering merasa lebih lelah karena harus ikut proses pembelajaran di sekolah dari pagi sampai siang dan ketika melakukan komunikasi dengan anaknya.

Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa adanya indikasi D memiliki *flourishing* yang rendah dilihat dari tidak terpenuhinya beberapa aspek *positive emotion* yang tidak terpenuhi karena subjek cenderung merasakan emosi negatif seperti sering merasa bersalah, sedih, marah dan bingung. Pada aspek *engagement* juga subjek tidak bisa bekerja karena harus mengurus anaknya dari pagi sampai siang. Pada aspek *relationship* subjek juga lebih sering berada di rumah dan membatasi hubungan dengan orang lain. Pada aspek *accomplishment* subjek tidak mempunyai waktu untuk memenuhi hal-hal yang diinginkan atau yang dicita-citakan. Pada aspek *loneliness* semenjak memiliki anak berkebutuhan khusus, subjek jarang untuk berpergian keluar bersama teman atau kerabat.

Subjek kedua berinisial R, berdasarkan hasil wawancara didapatkan bahwa R memiliki *flourishing* yang tinggi. Hal ini terlihat dari R dapat berinteraksi dengan orang lain, karena mendapatkan dukungan dan penerimaan dari keluarga serta lingkungannya. R mencurahkan tenaganya demi anaknya, hal ini bisa dibuktikan dengan R membawa anaknya ke rumah tumbuh kembang untuk melakukan terapi selama 2 kali seminggu untuk kebutuhan fisik dan psikis anaknya. Karena R sudah sangat sibuk dengan kegiatan anaknya di sekolah dan terapi, sehingga R hanya memiliki tujuan dalam hidupnya yaitu mementingkan anaknya dapat mandiri ketika sudah dewasa.

Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa adanya indikasi subjek R memiliki *flourishing* yang tinggi dilihat dari terpenuhinya beberapa aspek yaitu *relationship*, subjek mendapatkan dukungan dan penerimaan dari lingkungan atas kondisinya anaknya. Pada aspek *engagement*, subjek mencurahkan semua tenaga dan kasih sayang kepada anaknya dengan pemberian fasilitas untuk mendukung anaknya dengan memiliki kebutuhan khusus. Pada aspek *meaning life* subjek lebih mementingkan kebahagiaan anaknya daripada kebahagiaannya.

Menurut penelitian Listiyandini *et al.*, (2015) menemukan bahwa rasa syukur dapat mencegah depresi dan kondisi patologis. Seseorang yang memiliki rasa syukur tinggi akan memiliki kendali yang lebih tinggi terhadap keadaan lingkungan, perkembangan personal, memiliki tujuan hidup, dan menerima keadaan dirinya. Rasa syukur seseorang akan mendorongnya

memiliki coping yang baik pada kesulitan hidup, mencari dukungan sosial dari orang lain, menginterpretasikan pengalaman dengan sudut pandang berbeda, serta memiliki rencana dalam memecahkan masalah (Listiyandini *et al.*, 2015). Berdasarkan hasil penelitian Wood (2009) rasa syukur secara signifikan berkorelasi dengan kesejahteraan psikologis. Rasa syukur efektif dalam meningkatkan kebahagiaan karena menciptakan sumber daya psikologis, sosial, dan spiritual (Emmons & Cullough, 2003).

Salah satu cara menunjukkan rasa terima kasih kepada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus adalah dengan mengapresiasi kondisi anak dan fokus pada sisi positif dari kesulitan dalam mengasuh anak. Bersyukur penting bagi ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus karena orang yang bersyukur cenderung merasa puas dengan hidupnya dan terhindar dari perasaan frustrasi dan kecewa, sekaligus meningkatkan kesehatan dan kebahagiaan subjektif (Emmons & Shelton, 2002). Manfaat nyata dari kebersyukuran bagi orang tua adalah membuat mereka menjadi lebih puas, berpikir positif dan optimis, serta memberikan harapan dalam hidup dan membantu individu melihat sisi baik dalam situasi sulit (Hambali *et al.*, 2015).

Selain kebersyukuran tentunya ada faktor lain yang mempengaruhi *flourishing*, salah satunya dukungan sosial suami. Menurut Sarafino & Smith (2011), dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau kesediaan untuk membantu seseorang dari orang lain atau suatu kelompok. Kasmayati (2013) mengemukakan bahwa dukungan

sosial dalam bentuk dorongan, perhatian, dan bimbingan dapat membantu individu berpikir positif, sehingga mengubah individu yang pesimis menjadi optimis. Pernyataan di atas didukung oleh hasil penelitian Yasin & Dzulkifli (2010) yang menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan faktor yang dapat membantu individu mengurangi pengalaman stres dan mengatasinya.

Bulmer (2015) mengemukakan bahwa dukungan sosial datang dari seseorang (profesional atau tidak) yang memiliki kemampuan untuk mengatasi distress individu. Taylor (2012) menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat diterima dari ayah dan ibu, pasangan atau kekasih, saudara, teman, lingkungan sosial dan masyarakat. Dukungan sosial juga dapat datang dari berbagai jenis, termasuk lingkungan informal (keluarga, teman, rekan kerja, atasan) dan dalam beberapa kasus, lingkungan pendukung formal (petugas layanan kesehatan, pekerja layanan kemanusiaan) (Glanz *et al.*, 2008).

Berdasarkan penelitian Twistiandayani & Handika (2015) menunjukkan bahwa semakin besar dukungan keluarga (suami) terhadap Ibu anak autis maka semakin positif pula penerimaan Ibu terhadap anak tersebut. Dukungan sosial dari suami merupakan salah satu bentuk dukungan keluarga karena suami merupakan orang yang sangat penting dalam keluarga.

