

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Variabel Kebersyukuran

1. Definisi Kebersyukuran

Rasa syukur ialah emosi dasar yang dibutuhkan manusia untuk stabilitas kehidupan (Mubarak, 2017). Raggio dan Folse (2009) menjelaskan rasa syukur merupakan reaksi psikologis seseorang saat memperoleh kebahagiaan dan pertolongan untuk mencapai kesejahteraan diri baik dari orang lain maupun dari Tuhan. Ladapase (2021) menjelaskan bahwa manusia mampu menghadapi situasi yang menekan dan sulit apabila memiliki rasa syukur karena manusia akan memiliki respon positif untuk menjalani kehidupan yang penuh tekanan.

Kebersyukuran merupakan rasa syukur yang dimiliki oleh manusia setelah menerima anugerah dari Tuhan (Krause, Emmons, dan Ironson, 2015). Bersyukur merupakan kemampuan manusia untuk mengenali dan memberikan respon positif terhadap kebajikan yang ia terima dan pengalaman positif yang ia alami (McCullough, Emmons, dan Tsang, 2002). Manusia yang bersyukur adalah manusia yang memiliki sikap teguh atas kenikmatan iman yang telah diberikan dan tidak mengingkarinya serta senantiasa berpikir positif dan berprasangka baik dalam menjalani kehidupan sehari-hari (Al-Munajjid, 2006).

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kebersyukuran merupakan perbuatan baik seorang manusia sebagai

bentuk rasa syukur atau rasa terima kasih atas pertolongan, kenikmatan, dan anugerah baik dari orang lain maupun Allah SWT yang bermanfaat untuk kehidupan yang lebih baik.

2. Aspek Kebersyukuran

Terdapat empat aspek kebersyukuran (McCullough, Emmons, dan Tsang, 2002), yaitu :

- a. *Intensity* (Intensitas), individu yang memiliki rasa bersyukur akan lebih intens untuk bersyukur saat mengalami atau merasakan kejadian positif dibanding individu yang kurang memiliki rasa syukur.
- b. *Frequency* (Frekuensi), individu yang memiliki rasa syukur akan selalu atau berturut-turut mensyukuri atas apa yang ia peroleh, baik dari Allah SWT maupun dari orang lain.
- c. *Span* (Jangkauan), pada waktu tertentu atau sepanjang kehidupan, individu akan lebih merasa bersyukur atas apa yang dimiliki seperti bersyukur atas pekerjaan keluarga, dll.
- d. *Density*, diharapkan individu yang bersyukur dapat menyebutkan pihak-pihak yang telah membuat ia bersyukur, seperti orang tua, keluarga pasangan, dll.

3. Faktor yang Mempengaruhi Kebersyukuran

Hambali (2015) menyebutkan ada beberapa faktor yang mempengaruhi kebersyukuran pada orang tua ABK, yaitu :

- a. Mampu menerima keadaan sebagai bentuk prasangka baik kepada Allah SWT bahwa yang dialami adalah rencana dan takdir baik.
 - b. Adanya kasih sayang dan cinta serta rasa apresiasi kepada anak, pasangan, orang lain yang turut serta memberikan bantuan.
 - c. Memiliki niat baik untuk menjalani kehidupan sebagai manusia yang beragam dengan baik, membantu orang lain dan berbagi kepada orang lain terutama kepada orang yang mengalami kesulitan dan kondisi yang sama dengan dirinya.
 - d. Melakukan tindakan baik dan bertawakal kepada Allah SWT dengan merawat dan menjaga diri sendiri, mengasuh dan mendidik anak serta memenuhi dan menyiapkan kebutuhan anak seperti fasilitas dan dana yang dibutuhkan, tidak melukai dan membantu orang lain serta rajin beribadah dan berdoa.
 - e. Berkeinginan untuk lebih dekat dengan Allah SWT
 - f. Adanya emosi positif pada diri yang menimbulkan ketenangan batin/jiwa, mampu berpikir positif, dan optimis dalam menjalani kehidupan.
4. Karakteristik Kebersyukuran

Watkins, Woodward, Stone, dan Kolts (2003), individu yang memiliki rasa bersyukur memiliki beberapa karakteristik, yaitu :

- a. Individu memiliki perasaan berlimpah atau berkecukupan dan tidak merasa kurang atas hidupnya.

- b. Individu mampu memberikan apresiasi kepada orang lain dan pada hal sederhana.

B. Variabel Dukungan Sosial

1. Definisi Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan rasa nyaman yang diberikan oleh orang lain baik secara fisik maupun psikologis (Baron dan Byrne, 2005). Sarafino (1997) menjelaskan dukungan sosial merupakan pertolongan, penghargaan, dan kepedulian serta rasa nyaman yang diberikan oleh orang lain atau kelompok. Dukungan sosial merupakan suatu upaya untuk menyediakan hal yang dibutuhkan oleh orang lain, seperti dorongan atau nasehat untuk mengambil keputusan (Chaplin, 2006).

