

**PENGARUH BERSYUKUR TERHADAP RESILIENSI KELUARGA
DENGAN ANAK AUTIS DIMODERASI DUKUNGAN SOSIAL**

Tesis

Budi Pranoto

NIM : 200401220009



**PROGRAM MAGISTER PSIKOLOGI
PASCASARJANA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2023

**PENGARUH BERSYUKUR TERHADAP RESILIENSI KELUARGA
DENGAN ANAK AUTIS DIMODERASI DUKUNGAN SOSIAL**

Tesis

Diajukan kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Magister Psikologi (M.Psi)

Oleh:

Budi Pranoto

NIM : 200401220009

MAGISTER PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM

MALANG

2023

**PENGARUH BERSYUKUR TERHADAP RESILIENSI KELUARGA
DENGAN ANAK AUTIS DIMODERASI DUKUNGAN SOSIAL**

TESIS

Oleh :

Budi Pranoto

NIM : 200401220009

Telah disetujui oleh :

Dosen Pembimbing I



Dr. Yulia Sholichatun M.Si.

NIP 197605122003121002

Dosen Pembimbing II



Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si.

NIP 19740518 200501 2 00 2

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si.

NIP 19761128 200212 2 00 1

**PENGARUH BERSYUKUR TERHADAP RESILIENSI KELUARGA
DENGAN ANAK AUTIS DIMODERASI DUKUNGAN SOSIAL**

Oleh :

Budi Pranoto

NIM : 200401220009

Susunan Dewan Penguji:

Dosen Pembimbing I:



Dr. Yulia Sholichatun, M.Si

NIP. 197007240050120003

Dosen Pembimbing II:



Dr. Elok Halimatus Sa'diyah M.Si

NIP 197405182005012002

Penguji Utama:



Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si

NIP 197611282002122001

Penguji Anggota:



Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si

NIP. 197605122003121002

Mengesahkan:

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang:



Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si

NIP 197611282002122001

HALAMAN PENGESAHAN

Tesis ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Magister Psikologi
Tanggal, 6 Oktober 2023

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Rifa Hidayah' with a stylized flourish at the end.

Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M. Si
NIP. 19761128 200212 2 001

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Budi Pranoto
NIM : 200401220009
Program Studi : Magister Psikologi
Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa tesis dengan judul "*Pengaruh Bersyukur Terhadap Resiliensi Keluarga Dengan Anak Autis Dimoderasi Dukungan Sosial*" merupakan hasil karya nama diatas, baik sebagian ataupun secara keseluruhan, kecuali bentuk kutipan dengan disebutkan sumbernya. Jika diwaktu mendatang ada sanggahan atau *claim* dari pihak lain, hal tersebut tidak menjadi tanggung jawab dosen pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, jika pernyataan ini tidak benar saya bersedia menerima sangsi.

Malang, 6 Oktober 2023



Budi Pranoto

NIM: 200401220009

Motto

“Allah sangat mengasihi kita, cobaan-Nya kepada kita [berupa kesenangan dan penderitaan] pun disertai anugerah peluang pahala besar yaitu pahala bersyukur dan bersabar”

K.H Ahmad Mustofa Bisri

PERSEMBAHAN

Tesis ini penulis persembahkan untuk:

Almarhum papa dan mama tercinta, isteri tersayang dan ketiga putera-putriku yang terus memberikan doa, dukungan, semangat, motivasi yang besar dan bermakna bagi penulis dalam menyelesaikan karya ini, untuk memenuhi tugas akhir di Magister Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadirat Allah SWT yang selalu memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan tesis ini. Sholawat serta salam senantiasa penulis panjatkan kehadirat Nabi Muhammad SAW, yang senantiasa kita nantikan syafa'atnya kelak dihari akhir.

Tesis ini terselesaikan berkat dukungan dan bantuan dari berbagai pihak yang telah terlibat. Dari lubuk hati terdalam, peneliti mengucapkan rasa terimakasih yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. H. M. Zainuddin, MA selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Prof.Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Dr. Mohammad Mahpur, M.Si selaku Ketua Prodi Magister Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Dr. Yulia Solichatun, M.Si, selaku dosen pembimbing pertama yang telah membimbing serta memberikan ilmu kepada penulis.
5. Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si selaku dosen pembimbing kedua yang telah membimbing serta memberikan ilmu kepada penulis.
6. Prof.Dr.Hj. Rifa Hidayah, M.Si, selaku dosen penguji utama yang telah membimbing serta memberikan ilmu kepada penulis.
7. Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si selaku dosen penguji kedua kedua yang telah membimbing serta memberikan ilmu kepada penulis.
8. Seluruh Dosen Magister Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah mendidik, membimbing serta mengajarkan banyak hal kepada penulis selama proses belajar.
9. Keluarga besar angkatan ke-3 Pascasarjana Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
10. Seluru pihak yang berpartisipasi dalam menyelesaikan tesis ini. Keluarga tercinta yang ikut membantu, mendukung dan berdoa untuk menyelesaikan tesis ini dengan baik.

Semoga tesis ini bermanfaat bagi penulis dan bagi pembaca.

Malang, Oktober 2023

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	
KATA PENGANTAR.....	
DAFTAR ISI.....	10
DAFTAR TABEL.....	12
DAFTAR GAMBAR.....	13
DAFTAR LAMPIRAN	
ABSTRAKSI.....	
BAB I PENDAHULUAN.....	
C. Tujuan	
D. Manfaat	
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	
A. Resiliensi Keluarga	
B. Bersyukur	
C. Dukungan Sosial	
E. Pengaruh Bersyukur Terhadap Resiliensi Keluarga dengan Anak Autis yang Dimoderasi oleh Dukungan Sosial.....	
F. Kerangka Konseptual	
G. Hipotesis Penelitian.....	
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian	
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	
C. Definisi Operasional Variabel.....	
D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling.....	

E. Metode Pengumpulan Data.....	
F. Instrumen Penelitian.....	
G. Validitas dan Reliabilitas Data.....	
H. Metode Analisis Data.....	
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	
A. Pelaksanaan Penelitian.....	
B. Analisis Data.....	
C. Pembahasan.....	
BAB V PENUTUP.....	
A. Kesimpulan.....	
B. Saran.....	
DAFTAR PUSTAKA.....	

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Sebaran Skala Kebersyukuran	
Tabel 3. 2 Sebaran Skala Dukungan Sosial	
Tabel 3. 3 Sebaran Skala Resiliensi Keluarga	
Tabel 3. 4 Nilai Cronbach's Alpha	
Tabel 3. 5 Kategorisasi Nilai.....	
Tabel 4. 1 Jenis Kelamin Responden	
Tabel 4. 2 Jenis Pendidikan Responden	
Tabel 4. 3 Jenis Pendidikan Responden Ibu.....	
Tabel 4. 4 Jenis Kelamin Penyandang Autis.....	
Tabel 4. 5 Urutan Kelahiran Anak Autis	
Tabel 4. 6 Usia Didiagnosa Autis	
Tabel 4. 7 Lamanya Menjalani Terapi	
Tabel 4. 8 Hasil Uji Validitas Bersyukur	
Tabel 4. 9 Hasil Uji Validitas Resiliensi	
Tabel 4. 10 Hasil Uji Validitas Dukungan Sosial	
Tabel 4. 11 Hasil Uji Reliabilitas	
Tabel 4. 12 Analisis Deskriptif Variabel Bersyukur	
Tabel 4. 13 Aspek Pembentuk Utama Kebersyukuran	
Tabel 4. 14 Peringkat Aspek Pembentuk Utama Kebersyukuran	
Tabel 4. 15 Analisis Deskriptif Variabel Resiliensi.....	
Tabel 4. 16 Aspek Pembentuk Utama Resiliensi	
Tabel 4. 17 Peringkat Aspek Pembentuk Utama Resiliensi.....	
Tabel 4. 18 Analisis Deskriptif Variabel Dukungan Sosial	
Tabel 4. 19 Aspek Pembentuk Utama Dukungan Sosial	
Tabel 4. 20 Peringkat Aspek Pembentuk Utama Dukungan Sosial	
Tabel 4. 21 Uji Normalitas.....	
Tabel 4. 22 Uji Multikolinieritas.....	
Tabel 4. 23 Uji Heterokedastisitas	
Tabel 4. 24 Uji F	
Tabel 4. 25 Uji t	
Tabel 4. 26 Uji Koefisien Determinasi	
Tabel 4. 27 Koefisien Determinasi Variabel Dukungan Sosial	
Tabel 4. 28 Uji Moderation Regression Analysis (MRA)	
Tabel 4. 29 Nilai Koefisien R square	
Tabel 4. 30 Nilai Koefisien Pembentuk Utama Aspek Kebersyukuran.....	
Tabel 4. 31Nilai Koefisien R square Bersyukur dengan Ilmu	
Tabel 4. 32 Nilai Koefisien R square Bersyukur dengan Hati.....	
Tabel 4. 33 Nilai Koefisien R square Bersyukur dengan Lisan.....	
Tabel 4. 34 Nilai Koefisien R square Bersyukur dengan Perbuatan.....	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Proses Utama dalam Resiliensi Keluarga.....	
Gambar 2. 2 Kerangka Konseptual	

ABSTRACT

Budi Pranoto. 2023. The Effect of Gratitude on Resilience of Families with Autistic Children Moderated by Social Support. Thesis. Master of Psychology Faculty of Psychology. State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang.

Supervisors: Dr Yulia Solichatun, M.Si and Dr Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si.

Family has a big role in fostering resilience when facing problems or difficulties, especially for families with children with special needs. The factors that influence family resilience include aspects of a grateful attitude and social support. The role of social support as a moderator is expected to increase the attitude of gratitude and family resilience.

The focus of this research is to examine the effect of gratitude on family resilience moderated by social support.

This study used a correlational quantitative research method. The study population was families who have children with autistic developmental disorders in Blitar by using purposive sampling technique. The sample of this study amounted of 97 families.

The results showed that gratitude had a positive effect on family resilience with a t value of $2.038 > t$ table 2.000. In addition, social support plays a role in influencing gratitude and family resilience by 50.8%.

Keywords: **Gratitude, Family Resilience and Social Support**

ABSTRAK

بودي برانوتو. 2023. تأثير الامتحان على مرونة الأسرة مع الأطفال المصابين بالتوحد الدعم الاجتماعي المعتدل. اطروحة. برنامج دراسة الماجستير في علم النفس. كلية علم النفس. جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج.

دوسين بيمبمبنيج: د. يوليا سوليشاتون ، M.Si دان د. إلك حليماتوس سعيدية ، M.Si.

تلعب العائلات دورا كبيرا في تعزيز المرونة عند مواجهة المشاكل أو الصعوبات ، خاصة بالنسبة للعائلات التي لديها أطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة. تشمل العوامل التي تؤثر على مرونة الأسرة جوانب الامتحان والدعم الاجتماعي. من المتوقع أن يؤدي دور الدعم الاجتماعي كوسيط إلى زيادة موقف الامتحان ومرونة الأسرة.

ركز تركيز هذه الدراسة ، فحص تأثير الامتحان على مرونة الأسرة الدعم الاجتماعي المعتدل. استخدمت هذه الدراسة منهج البحث الكمي الارتباطي. كان مجتمع الدراسة عبارة عن عائلات لديها أطفال يعانون من اضطرابات النمو التوحدية في بليتار باستخدام تقنيات أخذ العينات الهادفة. وبلغ عدد أفراد عينة الدراسة 97 أسرة.

أظهرت النتائج أن الامتحان كان له تأثير إيجابي على مرونة الأسرة بقيمة t محسوبة تبلغ $t < 2,038$ الجدول من 2,000. بالإضافة إلى ذلك ، يلعب الدعم الاجتماعي تأثيرا على امتنان الأسرة ومرونتها بنسبة 50.8%.

الكلمات المفتاحية: الامتحان ومرونة الأسرة والدعم الاجتماعي

ABSTRAK

Budi Pranoto. 2023. Pengaruh Bersyukur Terhadap Resiliensi Keluarga dengan Anak Autis Dimoderasi Dukungan Sosial. Tesis. Prodi Magister Psikologi. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Dosen Pembimbing: Dr.Yulia Solichatun,M.Si dan Dr. Elok Halimatus Sa'diyah,M.Si

Keluarga memiliki peran yang besar dalam menumbuhkan resiliensi ketika menghadapi masalah atau kesulitan, terlebih bagi keluarga dengan anak berkebutuhan khusus. Adapun faktor yang memberikan pengaruh pada resiliensi keluarga antara lain adalah aspek sikap bersyukur dan dukungan sosial. Peran dukungan sosial sebagai moderator diharapkan dapat meningkatkan sikap bersyukur dan resiliensi keluarga.

Fokus penelitian ini, menguji pengaruh bersyukur terhadap resiliensi keluarga dimoderasi dukungan sosial.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional. Populasi penelitian adalah keluarga yang memiliki anak dengan gangguan perkembangan autisme di Blitar dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Sampel penelitian ini berjumlah 97 keluarga.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebersyukuran berpengaruh positif terhadap resiliensi keluarga dengan nilai t hitung $2,038 > t$ table $2,000$. Selain itu, dukungan sosial berperan memberikan pengaruh terhadap kebersyukuran dan resiliensi keluarga sebesar 50,8%

Kata Kunci: **Kebersyukuran, Resiliensi Keluarga Dan Dukungan Sosial**

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keluarga adalah unit terkecil dari masyarakat. Keluarga yang terdiri atas kepala keluarga dan anggota keluarga yang berkumpul dan tinggal di suatu tempat di bawah suatu atap dalam keadaan saling ketergantungan. Keluarga juga merupakan pranata sosial yang sangat penting fungsinya dalam masyarakat. Keluarga sebagai salah satu system sosial merupakan institusi elementer dalam perkembangan masyarakat. (Awaru, 2021). Keluarga memiliki peran yang besar dalam menumbuhkan ketangguhan ketika menghadapi masalah atau kesulitan. Pada tingkat individu, keluarga memberikan *socialization basic* dengan anak-anak dan menyiapkan anak-anak dengan keterampilan yang diperlukan untuk mengatasi sumber stres dan pulih dari kemunduran yang tidak terduga (Theiss, 2018)

Pada sisi lain terdapat keluarga yang agak unik, dimana mereka dianugerahi anggota keluarga yang tergolong berkebutuhan khusus. Dinamika keluarga tersebut tentunya cukup unik. Beberapa diantara mereka menganggap bahwa memiliki anggota keluarga yang tergolong berkebutuhan khusus merupakan aib. Keluarga berusaha untuk menutup sangat rapat kondisi tersebut dan berusaha untuk menyembunyikan (Zaitun, 2017). Termasuk disini adalah keluarga yang memiliki anak autisme.

Proses yang berlangsung didalam keluarga,tidak luput dari kerentanan atau masalah. Meskipun demikian keluarga memiliki potensi untuk memperkuat ketangguhan/resiliensi mereka. Proses yang terkait dengan mengatasi atau pemecahan masalah untuk bergerak menjadi ketangguhan/resiliensi melibatkan adaptasi positif dan dapat menghasilkan transformasi dan pertumbuhan. Dalam membangun ketangguhan/resiliensi relasional, keluarga memperkuat ikatan mereka dan menjadi lebih banyak akal dalam menghadapi tantangan masa depan (Walsh, 2016).

Penyandang autism termasuk dalam kelompok anak berkebutuhan khusus. *Autism Spectrum Disorder* (ASD) atau Gangguan Spektrum Autis (GSA) menurut *American Psychiatric Association* (APA, 2013) dalam *DSM-V (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder-fifth edition)* adalah suatu gangguan perkembangan saraf (*neurodevelopmental disorder*) yang ditandai dengan adanya hambatan komunikasi sosial dan interaksi sosial pada berbagai situasi (termasuk hambatan dalam timbal balik sosial, perilaku komunikatif non-verbal yang digunakan untuk interaksi sosial, serta keterampilan dalam mengembangkan, mempertahankan dan memahami hubungan).

Penelitian Rahayu (2019), menyimpulkan bahwa resiliensi keluarga merupakan aspek yang sangat penting bagi keberlangsungan hidup anak-anak disabilitas. Adapun faktor yang memberikan pengaruh pada resiliensi keluarga antara lain adalah aspek religiusitas, *locus of control*, *coping*, keberfungsian keluarga, komunikasi anggota keluarga, kesadaran diri, *social support*.

Saichu *et.al* (2018) berdasarkan penelitiannya terhadap 193 ibu yang memiliki anak dengan gangguan autis menyimpulkan bahwa dukungan dari keluarga dan pasangan memberikan kontribusi terhadap resiliensi ibu. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa seluruh bentuk dukungan sosial yang bersumber dari keluarga dan pasangan memiliki peran yang signifikan terhadap resiliensi ibu yang memiliki anak dengan gangguan autis. (Saichu & Listiyandini, 2018)

Apostelina (2017) menemukan bahwa keluarga yang memiliki anak dengan diagnosa autis mengalami kesulitan dan cenderung merasakan faktor protektif daripada faktor resiko. Ketika menjalani proses kehidupan. Akibatnya mereka mengalami kesulitan dalam proses beradaptasi. Selain itu ditemukan juga bahwa tingkat resiliensi keluarga yang memiliki anak autis tergolong dalam kategori sedang.