Oleh karena itu, peneliti ingin melakukan penelitian tentang peran kebersyukuran dan dukungan sosial suami terhadap *flourishing* pada Ibu

yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Berdasarkan penjelasan dan latar belakang di atas, maka rumusan permasalahannya adalah apakah terdapat peran kebersyukuran dan dukungan sosial suami terhadap *flourishing* pada Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di kabupaten Bantul?

### **B. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan penjelasan yang telah di uraikan di atas, penelitian ini bertujuan untuk:

1. Menguji peran kebersyukuran dan dukungan sosial suami secara bersama-sama terhadap *flourishing* pada Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK) di kabupaten Bantul.
2. Menguji peran kebersyukuran terhadap *flourishing* pada Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK) di kabupaten Bantul.
3. Menguji peran dukungan sosial suami terhadap *flourishing* pada Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK) di kabupaten Bantul.

### **C. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

#### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengembangan ilmu psikologi khususnya psikologi klinis dalam kaitannya dengan peran kebersyukuran dan dukungan sosial suami terhadap *flourishing* pada Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK) di kabupaten Bantul.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terkait pentingnya *flourishing* dan menambah wawasan bagi orang tua untuk meningkatkan *flourishing* agar terjalin komunikasi yang baik dengan anak dan mampu melewati masa sulit dalam menangani masalah perkembangan anak berkebutuhan khusus (ABK).

### b. Bagi Keluarga

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan dukungan sosial kepada ibu dengan memahami perasaan ibu, memberikan apresiasi kepada ibu, memberikan informasi terkait tumbuh kembang anak dan membantu merawat anak ketika ibu mengalami kelelahan, sehingga ibu merasa tidak sendiri dan anak memiliki pertumbuhan yang baik.

## D. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang peran kebersyukuran dan dukungan sosial suami dengan *flourishing* pada Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK) di Bantul sepengetahuan peneliti belum pernah ada.

Adapun yang menjadi referensi peneliti yaitu:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Sekarini, Hidayah dan Hayati (2020) menguji tentang “Konsep dasar *flourishing* dalam psikologi positif”. Penelitian dengan metode *literature review* yang mengkaji teori-teori

yang mendasari *flourishing* dan perkembangan *flourishing* dalam penelitian yang dilakukan. Persamaan penelitiannya terletak pada penggunaan *flourishing* sebagai variabel tergantung. Perbedaan penelitian ini terletak pada metode penelitian yang digunakan, dalam penelitiannya Sekarini, Hidayah dan Hayati (2020) menggunakan metode *literature review* sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode kuantitatif.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Yudha dan Urbayatun (2020) menguji tentang "*Theoretical study of flourishing: the role of perceived stress, social support, and coping strategy*". Penelitian dengan metode *literature review*. Persamaan penelitian terletak pada penggunaan *flourishing* sebagai variabel tergantung. Perbedaan penelitian ini terletak pada metode penelitian yang digunakan, dalam penelitian Yudha dan Urbayatun (2020) menggunakan metode *literature review* sedangkan penelitian yang akan dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Azzara (2023) menguji tentang "Peran dukungan sosial keluarga, *internal locus of control*, dan konsep diri terhadap *flourishing* pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK) di Yogyakarta". Penelitian menggunakan metode kuantitatif dan subjek penelitiannya adalah ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK) di Yogyakarta. Persamaan penelitian didasarkan pada penggunaan *flourishing* sebagai variabel tergantung, ibu yang memiliki

anak berkebutuhan khusus sebagai subjek penelitian, dan metode yang digunakan dalam penelitian adalah kuantitatif. Perbedaan penelitian ini terletak pada variabel bebas dan wilayah penelitian. Pada penelitian Azzara (2023) variabel bebas yang diteliti yaitu dukungan sosial keluarga, *internal locus of control*, dan konsep diri, sedangkan dalam penelitian ini variabel bebas yang diteliti adalah kebersyukuran dan dukungan sosial suami.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Jonathan dan Mangundjaya (2023) menguji tentang “Rasa bersyukur sebagai prediktor *flourishing* pada dewasa awal”. Penelitian dengan metode kuantitatif dan subjek penelitian adalah mahasiswa psikologi semester akhir. Persamaan penelitian yaitu dalam penggunaan *flourishing* sebagai variabel tergantung. Adapun yang membedakan dalam penelitian tersebut terletak pada variabel bebas dan subjek penelitian. Subjek penelitian berbeda, pada penelitian Jonathan dan Mangundjaya subjek penelitian yaitu mahasiswa, sedangkan subjek penelitian ini yaitu pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.
5. Penelitian yang dilakukan oleh Hilton, Ratcliff, Collins, Flanagan dan Hong (2019) menguji tentang “*Flourishing in Children with autism spectrum disorders*”. Penelitian dengan metode kuantitatif dan subjek penelitian adalah anak-anak berusia antara 6 sampai 17 tahun, tanpa cacat intelektual, cedera otak, *cerebral palsy*, atau *down syndrome*. Persamaan penelitian yaitu dalam penggunaan *flourishing* sebagai

varaibel tergantung. Adapun yang membedakan dalam penelitian terletak pada subjek penelitian. Pada penelitian Hilton, Ratcliff Collins, Flanagan dan Hong (2019) subjek penelitian pada anak-anak berusia antara 6 sampai 17 tahun, sedangkan pada penelitian ini yaitu pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

## **E. Landasan Teori**

### **1. *Flourishing***

#### **a. Pengertian *Flourishing***

Menurut Seligman (2011), *flourishing* adalah keadaan individu yang mampu mencapai pengembangan diri secara optimal dan berfungsi secara penuh. Butler & Kern (2016) mendefinisikan *flourishing* merupakan kondisi optimal yang cenderung dinamis dari fungsi psikososial yang dihasilkan dari berfungsinya berbagai domain psikososial. Menurut Fowers & Owens (2010), *flourishing* adalah gambaran kehidupan yang lengkap, diekspresikan sebagai pencapaian kebaikan yang berguna melalui aktivitas bermakna dalam persahabatan berkualitas tinggi.