Dukungan sosial merupakan suatu informasi yang dapat diterima dari seseorang atau kelompok yang memiliki hubungan dan kewajiban bersama, seseorang yang dicintai, dihargai, dan dihormati (Taylor, 2012). Susilowati (2007) menyebutkan bahwa tingginya dukungan sosial yang diterima oleh individu akan menimbulkan perasaan positif seperti diterima, diperhatikan dihargai, dan dicintai yang akan berdampak pada berkembangnya rasa percaya diri, konsep diri, serta efikasi diri seseorang. Orford (1992) juga menjelaskan dukungan sosial adalah suatu perbuatan yang dilakukan untuk membuat orang lain merasa aman, nyaman, dihargai, dicintai, dan dihormati.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan usaha individu untuk membantu orang lain dengan

memberikan atau memenuhi kebutuhan orang lain seperti perasaan positif, motivasi, nasehat, informasi dan melakukan aktivitas bersama yang menyenangkan agar pihak yang bersangkutan merasa sebagai bagian dari kelompok.

2. Dimensi Dukungan Sosial

Ada beberapa dimensi dukungan sosial menurut Orford (1992), yaitu :

a. Dukungan Instrumental

Dukungan yang berbentuk material atau nyata dengan menyediakan barang atau benda dan pelayanan sebagai bentuk usaha untuk memecahkan masalah. Seperti menyediakan buku, meminjamkan kendaraan, dll.

b. Dukungan Informasional

Dukungan yang berbentuk informasi, nasihat, ataupun bimbingan yang dibutuhkan orang lain, baik itu informasi terkait bidang keahlian yang dapat menjadi solusi sebuah permasalahan ataupun informasi yang berguna untuk mengevaluasi *performance* pribadi orang lain.

c. Dukungan Penghargaan

Dukungan ini ditunjukkan dengan menghargai, memberikan dorongan dan menyetujui suatu ide, gagasan atau kemampuan seseorang serta memberikan informasi kepada orang lain bahwa ia diterima dan dihargai.

d. Dukungan Emosi

Dukungan ini bersifat emosional, afeksi, dan ekspresi seperti memberikan kasih sayang, semangat, dan rasa nyaman. Dukungan ini bertujuan agar individu merasa bahwa ia dicintai.

e. Dukungan Integrasi Sosial

Dukungan ini ditunjukkan dengan adanya perasaan individu bahwa ia merupakan bagian dari kelompok. Dukungan ini bermanfaat untuk mengurangi stress dengan mengalihkan perhatian yang dimiliki oleh individu dari masalah yang mengganggu serta memfasilitasi suasana hati yang positif. Dukungan ini dapat berupa menghabiskan waktu bersama dengan melakukan kegiatan yang menyenangkan, membuat lelucon, dan membicarakan minat.

3. Faktor Dukungan Sosial

Ada beberapa faktor yang mendorong seseorang untuk memberikan dukungan sosial (Hobfoll, 1986), yaitu :

- a. Empati, dimana individu mampu merasakan dan memahami kesulitan yang sedang dialami orang lain serta memiliki dorongan untuk meringankan kesulitan dan membantu mensejahterakan keadaan orang lain.
- b. Norma dan nilai sosial, kedua hal ini dijadikan sebagai pedoman untuk membimbing orang lain agar memenuhi tanggung jawab yang dimilikinya.

- c. Pertukaran sosial, suatu usaha untuk menciptakan hubungan interpersonal yang memuaskan dengan melakukan timbal balik perilaku yang seimbang.

4. Karakteristik Dukungan Sosial

Ada empat karakteristik dukungan sosial menurut Etzion (1984), yaitu :

- a. Pemberian bantuan dalam bentuk materi kepada orang lain
- b. Pemberian bantuan berbentuk informasi, nasihat, ataupun bimbingan yang dibutuhkan orang lain
- c. Pemberian bantuan yang bersifat emosional kepada orang lain
- d. Pemberian pengakuan ataupun penghargaan kepada orang lain