Penelitian yang terkait dengan pengasuhan dan membangun resiliensi keluarga yang memiliki anak autis menyebutkan bahwa ada empat tema besar

yang terkait dengan resiliensi keluarga yaitu a) memahami tujuan dibalik kesulitan dan stress; b) perasaan bersyukur karena keberhasilan; c) kuatnya sistem pendukung dan d) akherat sebagai fokus. Kombinasi dari ke empat faktor tersebut mampu meningkatkan kemampuan keluarga dalam mengelola stres pengasuhan (Rahmanawati, 2019)

Hasil wawancara awal penulis menemukan bahwa keluarga sangat bersyukur dengan keberadaan anak-nya dan juga kerjasama dan dukungan dari semua anggota keluarga membuat proses *gamang* tersebut bisa dilewati. Mereka butuh waktu yang cukup lama hingga bisa menerima kondisi tersebut. Disamping itu ditemukan bahwa orang tua merasa cemas, takut, khawatir, merasa tidak percaya dan merasa *down* saat mendapatkan hasil diagnosa anak mereka. Orang tua juga merasa bingung, susah menerima kondisi tersebut dalam rentang waktu tertentu dan merasa kesal dengan diri sendiri. Ada juga orang tua yang sedih saat tahu tentang kondisi anaknya. Sementara orang tua yang lain bisa langsung menerima kondisi anaknya tersebut, tidak panik dan menurut yang bersangkutan hal ini karena beliau sama sekali tidak memahami banyak tentang diagnosa tersebut.

Walsh (2016) menjelaskan bahwa disebagian besar budaya di seluruh dunia memandang individu yang resilien sebagai bagian dari keluarga dan komunitas yang lebih besar. Pandangan sosiosentris tentang pengalaman manusia ini mengakui adanya saling ketergantungan, saling membutuhkan dan saling mendukung. Penting bagi individu atau keluarga untuk saling mendukung di masa-masa sulit, serta melihat kekuatan sebagai upaya kolaboratif dalam mengatasi kesulitan yang sedang dihadapi.

Keluarga adalah makhluk relasional, yang secara mandiri mengulurkan tangan untuk memberi dan menerima bantuan. Walsh (2016) menyebutnya sebagai *connectedness* /keterhubungan dimana proses relasi bersama orang lain akan membantu keluarga tumbuh dan berkembang sepanjang hidupnya. Resiliensi dapat diperkuat melalui pengalaman individu atau keluarga dalam menghadapi kesulitan, yaitu saat individu atau keluarga menemukan dan membangun kekuatan laten dalam diri mereka sendiri dan saat mereka

terhubung atau *connected* dengan orang lain untuk memberi dan menerima dukungan.

Dukungan sosial dapat berfungsi sebagai *buffering* kesehatan mental dan fisik dan berperan mengurangi ketidaknyamanan psikologis individu. Dukungan sosial yang diperoleh seseorang dari lingkungannya, memiliki kontribusi yang besar dan menjadi sumber daya tersendiri, selanjutnya dapat digunakan untuk memenuhi tuntutan sosial dengan meminimalkan ketidaknyamanan sosial dan emosional (Aziz & Noviekayati, 2016).

Apa yang disampaikan oleh orang tua relatif sejalan dengan pendapat Walsh tentang resiliensi keluarga bahwa resiliensi keluarga berproses bagaimana sebuah keluarga mampu a). memaknai kesulitan, b). menegaskan kekuatan dan menjaga pandangan positif, dan c). memiliki spiritualitas dan sistem kepercayaan. (Walsh, 2016). Individu dan keluarga memiliki cukup banyak variasi dalam kekuatan, kerentanan dan sumber daya jika berhadapan dengan situasi yang merugikan. Mereka yang memiliki lebih banyak potensi/aset lebih mungkin akan lebih mudah untuk melewati masa-masa sulit. Namun penelitian dan praktik baik menunjukkan bahwa kita semua memiliki potensi untuk memiliki ketangguhan/resiliensi, dan memang, beberapa orang yang tidak pernah menghadapi tantangan hidup yang serius cenderung mudah runtuh ketika krisis yang tidak terduga muncul.

Walsh (2016) bahwa ketangguhan/resiliensi dapat diperkuat melalui pengalaman kita dalam menghadapi kesulitan, yaitu saat kita menemukan dan membangun kekuatan laten dalam diri kita sendiri dan saat kita menjangkau/terhubung orang lain untuk memberi dan menerima dukungan.

Penelitian Rahmawati (2017) yang bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana ketangguhan keluarga dengan anak-anak dengan Childhood Disintegrative Disorder (CDD). Penelitian tersebut menyimpulkan tentang hal hal yang keluarga lakukan terkait dengan resiliensi yaitu adanya: a) koping religius; b) menemukan *positive support*; c) bersyukur atas pencapaian anak yang sejalan dengan kompetensinya. Upaya upaya yang dilakukan keluarga untuk bangkit kembali dimanfaatkan membangun harapan. Adapun upaya

yang digunakan untuk mencapai fase resiliensi tersebut adalah menggunakan religious coping melalui praktek ritual ibadah dan berpedoman pada keyakinan sikap pasrah kepada Tuhan dalam menyelesaikan masalah sehingga membantu individu untuk beradaptasi dalam situasi kehidupan yang menekan. (Rahmanawati & Wibowo, 2017)

Resiliensi keluarga didefinisikan sebagai kemampuan keluarga, sebagai sistem fungsional, untuk bertahan dan bangkit kembali dari keterpurukan (Walsh, 2016). Proses ini penting dalam keluarga saat menengahi kondisi stres memberikan kemungkinan kepada keluarga dan anggotanya untuk mengatasi krisis dan mengatasi kesulitan yang berkepanjangan. Peristiwa traumatis dan tumpukan tekanan dapat menggagalkan proses ini. Anggota keluarga yang tidak secara langsung tersentuh oleh krisis bisa saja terpengaruh oleh respons keluarga, dengan gaung di seluruh jaringan hubungan. Bagaimana sebuah keluarga menghadapi dan mengelola tantangan hidup yang mengganggu, misal: menahan stres, mengatur ulang secara efektif dan bergerak maju menjalani kehidupan, akan memberikan pengaruh adaptasi langsung dan jangka panjang untuk setiap anggota keluarga dan untuk kelangsungan unit keluarga. (Bowen dalam Walsh 2016)

Keluarga yang memiliki ketangguhan/resiliensi merespons secara positif kondisi yang merugikan dengan cara yang bervariasi, tergantung pada konteks, fase perkembangan, interaksi faktor resiko dan faktor protektif dan pandangan bersama tentang keluarga pertama kali mengusulkan model ketangguhan/resiliensi keluarga di mana adaptasi positif atau ketidaksesuaian terhadap kondisi sakit/illness dilihat sebagai fungsi dari (1) kerentanan terhadap peningkatan stres, (2) kapasitas pemecahan masalah keluarga saat ini, (3) bagaimana keluarga menganggap /memaknai stres, dan (4) ada tidaknya sumber daya yang mendukung. Penyesuaian yang tidak tepat dapat menyebabkan peningkatan stres yang tidak dapat ditoleransi dan mendorong keluarga masuk ke dalam krisis yang menantang kemampuannya untuk berfungsi.

Penelitian menemukan bahwa pandangan positif sangat penting untuk ketahanan. Elemen utama-nya adalah harapan dan optimisme; fokus pada kekuatan dan potensi; inisiatif dan ketekunan dan memahami makna dari peluang/kemungkinan. Proses memahami makna ini akan melahirkan rasa bersyukur. Penting untuk digarisbawahi bahwa ketahanan tidak dipupuk hanya dengan melihat "sisi baiknya" tanpa mengakui realitas yang mungkin menyakitkan atau kendala kontekstual dan menyuarakan keprihatinan. (Walsh, 2016).

Penderitaan atau kesedihan yang dialami keluarga adalah unik dan upaya untuk membuat anggota "bergembira" atau "bersyukur atas hidayah/berkat mereka" dapat secara tidak sengaja meremehkan pengalaman mereka. Kata-kata hampa yang meyakinkan seperti "semuanya akan berhasil" atau "hidup menjadi lebih buruk," meskipun dimaksudkan untuk memberikan kenyamanan dan hiburan, biasanya tidak terasa empati atau membantu ketika rasa sakit dan sakit hati yang dialami tidak didengar dan divalidasi. (Walsh, 2016).

Bersyukur secara sederhana bermakna terima kasih atas kebaikan atau berarti sesuatu yang menyenangkan. Dalam terminologi bahasa latin bersyukur berkaitan dengan kebaikan, kemurahan hati, pemberian, keindahan dalam memberi dan menerima, atau mendapatkan sesuatu secara cuma-cuma (Emmons & McCullough, 2004). Dalam agama monoteistik, konsep Bersyukur adalah sebuah ajaran yang ada dalam kitab suci. Doktrin tradisional tentang Tuhan menggambarkan bahwa Tuhan adalah maha segalanya. Pada umumnya setelah manusia mendapatkan kenikmatan-Nya, manusia merespons dengan tepat yaitu Bersyukur dan berterima kasih sebagai bentuk emosi. Dalam salah satu studi psikologi paling awal tentang agama, dicirikan juga bahwa rasa syukur adalah sebagai emosi religius dan tanda pembeda pengalaman religious. (Leuba dalam Emmons & McCullough, 2012).

Hasil penelitian Dian Rini Sundari dkk (2012) menunjukkan proses bersyukur terkait dengan dinamika psikologis resiliensi keluarga yang

memiliki anak autisme melibatkan proses adaptasi, proses pemaknaan positif, mencapai realitas dan menemukan dampak positif. Proses adaptasi dilakukan karena keluarga menghadapi berbagai macam reaksi psikologis dan dampak negatif atas kehadiran anak autisme. Dampak negatif yang dirasakan terkait oleh adanya faktor risiko yang dihadapi oleh keluarga. Proses adaptasi yang dilakukan oleh keluarga antara lain dengan cara bersyukur, pendekatan religius, pembagian peran dan kerjasama, menyeimbangkan waktu, menjaga kebersamaan, komunikasi terbuka, melatih saudara kandung menjaga anak autisme, sabar, menyesuaikan kemampuan finansial. Faktor protektif yang mendukung proses adaptasi keluarga adalah lingkungan yang kondusif dan anggota keluarga yang mau membantu atau memberikan dukungan. Proses resiliensi yang dilakukan keluarga terbantu oleh adanya faktor protektif yang dimiliki oleh keluarga. Faktor protektif itu diantaranya anggota keluarga yang menerima anak autisme, lingkungan yang kondusif, dan adanya sinergitas antara pihak sekolah dan keluarga.

Teguh dkk (2021) menyimpulkan bahwa memiliki anak dengan gangguan down syndrome akan memberikan tantangan tertentu kepada orangtua terutama pada ibu. Memiliki anak down syndrome mempengaruhi kehidupan keluarga secara fisik, ekonomi dan di kehidupan lingkungannya. Kondisi ini membuat keluarga harus tetap menjalani kehidupannya. Keluarga harus tetap merawat, mengasuh, dan melakukan tugas tugas sebagai orang tua. Sikap bersyukur muncul sebagai fungsi dari berkembangnya nilai spiritualitas, pandangan positif, membandingkan dengan kondisi orang lain, penerimaan, hal-hal yang disyukuri dan manfaat yang didapatkan oleh keluarga. Dijelaskan juga bahwa keluarga berterimakasih terhadap anak mereka yang ABK yang memberikan manfaat atau kebaikan bagi keluarga. (Teguh & Prasetyo, 2021)

Penelitian lain tentang bersyukur menyimpulkan bahwa rasa syukur berperan penting dalam resiliensi pada remaja dimana orang tuanya bercerai. Semakin tinggi rasa bersyukur, semakin tinggi pula daya resiliensi mereka. Temuan ini menyoroti pentingnya intervensi rasa syukur untuk meningkatkan

resiliensi di kalangan remaja dengan orang tua yang bercerai (Shabrina et al., 2020). Temuan ini juga menjelaskan bahwa remaja yang memiliki sikap dan rasa bersyukur akan lebih memiliki perasaan positif karena mampu menerima perubahan di kehidupannya, termasuk kejadian negatif seperti perceraian orang tua. Perasaan positif ini dapat membantu membangun dan menumbuhkan resiliensi dan dapat mengembangkan metode coping yang adaptif, memiliki relasi yang positif dan menunjukkan fleksibilitas kognitif strategis dengan orang lain. Namun penelitian Fredrickson (2003) mengatakan sebaliknya dimana syukur tidak berhubungan dengan resiliensi. Hasil penelitian Herdin Cahyo Prasetyo (2016) dimana rasa syukur sebagai dimensi religiusitas (Kendler, 2003) menyimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara religiusitas dan resiliensi remaja yang gagal seleksi masuk kepolisian dengan koefisien korelasi (r) sebesar $-0,105$ dengan taraf signifikansi $0,246$ ($p > 0,05$). Hal senada bersumber dari kajian Lestari (2015) menyimpulkan bahwa tidak ada korelasi antara religiusitas dengan resiliensi pada single parents dengan koefisien korelasi sebesar $-0,058$ dengan taraf signifikan sebesar $0,632$ ($p > 0,05$). Meskipun, semua korelasi antara *forgiveness*/pemaafan, rasa syukur dan resiliensi signifikan secara statistic, namun hasil penelitian Arun Kumar dan Vidushi Dixit (2014) menunjukkan bahwa resiliensi hanya diprediksi oleh *forgiveness*/pemaafan tetapi tidak oleh rasa syukur.

Penelitian Zahro dkk (2021) mendapatkan hasil bahwa religiusitas dan dukungan sosial berpengaruh signifikan sebesar $27,3\%$ ($\text{sig.} \geq 0,05$) terhadap ketahanan rumah tangga terdampak Covid-19. Dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar $15,7\%$ ($\text{sig.} \geq 0,05$) dan afiliasi keagamaan sebesar $11,6\%$ ($\text{sig.} \geq 0,05$) terhadap ketahanan rumah tangga terdampak Covid-19.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Rosidah et.al (2022) menunjukkan adanya peran dukungan keluarga terhadap resiliensi keluarga dalam kategori yang cukup kuat ($R = 0,477$; $p < 0,05$). Sementara itu, untuk sumbangan efektif dari variabel dukungan keluarga terhadap resiliensi keluarga sebesar $22,8\%$ sedangkan $77,2\%$ sisanya dipengaruhi oleh factor lain (Rosyidah et al.,

2022). Hal ini menunjukkan bahwa adanya peran dukungan keluarga terhadap resiliensi keluarga dimana semakin tinggi dukungan dari keluarga maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi keluarganya dan begitu pula sebaliknya. Walsh (2016) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan prediktor yang penting untuk indikator-indikator resiliensi keluarga. Dukungan sosial adalah pertolongan dan dukungan yang diperoleh seseorang dari interaksinya dengan orang lain dimana bantuan tersebut akan dapat menaikkan perasaan positif serta mengangkat harga diri sehingga akan berdampak pada kesejahteraan individu secara umum (Walsh, 2016).

Berdasarkan paparan latar belakang masalah dan resiliensi keluarga pada keluarga dengan anak autis, maka bersyukur berperan dalam tercapainya resiliensi keluarga. Selain itu peran dari dukungan sosial merupakan aspek terpenting dalam terbentuknya resiliensi keluarga. Karena, dukungan sosial merupakan aspek yang bisa meningkatkan perasaan positif serta mengangkat harga diri yang selanjutnya akan berdampak pada kesejahteraan individu secara umum dan resiliensi secara khusus. Penelitian sebelumnya lebih banyak membahas tentang resiliensi individu, dan banyak terkait dengan penyakit terminal. Sementara penelitian tentang resiliensi keluarga belum banyak dilakukan dan masih terbatas, sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: Pengaruh Bersyukur Terhadap Resiliensi Keluarga dengan Anak Autis yang Dimoderasi Dukungan Sosial

B. Rumusan Masalah

Dari paparan latar belakang di atas maka diambil rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat resiliensi keluarga, bersyukur dan dukungan sosial pada keluarga dengan anak ASD
2. Apakah bersyukur berpengaruh pada resiliensi keluarga dengan anak ASD
3. Apakah dukungan sosial berpengaruh pada resiliensi keluarga dengan anak ASD

4. Apakah dukungan sosial mampu memoderasi pengaruh bersyukur resiliensi keluarga dengan anak ASD

C. Tujuan

Sejalan dengan latar belakang dan rumusan masalah yang telah dijelaskan di atas tujuan penelitian ini adalah

1. Mengetahui tingkat resiliensi keluarga, bersyukur dan dukungan sosial pada keluarga dengan anak ASD
2. Mengetahui apakah terdapat pengaruh bersyukur terhadap resiliensi keluarga?
3. Mengetahui apakah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi keluarga?
4. Mengetahui apakah dukungan sosial mampu memoderasi pengaruh bersyukur resiliensi keluarga dengan anak ASD

D. Manfaat

Harapan dari penelitian ini adalah dapat memberikan manfaat secara teoritis dan praktis

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini sebagai tambahan referensi bagi peneliti mengenai pengaruh bersyukur dan dukungan sosial terhadap resiliensi keluarga khususnya bidang psikologi pendidikan anak berkebutuhan khusus dan bidang keilmuan lainnya.

2. Manfaat secara praktis

- a. Bagi keluarga, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumbangsih keilmuan terkait dengan daya tangguh atau resiliensi keluarga dengan memperhatikan sikap bersyukur dan dukungan sosial dalam dalam mengembangkan dan memperkuat resiliensi keluarga.
- b. Bagi peneliti dapat memberikan pengetahuan, informasi baru dan pengalaman mengenai pengaruh bersyukur dan dukungan sosial terhadap resiliensi keluarga.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Resiliensi Keluarga

1. Pengertian Resiliensi Keluarga

Resiliensi atau ketangguhan merupakan kemampuan untuk bertahan dan bangkit kembali dari krisis dan kesulitan yang berkepanjangan (Walsh, 2016). Resiliensi menjadi konsep yang sangat berharga dan berada di garis depan dalam kesehatan mental dan kehidupan manusia serta dalam penelitian perkembangan dan ilmu sosial. Peristiwa traumatis, rasa kehilangan yang sangat besar, rasa kecewa dan kondisi yang sangat menegangkan akan memberikan dampak bagi seluruh keluarga. Kejadian tersebut menjadi tantangan bagi keluarga sebagai sebuah sistem fungsional dan pada gilirannya, proses yang terjadi pada keluarga inti akan mempengaruhi adaptasi semua anggota, mempengaruhi hubungan mereka dan semua unit dalam keluarga.