*Flourishing* didefinisikan sebagai kombinasi pengalaman hidup yang baik, emosi positif dan fungsi optimal (Huppert & So, 2009). *Flourishing* adalah keadaan positif di mana orang menikmati pencapaian tujuan hidup mereka. Kondisi *flourishing* dapat dicapai dengan menggunakan sumber daya yang berbeda, kekuatan, meminimalkan kemungkinan dampak negatif dan merasakan kepuasan terhadap pencapaian (Smith, 2015).

Vanderweele (2017) menyatakan bahwa *flourishing* adalah tingkat kesejahteraan psikologis yang tertinggi dan dapat dipahami sebagai keadaan sejahtera dalam segala aspek kehidupan manusia. Hal ini ditandai dengan kebahagiaan atau kepuasan hidup, kesehatan mental dan fisik, makna dan tujuan hidup, budi pekerti yang baik dan hubungan sosial yang baik.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan dapat disimpulkan bahwa *flourishing* adalah kondisi individu yang sudah mencapai tingkat kesejahteraan tertinggi secara optimal, berfungsi secara penuh dan memiliki hubungan sosial dengan baik.

#### **b. Aspek-Aspek *Flourishing***

Beberapa tokoh yang memiliki pendapat masing-masing terhadap aspek-aspek *flourishing*. Menurut Diener *et al.*, (2010) *flourishing* memiliki tujuh aspek yaitu *positive relationships* (hubungan yang positif), *engagement* (keterlibatan), *purpose and meaning* (tujuan dan kebermaknaan), *self-acceptance and self-esteem* (penerimaan diri dan harga diri), *competence* (kemampuan), *optimism* (optimisme) dan *social contribution* (kontribusi sosial). Huppert & So (2013) mendefinisikan 10 komponen *flourishing* yaitu kompetensi, kestabilan emosi, keterlibatan, makna, optimisme, emosi positif, hubungan yang positif, ketahanan, harga diri, dan vitalitas. Salah satu konsep *flourishing* dalam psikologi positif *high level of well-being* adalah PERMA yaitu, *positive emotion, engagement, relationship, meaning, achievement* (Seligman, 2013).

Menurut Butler dan Kern (2016), terdapat sembilan aspek *flourishing* yaitu:

1) *Positive emotion* (emosi positif)

Emosi positif merupakan bagian esensial dari kesejahteraan, yang meliputi kebahagiaan, kegembiraan, kesenangan, dan lain-lain, yang merupakan emosi positif lainnya.

2) *Engagement* (keterlibatan)

Keterlibatan adalah suatu keadaan dimana seseorang terfokus pada sesuatu yang dilakukannya dan merasa senang atau terlibat penuh dalam aktivitas tersebut. Keterlibatan merupakan bagian penting untuk menjadi individu yang *flourish* karena keterlibatan individu memerlukan konsentrasi, penyerapan, dan fokus yang intens terhadap apa yang dilakukannya.

3) *Relationship* (hubungan)

Hubungan adalah terciptanya hubungan yang positif antara individu dengan orang lain, baik itu keluarga, teman ataupun lingkungan disekitarnya. Hubungan tersebut merupakan sesuatu yang mendasar dalam kehidupan, hubungan sosial meliputi hubungan sosial, jaringan sosial dan kepuasan dalam menjalin hubungan sosial dengan orang lain.

4) *Meaning* (makna hidup)

Individu yang *flourish* memiliki tujuan dan arah agar hidupnya menjadi lebih bermakna dan dapat berkontribusi lebih banyak bagi

kesejahteraan orang lain. Individu yang memiliki arah dalam hidupnya merasa dihargai dan memiliki tujuan. Makna tersebut memberikan pemahaman bahwa hidup seseorang penting agar merasa puas dengan hidupnya dan terhindar dari penyakit fisik maupun mental.

5) *Accomplishment* (prestasi)

Individu yang *flourish* memiliki pencapaian tujuan yang diharapkan baik dalam pekerjaan maupun kehidupan pribadi, sehingga individu lebih termotivasi untuk mencapai apa pun yang diinginkannya.

6) *Health* (kesehatan)

Kesehatan adalah keadaan individu yang sehat fisik dan mental. Individu yang *flourish* akan memperhatikan kesehatan fisik dan mentalnya serta terus meningkatkannya.

7) *Happiness* (kebahagiaan menyeluruh)

Keadaan individu yang merasa bahagia dan mempunyai penilaian subyektif terhadap keadaan hidupnya secara umum.

8) Rendahnya *Negative emotion* (emosi negatif)

Reaksi individu terhadap segala sesuatu yang mengancam kesejahteraannya. Emosi negatif rendah yaitu kesedihan, kecemasan, kemarahan, ketakutan, frustrasi dll.

9) Rendahnya *Loneliness* (kesepian)

Kesepian (*loneliness*) merupakan suatu pengalaman yang tidak menyenangkan dimana seseorang mengalami keadaan emosi rendahnya perasaan hampa, kesepian, kekurangan teman,

keterasingan dan tidak ada orang lain yang dapat memahami orang tersebut.

Berdasarkan uraian mengenai aspek-aspek *flourishing* di atas maka aspek-aspek yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori dari Butler & Kern (2016), yang meliputi *positive emotion, engagement, relationship, meaning, accomplishment, health, happiness*, rendahnya *negative emotion*, dan rendahnya *loneliness*.

### **c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Flourishing***

Beberapa peneliti menemukan faktor-faktor yang mempengaruhi *flourishing* pada penelitian-penelitian sebelumnya yaitu:

#### 1) *Gratitude* (kebersyukuran)

Penelitian Jonathan & Mangundjaya (2023) menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara bersyukur dengan *flourishing*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh positif terhadap *flourishing* yang memiliki arti bahwa terdapat pengaruh antara rasa bersyukur dengan *flourishing* pada mahasiswa psikologi semester akhir. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Effendy (2016) bahwa tingkat *flourishing* seseorang saling terikat dengan rasa bersyukur yang dimunculkannya. Oleh karena itu kebersyukuran diduga memiliki peran dengan *flourishing*.

