

PENGARUH KEBERSYUKURAN TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK AUTIS DI SLB X KOTA SAMARINDA

THE EFFECT OF GRATITUDE ON PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF PARENTS HAVING AUTISTIC CHILDREN AT SLB X, SAMARINDA CITY

Abdha Purbasetya¹, Siti Khumaidatul Umaroh², Silvia Eka Mariska³

^{1,2,3} Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda, Jl. Ir. H. Juanda

Korespondensi: Purbasetyaabdha@gmail.com

Abstract. *Often parents who have children with disabilities have negative emotions. Safaria (2005) revealed several negative emotions that parents often feel when they find out that their child has special needs, such as shock, denial, disbelief, sadness, excessive anxiety, feelings of guilt and sin, shame and helplessness, and there are also those who feel that they need to move on. step by step and assume the struggle is not over. effect of gratitude on psychological well-being in parents of autistic children. The population in this study were parents who had children with special needs at the Samarinda State SLB and the East Kalimantan Province Pembina SLBN. The sampling technique used in this research uses nonprobability sampling, namely a sampling technique that does not provide equal opportunities for each member element (Sugiyono, 2019). One of the non-probability sampling techniques used in this research is saturated sampling, namely a sampling technique that involves the entire population. Therefore, the sample size for this study was 61 subjects. In this research, the scale used for Psychological Well-being adapting the PWV scale from Ryff & Keyes (1995) then the scale used for gratitude is adapted from Listiyandini (2015) which refers to the theory and components based on Waktins (2003). This research uses a significance level of 5%, which means the sig value is <0.05. Based on these results, the gratitude variable has an influence on psychological well-being of 38.1%.*

Keywords: *gratitude, psychological well-being*

Abstrak. Sering kali orang tua yang memiliki anak disabilitas mempunyai emosi yang negatif. Safaria (2005) mengungkapkan beberapa emosi negatif yang umumnya dirasakan orang tua mengetahui anaknya berkebutuhan khusus seperti shock, penyangkalan merasa tidak percaya, sedih, cemas berlebih, perasaan bersalah serta berdosa, malu dan tidak berdaya, dan adapula yang merasa perlu untuk tetap melangkah dan menganggap perjuangan belum berakhir. Pengaruh kebersyukuran terhadap *Psychological well-being* pada orang tua yang memiliki anak autis. Populasi dalam penelitian ini adalah orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri Samarinda dan SLBN Pembina Provinsi Kaltim. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan nonprobability sampling, yaitu teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang/kesempatan sama bagi setiap unsur anggota (Sugiyono, 2019). Salah satu teknik nonprobability sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah Sampel jenuh yaitu teknik pengambilan sampel yang melibatkan keseluruhan dari populasi. Maka dari itu jumlah sampel penelitian ini sebesar 61 subjek. Pada penelitian ini, Skala yang digunakan untuk *Psychological Well-being* mengadaptasi skala PWV dari Ryff & Keyes (1995) lalu Skala yang digunakan untuk kebersyukuran mengadaptasi dari Listiyandini (2015) yang mengacu pada teori dan komponen yang didasar oleh (Emmons, Robert A., Mcclough, 2003). Penelitian ini menggunakan taraf signifikansi sebesar 5% yang artinya nilai sig < 0,05. Berdasarkan hasil tersebut, variabel kebersyukuran memberikan pengaruh kepada *psychological well-being* sebesar 38,1%.