McCubbin dan McCubbin (1996, dalam Becvar, 2013) menyebut ketahanan keluarga sebagai: "pola sikap positif serta kompetensi fungsional yang individu dan keluarga tunjukkan dalam situasi penuh tekanan sehingga menghambat kemampuan keluarga dalam proses pemulihan dengan cara mempertahankan dan bertanggung jawab atas integritasnya sebagai unit keluarga dan jika dibutuhkan termasuk memulihkan, kesejahteraan anggota keluarga dan unit keluarga secara menyeluruh".

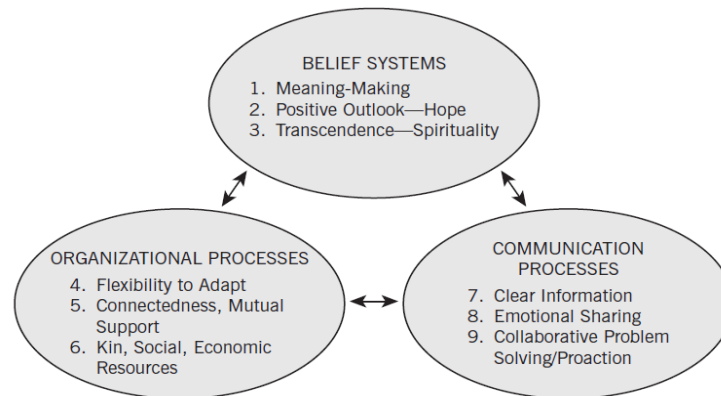
Ketangguhan/resiliensi keluarga menurut Walsh (2003) merupakan kemampuan keluarga, sebagai sistem fungsional untuk bertahan dan bangkit kembali dari keterpurukan. Proses keluarga yang penting dalam menengahi kondisi stres memberikan kemungkinan kepada keluarga dan anggota mereka untuk mengatasi krisis dan mengatasi kesulitan yang berkepanjangan. Peristiwa traumatis dan tumpukan tekanan dapat menggagalkan proses ini. Kebutuhan keluarga untuk menjadi tangguh/resilien memiliki peran yang penting, karena permasalahan keluarga saat ini semakin kompleks baik yang

bersifat pribadi, masalah sosial dan lingkungan. Namun semua keluarga memiliki potensi untuk adaptasi, menemukan perubahan dan mengalami pertumbuhan positif. Pendekatan ketangguhan/resiliensi keluarga memberikan kerangka kerja positif dan pragmatis yang menjadi panduan dalam intervensi untuk memperkuat proses vital dalam keluarga dalam menyelesaikan masalah secara langsung (Walsh, 2016). Proses tumbuh dan berkembang menjadi tangguh/resilien memungkinkan individu dan keluarga untuk pulih dari pengalaman yang menyakitkan dan selanjutnya terus tumbuh berkembang menjadi lebih kuat dan mencintai hidup mereka dengan baik.

Ketangguhan/resiliensi tidak sekedar dimaknai bertahan, melewati atau melarikan diri dari kondisi yang tidak nyaman. Orang yang mampu keluar dan berhasil belum tentu memiliki ketangguhan/resiliensi; beberapa mungkin bertahan secara fisik tetapi tetap terganggu secara psikologis dan interpersonal oleh gejala stres pasca trauma, depresi atau kecemasan yang melumpuhkan dan ketidakmampuan untuk tumbuh dan berkembang mengikuti pola yang baik. Menurut Walsh (2016) ketangguhan/resiliensi dapat diperkuat melalui pengalaman individu atau keluarga dalam menghadapi kesulitan, yaitu saat mereka menemukan dan mengembangkan kekuatan laten dalam diri mereka dan saat mereka berhubungan orang lain untuk memberi dan menerima dukungan.

2. Kerangka Utama Keluarga Dalam Ketangguhan/Resiliensi

Walsh (2016) menyebutkan bahwa terdapat 3 kerangka utama ketangguhan keluarga, yaitu sistem keyakinan keluarga/*family belief systems*, proses organisasi/*organizational processes* dan proses pemecahan masalah komunikasi/*communication problem-solving processes*.



Gambar 2. Proses Utama Dalam Resiliensi Keluarga

Kerangka ini menjadi penting sebagai panduan dalam mengidentifikasi dan memfokuskan proses keluarga yang dapat mengurangi stres dan kerentanan dalam situasi yang beresiko tinggi, mendorong pemulihan dan pertumbuhan untuk dapat keluar dari krisis dan memberdayakan keluarga untuk mengatasi kesulitan yang berkepanjangan.

a. Sistem keyakinan/ *family belief systems*

Sistem keyakinan adalah inti dari semua fungsi keluarga dan merupakan kekuatan yang kuat dalam ketangguhan/resiliensi (Walsh, 2016). Sistem keyakinan secara luas mencakup kesatuan nilai-nilai, panutan, sikap, bias dan asumsi, yang satu set premis dasar sehingga memicu respons emosional, menginformasikan keputusan dan memandu tindakan. Sistem keyakinan yang fasilitatif akan meningkatkan pilihan untuk penyelesaian masalah, pemulihan dan pertumbuhan, sementara sebaliknya sistem keyakinan yang membatasi akan melanggengkan masalah dan membatasi pilihan. Walsh (2016) menjelaskan bahwa makna keyakinan disini adalah bahwa “manusia itu dihargai dan memiliki potensi untuk berhasil” dapat membantu individu untuk bangkit di saat berada dalam situasi krisis.

Keyakinan ini lebih diinginkan secara sosial atau diterima dalam budaya tertentu. Keyakinan dan tindakan saling terkait karena tindakan individu dan konsekuensinya dapat memperkuat atau mengubah keyakinan. Sistem keyakinan keluarga memberikan koherensi dan mengatur pengalaman sehingga memungkinkan anggota untuk memahami situasi krisis. Anggota

keluarga memberikan orientasi yang berarti untuk memahami satu sama lain dan menghadapi tantangan baru. Keyakinan bersama berkembang dan ditegaskan kembali atau diubah selama siklus kehidupan keluarga dan di seluruh jaringan hubungan multigenerasi. Keyakinan bersama akan membentuk norma keluarga, kemudian diekspresikan melalui aturan yang terpola dan dapat diprediksi dalam mengatur pola interaksi dan memandu kehidupan keluarga. Seperangkat aturan-aturan tersebut, baik eksplisit maupun implisit, menimbulkan harapan tentang relasi, peran, tindakan serta akibat yang ditimbulkan. Sebuah keyakinan akan menjadi dasar bagi identitas keluarga dan strategi koping, yang selanjutnya dinyatakan sebagai nilai-nilai dalam keluarga. Ada 3 hal penting yang terkait dengan *belief system* dalam pembentukan ketangguhan/resiliensi keluarga, pertama bagaimana keluarga memaknai kesulitan, kedua bagaimana mengembangkan pandangan positif dan ketiga pendekatan transenden atau spiritual untuk bangkit dari kesulitan (Walsh, 2016).

Kemampuan keluarga dalam memaknai kesulitan sangat terkait dengan bagaimana keluarga memiliki pandangan relasional tentang ketangguhan/resiliensi, bagaimana keluarga bisa menormalkan, mengkontekstualisasikan kesusahan, bagaimana rasa koherensi yaitu memandang krisis sebagai tantangan bersama dan bagaimana kemampuan keluarga dalam melakukan penilaian/asesmen fasilitatif tentang ekspektasi masa depan. Penelitian Helena dkk (2021) terkait dengan koherensi menyimpulkan bahwa pendekatan berbasis penguatan personal maupun keluarga dapat dipertimbangkan dalam memberdayakan resiliensi keluarga. Aspek kedua dalam memaknai kesulitan adalah terkait dengan pandangan positif dan harapan (*positive outlook-hope*). Penelitian yang mengeksplorasi sumber daya koping berupa harapan dan rasa koherensi, yang berakar pada teori psikologi positif, menjelaskan bahwa *hope* sebagai faktor ketahanan potensial yang dapat mengurangi tekanan emosional (Braun-Lewensohn et al., 2021). Harapan dipandang sebagai hal yang positif positif dalam kehidupan yaitu kemampuan untuk memiliki

pandangan yang optimis. Pandangan positif sangat penting untuk ketahanan. Elemen utamanya adalah harapan dan optimisme; fokus pada kekuatan dan potensi; inisiatif dan ketekunan; dan memahami makna dari peluang/kemungkinan. Aspek ketiga dalam *belief system* adalah transendensi dan spiritualitas. Jones dkk (2020) meneliti bahwa spiritualitas berhubungan positif dengan kepuasan hidup, kualitas hidup, kesehatan mental dan ketahanan. Keyakinan dan pengalaman transenden memberikan makna, tujuan dan hubungan di luar diri, keluarga dan situasi yang buruk. Transendensi dan spiritualitas memberikan kesinambungan dengan masa lalu dan masa depan, masa kini dan yang akan datang. Transendensi dan spiritualitas juga menawarkan kejelasan tentang hidup dan pemulihan dalam kesusahan. Transendensi dan spiritualitas berlabuh dalam iman spiritual dan warisan budaya dan dapat diekspresikan melalui nilai-nilai humanis, keyakinan filosofis, ideologis atau politik yang mendalam.

Penelitian Amir dkk (2022) dalam lingkup budaya religius masyarakat Madura menemukan bahwa faktor budaya spiritualitas memberikan pengaruh positif terhadap resiliensi, kesehatan fisik dan faktor resiliensi berpengaruh positif terhadap kesehatan fisik. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi budaya spiritual masyarakat, maka semakin tinggi juga resiliensi, kesejahteraan psikologis serta kesehatan fisiknya (Amir et al., 2022). Antonovsky (1998) menjelaskan bagaimana keluarga memahami situasi krisis dan memaknai situasi krisis tersebut adalah hal yang sangat penting untuk membentuk ketangguhan/resiliensi. Keluarga lebih mampu mengatasi kesulitan ketika anggota keluarga memiliki kesetiaan dan keyakinan yang kuat satu sama lain, berakar pada rasa percaya yang kuat. Mereka berbagi keyakinan bahwa rumah adalah tempat yang aman dan ramah dan bahwa mereka dapat mengandalkan satu sama lain.

b. Proses Organisasi: Dukungan Relasional dan Struktural

Aspek kedua dalam resiliensi keluarga adalah proses yang terjadi didalam keluarga atau proses organisasi. Keluarga, dengan berbagai bentuk dan

jaringan relasional, harus menyediakan struktur untuk mendukung integrasi dan adaptasi unit keluarga dan anggotanya. Pola organisasi keluarga dipertahankan selain oleh norma eksternal dan internal, juga dipengaruhi oleh budaya dan sistem keyakinan keluarga/*belief systems*. Pola keluarga juga didasarkan pada harapan bersama dalam keluarga dan bertahan karena kebiasaan, preferensi pribadi, akomodasi bersama atau efektivitas fungsional. Untuk menangani secara efektif krisis atau kesulitan yang terus-menerus, keluarga harus memobilisasi dan mengatur sumber daya mereka, menyangga tekanan dan mengatur ulang agar sesuai dengan kondisi yang berubah. Elemen organisasi dalam fungsi keluarga yang efektif yang terkait dengan resiliensi adalah: fleksibilitas, keterhubungan dan sumber daya sosial dan ekonomi (Walsh, 2016)

Fleksibilitas adalah keseimbangan dinamis antara stabilitas (homeostasis) dan perubahan (morfogenesis). Fleksibilitas ini memungkinkan sebuah keluarga untuk mempertahankan struktur sementara dan pada saat yang bersamaan juga beradaptasi untuk menghadapi tantangan atau peristiwa yang sedang terjadi dalam kehidupannya. Fleksibilitas terkait dengan Kemampuan untuk melakukan perubahan adaptif sebagai fungsi dalam relasi pasangan dan keluarga, terutama saat berada di bawah tekanan. Resiliensi secara umum dianggap sebagai kemampuan untuk "memantul kembali" ke bentuk atau norma sebelum krisis. Lebih tepatnya adalah kemampuan untuk memikirkan "memantul ke depan," *rebound* dan reorganisasi secara adaptif untuk memenuhi tantangan baru atau kondisi yang berubah.

Aspek kedua dari proses utama dalam organisasi keluarga adalah keterhubungan atau kohesi, ikatan emosional dan struktural di antara anggota keluarga. Beavers & Hampson (2003); Olson & Gorall (2003) menjelaskan bahwa dalam keluarga yang relasi-nya sangat baik, anggota keluarga menikmati waktu bersama dan berbagi keterlibatan di dalam dan di luar rumah, termasuk kegiatan dan tugas yang menyenangkan. Keluarga cenderung melakukan yang terbaik ketika mereka menyeimbangkan

kedekatan, dukungan timbal balik dan komitmen dengan menghormati keterpisahan dan kebutuhan serta perbedaan individu. Keterhubungan akan semakin bermakna jika terdapat kerjasama, saling mendukung dan komitmen diantara anggota keluarga. Dalam menghadapi tantangan hidup yang serius, anggota keluarga harus dapat saling support satu sama lain untuk mendapatkan dukungan. Keluarga yang berfungsi dengan baik akan menjadi pelabuhan yang aman dalam badai bagi anggotanya, dengan jaminan keterikatan, keyakinan dan komitmen yang aman (Byng & G-Hall, 1995). Lebih jauh dijelaskan bahwa dalam menghadapi kesulitan, keluarga berfungsi paling baik ketika anggota bersatu dan tahu bahwa mereka dapat mengandalkan satu sama lain.

Dalam keluarga yang saling terhubung/*connectedness*, dipastikan terdapat kedekatan emosional dan loyalitas kuat. Waktu yang dihabiskan bersama-sama sangat bernilai melalui kegiatan bersama mengembangkan bakat minat, aktivitas. Saat berpisah atau hidup terpisah, penting bagi mereka untuk mempertahankan koneksi melalui kontak reguler, yang sekarang difasilitasi oleh internet, gambar-gambar, cerita dan kenang-kenangan. Keluarga yang berfungsi dengan baik mendorong anggota untuk menjadi istimewa dan selalu terhubung, memvalidasi berbagai upaya menghargai keunikan setiap individu, rasa kompetensi dan harga dirinya (Walsh, 2016) Aspek ketiga dari proses utama dalam organisasi keluarga menurut Walsh (2016) adalah sumber daya sosial dan ekonomi. Proses transaksional keluarga dengan lingkungan sosialnya sangat penting untuk terbentuknya resiliensi keluarga. Keluarga yang berfungsi dengan baik adalah yang menggunakan sistem terbuka dengan batas yang jelas namun permeabel, seperti sel hidup dengan jaringan koneksi yang padat, terdapat kohesif didalamnya dengan batas-batas tertentu, namun mempertahankan pertukaran dengan dunia luar. Anggota secara aktif terlibat dalam lingkungan mereka, mengaitkannya dengan optimisme dan harapan dan membawa berbagai minat dan sumber daya kembali ke dalam keluarga. (Beavers & Hampson, 2000). Keluarga yang berfungsi secara efektif

merupakan model keluarga yang optimal. Anggota keluarga memiliki apa yang disebut sebagai orientasi sistem. Mereka menyadari bahwa banyak penyebab yang berinteraksi untuk menghasilkan hasil tertentu, dan bahwa sebab dan akibat dapat dipertukarkan (misalnya, disiplin yang keras menyebabkan perilaku agresif dan perilaku agresif mengundang disiplin yang keras). Kedekatan harus dicari dan umumnya ditemukan. Ini adalah fungsi dari transaksi yang sering dilakukan dan berkekuatan setara serta saling menghormati sudut pandang anggota keluarga yang berbeda. Pilihan dan persepsi individu dihormati, memungkinkan negosiasi yang cakap dan pemecahan masalah kelompok yang sangat baik. Individualitas setiap orang sangat berkembang dan batas-batasnya jelas. Ada konflik, tetapi biasanya diselesaikan dengan cepat.

Keterkaitan keluarga atau individu dengan dunia sosial sangat penting untuk membentuk resiliensi keluarga. Keluarga yang tangguh memiliki kekuatan untuk mengakui bahwa mereka sedang berada dalam kesulitan dan membutuhkan bantuan. Ketika mereka tidak dapat menyelesaikan masalah sendiri, mereka lebih mungkin untuk meminta dukungan ke keluarga besar, teman, tetangga bahkan di. Sebaliknya keluarga yang terisolasi dan kurangnya dukungan sosial berkontribusi terhadap munculnya disfungsi di bawah tekanan. Walsh (2016) juga menyebutkan bahwa untuk memperkuat fungsi keluarga, perlu memperhitungkan sumber daya keuangan dan memeriksa dukungan struktural dan keseimbangan yang menghubungkan keluarga dan sistem kerja. Dalam kehidupan yang sangat penuh tekanan saat ini, rumah tangga dengan dua pencari nafkah dan orang tua tunggal mengalami ketegangan peran yang luar biasa dengan tekanan dari berbagai tuntutan pekerjaan dan pengasuhan anak yang saling bertentangan dan dukungan yang tidak memadai.

c. Proses Komunikasi

Aspek ketiga dalam resiliensi keluarga adalah proses komunikasi. Proses komunikasi berperan dalam resiliensi yaitu memberi kejelasan untuk melihat situasi yang merugikan, mendorong keinginan untuk berbagi

emosional yang lebih terbuka dan mendorong pemecahan masalah kolaboratif dan perencanaan proaktif. Harus juga diingat adanya norma budaya sangat bervariasi dalam hal berbagi informasi dan ekspresi emosional (Walsh, 2016). Ada 3 hal yang yang membuat proses komunikasi bisa berjalan yaitu: pertama adalah kejelasan informasi. Pesan yang jelas dan kongruen berperan dalam semua fungsi keluarga. Dalam situasi yang sangat menegangkan, komunikasi mudah menjadi rusak. Ambiguitas dan ketidakpastian memicu kecemasan dan menghalangi pemahaman tentang apa yang terjadi dan apa yang bisa dilakukan. Informasi dari anggota keluarga yang bermaksud baik mungkin saja dinilai sebaliknya yaitu dianggap menyakitkan atau mengancam, padahal sejatinya bermaksud untuk memberikan harapan untuk saling melindungi dari kekhawatiran.