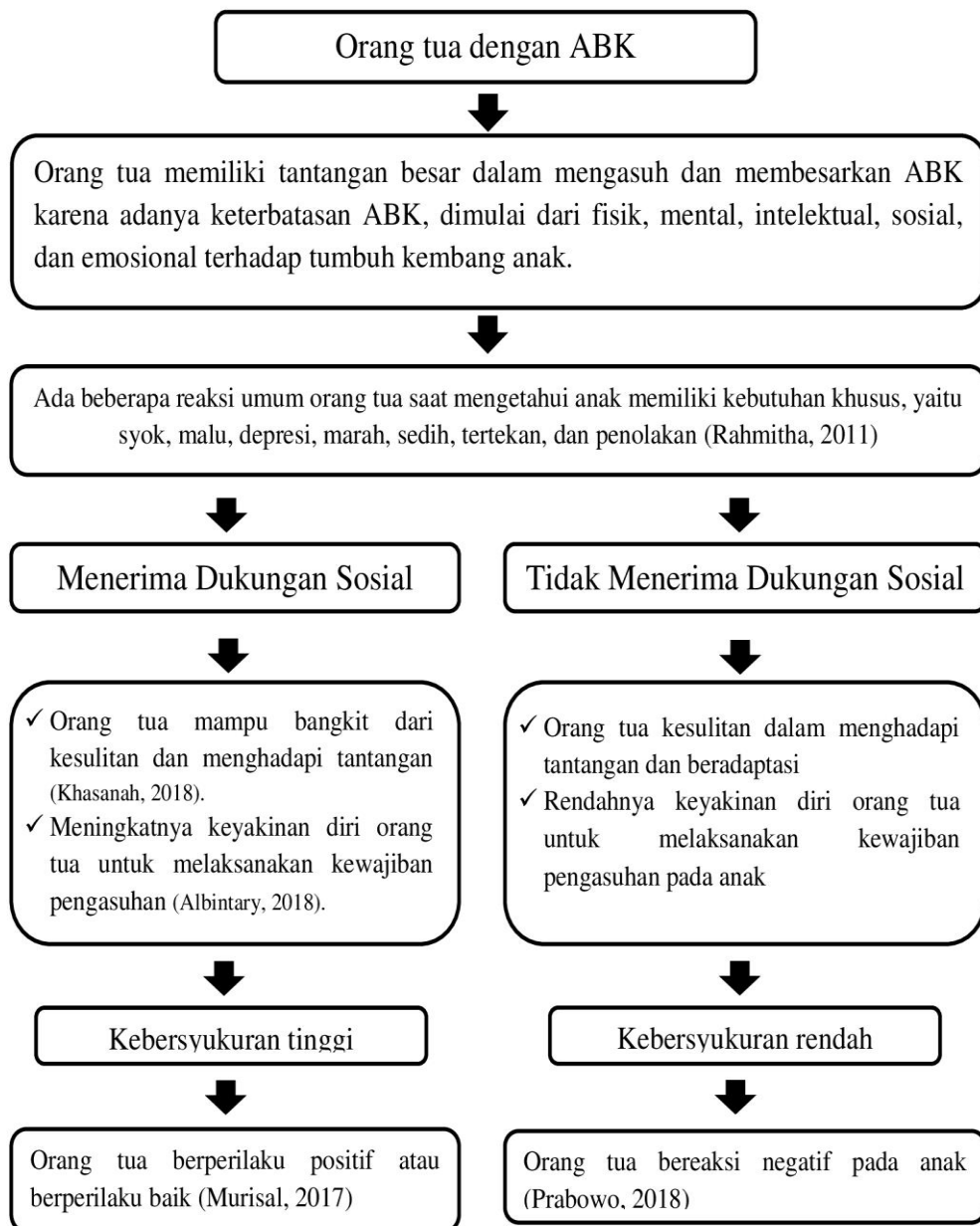
C. Kerangka Berpikir

Amelasasih (2018) menyebutkan bahwa orang tua memiliki tantangan besar dalam mengasuh dan membesarkan anak berkebutuhan khusus. Ada beberapa reaksi orang tua ketika mengetahui anak yang dilahirkan memiliki kebutuhan khusus yaitu syok, malu, depresi, marah, sedih, tertekan dan penolakan (Rahmitha, 2011).

Pelaksanaan kewajiban pengasuhan orang tua pada ABK akan menjadi lebih baik jika mendapatkan dukungan sosial lebih banyak, dan begitupun sebaliknya (Albintary, 2018). Dukungan sosial juga bermanfaat sebagai pendorong bagi orang tua ABK menjadi pribadi yang tangguh karena mampu bangkit dari kesulitan dan menghadapi tantangan baik dari internal maupun eksternal yang menyebabkan stress dan emosi negatif (Khasanah, 2018).

Keberhasilan perkembangan ABK sangat memerlukan adanya penerimaan dan kerja sama antar orang tua untuk mendukung satu sama lain serta kesungguhan dan kesabaran orang tua sebagai bentuk kebersyukuran terhadap pemberian Allah SWT (Putri, 2022). Kebersyukuran juga memiliki korelasi yang positif pada afek positif sekaligus berkorelasi negatif pada afek negatif seperti sikap negatif (McCullough, Emmons, & Tsang, 2002). Respon positif orang tua yang berasal dari afek positif juga memberikan pengaruh terhadap perkembangan ABK. Respon ini meliputi penerimaan, manajemen, dan strategi koping (Kandel & Merrick, 2007).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa ABK akan memiliki perkembangan yang baik apabila memperoleh respon yang positif dari orang tuanya. Sebaliknya anak akan mengalami perkembangan yang buruk apabila menerima respon negatif dari orang tuanya (Prabowo, 2018).



Gambar 1. Kerangka Berpikir

D. Hipotesis

Penelitian dilakukan untuk mengetahui apakah dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap kebersyukuran pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus, berikut perumusan hipotesis dari penelitian ini :

H0 : Tidak terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap kebersyukuran orang tua. dengan anak berkebutuhan khusus

H1 : Terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap kebersyukuran orang tua dengan anak berkebutuhan khusus