#### 2) Dukungan Sosial Suami

Penelitian Asmarani & Sugiasih (2019) menjelaskan bahwa terdapat hubungan dukungan sosial suami terhadap kesejahteraan psikologis

pada ibu yang memiliki anak tunagrahita. Sehingga dapat dikatakan ibu yang memiliki dukungan sosial suami akan mempunyai kesejahteraan psikologis yang baik. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Pradana & Kustanti (2017) menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial suami dengan kesejahteraan pada ibu yang memiliki anak *autisme*.

### 3) Jenis Kelamin

Jenis kelamin menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *flourishing* pada individu. Wanita akan lebih banyak merasakan efek negatif dan depresi dibandingkan dengan pria, dan akan lebih banyak mencari bantuan terapi untuk mengatasi gangguan yang dialami. Penelitian oleh de la Fuentee *et al.*, (2020) yang mengungkapkan bahwa jenis kelamin dapat mempengaruhi tingkat *flourishing* yang dialami oleh individu. Penelitian yang dilakukan oleh Surucu *et al.*, (2021) menemukan bahwa selama pandemi Covid-19 wanita lebih banyak terkena dampak kerentanan psikologis sehingga membuat *flourishing* wanita di masa pandemi menjadi rendah dibandingkan dengan laki-laki.

### 4) *Mindfulness*

*Mindfulness* adalah suatu cara melatih diri individu untuk memusatkan perhatiannya terhadap apa yang terjadi atau apa yang dialaminya saat ini dengan melibatkan kesadaran dan tidak melibatkan penilaian dalam bentuk apapun. Zhang *et al.*, (2021) melakukan penelitian yang hasilnya menunjukkan intervensi *mindfulness* terbukti

efektif untuk meningkatkan *flourishing* pada individu atletis. Penelitian yang dilakukan oleh Ivztan *et al.*, (2018) menemukan bahwa pelatihan *mindfulness* terbukti efektif dan dapat meningkatkan *flourishing* pada individu.

- 5) Menurut Schotanus-Dijkstra *et al.*, (2015) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *flourishing*, antara lain (1) sosio demografi, yaitu mencakup usia, pendidikan, dan jenis kelamin, kondisi kehidupan, status pekerjaan, dan urbanisasi. (2) *personality traits*, kepribadian yang mempengaruhi *flourishing* terbagi menjadi dua yaitu *neuroticism* dan *extraversion*, (3) *situational factors*, yaitu mencakup dukungan sosial, pengalaman, dan kesehatan fisik.

Berdasarkan penjelasan di atas adanya beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi *flourishing*, maka kesimpulannya faktor-faktor yang mempengaruhi *flourishing* yaitu *gratitude*, dukungan sosial suami, jenis kelamin, *mindfulness*, sosio demografi, *personality traits*, dan *situational factors*.

## **2. Kebersyukuran**

### **a. Pengertian Kebersyukuran**

Menurut Emmons & McCullough (2002), kebersyukuran merupakan cara mengungkapkan perasaan dalam bentuk tingkah laku, kebiasaan, sifat kepribadian, dan moral baik yang nantinya dapat mempengaruhi reaksi individu terhadap situasi yang dihadapinya. *Gratitude* dalam bahasa Inggris berarti syukur, sedangkan kata *gratitude* berasal dari bahasa latin

*gratia* yang berarti kebaikan, kelembutan dan pujian. Kata *gratia* berasal dari bahasa latin, dikaitkan dengan arti kemurahan hati, kebaikan, memberi, dan indahnya hubungan antara memberi dan menerima, atau bisa juga berarti menerima sesuatu tanpa tujuan. (Emmons & Cullough, 2003).

Menurut Bono *et al.*, (2004) kebersyukuran merupakan respon emosional yang khas dimana seseorang merasa telah menerima “hadiah” atau suatu manfaat, dengan kata lain kebersyukuran berorientasi pada rasa syukur. Menurut Bono *et al.*, (2015) bahwa kebersyukuran merupakan perasaan yang dialami seseorang ketika menerima “hadiah” atau manfaat dari orang lain. Menurut Watkins (2003), kebersyukuran merupakan sikap menghargai seluruh aspek kehidupan sebagai anugerah Tuhan dan memahami pentingnya mengungkapkan perasaan tersebut.

Rasa syukur adalah perasaan mensyukuri nikmat yang diterima dan memusatkan perhatian pada hal-hal positif pada diri saat ini. Sebagai sebuah konstruksi emosional, rasa syukur memodifikasi respons emosional terhadap suatu peristiwa sehingga menjadi lebih bermakna (McCullough *et al.*, 2004). Emmons (2005) juga berpendapat bahwa rasa syukur diartikan sebagai *gratitude* yang berarti pengalaman seseorang terhadap sesuatu yang berharga dari orang lain, ditandai dengan rasa menghargai orang lain, penerimaan yang berharga, membantu sebagai balasan atas kebaikan orang lain.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan dapat disimpulkan bahwa kebersyukuran adalah sebuah bentuk pengungkapan perasaan terima kasih atas berkah dan manfaat didupatkannya.

#### **b. Komponen Kebersyukuran**

Fitzgerald (1998) mengatakan bersyukur terdiri dari tiga komponen, yaitu: (a) rasa syukur yang hangat terhadap seseorang atau sesuatu; (b) keinginan atau niat baik terhadap seseorang atau sesuatu; dan (c) kecenderungan untuk berperilaku positif berdasarkan harga diri dan niat baik seseorang. Menurut Fitzgerald (1998), ketiga komponen tersebut saling berkaitan dan tidak dapat dipisahkan karena tidak mungkin seseorang melakukan perilaku bersyukur tanpa merasakan penghargaan dalam hatinya.