Berbagi pengalaman positif dan yang benar tentang pengalaman yang menyakitkan akan mendorong terjadinya pemulihan, sedangkan penyangkalan, merahasiakan atau menutup-nutupi justru dapat menghambat proses adaptasi. Kecemasan tentang hal yang tak terkatakan dapat menimbulkan ketakutan/kecemasan yang besar dan sering diekspresikan dalam masalah somatik dan perilaku, terutama pada anak-anak. Membantu keluarga mengklarifikasi dan berbagi informasi penting tentang peristiwa buruk, situasi yang mereka hadapi saat menghadapi masalah dan tentang harapan masa depan, berperan dalam memfasilitasi pembuatan makna baru dalam hidup, berbagi emosional, pengambilan keputusan berdasarkan informasi, dan perencanaan masa depan. Orang tua perlu mengomunikasikan keterbukaan mereka untuk mendiskusikan pertanyaan atau kekhawatiran saat anak-anak berada dalam masalah. Mereka mungkin memerlukan bimbingan tentang cara-cara yang sesuai dengan usia untuk berbagi informasi dan dapat berharap bahwa ketika anak-anak dewasa, mereka dapat mencari pemahaman yang lebih besar atau memunculkan kekhawatiran yang muncul.

Kedua adalah berbagi emosional dan interaksi positif. Ada 2 hal yang terkait dengan kejelasan informasi yaitu berbagi emosional dan interaksi positif. Pola komunikasi yang saling terbuka, didukung oleh iklim saling percaya, empati dan toleransi terhadap perbedaan, memberikan keleluasaan anggota keluarga untuk berbagi perasaan yang muncul sebagai akibat situasi krisis dan stres kronis. Dalam situasi seperti itu anggota keluarga perlu merasa aman dan nyaman dalam mengekspresikan emosi yang menyakitkan, yang dapat berfluktuasi dari waktu ke waktu dan bervariasi tergantung pada kepribadian, usia, model relasi sosialnya dan implikasi dari situasi yang merugikan. Individu dapat mengekspresikan berbagai aspek emosi yang kompleks yang menimbulkan pengaruh dalam sistem keluarga. Anggota keluarga mungkin mengalami ketidak sinkronan dari waktu ke waktu; sementara beberapa anggota keluarga yang lain mungkin merasa siap untuk melakukan perubahan. Orang tua atau anak-anak dapat menekan perasaan sakit yang mereka alami agar tetap berfungsi atau untuk menghindari membebani orang lain. Ketika emosi sangat kuat, saling menyalahkan atau meningkatkan reaktivitas satu sama lain dapat memicu dan meningkatkan konflik. Stereotip kelemahan maskulin dapat membatasi pria untuk mengungkapkan ketakutan, kerentanan, atau kesedihan.

Untuk resiliensi relasional, pasangan dan keluarga dapat dibantu untuk memahami dan menghormati perbedaan dan untuk saling mendukung. Interaksi yang positif sangat penting untuk resiliensi ketika kehidupan keluarga dipenuhi dengan masalah, penderitaan dan perjuangan. Ungkapan cinta, rasa bangga, penghargaan dan Bersyukur mampu mengurangi tingkat keputusasaan dan memperkuat ikatan. Menemukan rasa humor dan tawa di tengah masalah atau tragedi dapat meningkatkan semangat. Meluangkan waktu dan ruang untuk berbagi kegembiraan, kesenangan dan aktivitas yang menyenangkan akan merevitalisasi kehidupan keluarga dan menawarkan jeda yang penting. Sangat penting untuk merayakan ulang

tahun, liburan dan peristiwa penting yang mungkin dapat mengurangi beban masalah.

Aspek ketiga adalah pendekatan pemecahan masalah secara kolaboratif dan proaktif. Brainstorming kreatif merupakan salah satu model dalam menemukan cara yang cepat dan cerdas untuk mengatasi kesulitan atau permasalahan (*resourcefulness*). Proses pengambilan keputusan bersama/kolaborasi dan manajemen konflik melibatkan kemampuan negosiasi, setara dan timbal balik dari waktu ke waktu. Hal yang paling penting adalah menetapkan prioritas yang jelas dan tujuan yang realistis dan kemudian mengambil langkah-langkah konkrit dalam pemecahan masalah. Pendekatan proaktif sangat penting diterapkan dalam menghadapi tantangan di masa depan. Proses menjadi resiliensi, keluarga perlu beralih dari mode krisis-reaktif untuk mencegah potensi krisis, bersiap untuk masalah yang diantisipasi dan bangkit dari rintangan yang muncul tidak terduga. Dalam berjuang menuju visi masa depan, keluarga perlu memperkuat sumber daya yang mendukung, mengantisipasi hambatan dan memahami cara untuk mengatasinya dan mengambil langkah mencapai tujuan mereka.

B. Bersyukur

1. Pengertian Bersyukur

Selama berabad-abad bersyukur digambarkan oleh para teolog, filsuf serta peneliti sebagai suatu manifestasi kebajikan yg tidak tergantikan, karena dianggap sebagai keunggulan karakter. Carman & Streng (dalam Emmons & McCullough, 2004) menjelaskan bahwa rasa bersyukur bukan hanya watak insan yang sangat dihargai pada pemikiran Yahudi, Kristen, Muslim, Budha serta Hindu. Bersyukur dianggap sebagai sebuah kualitas yang tidak tertandingi pada praktek dan tradisi beragama serta menjadi dimensi yang sangat penting dalam menjalani kehidupan. Adam Smith (dalam Emmons & McCullough, 2012) menyatakan bahwa rasa bersyukur bermakna kebajikan rakyat yang vital dan sangat penting sebagai tanda berfungsinya kehidupan

masyarakat yang sehat sehat. Kata bersyukur sendiri berasal dari bahasa latin *gratia*, yang berarti bantuan dan *gratus* yang berarti menyenangkan. Semua turunan dari akar bahasa latin ini “berkaitan dengan kebaikan, kemurahan hati, hadiah, keindahan memberi dan menerima atau mendapatkan sesuatu dengan cuma-cuma” (Emmons & McCullough, 2004)

Terminologi bersyukur bersumber dari bahasa Arab yaitu syakara, syukuran. Menurut kamus besar bahasa Indonesia, kata syukur berarti a) rasa terima kasih kepada Allah; b) perasaan beruntung (bentuk kelegaan, senang). Hakikat syukur adalah "menampakkan nikmat". Menampakkan nikmat dalam bentuk perilaku antara berarti menggunakannya pada situasi dan kondisi yang sejalan dengan kehendak pemberinya, disertai dengan menyebutkan nikmat tersebut diiringi menyebutkan pemberinya secara verbal (Shihab, 1996). Wujud rasa syukur meliputi 3 sisi yaitu syukur dengan hati, yaitu merasakan adanya kepuasan batin atas pemberian, syukur dengan cara mengucapkannya yaitu mengakui pemberian serta memuji pemberinya dan syukur dengan perbuatan, dengan cara memanfaatkan anugerah dan pemberian tersebut sesuai dengan tujuannya. Orang orang yang mampu bersyukur merupakan individu yang mendapatkan manfaat dan pelajaran dari ayat-ayat Allah. (Adang Hambali, Asti Meiza, 2015).

Secara psikologis rasa Bersyukur memberikan manfaat, yaitu a) Jika seseorang mengetahui bahwa suatu nikmat telah diberikan kepadanya, maka ia menganggap dirinya berada di bawah pengawasan-Nya disertai dengan amanah yang telah memberikan kepadanya setiap berkat yang tak terhitung banyaknya; perasaan seperti itu mengarah pada rasa kepercayaan dan ketenangan; b) Kemurnian jiwa dan pikiran adalah hasil psikologis lain dari rasa syukur yang telah disebutkan dalam Al-Qur'an surah Al-Ma'idah ayat 6 “Allah tidak ingin menempatkan manusia dalam kesulitan, tetapi Allah ingin menyucikan manusia dan untuk menyempurnakan nikmatnya kepadamu yang mungkin kamu syukuri” (Khodayarifard et al., 2016). Al-Quran dengan tegas menyebutkan bahwa manfaat Bersyukur akan balik pada orang yang

Bersyukur, sementara Allah Swt. sama sekali tidak memperoleh bahkan tidak membutuhkan sedikit pun dari syukur makhluk-Nya tersebut (Shihab, 1996).

Sikap optimisme memiliki peran dalam pembentukan resiliensi dimana individu yang memiliki optimisme tinggi tidak akan mudah menyerah manakala dihadapkan pada suatu permasalahan. Optimisme yang bisa membentuk daya resiliensi individu, sangat berkaitan dengan kemampuan individu dalam memaksimalkan rasa syukur pada dirinya. Emmons dan McCullough (2004) menjelaskan bahwa individu dengan tingkat resiliensi yang baik maka individu tersebut cenderung memiliki rasa syukur atau rasa terima kasih sebagai bentuk dari pertahanan diri terhadap peristiwa atau kejadian. Emmons dan McCullough memberikan batasan bahwa rasa Bersyukur (bersyukur) ialah sesuatu hal yang terkait atau berhubungan dengan kebaikan, kemurahan hati, estetika dalam memberi atau menerima sesuatu (Saputra & Fauziah, 2022)

Mayoritas banyak budaya dewasa ini cukup akrab dengan rasa bersyukur. Konstruksi bersyukur telah menginspirasi minat yang relatif besar pada masyarakat awam. Meningkatnya buku-buku populer untuk kalangan umum yang terkait dengan tema-tema bersyukur menandakan bahwa semakin meluasnya konsep ini. Kondisi ini menandakan semakin banyak orang yang merefleksikan nilai bersyukur serta memanfaatkannya sebagai seni manajemen dalam menumbuhkan sikap dan rasa bersyukur. Kehidupan yang berorientasi pada rasa bersyukur merupakan obat mujarab untuk kerinduan yang tidak terpuaskan. (Emmons & McCullough, 2004)

Dari beberapa penjelasan di atas maka bersyukur adalah emosi berupa perasaan menyenangkan dan pengakuan positif karena mendapatkan manfaat secara emosional dan spiritual dari sebuah peristiwa.

2. Aspek Aspek Bersyukur

Adapun aspek bersyukur menurut Michael E. McCullough dan Jo-Ann Tsang (dalam Emmons & McCullough, 2012) terdiri dari 3 yaitu barometer moral, motif moral dan penguat moral

a. Aspek Barometer Moral

Emosi bersyukur bekerja dengan cara yang sama seperti barometer. Rasa syukur memenuhi fungsi informasi yang serupa dengan menunjukkan jenis transaksi interpersonal tertentu dimana seorang pemberi manfaat (*benefactor*) berkontribusi pada kesejahteraan yang dirasakan oleh penerima manfaat (*beneficiary's*) melalui beberapa manfaat yang berwujud atau tidak berwujud. Sebagai barometer moral, rasa syukur bergantung pada input sosial-kognitif. Seseorang merasa bersyukur ketika (a) mereka telah menerima manfaat yang sangat berharga, (b) adanya upaya dan biaya yang tinggi, yang telah mereka keluarkan untuk kepentingan mereka (c) pengeluaran yang dikeluarkan untuk kepentingan mereka bersifat disengaja (d) pengeluaran upaya untuk kepentingan mereka bersifat acak dan tidak ditentukan oleh adanya hubungan berbasis peran antara pemberi dan penerima manfaat. Sebagai barometer moral, rasa bersyukur menginformasikan kepada *beneficiary's* atau penerima manfaat bahwa seorang *benefactor* atau pemberi manfaat telah memberikan hadiah. Perilaku prososial seorang *benefactor* pemberi manfaat (dermawan) terhadap penerima manfaat dianggap menghasilkan rasa bersyukur penerima manfaat. Hal ini kemudian menstimulasi perilaku prososial penerima manfaat dan selanjutnya memperkuat perilaku prososial pemberi manfaat atau dermawan (W. Wang et al., 2018).

b. Aspek Motif Moral

Bersyukur dapat memotivasi orang yang menerima manfaat untuk berperilaku secara moral atau prososial. Orang yang Bersyukur atas tindakan seorang pemberi manfaat (*benefactor*), dimasa depan akan lebih berkontribusi pada kesejahteraan *benefactor*-nya atau bahkan pihak lainnya. Selain itu bahwa seseorang yang mengalami rasa Bersyukur sebagai akibat dari tindakan prososial dari seorang pemberi manfaat (dermawan), juga lebih cenderung menghambat motivasi untuk bertindak secara destruktif terhadap dermawan atau pihak ketiga. Rasa syukur tidak hanya memberikan pengaruh prototipikal yang dialami individu saat mereka merasa bahwa seseorang telah bertindak demi kepentingan

kesejahteraan pribadi mereka, tetapi emosi syukur mungkin juga memiliki nilai motivasi, yang mendorong orang yang Bersyukur untuk berperilaku prososial. Dalam hal ini, menurut Triver (1971, dalam McCullough et al., 2001)) rasa syukur mungkin bisa menjadi salah satu mekanisme motivasi yang mendasari altruisme timbal balik. Orang yang merasa Bersyukur atas tindakan seorang dermawan (pemberi manfaat) akan lebih mungkin untuk berkontribusi pada kesejahteraan dermawan (atau pihak ketiga) di masa depan. Selain itu, orang yang dibuat Bersyukur oleh tindakan seorang dermawan juga lebih mungkin untuk menghambat motivasi untuk bertindak destruktif terhadap dermawan tersebut. Wawasan mengenai rasa syukur ini menurut Gouldner (1960, dalam McCullough et al., 2001) sampai batas tertentu, merupakan bentuk pernyataan ulang dari norma timbal balik yang diartikulasikan dengan cara (1) orang harus membantu orang-orang yang telah membantu mereka (2) orang tidak boleh menyakiti atau mengecewakan orang-orang yang telah membantu mereka

c. Aspek Penguat Moral

Ungkapan rasa bersyukur dapat memperkuat perilaku moral. Penelitian kualitatif Bennett, Ross, & Sunderland (1996, dalam McCullough et al., 2001) menjelaskan bahwa ungkapan bersyukur dapat memperkuat tindakan kebajikan. Sebaliknya Stein (1989, dalam Emmons & McCullough, 2012) menyebutkan bahwa orang menilai individu yang tidak tahu bersyukur sebagai orang yang sangat tidak baik dan sehingga di masa depan, seseorang cenderung tidak membantu orang yang tidak tahu bersyukur. (Emmons & McCullough, 2004). Penelitian lain menunjukkan bahwa rasa bersyukur merupakan perasaan universal yang dianggap positif di semua budaya, sebaliknya rasa tidak bersyukur dianggap sebagai sikap tidak bermoral di sebagian besar budaya masyarakat (Naito & Washizu, 2015). Mengekspresikan rasa bersyukur kepada orang lain atas tindakan prososialnya menurut Gallup (1989 dalam McCullough et al., 2001) akan menghasilkan usaha yang lebih besar dari pihak penerima bantuan untuk berperilaku bermoral di masa depan, sehingga menjadikan rasa Bersyukur

menjadi sentimen yang sangat adaptif untuk diekspresikan. Ketika penerima manfaat mengungkapkan rasa syukur secara verbal ataupun dengan cara memberikan pengakuan dalam bentuk lainnya, benefactor (dermawan) akan merasa dihargai atas kebaikannya, sehingga si-dermawan tersebut cenderung untuk melakukan kembali perilaku baik tersebut di masa depan. Sebagian dari mereka termotivasi untuk melakukan kembali perilaku prososial tersebut karena mereka menilai bahwa ungkapan rasa terima kasih dan sejenisnya memiliki efek yang sangat menguatkan. Sebaliknya, bagi dermawan rasa tidak berterima kasih dihipotesiskan sebagai sikap permusuhan dan akan membuat mereka marah, benci dan mengurangi kesediaan mereka untuk terlibat dalam perilaku prososial di masa depan. Penting juga untuk membedakan antara pengaruh dan motivasi yang memicu dan menghambat perilaku Bersyukur seperti mengucapkan "terima kasih". Manifestasi perilaku seperti itu biasanya tidak hanya dimotivasi oleh perasaan berterima kasih, tetapi juga dapat dihasilkan dari (a) motivasi untuk berperilaku sopan atau yang diinginkan secara sosial (b) motivasi untuk mendapatkan keuntungan bagi kepentingan diri sendiri. Motivasi yang mendasari ungkapan rasa Bersyukur jarang sekali murni. Sebaliknya, di masa depan ungkapan rasa Bersyukur mungkin saja dimotivasi oleh perasaan terima kasih yang tulus, lebih didasari oleh kewajiban untuk mematuhi norma atau kepentingan pribadi atau kombinasi keduanya (McCullough et al., 2001)

3. Faktor Faktor Bersyukur

Faktor faktor individu yang terkait dengan sikap Bersyukur. Menurut Allen ada 3 faktor yaitu faktor kepribadian, faktor kognitif dan faktor gender (Summer Allen, 2018)

a. Faktor Kepribadian

Sejauh mana rasa syukur dikaitkan dengan faktor kepribadian dan apakah rasa syukur atau rasa terima kasih dapat dianggap sebagai sifat kepribadian tersendiri? Penelitian Saucier & Goldberg (1998, dalam Summer Allen, 2018) tidak ada bukti yang meyakinkan bahwa kecenderungan seseorang

untuk memiliki sifat Bersyukur dapat direduksi menjadi kombinasi dari ciri-ciri kepribadian Big Five (Agreeableness, Conscientiousness, Extraversion, Neuroticism, dan Openness). Sementara hasil penelitian lain menunjukkan bahwa rasa syukur dan penghargaan sangat berkaitan sehingga dapat dianggap sebagai satu sifat kepribadian (Wood et al., 2008 dalam Summer Allen, 2018). Penelitian Wood dkk tersebut menunjukkan bahwa, dalam situasi yang sama, orang yang memiliki sifat Bersyukur merasa lebih Bersyukur daripada orang yang kurang memiliki sifat Bersyukur. Dengan kata lain, seseorang dengan kepribadian yang lebih Bersyukur mungkin lebih rentan untuk merasa Bersyukur dalam skenario tertentu daripada orang dengan kepribadian yang kurang Bersyukur. Akan tetapi ini masih menjadi perdebatan apakah rasa syukur benar-benar merupakan ciri kepribadian.

b. Faktor Kognitif

Bagaimana seseorang berpikir tentang penerima manfaat (beneficiary's) atau pemberi manfaat (benefactor) bisa meningkatkan atau menurunkan rasa Bersyukur dalam situasi tertentu. Tingkat rasa Bersyukur terkait dengan bagaimana seseorang melihat maksud dan tujuan dari pemberi hadiah, besarnya hadiah, nilai hadiah biaya yang dikeluarkan oleh pemberi hadiah (Summer Allen, 2018). Orang merasa lebih Bersyukur ketika mereka percaya bahwa seorang penolong memiliki motivasi yang lebih otonom atas tindakan mereka,

c. Jenis kelamin

Penelitian oleh Froh, Yurkewicz, & Kashdan (2009, dalam Summer Allen, 2018) terhadap anak-anak dan remaja, menemukan bahwa anak perempuan lebih Bersyukur dibandingkan anak laki-laki. Hal ini karena anak perempuan memiliki *positive affect* yang lebih tinggi dibandingkan anak laki-laki. Hubungan sinergis antara rasa syukur dan well-being mungkin secara alami terjadi pada anak muda yang memiliki *positive affect* tinggi.