Kata kunci: *kebersyukuran, psychological well-being*

PENDAHULUAN

Kelahiran buah hati selalu menjadi penantian yang ditunggu oleh setiap insan yang berpasangan. Memiliki anak yang sehat, cerdas, serta baik dan normal perkembangannya merupakan keinginan dari semua orang tua. Sayangnya, tidak semua anak ketika dilahirkan memiliki kondisi tubuh dan keadaan yang normal. Pada beberapa kasus, anak dilahirkan namun tidak diikuti dengan pertumbuhan yang normal seperti anak sehat pada umumnya. Isitilah umum untuk menyebut anak yang memiliki gangguan secara perkembangan juga dapat disebut dengan disabilitas (Irawan & Kamaratih, 2022). Menurut pemerintah kota Samarinda dari 3 tahun terakhir menunjukkan bahwa sejumlah anak dengan gangguan autisme mengalami peningkatan. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan setiap tahunnya mengenai orang tua yang memiliki anak dengan gangguan autisme (Rokhmansyah & Widarwati, 2016). Penelitian oleh Weitlauf (2014) menemukan adanya gejala depresi akibat tingginya stress pengasuhan anak dengan gangguan disabilitas. Kondisi tersebut bahkan berdampak pada kepuasan hidup orang tua serta meningkatkan frekuensi munculnya perilaku bermasalah anak. Tingkat stres pada orang tua dengan anak disabilitas cenderung lebih tinggi dari pada orang tua dengan jenis gangguan lain (Davis & Carter, 2008). Kelelahan menjadi faktor awal munculnya dampak lain seperti gejala depresi, stres, dan kecemasan (Linden, 2003).

Hardman (dalam Hidayati, 2011) menyatakan bahwa memiliki anak autis dapat memengaruhi Ibu, Ayah, dan semua anggota keluarga dengan cara yang bervariasi. Rentang dan dinamika emosi yang dirasakan pun beragam. Tidak ada yang lebih terdampak dari memiliki anak autisme daripada keluarganya sendiri (Handayani, 2011). Sering kali orang tua yang memiliki anak disabilitas mempunyai emosi yang negatif. Safaria (2005) mengungkapkan beberapa emosi negatif yang kerap kali dirasakan orang tua mengetahui anaknya ternyata berkebutuhan khusus seperti *shock*, penyangkalan merasa tidak percaya, sedih, cemas berlebih, perasaan bersalah serta berdosa, malu dan tidak berdaya, dan adapula yang merasa bahwa perlu untuk melangkah setahap demi setahap dan menganggap perjuangan belum berakhir. Tidak peduli apa yang dipikirkan oleh banyak orang belum tentu membuktikan bahwa orang tua yang memiliki anak disabilitas memiliki *psychological well-being* yang baik. *Psychological well-being* merupakan konstruk yang kompleks yang berkenaan dengan pengalaman dan fungsi optimal seseorang.

Dari hasil wawancara banyak pula ibu yang berpendapat bahwa bersyukur adalah suatu hal yang sangat penting saat ini, dengan melihat beberapa teman dengan anak tunagrahita yang membutuhkan perhatian lebih besar, ibu-ibu ini dapat mensyukuri kehadiran anak yang beberapa diantaranya masih dapat berjalan sendiri, masih dapat berbicara dengan jelas, merawat diri sendiri dan masih banyak hal yang dapat membuat ibu merasa bersyukur.

Penelitian mengenai *psychological well-being* pada orang tua yang mempunyai anak disabilitas dilakukan oleh Simorangkir (2023) dan mendapatkan hasil bahwa kategorisasi data *psychological well being* diperoleh ada sebanyak 4 orang (8%) dengan kategori sedang dan 47 orang (92%) termasuk kategori tinggi. Pada kategori sedang orangtua yang memiliki anak disabilitas cukup merasakan *psychological well being* yang sudah cukup menerima kondisi anaknya dan membuat hubungan yang lebih positif tapi masih menerima omongan negatif dari omongan orang lain. Kategori tinggi orang tua yang memiliki anak disabilitas menyadari sepenuhnya bahwa anaknya memiliki disabilitas kesadaran bagi orangtua memberi yang terbaik dan lebih menerima keadaan anaknya.

Terdapat beberapa hal yang memengaruhi *psychological well-being* bagi seseorang seperti dukungan sosial (Wells, 2010), rasa syukur (Wood, Joseph & Maltby, 2009), kepribadian (Schmutte & Ryff, dalam Ryan & Deci, 2001). Salah satu yang disebutkan yaitu *gratitude* atau kebersyukuran mampu memengaruhi *psychological well-being*. Secara spesifik, kebersyukuran diartikan sebagai suatu kecenderungan secara umum untuk

menyadari dan merespon dengan rasa terima kasih terhadap peran orang lain dalam pengalaman positif dan dampak yang dirasakan seseorang (McCullough, Emmons & Tsang, 2002).