Menurut Watkins *et al.*, (2003), individu yang bersyukur mempunyai ciri-ciri sebagai berikut: 1) tidak merasa kekurangan dalam hidupnya, 2) menghargai kontribusi pihak lain terhadap kesejahteraannya, 3) cenderung menghargai kesenangan sederhana, yaitu kegembiraan hidup yang tersedia bagi sebagian besar orang, seperti udara untuk bernapas, air untuk kehidupan sehari-hari, dan lain-lain, dan 4) memahami pentingnya mengalami dan mengungkapkan rasa syukur.

Dari komponen yang dikemukakan oleh Fitzgerald (1998) dan Watkins (2003), Listiyandini *et al.*, (2015) merangkum komponen bersyukur menjadi tiga yaitu:

- 1) Memiliki rasa apresiasi (*sense of appreciation*) terhadap orang lain ataupun Tuhan dan kehidupan.

Komponen ini berasal dari komponen pertama Fitzgerald (1998), yaitu rasa syukur yang hangat terhadap seseorang atau sesuatu dan Watkins (2003) menjelaskan karakteristik kedua dan ketiga dari orang yang bersyukur adalah menghargai kontribusi orang lain terhadap kesejahteraannya dan kecenderungan untuk menghargai kesenangan yang sederhana.

- 2) Perasaan positif terhadap kehidupan yang dimiliki.

Komponen ini berasal dari karakteristik orang bersyukur menurut Watkins *et al.*, (2003), yaitu tidak merasa kekurangan dalam hidupnya atau dengan kata lain memiliki *sense of abundance*. Seseorang yang tidak merasa kekurangan akan memiliki perasaan positif dalam dirinya. Ia akan merasa berkecukupan terhadap apa yang dimilikinya, puas dengan kehidupan yang dijalaninya.

- 3) Kecenderungan untuk bertindak positif sebagai ekspresi dari perasaan positif dan apresiasi yang dimiliki.

Komponen bersyukur yang kedua dan ketiga menurut Fitzgerald (1998), yaitu kebaikan terhadap seseorang atau sesuatu dan kecenderungan bertindak berdasarkan penghargaan dan niat baik, berkaitan dengan ciri terakhir orang bersyukur menurut penelitian Watkins *et al.*, (2003) yaitu memahami pentingnya mengungkapkan rasa syukur. Ketiga hal tersebut menunjukkan bahwa bersyukur tidak

hanya sekedar apresiasi yang diterima saja, namun juga mempunyai unsur apresiasi dan ungkapan perasaan yang dapat diwujudkan dalam tindakan dan niat baik.

Berdasarkan penjabaran mengenai komponen-komponen kebersyukuran maka komponen-komponen yang digunakan dalam penelitian ini adalah dari Listiyandini *et al.*, (2015) yang meliputi, memiliki rasa apresiasi (*sense of appreciation*) terhadap orang lain ataupun Tuhan dan kehidupan, perasaan positif terhadap kehidupan yang dimiliki dan kecenderungan untuk bertindak positif sebagai ekspresi dari perasaan positif dan apresiasi yang dimiliki.

### **3. Dukungan Sosial Suami**

#### **a. Pengertian Dukungan Sosial Suami**

Menurut Sarafino & Smith (2011), dukungan sosial berarti kenyamanan, perhatian, penghargaan atas bantuan atau ketersediaan kepada orang atau kelompok lain. Bulmer (2015) mengemukakan bahwa dukungan sosial datang dari seseorang (profesional atau tidak) yang mampu menangani permasalahan individu yang mengalami distress. Menurut King (2012), dukungan sosial adalah perilaku atau umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai, dihargai, dilibatkan, diperhatikan, dihormati dalam interaksi timbal balik dan komitmen.

Menurut Baron & Byrne (2005), dukungan sosial adalah kenyamanan fisik dan psikologis yang diberikan oleh orang lain. Dukungan sosial penting ketika seseorang mengalami stres (Safitri & Hapsari, 2013). Dukungan

sosial merupakan perasaan atau pengalaman merasa dicintai, diperhatikan, dihargai, dihargai dan rasa memiliki terhadap suatu kelompok. Menurut Uchino (2004), dukungan sosial diartikan sebagai kenyamanan, pengakuan, perhatian dan bantuan yang tersedia kepada seseorang dari orang lain atau kelompok lain. Weiss (1974) mengatakan bahwa dukungan sosial adalah suatu pola interaksi yang intens atau erat antara sumber daya dan hubungan antar orang-orang dalam lingkungan terdekat.

Dukungan sosial suami adalah bentuk dukungan suami kepada istri dengan tujuan agar istri yang mengalami masalah merasa diperhatikan, mendapatkan dukungan, dihargai dan dicintai (Ardiyansyah & Meiyuntariningsih, 2016). Dukungan sosial suami merupakan suatu bentuk interaksi sosial yang diberikan kepada pasangan maupun sosial suaminya untuk memberikan cinta, kasih sayang, perhatian. Dukungan diberikan dengan tujuan agar individu yang mengalami masalah atau menerima dukungan merasa diperhatikan, didukung, dihargai dan dicintai. Dengan demikian, setelah menopause, perempuan sangat membutuhkan dukungan suami (Suhita, 2005).

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial suami merupakan suatu bentuk dukungan suami yang diberikan kepada istri untuk memberikan dukungan, perhatian, cinta dan kasih sayang.

## **b. Aspek-Aspek Dukungan Sosial Suami**

Menurut Weiss (1974) dukungan sosial memiliki aspek-aspek sebagai berikut:

1) *Attachment* (kelekatan)

Rasa kedekatan emosional juga menimbulkan rasa aman sehingga menimbulkan rasa nyaman.