4. Syukur dari Perspektif Islam

Syukur dalam bahasa Arab digunakan untuk mengungkapkan rasa syukur, kemuliaan, pujian atau terima kasih kepada Allah atas ciptaan-Nya baik melalui kata-kata, tindakan atau keduanya. Ini juga merupakan salah satu keyakinan utama umat Islam bahwa setiap ujian atau cobaan akan mengurangi dosa hanya jika seorang mukmin menunjukkan kesabaran dan rasa syukur atas cobaan tersebut. Dalam ajaran Islam terkait dengan cobaan yang Allah berikan kepada manusia dijabarkan bahwa rasa sakit dan penderitaan, kelak di akhirat akan dilipatgandakan-Nya sampai pada tingkat yang tidak dapat dibayangkan oleh manusia. Umat muslim harus selalu Bersyukur kepada Allah dan harus menganggapnya sebagai berkah dan hasil dari kesabarannya.

Syukur dalam perspektif Islam dijelaskan secara rinci disertai dengan dimensi-dimensinya yang berbeda. Keyakinan ini berkontribusi dalam mengembangkan sifat-sifat kesabaran dan rasa syukur bagi umat Islam, karena mereka harus mengikuti semua perintah ini dalam setiap aspek kehidupan. Analisis mendasar tentang syukur dari perspektif Islam mengungkapkan beberapa temuan penting yang terkait dengan konteks organisasi dan non-organisasi. Dimensi syukur menurut Al-Ghazali adalah ilmu dan amal dan yang dimaksud amal disini adalah amal dengan hati, lisan dan perbuatan (Rusdi, 2017). Imam Ibnu Al Qayyim juga menyoroti beberapa dimensi utama yang menjadi dasar syukur yaitu: kerendahan hati (tunduk) di hadapan Allah, merasakan kebajikan dan cinta kepada Allah, mengakui bahwa semua nikmat dan karunia berasal dari-Nya, memuji, mengagumi serta mengakui semua nikmat tanpa mengeluh dan terakhir menjauhkan diri dari hal yang tidak disukai-Nya (Ali et al., 2020).

Pandangan Al-Ghazali dan Imam Ibnu Al Qayyim tentang syukur dan tahapan tahapannya memang berbeda, namun konsep dasarnya koheren karena mereka berangkat dari sumber yang sama yaitu Al-Qur'an dan Hadis (Ali et al., 2020). Ibn-Arbi (dalam Ali et al., 2020) menyebutkan tiga tingkatan yang berbeda dari syukur, pertama syukur secara tingkat intelektual dimana umat muslim memahami dan meyakini makna syukur yang

sebenarnya dengan mengenali sang pemberi nikmat yaitu Allah; kedua tingkat pemahaman, dimana umat muslim tidak hanya memahami, tetapi juga memuji-Nya melalui perkataan dan perbuatannya sebagai balasan atas setiap nikmat dari Allah; tingkat ketiga dan terakhir adalah tingkat manifestasi, dimana seorang muslim mematuhi setiap perintah Allah sesuai dengan pandangan syariah sebagai pengakuan atas nikmat Allah.

Perintah untuk bersyukur mengandung kondisi yang mungkin menguntungkan atau tidak menguntungkan bagi diri sendiri. Dengan kata lain, umat muslim diharuskan untuk Bersyukur dalam kondisi yang baik maupun tidak baik. Hadist Riwayat Tabrani menjelaskan bahwa Bersyukur kepada Allah merupakan kewajiban bagi setiap muslim, namun Islam juga mengajarkan setiap individu untuk berterima kasih kepada orang lain karena orang yang paling Bersyukur kepada Allah adalah mereka yang paling banyak berterima kasih kepada orang lain (Ali et al., 2020).

Al Ghazali (Ali et al., 2020) mengklasifikasikan syukur dalam tiga kategori yang berbeda sebagai berikut:

- a. Syukr bi'l-Qalb (rasa syukur yang diekspresikan oleh perasaan batin), adalah cara untuk merasakan rasa syukur di dalam hati. Artinya, seorang muslim harus merasa berhutang budi, Bersyukur dan berterima kasih kepada Allah atas segala sesuatu yang telah dianugerahkan kepadanya.
- b. Syukur bi'l-lisan (rasa syukur yang diungkapkan dengan lisan). Al-Ghazali menjelaskan tahap kedua dari rasa syukur-berterima kasih kepada Allah dan ciptaan-Nya melalui lidah atau ucapan. Gagasan ini juga mendapat banyak dukungan dari Al-Qur'an, seperti yang memberikan argumen yang kuat bagi setiap individu Muslim untuk mengucapkan syukur kepada Allah, pencipta seluruh alam semesta dan ciptaan-Nya. Bentuk syukur ini juga menekankan pada setiap muslim untuk menunjukkan rasa syukur dengan mengungkapkan kata-kata terima kasih kepada setiap orang yang melayaninya secara langsung atau tidak langsung terlepas dari konteks organisasi atau pribadi. Allah memerintahkan umat Islam untuk membalas

kebaikan orang lain yang telah melakukan kebaikan sekecil apa pun kepada mereka.

- c. Syukur *bi'l-badan wa'l-arkan* (syukur yang diekspresikan dengan tindakan). Dimensi ketiga dan terakhir dari syukur adalah ekspresi syukur seorang Muslim dengan melakukan apa pun yang disukai oleh Allah dan menjauhkan diri dari apa pun yang tidak disukai-Nya.

Meneruskan kategori Syukur ini ini, banyak cendekiawan Islam percaya bahwa Bersyukur dalam tindakan berarti melakukan ibadah. Cendekiawan islam lainnya mengaitkan jenis syukur ini dengan salah satu ayat dari Surat Al-Nahl yang menyatakan; "Maka makanlah dari apa yang telah Allah sediakan untukmu, yang halal lagi baik, dan syukurilah nikmat Allah jika memang Dia yang kamu sembah" (Al-Nahl 114). Mereka memandang bahwa Bersyukur melalui tindakan juga berarti makan, melakukan dan bertindak atas segala sesuatu yang halal dan baik yang telah dianugerahkan Allah kepada manusia. Tidak hanya itu, menahan diri untuk tidak melakukan kegiatan yang tidak sah atau tidak diperbolehkan juga dianggap sebagai rasa Bersyukur seseorang dimana harus melakukannya untuk menyenangkan Tuhannya (Allah).

C. Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Dukungan sosial menurut *APA dictionary* adalah pemberian bantuan atau kenyamanan kepada orang lain, bantuan biasanya diberikan untuk mengatasi tekanan biologis, psikologis dan sosial. Dukungan dapat muncul dari hubungan *interpersonal* atau dalam bentuk *social networking* seseorang, dalam hal ini melibatkan anggota keluarga, sahabat, tetangga, lembaga keagamaan, rekan kerja, pengasuh atau kelompok pendukung. Dukungan yang diberikan bisa berupa bantuan praktis, dukungan materi dan dukungan emosional sehingga individu merasa dihargai, diterima dan dipahami.

Pierce (2013) menyebutkan bahwa dukungan sosial adalah proses transaksional antara dua orang yang saling berhubungan dan dapat

meningkatkan upaya koping individu, dimana satu pihak menjadi pemberi dan pihak lain menjadi penerima. Transaksi yang mendukung dapat menghasilkan efek positif bagi pemberi dan penerima dukungan. Transaksi tersebut adalah skema dukungan, hubungan yang mendukung dan transaksi yang mendukung.

Uchino (2004, dalam Sarafino & Smith, 2011) menyebutkan bahwa dukungan sosial adalah rasa nyaman, kepedulian, penghargaan atau bantuan yang tersedia bagi seseorang dari individu atau kelompok lain. Dukungan tersebut dapat diperoleh dari pasangan (suami atau istri), dari kekasih, keluarga, sahabat, tenaga profesional atau organisasi masyarakat. Orang yang mendapatkan dukungan sosial berkeyakinan bahwa mereka merasa dicintai, dihargai sebagai bagian dari jaringan sosial, seperti keluarga atau organisasi masyarakat, yang dapat membantu pada saat dibutuhkan. Ditambahkan juga bahwa dukungan sosial mengacu pada tindakan yang benar-benar dilakukan oleh orang lain- ini disebut bentuk dukungan yang diterima (*received support*). Dukungan sosial juga mengacu pada perasaan atau persepsi seseorang bahwa kenyamanan, kepedulian dan bantuan tersedia jika dibutuhkan- ini disebut bentuk dukungan yang dirasakan (*perceived support*). Dukungan yang diterima dan yang dirasakan dapat memiliki efek yang berbeda pada kesehatan.

Gore (dalam Gotlib & Hammen, 1992) menyatakan bahwa sumber dukungan sosial terdekat adalah dari keluarga atau sahabat. Kekuatan social support yang bersumber dari interaksi yang terjadi didalam keluarga merupakan proses psikologis yang bisa memunculkan perilaku sehat dalam diri seseorang. Menurut Cohen dan Syme (dalam Friedman 1998) *family social support* adalah situasi yang memberikan manfaat bagi individu tau keluarga dan sebagai bukti bahwa orang lain telah memberikan perhatian, menghargai dan mencintainya. Perilaku atau juga sikap positif yang diberikan keluarga kepada salah satu anggota keluarga yang membutuhkan merupakan salah satu bentuk *family support*.

Dari uraian diatas disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah bentuk dukungan yang didapatkan dari keluarga maupun orang orang disekitar saat seseorang mengalami permasalahan atau kondisi susah. Bantuan ini bisa bersifat materi, semangat, sikap menerima, perhatian, penghargaan.

2. Komponen Dukungan Sosial

Cutrona et.al (1990) menjelaskan bahwa terdapat 5 aspek yang terkait dengan dukungan sosial. Pertama, dukungan emosional/*emotional support* mengacu pada kemampuan untuk mencari dukungan dari orang lain untuk mendapatkan kenyamanan dan keamanan selama berada dalam situasi stres, yang membuat orang tersebut merasa bahwa ia diperhatikan oleh orang lain. Kedua, integrasi sosial atau jaringan sosial/*social integration or social network* mengacu pada individu yang merasa menjadi bagian dari sebuah kelompok yang anggotanya memiliki ketertarikan dan kepedulian yang sama. Hubungan seperti ini mencerminkan persahabatan yang lebih kasual, yang memungkinkan seseorang untuk terlibat dalam berbagai bentuk kegiatan sosial dan rekreasi. Ketiga, dukungan harga diri/*esteem support*, merupakan penguatan rasa kompetensi harga diri seseorang oleh orang lain. Memberikan umpan balik positif kepada seseorang atas keterampilan dan kemampuannya atau mengekspresikan keyakinan bahwa orang tersebut mampu mengatasi peristiwa yang membuat stress. Keempat, bantuan berwujud/*tangible aids* mengacu pada bantuan instrumental yang konkret, di mana seseorang yang berada dalam situasi yang penuh tekanan diberikan sumber daya yang diperlukan dalam mengatasi tekanan, misalnya bantuan keuangan, bantuan fisik untuk menyelesaikan tugas]. Kelima, dukungan informasional/*informational support*, yaitu memberikan nasihat atau bimbingan kepada individu mengenai solusi yang bisa dilakukan saat berada dalam suatu masalah (Cutrona & Russell, 1990).

Pendapat lain menyebutkan bahwa dukungan sosial merupakan konstruksi yang kompleks dan mencakup setidaknya tiga komponen berikut yaitu: skema dukungan, hubungan yang mendukung dan transaksi yang mendukung (Pierce et al., 1996). Pertama *Support Schemata* atau skema dukungan mencakup

harapan seseorang tentang keberlangsungan lingkungan sosialnya dalam memberikan bantuan jika diperlukan. Dukungan dinilai dan disepakati secara umum bahwa langkah-langkah yang memanfaatkan persepsi individu tentang kesediaan orang lain yang dapat diandalkan untuk memberikan dukungan yang disebut sebagai "dukungan sosial yang dirasakan/*perceived social support*" dan disebut sebagai prediktor penyesuaian pribadi yang paling konsisten dan terkuat dan stabil sepanjang waktu. Dukungan lingkungan sosial ini mencerminkan struktur pengetahuan skemata pendukung yang isinya mencakup informasi tentang kemungkinan bahwa orang lain, secara umum, akan mampu atau bersedia untuk memenuhi kebutuhan seseorang yang membutuhkan dukungan. Dukungan sosial yang dirasakan berhubungan positif dengan penilaian diri; mereka yang percaya orang lain mendukung akan menganggap diri mereka lebih positif dan lebih sedikit atribut negatif. Penelitian Wang menunjukkan bahwa orang yang mempersepsikan dukungan sosial mereka lebih buruk memiliki hasil yang lebih buruk dalam hal gejala, pemulihan, dan fungsi sosial. Defisit dalam jaringan sosial dan dukungan sosial mendahului timbulnya psikosis, (J. Wang et al., 2018). Kedua *supportive relationships*, hubungan yang saling mendukung terkait dengan tingkat kepuasan yang lebih tinggi yang dirasakan individu dalam hubungan di mana mereka memberikan serta menerima dukungan sosial, terutama ketika pertukaran dukungan didistribusikan secara merata antara dua individu. Mengkonseptualisasikan hubungan yang saling mendukung yang dilakukan kedua individu untuk saling mendukung satu sama lain menekankan keterkaitan sebagai dua peran berbeda: penyedia dukungan dan penerima dukungan. Sementara individu memiliki skema dukungan yang memasukkan harapan mereka tentang bagaimana orang lain, secara umum, akan menanggapi mereka, mereka juga memiliki harapan tentang seberapa spesifik kemungkinan orang lain yang mendukung akan menanggapi jika membutuhkan bantuan.(Pierce et al., 1996). Ketiga adalah *supportive transactions*, pandangan yang lebih realistis tentang hubungan suportif memerlukan perhatian pada transaksi suportif yang diprakarsai oleh individu

saat mereka berusaha mengatasi serangkaian peristiwa kehidupan yang melibatkan sumber daya pribadi dan sosial. Pola transaksi suportif atau tidak suportif yang dipertukarkan antara individu berfungsi untuk membentuk skema khusus hubungan yang dibentuk oleh setiap partisipan sepanjang waktu sehubungan dengan sifat hubungan mereka. Hubungan yang mendukung mempengaruhi coping sehubungan dengan peristiwa kehidupan tertentu serta pengembangan skema relasional yang dapat memengaruhi perilaku individu dalam hubungan tersebut dan hubungan lainnya. Transaksi yang mendukung melibatkan pertukaran perilaku antara setidaknya dua individu. Meskipun tidak semua interaksi yang mendukung melibatkan masing-masing elemen, banyak transaksi termasuk upaya pihak penerima dukungan potensial untuk mendapatkan dukungan dari orang lain sebagai bentuk pemberlakuan perilaku (Pierce et al., 1996)

Masing masing komponen tersebut tidak saling eksklusif; mereka tumpang tindih dan saling mempengaruhi satu sama lain dengan cara yang unik. Misalnya, skema dukungan berasal dari riwayat transaksi yang mendukung atau sebaliknya; transaksi yang berpotensi mendukung yang terjadi dalam konteks hubungan yang mendukung sangat mungkin memiliki dampak yang menguntungkan; individu yang mengharapkan orang lain untuk mendukung, yaitu mereka dengan skema dukungan positif lebih mungkin daripada orang lain untuk mengembangkan hubungan yang mendukung dalam konteks sosial yang baru (Pierce et al., 1996)