Wood, Joseph, dan Maltby (2009) melakukan penelitian mengenai pengaruh kebersyukuran terhadap *well-being*, dan hasilnya memperlihatkan bahwa kebersyukuran memberikan pengaruh yang cukup besar terhadap *well-being*. Penelitian lain pada orang dewasa menunjukkan pula bahwa kebersyukuran sangat berkaitan dengan kondisi Kesehatan psikologis dan fungsi sosia secara signifikan karena berfokus pada individu dalam pengembangan dirinya dan membantu individu untuk membangun dan mempertahankan hubungan sosialnya. Berdasarkan pemaparan di atas maka peneliti tertarik untuk menguji kembali pengaruh kebersyukuran terhadap *psychological well-being* pada orang tua dengan anak disabilitas.

METODE

Tipe dalam penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif yaitu penelitian yang sistematis, jelas, terencana sejak awal hingga akhir penelitian. Pendekatan kuantitatif yaitu penelitian tentang data yang dikumpulkan dan dinyatakan dalam bentuk angka-angka, meskipun juga berupa data kualitatif sebagai pendukungnya, seperti kata-kata atau kalimat yang tersusun dalam angket, kalimat hasil wawancara peneliti dan informan (Sugiyono, 2016). Jenis penelitian ini adalah kuantitatif korelasional untuk mengetahui pengaruh antara variabel bebas dengan variabel terikat. Variabel yang akan diteliti adalah pengaruh kebersyukuran terhadap *psychological well-being* pada orang tua dengan anak autis.

Partisipan: Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *nonprobability sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang/kesempatan sama bagi setiap unsur anggota (Sugiyono, 2019). Salah satu teknik *nonprobability sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampel jenuh yaitu menggunakan keseluruhan populasi yang ada sebagai sampel. Berdasarkan hal itu, maka sampel penelitian ini adalah seluruh orang tua dengan anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri Samarinda dan SLBN Pembina Provinsi Kaltim dengan tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Data Grafis Sampel

Nama Sekolah	Jenis Kelamin		Total
	Laki-laki	Perempuan	
SLB Negeri Samarinda	24	24	48
SLBN Pembina Prov Kaltim	7	6	13
Total			61

Instrumen Penelitian: Skala yang digunakan untuk *Psychological Well-being* mengadaptasi skala PWB oleh Ryff & Singer (2008). Alat ukur ini terdiri dari 18 aitem. Sedangkan Skala yang digunakan untuk kebersyukuran mengadaptasi dari Listiyandini (2015) yang mengacu pada teori dan komponen yang didasar oleh Mccullough (2003). Alat ukur ini terdiri dari 30 aitem.

Teknik Analisis Data: Untuk mengolah data yang diperoleh melalui kuesioner, maka peneliti akan melakukan analisis data dengan menggunakan program *Statistical Package for*

Social Science (SPSS) 23.0 for Windows dengan menggunakan teknik analisis regresi sederhana untuk mengetahui pengaruh kebersyukuran terhadap *psychological well-being*.

HASIL

Pada penelitian ini, sebelum dilakukannya uji hipotesis peneliti melakukan uji prasyarat terlebih dahulu dengan menguji normalitas dan linearitas pada kedua variabel. Perhitungan uji normalitas data menggunakan One-Sample Kolmogorov Smirnov Test dengan menghitung nilai residual pada kedua variabel kepemimpinan transformasional dan kesiapan untuk berubah. Data berdistribusi normal jika nilai signifikansi $> \alpha$ ($\alpha = 0,05$) atau nilai sig (nilai p) $> 0,05$. Hasil pengujian normalitas kebersyukuran dan *psychological well-being* untuk berubah dapat dilihat pada tabel 2. Sedangkan uji linearitas diuji dengan melihat pada kolom ANOVA Tabel. Data disebut linier jika nilai signifikansi $> \alpha$ ($\alpha = 0,05$) atau nilai sig (nilai p) $> 0,05$ yang dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov Smirnov

Variabel	P	α	Interpretasi
kebersyukuran <i>psychological well-being</i>	0,128	0,05	Berdistribusi Normal

Berdasarkan tabel 2 . diketahui bahwa kedua variabel memiliki sig (p-value) lebih besar dari taraf signifikansi ($\alpha = 0,05$) yaitu sebesar 0,128. Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa variabel kebersyukuran dan *psychological well-being* berdistribusi normal atau penyebaran data tergolong normal.