2) *Social integration* (integrasi sosial)

Suatu perasaan memiliki dalam suatu lingkup kelompok sehingga ada kesempatan untuk melakukan sesuatu secara bersama-sama.

3) *Opportunity for nurturance* (kesempatan turut mengasuh)

Suatu perasaan yang dimiliki, ketika merasa dirinya dapat diandalkan oleh orang lain untuk meringankan beban ataupun tekanan hidup orang lain.

4) *Reassurance of worth* (adanya sebuah pengakuan)

Suatu penghargaan atau pengakuan atas kemampuan, kompetensi, ataupun keahlian yang dimiliki.

5) *A sense of reliable alliance* (terdapat orang lain yang dapat diandalkan)

Suatu ketersediaan dari orang lain untuk memberikan bantuan ketika terjadi kesulitan atau terdapat seseorang yang dapat diandalkan bila permasalahan tersebut terjadi.

6) *The obtaining of guidance* (nasihat atau bimbingan)

Suatu ketersediaan bimbingan atau nasihat apabila terjadi permasalahan yang didapat dari orang lain sehingga muncul suatu solusi atas suatu permasalahan.

Aspek-aspek dukungan sosial menurut Sarafino & Smith (2011) terdiri dari empat aspek yaitu:

1) Dukungan emosional

Dukungan emosional merupakan wujud empati dan kepedulian terhadap individu sehingga individu tersebut merasa aman, dicintai, dan diperhatikan oleh lingkungannya. Dukungan ini mencakup perilaku seperti menaruh perhatian dan bersedia mendengarkan keluh kesah orang lain.

2) Dukungan penghargaan

Dukungan penghargaan adalah suatu ekspresi, baik sebagai pengakuan atas suatu tindakan, perasaan, atau pernyataan, yang memberikan nilai terhadap pemikiran atau gagasan positif yang telah dicapai individu.

3) Dukungan instrumental

Dukungan instrumental merupakan bentuk dukungan langsung, baik berupa finansial, pinjaman peralatan, atau jasa yang memudahkan adaptasi individu dalam bekerja.

4) Dukungan informasi

Dukungan informasi merupakan jenis dukungan yang berupa nasehat, masukan atau penjelasan tentang bagaimana individu

berperilaku dan bertindak sesuai dengan situasi dan keadaan yang dialaminya.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti menggunakan aspek dukungan sosial suami menurut Sarafino & Smith (2011) meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan jaringan sosial sebagai pedoman penyusunan skala dukungan sosial suami.

#### **4. Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)**

##### **a. Pengertian Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)**

Anak berkebutuhan khusus merupakan anak yang memerlukan perawatan khusus akibat gangguan perkembangan dan kelainan yang dialami anak tersebut. Dalam kaitannya dengan konsep disabilitas, anak berkebutuhan khusus merujuk pada anak yang memiliki keterbatasan pada satu atau lebih kemampuan, baik fisik seperti tunanetra dan tuli, maupun psikologis seperti *autisme* dan ADHD (Desiningrum, 2016).

##### **b. Klasifikasi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)**

Menurut Desiningrum (2016) secara umum, klasifikasi dari anak berkebutuhan khusus adalah:

###### **a) Anak dengan Gangguan Fisik:**

- (1) Tunanetra, yaitu anak yang indra penglihatannya tidak berfungsi (*blind/low vision*) sebagai saluran penerima informasi dalam kegiatan sehari-hari seperti orang awas.

- (2) Tunarungu, yaitu anak yang kehilangan seluruh atau sebagian daya pendengarannya sehingga tidak atau kurang mampu berkomunikasi secara verbal.
- (3) Tunadaksa, yaitu anak yang mengalami kelainan atau cacat yang menetap pada alat gerak (tulang, sendi dan otot).

**b) Anak dengan Gangguan Emosi dan Perilaku:**

- (1) Tunalaras, yaitu anak yang mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri dan bertingkah laku tidak sesuai dengan norma-norma yang berlaku.
- (2) Anak dengan gangguan komunikasi bisa disebut tunawicara, yaitu anak yang mengalami kelainan suara, artikulasi (pengucapan), atau kelancaran bicara, yang mengakibatkan terjadi penyimpangan bentuk bahasa atau fungsi bahasa.
- (3) Hiperaktif, secara psikologis hiperaktif adalah gangguan tingkah laku yang tidak normal, disebabkan disfungsi neurologis dengan gejala utama tidak mampu mengendalikan gerakan dan memusatkan perhatian.

**c) Anak dengan Gangguan Intelektual:**

- (1) Tunagrahita, yaitu anak yang secara nyata mengalami hambatan dan keterbelakangan perkembangan mental intelektual jauh dibawah rata-rata sehingga mengalami kesulitan dalam tugas-tugas akademik, komunikasi maupun sosial.

- (2) Anak lamban belajar (*slow learner*), yaitu anak yang memiliki potensi intelektual sedikit di bawah normal tetapi belum termasuk tunagrahita (biasanya memiliki IQ sekitar 70-90).
- (3) Anak berkesulitan belajar khusus, yaitu anak yang secara nyata mengalami kesulitan dalam tugas-tugas akademik khusus, terutama dalam hal kemampuan membaca, menulis dan berhitung atau matematika.
- (4) Anak berbakat, adalah anak yang memiliki bakat atau kemampuan dan kecerdasan luar biasa yaitu anak yang memiliki potensi kecerdasan (intelegensi), kreativitas, dan tanggung jawab terhadap tugas (*task commitment*) diatas anak-anak seusianya (anak normal), sehingga untuk mewujudkan potensinya menjadi prestasi nyata, memerlukan layanan pendidikan khusus.
- (5) Autisme, yaitu gangguan perkembangan anak yang disebabkan oleh adanya gangguan pada sistem syaraf pusat yang mengakibatkan gangguan dalam interaksi sosial, komunikasi dan perilaku.
- (6) Indigo adalah manusia yang sejak lahir mempunyai kelebihan khusus yang tidak dimiliki manusia pada umumnya.