E. Pengaruh Bersyukur Terhadap Resiliensi Keluarga dengan Anak Autis yang Dimoderasi oleh Dukungan Sosial

Keluarga memiliki peran yang besar dalam menumbuhkan ketangguhan ketika menghadapi masalah atau kesulitan. Pada tingkat individu, keluarga menyiapkan *socialization basic* untuk anak-anak dan menyiapkan mereka dengan keterampilan yang diperlukan untuk mengatasi sumber stres dan pulih dari kemunduran yang tidak terduga (Theiss, 2018). Menurut Kumar et.al

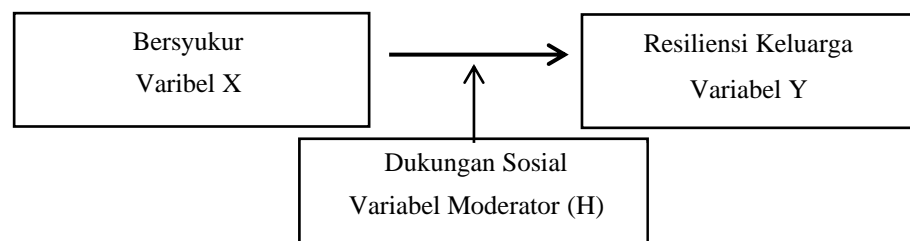
(2022) salah satu yang mendorong ketahanan adalah kekuatan pribadi dan kekuatan tersebut adalah rasa syukur, yang mendukung wellbeing ketika individu berada di tengah kesulitan. Rasa syukur juga berkorelasi dengan perubahan positif yang lebih besar dalam cara pandang dan dukungan terhadap pengalaman positif. Temuan menunjukkan bahwa rasa syukur mengurangi gangguan kesehatan mental dan menumbuhkan sikap positif dan mendorong resiliensi. Emmons dan McCullough (2004) menjelaskan bahwa individu dengan tingkat resiliensi yang baik, cenderung memiliki rasa syukur atau rasa terima kasih sebagai bentuk dari pertahanan diri terhadap peristiwa atau kejadian. Dukungan sosial adalah proses transaksional antara dua orang yang saling berhubungan dan dapat meningkatkan upaya coping individu, dimana satu pihak menjadi pemberi dan pihak lain menjadi penerima. Transaksi yang mendukung dapat menghasilkan efek positif bagi pemberi dan penerima dukungan. Transaksi tersebut adalah skema dukungan, hubungan yang mendukung dan transaksi yang mendukung (Pierce et al., 1996). Dukungan sosial adalah variabel yang paling menonjol yang terkait dengan ketahanan keluarga. Peningkatan dukungan sosial akan meningkatkan kemungkinan ketahanan keluarga sebesar 7,16 kali (Pakpahan et al., 2022). Penelitian lain menyimpulkan bahwa rasa syukur yang lebih tinggi menggambarkan resiliensi yang lebih tinggi. Artinya bahwa bersyukur perlu dipertimbangkan dalam pengembangan program resiliensi. Peran Bersyukur terhadap resiliensi psikologis memberikan dampak yang positif (Listiyandini, 2018)

Penelitian Ong (2018) untuk mengetahui peran dukungan sosial yang dirasakan dapat menjadi *protective factor* pada perawat lansia menggunakan model efek moderasi dan mediasi dan disimpulkan bahwa dukungan sosial yang dirasakan memoderasi hubungan antara ketahanan perawat lansia. Penelitian Wilks (2008) tentang *Resilience and Academic Stress: The Moderating Impact of Social Support among Social Work Students*. Menyimpulkan bahwa dukungan sosial secara positif mempengaruhi resiliensi. Sippel et.al (2015) yang meneliti tentang bagaimana dukungan

sosial meningkatkan ketahanan pada individu yang terpapar trauma, menyimpulkan bahwa dukungan sosial sangat berperan dalam pengembangan ketahanan dan peningkatan kualitas hidup individu yang terpapar trauma. Dibutuhkan panduan yang tepat untuk membantu klien dalam menemukan dukungan yang efektif dan *support* sehingga mampu meningkatkan ketangguhan individu/kelompok untuk meningkatkan kualitas hidup mereka setelah menderita.

F. Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual untuk penelitian ini berdasarkan pada telaah teori yang telah diuraikan diatas, agar memberikan gambaran pada kerangka pemikiran dapat dilihat pada gambar dibawah ini :



Gambar 2.1 Kerangka Konseptual

Bersyukur secara nyata memberikan kontribusi dalam peningkatan resiliensi keluarga dan bersyukur memiliki hubungan positif terhadap resiliensi keluarga, semakin tinggi bersyukur maka semakin tinggi pula resiliensi keluarga. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi yang kuat ketika peran dukungan sosial menjadi moderator, artinya walaupun individu memiliki bersyukur yang tinggi tetapi tanpa disertai peranan dukungan sosial maka kemungkinan kemampuan resiliensi keluarga cenderung rendah, dengan demikian diperlukan peranan dukungan sosial untuk ningkatkan serta memperkuat hubungan resiliensi keluarga terkait dengan bersyukur. Berangkat dari pandangan diatas peneliti ingin mengetahui hubungan langsung antara bersyukur dan resiliensi keluarga serta untuk

mengetahui peranan dukungan sosial dalam meningkatkan hubungan bersyukur dengan resiliensi keluarga.

Dukungan sosial merupakan variabel moderasi dalam penelitian ini dan memberikan pengaruh terhadap hubungan bersyukur dan resiliensi keluarga. Bagaimana dukungan sosial memoderasi bersyukur terhadap resiliensi. Individu dengan kemampuan resiliensi yang baik mampu merasakan emosi positif, bahkan ketika mengalami stres yang berat sekalipun. Taylor (2018) menyebutkan ada dua pendekatan, pertama pendekatan efek langsung/*direct effects hypothesis* menyatakan bahwa dukungan sosial secara umum bermanfaat selama periode tanpa stres maupun dalam kondisi stres. Kedua pendekatan penyangga/*buffering hypothesis* menyatakan bahwa manfaat kesehatan fisik dan mental dari dukungan sosial terutama terlihat jelas selama periode stres tinggi; ketika hanya ada sedikit stres, dukungan sosial mungkin hanya memberikan sedikit manfaat. Menurut sudut pandang ini, dukungan sosial bertindak sebagai cadangan dan sumber daya yang menumpulkan efek stres saat stres berada pada tingkat yang tinggi (Taylor, 2018). Ditambahkan juga bahwa dukungan sosial mampu meningkatkan resiliensi. Hal ini terjadi karena dukungan sosial dapat memoderasi kerentanan genetik dan lingkungan serta memberikan ketahanan terhadap stres, mungkin melalui efeknya pada sistem hipotalamus-hipofisis-adrenokortikal (HPA), sistem noradrenergik, dan jalur oksitosin sentral. Keunikan dari penelitian ini yaitu terletak pada variabel Y (resiliensi keluarga), karena pada umumnya banyak penelitian sebelumnya lebih fokus dan memilih resiliensi individu dan bukan resiliensi keluarga.

G. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan uraian teori yang telah dijelaskan, dalam penelitian ini hipotesis yang akan diujikan adalah:

H1= Terdapat pengaruh bersyukur terhadap resiliensi keluarga

H2= Terdapat pengaruh bersyukur terhadap resiliensi keluarga dimoderasi dukungan sosial

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dan termasuk penelitian non eksperimen. Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme. Metode ini digunakan untuk penelitian pada populasi atau sampel tertentu. Data data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan instrumen penelitian. Analisis data menggunakan pendekatan kuantitatif dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2013).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Pada dasarnya variabel penelitian menurut Sugiyono (2013) adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja/atribut yang ditetapkan oleh peneliti untuk diteliti sehingga menghasilkan informasi tentang hal tersebut dan selanjutnya ditarik kesimpulannya.

Dalam penelitian identifikasi variabel perlu diperjelas agar tidak menimbulkan ambiguitas. Langkah ini diambil untuk memberikan penjelasan serta mendefinisikan variabel penelitian secara operasional, yakni dengan memberikan makna dan mendeskripsikan aktivitas penelitian. Pada penelitian yang akan dilakukan terdiri atas satu variabel bebas (X_1), satu variabel terikat (Y) dan satu variabel moderator (H). Variabel yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Variabel Bebas (X) : Bersyukur

Variabel Terikat (Y) : Resiliensi Keluarga

Variabel Moderator (H) : Dukungan Sosial

C. Definisi Operasional Variabel

1. Resiliensi Keluarga

Resiliensi keluarga merupakan proses proses coping dan rangkaian proses adaptasi yang terjadi dalam keluarga saat berada dalam kondisi krisis atau bermasalah. Kemampuan untuk bangkit kembali dan bergerak ke depan merupakan kunci dari resiliensi keluarga. Kemampuan ini akan memunculkan pola baru dalam keluarga dimana keluarga menjadi lebih kuat dan tangguh. Hal yang menarik bahwa dalam resiliensi terjadi *active process* membangun ketahanan, memperbaiki diri serta mengembangkan respon positif ketika berada dalam kondisi krisis. Kunci utama yang terjadi dalam proses resiliensi meliputi bagaimana keluarga memahami dan mengembangkan *belief system*, *organizational process* serta *communication process* dalam keluarga.

2. Bersyukur

Bersyukur adalah emosi berupa perasaan menyenangkan dan pengakuan positif karena mendapatkan manfaat secara emosional dan spiritual dari sebuah peristiwa. Bersyukur adalah rida atas nikmat Allah dan dalam bersyukur juga melibatkan perilaku prososial adalah beramal atasnya. Ungkapan rasa syukur dimanifestasikan dalam bentuk merasakan syukur tersebut dalam hati, mengucapkannya secara verbal dan melengkapinya dalam bentuk perilaku serta perbuatan nyata.

3. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan bentuk bantuan dari lingkungan. Bentuk bantuan tersebut bisa berupa sumber daya psikologis dan non psikologis. Bantuan ini diberikan – baik diminta maupun tidak – dengan tujuan mengurangi tingkat stress individu atau keluarga ketika berada dalam kondisi krisis/bermasalah. Dukungan sosial dalam penelitian ini merupakan variabel moderator.

D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Menurut Sugiono (2013) populasi merupakan daerah generalisasi yang terdiri dari obyek/subyek yang memiliki kualitas serta ciri unik dan ditetapkan oleh peneliti yang selanjutnya dipelajari untuk kemudian ditentukan menjadi

sebuah kesimpulan. Populasi penelitian ini adalah keluarga di wilayah kabupaten dan kota Blitar yang memiliki anak dengan gangguan autisme dan saat ini sedang menjalani terapi.

2. Sampel

Penelitian merupakan bagian dari jumlah dan juga ciri unik yang melekat pada populasi. Jika jumlah populasinya besar, serta peneliti memiliki keterbatasan untuk mengkaji semua yang terdapat pada populasi, contohnya karena keterbatasan anggaran, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat memakai sampel yang bersumber dari populasi tersebut. Semua informasi yang diperoleh dari sampel tersebut, maka kesimpulannya berlaku juga untuk populasi. Artinya sampel yang bersumber dari populasi harus benar-benar *representative* (Sugiyono, 2013). Lebih jauh dijelaskan oleh Sugiyono bahwa ukuran sampel yang layak dalam penelitian adalah 30 sampai 500. Dalam penelitian ini sampel yang akan digunakan sekitar 125 keluarga.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Penelitian ini menggunakan metode *non probability sampling* dengan teknik *purposive sampling*, yaitu pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu atau seleksi khusus dari peneliti, sampel mana yang dianggap paling tepat mewakili populasi serta memberikan manfaat (Sugiyono, 2013). *Purposive sampling* adalah merekrut sampel orang tertentu karena mereka memiliki karakteristik yang menarik perhatian secara teoritis bagi peneliti (Howitt & Cramer, 2014). Sisi positif dari pendekatan ini antara lain tujuan penelitian mudah didapat, sampel relatif lebih selaras dengan desain penelitian, metode yang cenderung lebih murah dan lebih praktis diterapkan. Sebaliknya sisi negatifnya yaitu tak dijamin sampel dapat mewakili populasi yang dipengaruhi, sama seperti menggunakan metode *sampling* acak. Penelitian ini menggunakan *purposive sampling*, yakni pengambilan sampel harus memenuhi kriteria yang telah ditetapkan peneliti dan harus terpenuhi, kriteria tersebut adalah

- a. Keluarga yang memiliki anak autisme di Blitar
- b. Usia 3 tahun keatas

c. Sudah mengikuti terapi

E. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan jenis data kuantitatif karena data dipresentasikan dalam bentuk numerik sehingga dapat dipahami dengan mudah, untuk mengetahui pengaruh bersyukur terhadap resiliensi keluarga dengan anak autis yang dimoderasi oleh dukungan sosial. Data adalah sekumpulan informasi yang dikumpulkan dari pengamatan, seperti angka, simbol, atau karakteristik, yang dikumpulkan oleh peneliti untuk menyelesaikan masalah dan jawaban dari pertanyaan penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti memberikan angket atau kuisisioner kepada subjek penelitian untuk selanjutnya diisi oleh responden. Suharsimi Arikunto (2011), menjelaskan bahwa angket atau kuisisioner merupakan kumpulan pertanyaan tertulis yang digunakan untuk mengumpulkan informasi dari responden terkait dengan hal-hal yang secara pribadi mereka ketahui.

F. Instrumen Penelitian

Elemen penting dalam sebuah penelitian adalah pengumpulan data. Skala Likert atau *summated rating* digunakan untuk mengumpulkan data pada penelitian yang penulis dilakukan, Skala tipe Likert terdiri dari serangkaian pernyataan yang ditanggapi dengan menggunakan skala respons pilihan yang tetap (Coolican, 2014). Berbeda dengan skala Thurstone, menurut Coolican (2014) skala Likert dapat berisi item-item yang tidak secara jelas mengukur sikap secara langsung. Item-item seperti itu disebut diagnostik; item-item tersebut dimasukkan karena diketahui dari penelitian sebelumnya bahwa item-item tersebut berkorelasi baik dengan item-item lain yang secara jelas berhubungan dengan objek sikap. Dalam penelitian ini angket yang digunakan terdiri dari skala bersyukur, skala dukungan sosial serta skala resiliensi. Skala Likert, dapat digunakan untuk menentukan posisi dalam suatu pernyataan. Subyek penelitian dalam penelitian ini diharapkan memilih salah satu item yang telah disediakan.

Skala kebersyukuran dalam penelitian ini disusun oleh Rusdi (2016) tujuannya adalah untuk mengukur tingkat kebersyukuran individu/keluarga dengan mengacu pada empat aspek yaitu: (1) bersyukur dengan ilmu, (2) bersyukur dengan hati, (3) bersyukur dengan lisan, (4) bersyukur dengan perbuatan. Setiap aspek diwakili oleh 5 aitem pernyataan, sehingga total skala kebersyukuran ini berjumlah 20 aitem. Responden diminta untuk memberikan respon atas pernyataan-pernyataan yang dari skala tersebut. Responden memilih salah satu dari lima pilihan jawaban yang tersedia yaitu selalu (SL), sering (SR), kadang-kadang (KD), jarang (JR) dan tidak pernah (TP). Semakin tinggi jumlah total nilai yang diperoleh responden, artinya semakin tinggi tingkat kebersyukuran yang dimiliki individu. Sebaliknya jika semakin rendah skor jumlah total nilai yang diperoleh maka semakin rendah tingkat kebersyukuran yang dimilikinya.

Tabel 3.1. Distribusi skala kebersyukuran

No	Dimensi	Favorable	Un-Favor	Σ
1	Bersyukur dengan ilmu	5, 17	1, 9, 13	5
2	Bersyukur dengan hati	2	6, 10, 14, 18	5
3	Bersyukur dengan lisan	3, 7, 11, 15, 19		5
4	Bersyukur dengan perbuatan	4, 8, 16, 20, 1	2	5
			Jumlah	20

Skala dukungan sosial dikembangkan oleh Nuzula berdasarkan teori Cutrona, Gardner & Uchino (Nuzula, 2020). Skala disusun dalam bentuk skala Likert dan disusun berdasarkan dua kategori yaitu aitem *favourable* dan aitem *unfavourable*. Subjek harus menilai setiap pernyataan yang disusun dengan memilih salah satu dari pilihan yang tersedia, mulai dari dari sangat tidak sesuai (skor = 1) hingga sangat sesuai (skor = 4).

Tabel 3.2 Distribusi skala dukungan sosial

No	Aspek	Indikator	Total		Σ
			Fav	Un-F	
1	Dukungan Emosional	Menerima perhatian dan kasih sayang dari keluarga / kerabat di lingkungan rumah	1	6,7	3
		Menerima perhatian dan kasih sayang dari teman / sesama ibu yang memiliki ABK	8	2, 3	3
2	Dukungan Instrumental	Menerima bantuan langsung berupa materil dari keluarga / kerabat di lingkungan rumah	4, 5	9, 10	4
		Menerima bantuan langsung berupa materil dari teman / sesama ibu dengan ABK	11, 12	16, 17	4
3	Dukungan Informasi	Mendapatkan informasi, arahan dan solusi dari keluarga / kerabat di lingkungan rumah	18, 19	13, 14	4
		Mendapatkan informasi, arahan dan solusi dari teman / sesama ibu dengan ABK	15	20	2
4	Dukungan Jaringan Sosial	Mendapat pengakuan dan penghargaan dari orang lain	21, 22	26, 27	4
		Dilibatkan dalam kegiatan yang diadakan oleh teman / sesama ibu dengan ABK	24, 25	23	3
			Jumlah Total		27

Skala resiliensi keluarga dengan spesifikasi resiliensi pada keluarga dengan ABK dikembangkan oleh Suwartono dkk, berdasarkan teori Walsh tentang resiliensi keluarga, yang mengacu pada tiga dimensi dari skala

resiliensi keluarga ABK, yaitu penerimaan, pengelolaan dan dukungan (Suwartono & Widyawati, 2018). Skala disusun dalam bentuk skala Likert dan disusun berdasarkan dua kategori aitem yaitu aitem *favourable* dan aitem *unfavourable*. Tersedia empat pilihan jawaban yaitu; sangat tidak sesuai (skor 1), tidak sesuai (skor 2), sesuai (skor 3) dan sangat sesuai (skor 4). Responden diminta untuk memberikan tanda centang sesuai dengan keadaan yang sebenarnya dilihat, dirasakan, dan dipikirkan.