Tabel 3. Hasil Uji Linieritas ANOVA Table

Variabel	Sig	α	Interpretasi
kebersyukuran - <i>psychological well-being</i>	0,211	0,05	Linier

Pada tabel 3. diketahui bahwa kedua variabel memiliki sig (deviation from linearity) lebih besar dari taraf signifikansi ($\alpha = 0,05$) yaitu sebesar 0,211. Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa variabel kebersyukuran dan *psychological well-being* linier.

Uji hipotesis ini menggunakan analisis regresi sederhana yang digunakan untuk mengetahui pengaruh kebersyukuran dan *psychological well-being* yang dapat dilihat kedalam tabel berikut:

Tabel 4. Hasil Uji Pengaruh Kebersyukuran dan *Psychological well - being*

Variabel	Sig	R	R square
kebersyukuran - <i>psychological well-being</i>	0,000	0,617	0,381

Nilai signifikansi pada table di atas yaitu 0,000. Penelitian ini menggunakan taraf signifikansi sebesar 5% yang artinya nilai sig $< 0,05$. Berdasarkan hasil tersebut, variabel kebersyukuran memberikan pengaruh kepada *psychological well-being* sebesar 38,1%.

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara kebersyukuran terhadap *psychological well-being*. Sebelum dilakukan analisis statistik dengan analisis regresi linier sederhana, terlebih dahulu peneliti melakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal dan uji linearitas untuk mengetahui apakah variabel bebas memiliki hubungan yang linier dengan variabel terikat. Berdasarkan

hasil tersebut variabel kebersyukuran memberikan pengaruh kepada psychological well – being sebesar 38,1 % .

Penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya. Menurut Wood, Joseph, & Maltby (2009), dalam penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa kebersyukuran memainkan peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis individu dalam konteks kepribadian. Kepribadian yang dimaksud merujuk kepada kebersyukuran pada sikap mental yang melibatkan penghargaan dan pengakuan terhadap hal-hal baik dalam hidup seseorang. Individu dengan kepribadian yang selalu penuh berkebersyukuran cenderung memiliki pandangan yang lebih positif terhadap diri sendiri, orang lain, dan kehidupan secara umum. Mereka mampu menghargai dan bersyukur atas hal-hal kecil yang sering dianggap remeh, seperti keberhasilan, koneksi sosial, dan momen kebahagiaan sehari-hari.

Sesuai pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitria (2012) dimana penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif yang signifikan antara kebersyukuran dan psychological well-being pada mahasiswa. Ditemukan bahwa kebersyukuran memberikan sumbangan sebesar 28,73% untuk psychological well-being pada mahasiswa. Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan Debby (2016) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara kebersyukuran dan psychological well-being pada mahasiswa UKSW yang kuliah sambil bekerja full time. Dari hasil penelitian tersebut dapat ditemukan bahwa mahasiswa memiliki sikap yang lebih positif terhadap beban akademik dan pekerjaan, serta mampu mengelola stres dengan lebih baik. Kebersyukuran juga dapat membantu mahasiswa menghargai dan mengambil manfaat dari pengalaman belajar dan pekerjaan mereka, sehingga meningkatkan motivasi, kepuasan, dan kesejahteraan secara keseluruhan.