## 5. Peran Kebersyukuran dan Dukungan Sosial Suami terhadap *Flourishing*

### a. Peran Kebersyukuran terhadap *Flourishing*

Menurut Effendy (2016) mengungkapkan bahwa tingkat *flourishing* seseorang saling terkait dengan rasa bersyukur. Bersyukur penting bagi ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus karena orang yang bersyukur cenderung merasa puas dengan kehidupannya dan terhindar dari rasa frustrasi, kekecewaan, serta meningkatkan kesehatan subjektif dan kebahagiaan (Emmons & Shelton, 2002).

Berdasarkan penelitian dari Jonathan & Mangundjaya (2023) menemukan bahwa terdapat pengaruh antara rasa bersyukur dengan *flourishing*. Menurut Myers & Diener (1995) individu dengan tingkat *flourishing* yang tinggi akan lebih mampu mengontrol emosinya dan menghadapi berbagai peristiwa dalam hidup serta mudah bersyukur dalam berbagai peristiwa, sedangkan individu yang memiliki *flourishing* rendah, memandang rendah hidupnya dan menganggap setiap peristiwa yang terjadi sebagai hal yang tidak menyenangkan.

Ibu yang memiliki perasaan positif akan tidak merasa kekurangan dan memiliki perasaan positif dalam dirinya (*positive emotion*). Ketika ibu merasa puas terhadap apa yang dimilikinya dan merasa bersyukur ketika suatu keadaan yang menguntungkan ataupun tidak dapat memberikan dampak yang positif kepada diri maupun sekitar, sehingga

seorang individu mampu berkembang dan melihat sisi positif dalam dirinya (Jonathan & Mangundjaya, 2023).

Ibu yang mampu memenuhi pencapaian atas tujuan yang diharapkan (*accomplishment*) membutuhkan apresiasi yang hangat dari orang lain, sehingga ibu merasa dihargai atas pencapaiannya (*sense appreciation*).

Ibu dapat merasakan kegembiraan dan kebahagiaan dalam mengasuh anak berkebutuhan khusus, terutama ketika memahami persepsi positif terhadap kondisi anak (Jones, 2011). Salah satu cara untuk membantu dirinya menghadapi situasi sulit adalah dengan menghargai hal-hal positif yang dialami dalam hidup, yaitu dengan bersyukur (Nura & Sari, 2018). Oleh karena itu kebersyukuran diduga memiliki peran dengan *flourishing*.

#### **b. Peran Dukungan Sosial Suami Terhadap *Flourishing***

Dukungan sosial suami menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *flourishing*. Menurut Taylor (Amawidyawati & Utami, 2015) ada beberapa sumber dukungan sosial, dukungan sosial bisa didapatkan dari pasangan (suami), orangtua, teman dan lingkungan sekitar. Menurut Asmarini & Sugiasih (2019) mengungkapkan bahwa rasa syukur dan dukungan sosial suami memiliki peranan dalam kesejahteraan psikologis pada ibu yang memiliki anak tunagrahita. Kesejahteraan dalam konsep psikologi positif dikenal dengan nama

*flourishing* dan merupakan level kesejahteraan mental yang tinggi (Effendy & Subandriyo, 2017).

Menurut Argyle (Carr, 2004), dukungan sosial dapat meningkatkan kesejahteraan individu. Hal ini dikarenakan dukungan sosial dapat meningkatkan penilaian individu terhadap kepuasan hidupnya. Selain itu, orang yang sangat bahagia memiliki hubungan sosial yang luas dan bermanfaat serta menghabiskan lebih sedikit waktu sendirian dibandingkan orang kebanyakan. Sebaliknya, orang yang tidak bahagia memiliki hubungan sosial yang jauh lebih buruk dibandingkan rata-rata (Diener *et al.*, 2010).

Ibu yang memiliki dukungan emosional akan merasa aman dan merasa diperhatikan oleh suami, dukungan yang diberikan suami kepada istri akan membuat istri semakin merasa diterima dengan kondisi yang sedang dialaminya Lestari (Pradana & Kustanti, 2017). Hal tersebut mendukung ibu dalam menjalin interaksi yang positif dengan suami, keluarga, teman maupun lingkungan sekitarnya (*relationship*), berhubungan yang baik dengan orang lain dan mampu mengatur tindakannya sesuai dengan tujuan hidupnya merupakan beberapa keadaan seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis (Ryff, 1989). Oleh karena itu, dukungan sosial suami diduga memiliki peran dengan *flourishing*.

### c. Peran Kebersyukuran dan Dukungan Sosial Suami Terhadap *Flourishing*

Menurut Effendy (2016) mengungkapkan bahwa tingkat *flourishing* seseorang saling terkait dengan rasa bersyukur. Menurut Asmarini & Sugiasih (2019) mengungkapkan bahwa rasa syukur dan dukungan sosial suami memiliki peranan dalam kesejahteraan psikologis pada ibu yang memiliki anak tunagrahita. Kesejahteraan dalam konsep psikologi positif dikenal dengan nama *flourishing* dan merupakan level kesejahteraan mental yang tinggi (Effendy & Subandriyo, 2017).

Kebersyukuran memiliki peran terhadap tingginya *flourishing* pada ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus, hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Jonathan dan Mangundjaya (2023) menemukan bahwa terdapat pengaruh antara rasa bersyukur dengan *flourishing*. Menurut Myers & Diener (1995) individu dengan tingkat *flourishing* yang tinggi akan lebih mampu mengontrol emosinya dan menghadapi berbagai peristiwa dalam hidup serta mudah bersyukur dalam berbagai peristiwa, sedangkan individu yang memiliki *flourishing* rendah, memandang rendah hidupnya dan menganggap setiap peristiwa yang terjadi sebagai hal yang tidak menyenangkan.