Tabel 3.3 Distribusi Skala Resiliensi Keluarga ABK

No	Dimensi	Favorable	Un-Favor	Σ
1	Penerimaan	8		8
2	Pengelolaan	4		4
3	Dukungan	3		3
			Jumlah	15

G. Validitas dan Reliabilitas Data

Pada penelitian ini analisis data menggunakan bantuan sistem program SPSS 22 dengan pengelolaan data tersebut adalah sebagai berikut :

1. Uji Validitas

Validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkatan-tingkatan kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen. Uji validitas ini menggunakan SPSS Versi 24 untuk mengukur tingkat validitas tidaknya suatu kuesioner. Kuesioner mampu untuk mengungkapkan sesuatu yang akan diukur (Arikunto, 2006). Ukuran kevalidan suatu instrumen bisa dibuktikan dengan kemampuannya dalam mengukur suatu variabel yang diinginkan dengan tepat. Menurut (Arikunto, 2006), agar diketahui suatu item valid atau tidak, dilakukan perbandingan indeks korelasi *product moment* (r hitung). Instrumen dinyatakan valid jika dia memiliki koefisien korelasi nilai r hitung \geq nilai r tabel

2. Uji Reabilitas

Reliabilitas adalah suatu instrumen yang dapat dipercaya dan digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrumen penelitian tersebut sudah baik (Sugiyono, 2012). Uji reabilitas dimaksudkan untuk mengukur kuesioner yang merupakan dari variabel atau andal apabila jawaban seseorang terhadap pernyataan adalah konsisten. Penelitian ini menggunakan teknik one shot atau pengukuran sekali saja. Maksudnya sekali menyebarkan kuesioner terhadap responden dan hasil diukur korelasinya atau skor jawabannya pada butir pernyataan yang sama menggunakan program komputer SPSS 24. Reliabilitas sendiri merupakan tingkat konsistensi suatu instrumen dalam mengukur variabel. Maksudnya adalah reliabel apabila dipakai untuk mengukur konstruk atau konsep dari kondisi satu ke kondisi lainnya. Instrumen dinyatakan reliabel apabila memiliki nilai *Cronbach Alpha* lebih besar dari 0,60 (Sugiyono, 2012).

H. Metode Analisis Data

Dalam penelitian ini, analisis data dilakukan secara kuantitatif, terutama dengan menggunakan metode statistik untuk olah data angka. Berikut adalah langkah-langkah yang digunakan dalam melakukan analisis data penelitian dan semua data diolah menggunakan program IBM SPSS Statistics 22

1. Uji validitas. Ghazali (2013) menjelaskan bahwa uji validitas adalah alat yang berguna untuk mengetahui tingkat validitas atau keabsahan suatu kuesioner. Kuesioner dikategorikan valid jika aitem pernyataan tersebut dapat mengungkapkan sesuatu yang harus diukur. Sebuah pernyataan disebut valid jika nilai r hitung lebih besar dari r table dan sebaliknya jika nilai r hitung lebih kecil dari r table maka pernyataan tersebut tidak valid. Penelitian ini menggunakan r tabel dengan signifikansi sebesar 5% adalah 0,1996
2. Uji reliabilitas, metode ini digunakan untuk menilai kuesioner sebagai indeks konstruk atau variabel. Jika jawaban pernyataan konsisten atau stabil dari waktu ke waktu maka dapat dipastikan jika kuesioner tersebut

reliabel. Metode uji Cronbach's Alpha digunakan untuk menguji reliabilitas dengan lebih dari dua alternatif jawaban. Kemudian skor tersebut dibandingkan dengan koefisien kepercayaan minimum yang dapat diterima. Instrumen penelitian dianggap reliabel jika nilai Alpha Cronbachnya lebih dari 0,6 Sebaliknya, jika nilai Alpha Cronbachnya kurang dari 0,6 instrumen tersebut dianggap tidak reliabel (Ghozali, 2013).

Skala	Cronbach's Alpha	N of Items
Syukur	.777	20
Resiliensi	.933	15
Dukungan Sosial	.904	27

Tabel diatas menunjukkan hasil uji reliabilitas untuk skala bersyukur adalah sebesar 0,777 dengan total aitem valid berjumlah 20 aitem. Selanjutnya pada skala resiliensi nilai koefisien *Alpha Cronbach* sebesar 0,933 dengan jumlah aitem valid sebanyak 15 aitem. Terakhir nilai *Alpha Cronbach* pada skala dukungan sosial nilai koefisiennya sebesar 0,904 dengan jumlah aitem valid sebanyak 27 aitem. Sehingga ke-tiga skala dapat dinyatakan sebagai skala yang reliabel karena semua koefisien *Alpha Cronbach* menunjukkan angka > 0,6 dan layak untuk digunakan sebagai instrumen pengambilan data.

3. Uji Statistik Deskriptif, kecenderungan tinggi rendahnya suatu variabel penelitian ditentukan dengan menggunakan analisis deskriptif. Kecenderungan dari masing masing variabel ditentukan dengan melihat nilai rata – rata objek pada setiap variabel. Setelah analisis statistik deskriptif selesai, selanjutnya data dikategorikan menjadi level tertentu sesuai dengan standar kategorisasi misalnya tingkat tinggi, sedang, dan rendah (Azwar, 2012).

Rumus	Kategorisasi
$M+1SD \leq X$	Tinggi
$M-1SD \leq X < M+1SD$	Sedang
$X < M-1SD$	Rendah

4. Uji Asumsi Klasik, uji asumsi klasik dilakukan untuk memenuhi persyaratan sebelum dilakukan uji hipotesis. Untuk itu dilakukan uji normalitas, linearitas, multikolinieritas, dan heterokedestisitas.

a. Uji Normalitas

Pada penelitian ini uji normalitas yang digunakan mengacu pada model uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan komputasi IBM SPSS Statistics 22 for Windows. Normal atau tidaknya sebaran data penelitian dapat dilihat dari nilai signifikansi yang diperoleh. Kaedahnya jika nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0.05 ($p > 0.05$) maka data berdistribusi normal dan memakai analisis parametrik. Jika nilai signifikansi yang diperoleh lebih kecil dari 0.05 ($p < 0.05$), maka data berdistribusi tidak normal dan memakai analisis non-parametrik.

b. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas ini dimaksudkan untuk menguji apakah terdapat korelasi yang tinggi atau sempurna antara variabel bebas atau tidak dalam model regresi. Untuk mendeteksi adanya korelasi yang tinggi antar variabel independen dapat dilakukan dengan beberapa cara salah satunya dengan menggunakan Tolerance dan Variance Inflation Factor (VIF). Menurut Ghozali (2018) tolerance mengukur variabilitas variabel independen terpilih yang tidak dijelaskan oleh variabel independen lainnya. Jadi, tolerance yang rendah sama dengan nilai VIF yang tinggi. Asumsi dari Tolerance dan Variance Inflation Factor (VIF) dapat dinyatakan bahwa jika $VIF > 10$ dan nilai Tolerance < 0.10 maka terjadi multikolinearitas. Sebaliknya jika $VIF < 10$ dan nilai Tolerance > 0.10 maka tidak terjadi multikolinearitas.

c. Uji Heterokedastisitas

Uji ini digunakan untuk mengetahui apakah ada ketidaksamaan varians residual dalam model regresi antara satu pengamatan dan pengamatan lainnya. Dalam model regresi yang baik, seharusnya tidak ada heteroskedastisitas. Uji Glejser digunakan untuk menentukan heteroskedastisitas, dimana variable bebas digunakan untuk meregresi nilai absolut dari residual. Ghozali (2013) menyebutkan bahwa heteroskedastisitas tidak terjadi ketika nilai signifikansi antar variabel independen lebih besar dari 0,05. Sebaliknya, ketika nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka heteroskedastisitas terjadi.

d. Uji Hipotesis

1. Analisis Regresi Linear Berganda

Model regresi linear berganda Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana variable independen (bersyukur) berpengaruh terhadap variabel dependen (resiliensi keluarga). Jika variabel independen diwakili dengan X dan variabel dependen diwakili dengan Y, maka terdapat hubungan fungsional antara variabel X dan Y. Hubungan ini, jika linear, dapat dijelaskan sebagai berikut:

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + b_3X_3 + \dots + b_nX_n + e$$

Sementara persamaan berikut merupakan model regresi linear berganda dalam penelitian ini, dimana:

$$RK = a + bS + e$$

RK = Resiliensi Keluarga (variabel dependen)

A = Konstanta

B = Koefisien regresi RK

S = Bersyukur (variable dependen)

E = Nilai residu

2. Metode pengujian hipotesis

a. Uji kelayakan model (Goodness of Fit), digunakan untuk menentukan keakuratan fungsi regresi sampel dalam mengestimasi nilai sebenarnya. Semua tes dilakukan dengan tingkat signifikansi 0,05 ($\alpha = 5\%$). Adapun kriteria atau

persyaratan untuk menerima atau menolak model penelitian adalah sebagai berikut:

- b. Dengan menggunakan nilai signifikansi
 - a) Jika nilai signifikansi $F > 0,05$ maka model penelitian dikatakan tidak layak digunakan.
 - b) Jika nilai signifikansi $F < 0,05$ maka model penelitian dikatakan layakdigunakan.
 - c. Membandingkan nilai F hitung dengan F table
 - a) Apabila $F \text{ tabel} > F \text{ hitung}$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak.
 - b) Apabila $F \text{ tabel} < F \text{ hitung}$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima.
 - c) Uji Hipotesis (T-test). Untuk mengetahui pengaruh variabel independent terhadap variable dependent diukur melalui uji hipotesis (t-test). Adapun kriteria signifikansi uji T adalah sebagai berikut:
- 3) Uji hipotesis (H_1):
- a. Jika nilai signifikansi uji t lebih besar dari 0,05, disimpulkan bahwa variabel bersyukur tidak berpengaruh terhadap variable resiliensi keluarga.
 - b. Jika nilai signifikansi uji t lebih kecil dari 0,05, disimpulkan bahwa variabel bersyukur berpengaruh terhadap variable resiliensi keluarga.
- 4) Tes Hipotesis (H_2). Jika salah satu dari kriteria berikut terpenuhi maka variabel M dianggap sebagai mediator:
- a. Persamaan I, X secara signifikan mempengaruhi Y (atau $c \neq 0$);
 - b. Persamaan II, variabel M secara signifikan mempengaruhi variabel Y (atau $b \neq 0$). Dikatakan sebagai mediasi sempurna (perfect mediation) jika pengaruh X ke Y berkurang menjadi nol setelah mensubstitusikan atau memasukkan M ke persamaan regresi (atau c' tidak signifikan). Sebaliknya, dikatakan sebagai mediasi parsial jika efek variabel independen ke dependen

berkurang tetapi tidak sama dengan nol dengan memasukkan mediator (atau c' signifikan).

- 5) Uji Koefisien Determinasi (R^2): Melalui analisis persamaan model, uji koefisien determinasi (R^2) digunakan untuk menentukan apakah hipotesis penelitian diterima atau ditolak. Apabila nilai koefisien determinasi (R^2) meningkat pada persamaan pertama dan kedua berarti hipotesis diterima dan sebaliknya jika nilai koefisien determinasi (R^2) menurun berarti hipotesis ditolak.
- 6) Analisis regresi moderasi/Moderation Regression Analysis (MRA): Analisis regresi moderat dilakukan untuk menentukan apakah variabel Z sebagai variabel moderasi mempengaruhi, dalam arti memperkuat atau melemahkan hubungan antara variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). Analisis regresi moderat (MRA) adalah aplikasi khusus regresi linier yang persamaannya mengandung elemen interaksi, yaitu perkalian dua variabel. Analisis data dilakukan dengan menggunakan IBM SPSS Statistic 22. Solimun (2011) membagi variabel moderasi menjadi empat kategori: pure moderasi (moderasi murni), quasi moderasi (moderasi semu), moderasi homologiser (moderasi potensial), dan moderasi predictor.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

Hasil penelitian selanjutnya diuraikan di bagian berikut dan mencakup hal-hal berikut :

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di lembaga terapi Negeri Pelangi (Kab. Blitar), SLB Muji Utomo (Kab.Blitar) dan lembaga terapi Wishing Kids (Kota Blitar)

2. Waktu dan tempat

Penelitian ini dilakukan mulai tanggal 25 Mei 2023 hingga 4 Juni 2023 melalui kuisisioner tertulis.

3. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini berjumlah 97 orang tua yang memiliki anak dengan diagnosa Gangguan Spectrum Autis (GSA) sesuai dengan kriteria DSM-5. Hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut:

a. Karakteristik Jenis Kelamin

Berdasarkan jenis kelamin keragaman responden dapat ditunjukkan pada tabel 4.1 berikut ini

Tabel 4.1

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki laki	29	29,89 %
Perempuan	68	70,11 %
Total	97	100 %

Dari Tabel 4.1, penelitian ini menggunakan 97 sampel orang tua dan terdiri dari 70,11% perempuan dan 29,89% laki-laki.

b. Karakteristik Pendidikan Ayah

Berdasarkan Pendidikan ayah keragaman responden dapat ditunjukkan pada tabel 4.2 berikut ini:

Tabel 4.2

Tingkat Pendidikan	Frekuensi	Persentase
SD	2	6,89 %
SMP	3	10,34 %
SMA	8	27,58 %
DIPLOMA	10	34,48 %
S ₁	4	13,79 %
S ₂	2	6,89 %
Total	29	100 %

Hasil analisis yang ditunjukkan dalam tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 29 responden orang tua laki laki, terdapat 6 kelompok tingkat pendidikan dan tingkat pendidikan yang terbanyak adalah diploma sebesar 34,48%.

c. Karakteristik Pendidikan Ibu

Berdasarkan tingkat pendidikan ibu, keragaman responden dapat ditunjukkan pada tabel 4.3 berikut ini:

Tabel 4.3

Tingkat Pendidikan	Frekuensi	Persentase
SD		
SMP	5	7,35 %
SMA	19	27,94 %
DIPLOMA	26	38,23 %
S ₁	18	26,47 %
S ₂		
Total	68	100 %

Hasil analisis yang ditunjukkan dalam tabel 4.3 menunjukkan bahwa dari 68 responden ibu, terdapat 6 kelompok tingkat pendidikan dan tingkat pendidikan yang terbanyak adalah diploma sebesar 38,23 %.

d. Karakteristik Jenis Kelamin Anak

Berdasarkan jenis kelamin anak dengan diagnose ASD, keragaman responden ditunjukkan pada tabel 4.4 berikut ini:

Tabel 4.4

Jenis kelamin Anak	Frekuensi	Persentase
Laki laki	75	77,32 %
Perempuan	22	22,68 %
Total	97	100 %

Hasil analisis yang ditunjukkan dalam tabel 4.4 menunjukkan bahwa dari 97 anak dengan diagnosa ASD yang terbanyak adalah laki laki sebesar 77,32 %.

e. Karakteristik Urutan Kelahiran Anak

Berdasarkan urutan kelahiran anak dengan diagnosa ASD, keragaman responden ditunjukkan pada tabel 4.5 berikut ini:

Tabel 4.5

Urutan Kelahiran Anak	Frekuensi	Persentase
anak ke-1	49	50,5 %
anak ke-2	15	15,5 %
anak ke-3	33	34,0 %
Total	97	100 %

Hasil analisis yang ditunjukkan dalam tabel 4.5 menunjukkan bahwa dari 97 anak dengan diagnosa ASD yang terbanyak adalah anak pertama sebesar 50,5 %.

f. Karakteristik Usia Anak

Berdasarkan usia anak dengan diagnosa ASD, keragaman usia anak ditunjukkan pada tabel 4.6 berikut ini:

Tabel 4.6

Urutan Kelahiran Anak	Frekuensi	Persentase
3	9	9,3 %
4	21	21,6 %
5	9	9,3 %
6	8	8,2 %
7	6	6,2 %
8	8	8,2 %
9	12	12,4 %
10	7	7,2 %
11	6	6,2 %
12	5	5,2 %
13	4	4,1 %
14	1	1,0 %
15	1	1,0 %
Total	97	100 %

Hasil analisis yang ditunjukkan dalam tabel 4.6 menunjukkan bahwa dari 97 anak dengan diagnosa ASD yang terbanyak adalah berusia 4 tahun sebesar 21,6 %.

g. Karakteristik Lama Menjalani Terapi

Berdasarkan lama-nya menjalani terapi anak dengan diagnosa ASD, keragaman tersebut ditunjukkan pada tabel 4.7 berikut ini:

Tabel 4.7

Lama Menjalani Terapi	Frekuensi	Persentase
≤ 1 tahun	14	14,4%

$\geq 1 \leq 2$ tahun	20	20,6%
$\geq 2 \leq 3$ tahun	25	25,8%
$\geq 3 \leq 4$ tahun	9	9,3%
$\geq 4 \leq 5$ tahun	8	8,2%
≥ 5 tahun	21	21,6%
Total	97	100 %

Hasil analisis yang ditunjukkan dalam tabel 4.7 menunjukkan bahwa dari 97 anak dengan diagnosa ASD yang telah menjalani terapi adalah $\geq 2 \leq 3$ tahun sebesar 25,8 %.