Penelitian lain yang juga membahas terkait Kebersyukuran dan Psychological well-being yang dilakukan oleh Manurung (2023) menunjukkan bahwa dalam penelitian tersebut terdapat pengaruh kebersyukuran terhadap psychological well-being siswa Asrama SMA Swasta Assisi Siantar (Estikasari & Pudjiati, 2021). Hasil uji hipotesa yang dilakukan pada 98 siswa siswi di asrama SMA Swasta Assisi Siantar di ketahui bahwa nilai tingkat signifikansi $0,000 < 0,05$ hipotesis ini diterima dengan memperoleh koefisien determinasi sebesar 0,106. Hal ini menandakan bahwa terdapat pengaruh kebersyukuran terhadap psychological well-being sebesar 10,6%. Selain kebersyukuran ada faktor lain yang mempengaruhi hasil dari penelitian ini 89,4%. Dalam hal ini, psychological well-being dipengaruhi oleh beberapa faktor atau penyebab diantaranya adalah faktor usia, gender, status sosial, pendidikan, dan budaya.

Dari data yang dihasilkan, psychological well-being rata-rata partisipan penelitian mendapatkan hasil pada kategori sedang, dari hasil wawancara yang sudah dilakukan dengan beberapa ibu yang memiliki anak tunagrahita, pada mulanya orang tua merasa sedih, kecewa, malu, bahkan ada yang mengatakan bahwa dirinya tidak terima dengan apa yang menimpa dirinya. Anak dianggap sebagai beban dalam hidup, namun seiring berjalan waktu orang tua yang memiliki anak tunagrahita ini mulai berpikir bahwa tanpa bantuan mereka, anak tidak dapat melakukan banyak hal dalam kehidupannya sehingga secara bertahap mereka mulai menyadari bahwa anak yang mereka miliki bukan merupakan aib dan beban bagi mereka. Hasil yang didapat dari psychological well-being bisa dalam kategori yang sedang, hal ini diperkuat karena kebanyakan ibu yang peneliti temui sudah dalam kondisi dimana mereka dapat menyadari bahwa anak adalah anugerah yang sudah sepatutnya diterima.

Banyak diantaranya yang memiliki tujuan hidup kedepan untuk menjadi pribadi yang lebih baik salah satunya dengan tidak keberatan untuk meningkatkan keterampilan atau pengetahuan mereka, orang tua yang peneliti temui juga rata-rata dapat bersosialisasi dengan cukup baik terlebih dengan orangtua lain yang memiliki anak tunagrahita pula yang dianggap senasib dengannya. Beberapa kondisi yang ditemukan dapat menunjukkan bahwa orang tua

memiliki psychological well-being yang baik karena menurut (Ryff & Singer, 2008) ciri-ciri orang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi adalah mandiri, memiliki kemampuan penyesuaian diri dengan lingkungan sekitarnya, keinginan untuk terus tumbuh dan berkembang dalam segala hal, hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki tujuan tertentu yang ingin dicapai dalam hidup, dan penilaian positif terhadap dirinya sendiri (Ryff & Singer, 2008).

Ketika ibu tidak atau kurang bersyukur, mereka merasa seperti mudah menyerah dalam membesarkan anak, iri kepada teman yang memiliki anak normal dan menjadi mudah tersinggung serta stress. Hasil wawancara ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan McCullough, Emmons, dan Tsang (2002) yang menunjukkan bahwa orang yang memiliki rasa syukur yang tinggi ternyata memiliki rasa iri hati dan depresi yang rendah. Rasa bersyukur menurut ibu juga membuat dirinya semakin tenang sabar, dan memiliki perasaan yang lebih damai sehingga merasa lebih baik dalam menjalani kehidupan. Sesuai dengan hasil wawancara yang dilakukan dengan salah satu orang tua murid dalam penelitian ini yang juga menyatakan bahwa ketika dirinya berusaha menerima kenyataan yang ada, alhasil orang tua bisa memberikan hasil yang maksimal dan mampu mengurangi perasaan sedih yang menerpa dirinya. Hal tersebut diperkuat oleh penelitian Wood, Joseph, dan Maltby (2009) yang mengatakan bahwa rasa syukur menjadi salah satu kekuatan positif yang paling memberikan keuntungan bagi individu dan bahwa gratitude merupakan satu hal yang dapat memengaruhi psychological well-being.