Menurut penelitian Ratnayanti (2016) bahwa rasa bersyukur memiliki peran yang besar terhadap perkembangan seseorang menuju kesejahteraan. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Effendy (2016) bahwa tingkat *flourishing* seseorang

saling terikat dengan rasa bersyukur yang dimunculkannya. Wood *et al.*, (2009) juga mengatakan bahwa kebersyukuran penting dimiliki seseorang agar dapat mencapai kebahagiaan hidup dan kesejahteraan psikologis. Kebersyukuran memiliki peran terhadap tingginya *flourishing* pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, hal ini dapat didukung dengan penelitian yang dilakukan Fauziyah (2020) bahwa kebersyukuran mampu meredakan kekhawatiran dan memunculkan perasaan kesejahteraan psikologis dalam diri individu.

Rasa syukur dapat meningkatkan kualitas ibu dalam menghadapi masalah dan menciptakan lingkungan yang harmonis (Armenta *et al.*, 2016). Jones (2012) mengatakan bahwa kesejahteraan psikologis yang baik dapat meningkatkan perasaan bersyukur terhadap ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Rasa syukur dapat meningkatkan kualitas ibu dalam menghadapi masalah dan menciptakan lingkungan yang harmonis (Armenta *et al.*, 2016).

Selain kebersyukuran, dukungan sosial keluarga juga memiliki peran terhadap *flourishing* pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, hal ini didukung menurut Argyle (Carr, 2004), dukungan sosial dapat meningkatkan kesejahteraan individu. Hal ini dikarenakan dukungan sosial dapat meningkatkan penilaian individu terhadap kepuasan hidupnya. Selain itu, orang yang sangat bahagia memiliki hubungan sosial yang luas dan bermanfaat serta menghabiskan lebih sedikit waktu sendirian dibandingkan orang kebanyakan. Sebaliknya, orang yang

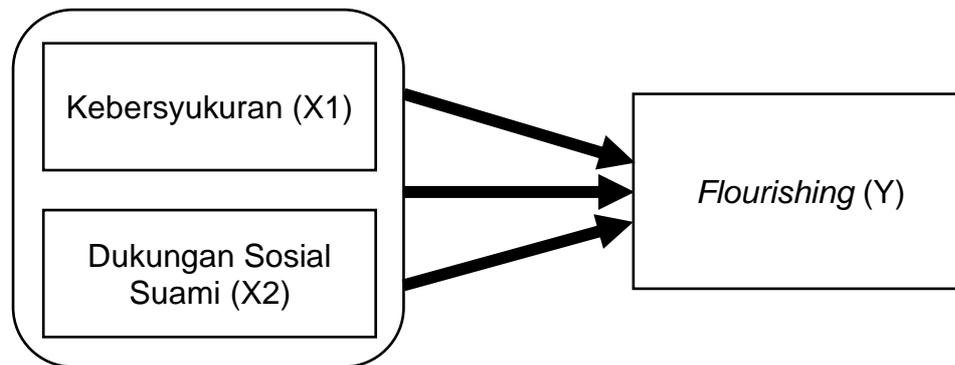
tidak bahagia memiliki hubungan sosial yang jauh lebih buruk dibandingkan rata-rata (Diener *et al.*, 2010).

Berdasarkan penelitian Twistiandayan & Handika (2015) menyatakan bahwa semakin baik dukungan yang diberikan keluarga (suami) kepada ibu yang memiliki anak autis maka semakin positif ibu menerima anak tersebut. Dukungan sosial dari suami sangat diperlukan karena merupakan sumber terdekat ibu dan dapat memberikan dukungan dalam jangka waktu yang lama. Dukungan sosial yang berasal dari suami merupakan bentuk dukungan yang diberikan dari suami kepada istri dapat berupa dukungan emosional, informasi dan bantuan nyata (Taylor, 2012).

Dalam mendidik, menyekolahkan dan mengasuh anak berkebutuhan khusus, orang tua memerlukan dukungan sosial untuk menghadapi situasi yang dialaminya (Hidayati *et al.*, 2011 dalam Isfiyanti & Handayani, 2018). Saling membantu orang tua, mendapatkan bantuan dari anggota keluarga lain, teman dan orang lain dapat membantu orang tua mengatasi stres dalam membesarkan anak berkebutuhan khusus.

Ibu dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi mungkin lebih terbuka terhadap pengalaman baru, mampu berkomunikasi dengan orang-orang disekitarnya, mempunyai keinginan untuk terus tumbuh dan berkembang, serta berusaha mengoptimalkan potensi yang dimilikinya (Keyes *et al.*, 2002). Dengan penjelasan yang telah

diungkapkan, peneliti memiliki asumsi bahwa ada peran kebersyukuran dan dukungan sosial suami terhadap *flourishing* pada Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.



**Gambar 1.** Peran Kebersyukuran dan Dukungan Sosial Suami terhadap *Flourishing*

Keterangan Gambar:

X1 : Variabel Bebas 1

X2 : Variabel Bebas 2

Y : Variabel Tergantung

 : Variabel yang akan diteliti

 : Variabel secara bersama-sama

 : Peran secara bersama-sama variabel bebas (X1) dan (X2) terhadap variabel tergantung (Y)

## F. Hipotesis

Berdasarkan uraian di atas maka hipotesis yang diajukan oleh peneliti yaitu:

### 1. Hipotesis Mayor

Terdapat peran secara bersama-sama antara kebersyukuran dan dukungan sosial suami terhadap *flourishing* pada Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK).

### 2. Hipotesis Minor

- a. Terdapat peran positif kebersyukuran terhadap *flourishing* pada Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK). Kebersyukuran dapat meningkatkan *flourishing* pada Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.
- b. Terdapat peran positif dukungan sosial suami terhadap *flourishing* pada Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK). Dukungan sosial suami dapat meningkatkan *flourishing* pada Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.