KESIMPULAN

Pengujian statistik menunjukkan bahwa ada hubungan yang kuat antara kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis pada orang tua anak autisme. Orang tua yang merasa bersyukur cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Kondisi ini mencakup sifat-sifat seperti kemampuan beradaptasi, dorongan untuk pertumbuhan pribadi, hubungan yang positif dengan orang lain, tujuan hidup yang jelas, dan pandangan positif terhadap diri sendiri, seperti yang dijelaskan oleh Ryff dan Singer (2008).

Implikasi

Untuk dapat lebih banyak menerima situasi dan kondisi yang dialami oleh buah hati. Perbanyak literasi dengan mengetahui kebutuhan anak melalui diagnosa yang tepat serta bagaimana penanganan yang tepat. Bagi peneliti yang hendak mengangkat tema penelitian dengan topik yang serupa, maka disarankan untuk menambahkan lebih variabel bebas untuk mendapatkan hasil yang lebih beragam dalam melihat *psychological well being* dari konteks yang berbeda.

Referensi

- Aspinwall, L. G., & Staudinger, U. M. (2003b). A psychology of human strengths: Some central issues of an emerging field. In L. G. Aspinwall & U. M. Staudinger (Eds.), *A psychology of human strengths: Fundamental questions and future directions for a positive psychology* (pp. 9-22). Washington, DC: American Psychological Association.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/10566-001>
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas* (edisi 4). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2014). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi* (edisi 2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Davis, N. O., & Carter, A. S. (2008). Parenting stress in mothers and fathers of toddlers with autism spectrum disorders: Associations with child characteristics. *Journal of autism and developmental disorders*, 38, 1278-1291. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18240012/>
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (Eds.). (2004). *The psychology of gratitude*. Oxford University Press. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1093/acprof:oso/9780195150100.001.0001>

- Faradina, N. (2016). Penerimaan diri pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1). <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v4i1.3925>
- Fitria, L. N. (2023). Identifikasi gangguan spektrum autisme pada anak usia dini terhadap perkembangan dan pertumbuhan otak: Gejala, penyebab, serta cara penanganannya. *Maliki Interdisciplinary Journal*, 1(5), 95-104.
- Hadis. (2006). Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus Autistik. Bandung: Alfabeta
- Harahap, R. C., Hasibuan, M. A., & Ramadhani, N. (2023). Pelaksanaan Pembelajaran Bahasa Indonesia Bagi Anak Sekolah Luar Biasa (SLB) MI/SD. *CENDEKIA: Jurnal Ilmu Sosial, Bahasa dan Pendidikan*, 3(3), 1-14.
- Hidayati, N. (2011). Dukungan sosial bagi keluarga anak berkebutuhan khusus. *Insan*, 13(1), 12-20. <https://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-artikel%202-13-1.pdf>
- Hurlock, E. (2004). Psikologi perkembangan. Jakarta: Erlangga.
- Ilahi, M. T., & Rose, K. R. (2013). Pendidikan inklusif: konsep dan aplikasi.
- Irawan, D., & Kamaratih, D. (2022). Pengaruh Kebersyukuran terhadap Kesejahteraan Psikologis Orang Tua yang Memiliki Anak dengan Gangguan Autisme. *Borneo Studies and Research*, 3(2), 2360-2365.
- Kemis & Rosnawati, A. (2013). Pendidikan anak berkebutuhan khusus tunagrahita. *Bandung: PT. Luxima Metro Media*.
- Laras Rahayu, A. (2014). *Perancangan Media Informasi Upaya Ibu Hamil Dalam Pencegahan Autisme Pada Anak Melalui Makanan* (Doctoral dissertation, Universitas Komputer Indonesia).
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: a conceptual and empirical topography. *Journal of personality and social psychology*, 82(1), 112. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.82.1.112>
- Muftia, D., Bahri, S., & Bustamam, N. (2020). Model pembelajaran anak autis di SMPLB-CD YPAC Banda Aceh. *Jurnal Suloh*, 5(1), 10-19.
- Muhammad, Jamila K.A. 2008. Special Education For Special Children Panduan Pendidikan Khusus Anak-anak dengan Ketunaan dan Learning Disabilities. Terjemahan oleh Edy Sembodo. Jakarta: Hikmah, Anggota IKAPI.
- Mulawarman, W. G., & Rokhmansyah, A. (2016). Profil Anak Berkebutuhan Khusus di Provinsi Kalimantan Timur Tahun 2016. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia.
- Nainggolan, N. J., & Hidajat, L. L. (2013). Profil kepribadian dan psychological well-being caregiver skizofrenia. *SOUL: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 6(1), 21-42 <https://jurnal.unismabekasi.ac.id/index.php/soul/article/view/632>
- Nurfadhillah, S., Wahyuni, A., Hartana, D. D., & Azhari, N. (2022). Kurikulum dan Evaluasi dalam Pendidikan Inklusi (Manajemen Sekolah) di SDN Pondok Bahar 03. *ALSYS*, 2(6), 702-711. <https://ejournal.yasin-alsys.org/alsys/article/view/638>
- Peterson, C & Seligman, M.E.P. (2004). Character strength and virtues: A hand book and classification. New York: Oxford University Press.
- Pratiwi, R. P., & Afin, M. (2013). Kiat Sukses Mengasuh Anak. Berkebutuhan Khusus. Yogyakarta: AR-Ruzz Media
- Ramadhan, M. (2013). Ayo belajar mandiri pendidikan keterampilan dan kecakapan hidup untuk anak berkebutuhan khusus. Jogjakarta: Javalitera.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual review of psychology*, 52(1), 141-166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of happiness studies*, 9, 13-39. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Sa'diyah, S. (2016). Gambaran psychological well-being dan stres pengasuhan ibu dengan anak autis. *Malang: Universitas Muhammadiyah*, diakses tanggal, 11, 394-399. <https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/PSIKOLOGI/article/view/7-13>

- Safaria, T. 2005. *Autisme: Pemahaman baru untuk hidup bermakna bagi orang tua*. Yogyakarta: Penerbit Graha Ilmu.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : ALFABETA.
- Sugiyono. (2019). *Statistika Untuk Penelitian, cetakan ke-30*, Alfabeta, Bandung.
- Suparno (2001) *Pendidikan Anak Tunarungu*. Yogyakarta:PLBFIPUNY.
- Simorangkir, F., Ziliwu, E. K., Theresia, N. A., & Marpaung, W. (2023). Adversity Quotient Ditinjau Dari Psychological Well Being Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Autistic Spectrum Disorder (ASD) Di Kota Medan. *Hospital Majapahit (Jurnal Ilmiah Kesehatan Politeknik Kesehatan Majapahit Mojokerto)*, 15(1), 52-60. <https://doi.org/10.55316/hm.v15i1.857>
- Schmutte, P.S., & Ryff, Carol D. (1997). Personality & well-being: reexamining methods and meanings. *Journal of Personality & Sosial Psychology*. March 3, 2010. <http://psycnet.apa.org/journals/psp/73/3/549>.
- Tandoek, E. J. (2020). Permainan Mozaik Bahan Alam Terhadap Peningkatan Keterampilan Menggambar Binatang Bagi Anak Autis. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 15(1). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-khusus/article/view/33821>
- Tialani, K. T., Solikhin, N. H., & Susilo, S. (2023). PENGARUH TERAPI ABA PADA ANAK TERDIAGNOSA AUTISM SPECTRUM DISORDER. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(6), 2325-2334. <https://doi.org/10.53625/jcijurnalcakrawalailmiah.v2i6.4900>
- Vania, D. (2023). *Hubungan Antara Kesabaran Dengan Psychological Well Being Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau). <http://repository.uir.ac.id/id/eprint/23362>
- Veskarisyanti, G. A. (2008). *12 terapi autis paling efektif & hemat: untuk autisme, hiperaktif, dan retardasi mental*. Pustaka Angrek.
- Weitlauf, A. S., Vehorn, A. C., Taylor, J. L., & Warren, Z. E. (2014). Relationship satisfaction, parenting stress, and depression in mothers of children with autism. *Autism*, 18(2), 194-198. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22987895/>
- Wood, A. M., Joseph, S., & Maltby, J. (2009). Gratitude predicts psychological well-being above the Big Five facets. *Personality and Individual differences*, 46(4), 443-447. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.paid.2008.11.012>.