B. Analisis Data

1. Uji Validitas dan Reliabilitas

Data yang didapat di lapangan dilakukan pengujian untuk mengetahui sejauh apa kelayakan data tersebut, data tersebut layak untuk diteliti atau tidak. Uji validitas dan uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui kelayakan data tersebut.

a. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengukur layak dan tidaknya sebuah kuesioner. Jika pertanyaan pada kuesioner tersebut mampu mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuesioner tersebut maka kuesioner tersebut memenuhi kaidah validitas. Metode yang digunakan untuk menilai validitas kuesioner tersebut adalah korelasi product moment atau menggunakan bivariate pearson.

Tabel 4.8

Hasil Pengujian Validitas Bersyukur

No Aitem	R-hitung	Keterangan
x11	.341	valid
x12	.270	valid

x14	.345	valid
x15	.330	valid
x16	.509	valid
x17	.263	valid
x18	.358	valid
x19	.491	valid
x110	.611	valid
x112	.328	valid
x113	.290	valid
x114	.513	valid
x115	.326	valid
x116	.392	valid
x118	.442	valid
x119	.500	valid
x120	.565	valid

Hasil di atas dapat disimpulkan bahwa pada instrumen skala tentang bersyukur dinyatakan valid seluruhnya dengan nilai R hitung > r tabel

Tabel 4.9

Hasil Pengujian Validitas Resiliensi

No Aitem	R-hitung	Keterangan
y11	.690	valid
y12	.704	valid
y13	.676	valid

y14	.706	valid
y15	.706	valid
y16	.755	valid
y17	.726	valid
y18	.654	valid
y19	.802	valid
y110	.724	valid
y111	.749	valid
y112	.661	valid
y113	.593	valid
y114	.702	valid
y115	.611	valid
Y	1.000	valid

Hasil di atas dapat disimpulkan bahwa pada instrumen skala tentang resiliensi dinyatakan valid seluruhnya dengan nilai R hitung > r tabel

Tabel 4.10

Hasil Pengujian Validitas Dukungan Sosial

No Aitem	R-hitung	Keterangan
z11	.442	valid
z13	.453	valid
z14	.425	valid

z15	.586	valid
z16	.668	valid
z17	.220	valid
z18	.617	valid
z19	.570	valid
z110	.477	valid
z112	.439	valid
z113	.496	valid
z114	.653	valid
z115	.604	valid
z116	.392	valid
z117	.467	valid
z118	.523	valid
z119	.631	valid
z120	.597	valid
z121	.643	valid
z122	.726	valid
z123	.527	valid
z124	.530	valid
z125	.433	valid
z126	.763	valid
z127	.343	valid

Hasil di atas dapat disimpulkan bahwa pada instrumen skala tentang dukungan sosial dinyatakan valid seluruhnya dengan nilai $R_{hitung} > r_{tabel}$

b. Uji Reliabilitas

Metode ini digunakan untuk menilai kuesioner sebagai indeks konstruk atau variabel. Jika jawaban pernyataan konsisten atau stabil dari waktu ke waktu maka dapat dipastikan jika kuesioner tersebut reliabel. Metode uji Cronbach's Alpha digunakan untuk menguji reliabilitas dengan lebih dari dua alternatif jawaban. Kemudian skor tersebut dibandingkan dengan koefisien kepercayaan minimum yang dapat diterima. Instrumen penelitian dianggap reliabel jika nilai Alpha Cronbachnya lebih dari 0,6. Sebaliknya, jika nilai Alpha Cronbachnya kurang dari 0,6 instrumen tersebut dianggap tidak reliabel (Ghozali, 2013).

Tabel 4.11
Hasil Uji Reliabilitas

Variable	Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
Bersyukur	.797	.821	17
Resiliensi	.765	.944	15
Dukungan Sosial	.914	.917	25

Berdasarkan Tabel 4.11 diatas disimpulkan bahwa masing-masing variabel memiliki skor Cronbach Alpha $> 0,60$. Hal ini bermakna bahwa skala bersyukur, resiliensi dan dukungan sosial dapat dikatakan reliabel.

2. Analisis Deskriptif

Berdasarkan data dari 97 responden diperoleh hasil analisis deskriptif sebagai berikut:

- a. Kebersyukuran
 - 1) Tingkat Kebersyukuran

Tabel 4.12

K_Syukur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	23	23.5	23.7	23.7
	Sedang	49	50.0	50.5	74.2
	Tinggi	25	25.5	25.8	100.0
	Total	97	99.0	100.0	
Missing	System	1	1.0		
Total		98	100.0		

Hasil analisis deskriptif menghasilkan data empiris dimana 23,7% keluarga dengan tingkat bersyukur rendah, 50,5 % keluarga dengan tingkat bersyukur sedang dan 25,8 % keluarga dengan tingkat bersyukur keluarga tinggi. Artinya bahwa mayoritas orang tua memiliki tingkat kebersyukuran sedang.

- 2) Aspek Pembentuk Utama Kebersyukuran

Tabel 4.13

Correlations

	Bersyukur dengan ilmu	Bersyukur dengan hati	Bersyukur dengan lisan	Bersyukur dengan perbuatan	Kebersyukuran
Kebersyukuran Pearson Correlation	.740**	.837**	.612**	.783**	1

Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	
N	97	97	97	97	97

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

Hasil Pearson Correlation menunjukkan bahwa aspek bersyukur dengan hati memberikan kontribusi 0,837 terhadap kebersyukuran yang berarti sangat kuat sekali dan menempati urutan pertama terhadap kebersyukuran. Kemudian aspek bersyukur dengan perbuatan memberikan kontribusi 0,783 terhadap kebersyukuran yang berarti sangat kuat dan menempati urutan kedua terhadap kebersyukuran. Sementara aspek bersyukur dengan ilmu memberikan kontribusi 0,740 terhadap kebersyukuran yang berarti sangat kuat dan menempati urutan ketiga terhadap kebersyukuran dan aspek bersyukur dengan lisan memberikan kontribusi 0,612 terhadap kebersyukuran yang berarti sangat kuat dan menempati urutan keempat terhadap kebersyukuran, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel. 4.14
Kebersyukuran

Item	r-correlation	Prosentase	Peringkat
Bersyukur dengan ilmu	0,740	24,9	3
Bersyukur dengan hati	0,837	28,2	1
Bersyukur dengan lisan	0,612	20,6	4
Bersyukur dengan perbuatan	0,783	26,3	2
Jumlah	2,972	100,0	

- b. Resiliensi
1) Tingkat Resiliensi

Tabel 4.15

K_Resiliensi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	25	25.5	25.8	25.8
	Sedang	36	36.7	37.1	62.9
	Tinggi	36	36.7	37.1	100.0
	Total	97	99.0	100.0	
Missing	System	1	1.0		
Total		98	100.0		

Hasil analisis deskriptif menghasilkan data empiris dimana 25,8 % keluarga dengan tingkat resiliensi rendah, 37,1 % keluarga dengan tingkat resiliensi sedang dan 37,1 % keluarga dengan tingkat resiliensi keluarga tinggi. Artinya mayoritas orang tua memiliki tingkat resiliensi sedang.

2) Aspek Pembentuk Utama Resiliensi

Tabel. 4.116

Correlations

		Penerimaan	Pengelolaan	Dukungan	Resiliensi Keluarga
Resiliensi Keluarga	Pearson Correlation	.953**	.895**	.833**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	
	N	97	97	97	97

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

Hasil Pearson Correlation menunjukkan bahwa aspek penerimaan memberikan kontribusi 0,953 terhadap resiliensi keluarga yang berarti sangat kuat sekali dan menempati urutan pertama terhadap resiliensi keluarga. Selanjutnya aspek pengelolaan memberikan kontribusi 0,895 terhadap resiliensi keluarga yang berarti sangat kuat dan menempati

urutan kedua terhadap resiliensi keluarga. Kemudian aspek dukungan memberikan kontribusi 0,833 terhadap resiliensi keluarga yang berarti sangat kuat dan menempati urutan ketiga terhadap resiliensi keluarga, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.17
Resiliensi Keluarga

Item	r-correlation	Prosentase	Peringkat
Penerimaan	0,953	34,6	1
Pengelolaan	0,895	32,8	2
Dukungan	0,833	32,6	3
Jumlah	2,528	100,0	

c. Dukungan Sosial

1) Tingkat Dukungan sosial

Tabel 4.18

Kategorisasi_Dukungan_Sosial

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rendah	9	9.2	9.3	9.3
Sedang	71	72.4	73.2	82.5
Tinggi	17	17.3	17.5	100.0
Total	97	99.0	100.0	
Missing System	1	1.0		
Total	98	100.0		

Hasil analisis deskriptif menghasilkan data empiris dimana 9,3% keluarga dengan tingkat dukungan sosial rendah. Selanjutnya 73,2% keluarga dengan tingkat dukungan sosial sedang dan 17,5% keluarga

dengan tingkat resiliensi keluarga tinggi. Artinya mayoritas keluarga memiliki tingkat dukungan sosial sedang.

2) Aspek Pembentuk Utama Dukungan Sosial

Tabel.4.19

Correlations

		Dukungan Emosional	Dukungan Instrumen	Dukungan Informasi	Dukungan Jaringan Sosial	Dukungan Sosial
Dukungan Sosial	Pearson Correlation	.774**	.874**	.880**	.882**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	
	N	97	97	97	97	97

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

Hasil Pearson Correlation menunjukkan bahwa aspek dukungan jaringan sosial memberikan kontribusi 0,882 terhadap dukungan sosial yang berarti sangat kuat sekali dan menempati urutan pertama terhadap dukungan sosial. Kemudian aspek dukungan informasi memberikan kontribusi 0,880 terhadap dukungan sosial yang berarti sangat kuat sekali dan menempati urutan kedua terhadap dukungan sosial. Selanjutnya aspek dukungan instrumen memberikan kontribusi 0,874 terhadap dukungan sosial yang berarti sangat kuat sekali dan menempati urutan ketiga terhadap dukungan sosial, dan aspek dukungan emosional memberikan kontribusi 0,774 terhadap dukungan sosial yang berarti sangat kuat dan menempati urutan keempat terhadap dukungan sosial, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel. 4.20

Dukungan Sosial

Item	r-correlation	Prosentase	Peringkat
Dukungan Emosional	0,774	22,7	4
Dukungan Instrumen	0,874	25,6	3
Dukungan Informasi	0,880	25,8	2
Dukungan Jaringan Sosial	0,883	25,9	1
Jumlah	3,411	100,0	

3. Uji Asumsi Klasik

Sebelum melakukan uji hipotesis, prasyarat yang wajib dilakukan adalah melaksanakan uji asumsi terlebih dahulu. Uji asumsi yang peneliti lakukan meliputi uji normalitas, uji multikolinieritas dan uji autokorelasi

a. Uji Normalitas

Kriteria pengujian uji asumsi normalitas adalah jika nilai Asymp.Sig (2-tailed) lebih besar dari 0,05 maka disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Dari table dibawah menunjukkan bahwa nilai Asyim.Sig (2-tailed) sebesar $0,72 > 0,05$, hal ini bermakna bahwa data berdistribusi normal.

Tabel 4.21 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Predicted Value
N		97
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	12.5876289
	Std. Deviation	2.29421200
Most Extreme Differences	Absolute	.808
	Positive	.669
	Negative	-.808
Test Statistic		.908
Asymp. Sig. (2-tailed)		.072 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

2. Uji Multikolinieritas

Collinierity statistics, tolerance dan nilai VIF (*variance inflation factor*) dilakukan untuk mengecek asumsi multikolinieritas. Sebagai patokan, jika $VIF < 10$ asumsi terpenuhi atau dipenuhi. Dalam model ini pada tabel dibawah, nilai *tolerance* $0,991 > 0.01$ dan rerata VIF cukup kecil $1,009 < 10$ dapat disimpulkan tidak terjadi multikolinieritas.

Tabel 4.22 Uji Multikolinieritas

Variabel	VIF	Tolerance
Kebersyukuran	9.299	.108
Dukungan Sosial	8.624	.116
Moderator	3.681	.152

b. Uji Heterokedastisitas

Uji Durbin Watson adalah sebuah test yang digunakan untuk mendeteksi terjadinya autokorelasi pada nilai residual (prediction errors) dari sebuah analisis regresi. Yang dimaksud dengan Autokorelasi merupakan “hubungan antara skor-skor yang dipisahkan antara satu dan lain dengan jeda waktu tertentu. Hasil Durbin-Watson haruslah diantara 1-3 dan idealnya kurang dari 2,36. Hasil uji Durbin Watson dalam penelitian ini sebesar 2,134

Tabel 4.23

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.712 ^a	.508	.492	2.29590	2.134

a. Predictors: (Constant), Moderator, Dukungan Sosial, Kebersyukuran

b. Dependent Variable: Resiliensi Keluarga

c. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis penelitian perlu dilakukan guna memberi keputusan apakah hipotesis penelitian diterima atau ditolak. Dalam penelitian ini uji hipotesis yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1) Uji Regresi

Pengujian hipotesis ini dilakukan untuk membuktikan apakah hipotesis dalam penelitian diterima atau ditolak. Pada penelitian ini, hipotesis pertama diuji dengan menggunakan analisis regresi uji F dan uji t. Tabel berikut merupakan hasil dari pengujian ini yang pertama adalah dengan mencari hasil uji F:

Tabel 4.24 Uji F

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	505.287	3	168.429	31.953	.000 ^b
	Residual	490.218	93	5.271		
	Total	995.505	96			

a. Dependent Variable: Resiliensi Keluarga

b. Predictors: (Constant), Moderator, Dukungan Sosial, Kebersyukuran

Dari pengujian hipotesa dengan uji F dari table 4.24 diketahui nilai sig. pengaruh simultan variabel bersyukur dan dukungan sosial terhadap resiliensi keluarga adalah sebesar $0,000 < 0,05$ dan nilai F hitung $31,952 >$ nilai F table $3,09$. Disimpulkan bahwa hipotesa diterima yang berarti terdapat pengaruh bersyukur dan dukungan sosial secara simultan terhadap resiliensi keluarga. Selanjutnya table berikut merupakan hasil dari pengujian t hitung:

Tabel 4.25 Uji t

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Error Std.	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	2.654	2.209		4.202	.000		
	Kebersyukuran	.372	.182	.452	2.038	.044	.108	9.299
	Dukungan Sosial	.413	.186	.474	2.220	.029	.116	8.624
	Moderator	.543	.194	.517	2.246	.026	.152	3.681

a. Dependent Variable: Resiliensi Keluarga

Tabel 4.19 diatas menjelaskan secara parsial pengaruh variabel X (bersyukur) terhadap variabel Y (resiliensi) adalah sebesar $0,044 < 0,05$ dan nilai t hitung $2,038 > t$ table $2,000$, sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesa pertama diterima yang berarti terdapat pengaruh bersyukur terhadap resiliensi keluarga

Selanjutnya secara parsial pengaruh variabel Z (dukungan sosial) terhadap variabel Y (resiliensi) adalah sebesar $0,029 < 0,05$ dan nilai t hitung $2,220 > t$ table $2,000$, sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesa kedua diterima yang berarti terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi keluarga

2) Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Uji koefisien Determinasi (R^2) dalam penelitian dipergunakan untuk melihat variasi variabel terikat melalui analisis persamaan model. Uji koefisien ini digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian diterima atau ditolak. Apabila nilai koefisien determinasi (R^2) pada persamaan pertama dan persamaan kedua mengalami peningkatan, maka hipotesis diterima, begitupun sebaliknya apabila nilai mengalami penurunan, maka hipotesis ditolak. Hasil uji koefisien determinasi (R^2) secara lengkap dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.26

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.606 ^a	.368	.361	2.57387

a. Predictors: (Constant), Kebersyukuran

b. Dependent Variable: Resiliensi Keluarga

Dari tabel 4.26 di atas dapat dilihat bahwa persamaan pertama dihasilkan dengan R Square sebesar 0,368 artinya bahwa variabel bersyukur memberikan pengaruh terhadap resiliensi keluarga sebesar 36,8% sedangkan sisanya sebanyak 63,2% dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian pada persamaan model ini.

Tabel 4.27

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.712 ^a	.507	.497	2.28440

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial, Kebersyukuran

b. Dependent Variable: Resiliensi Keluarga

Selanjutnya pada tabel 4.27 setelah adanya variabel moderasi (dukungan sosial) pada persamaan kedua, nilai R square meningkat menjadi 0,507 hal ini berarti bahwa dukungan sosial mampu memoderasi hubungan antara kebersyukuran dengan resiliensi keluarga sebesar 50,7% sedangkan sisanya yaitu sebesar 49,3% dijelaskan oleh faktor-faktor lain yang berasal dari luar model yang diteliti dalam penelitian ini.

3) Uji *Moderation Regretion Analysis (MRA)*

Uji regresi linear berganda untuk mengetahui apakah keberadaan variabel moderasi memperkuat ataupun memperlemah pengaruh antara kebersyukuran dengan resiliensi keluarga adalah uji

Moderation Regretion Analysis (MRA). Dalam penelitian ini digunakan variabel Z yaitu dukungan sosial.

Tabel 4.28

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized	T	Sig.
		B	Std. Error	Coefficients Beta		
1	(Constant)	2.654	2.209		4.202	.000
	Kebersyukuran	.372	.182	.452	2.038	.044
	Dukungan Sosial	.413	.186	.474	2.220	.029
	Moderator	.543	.194	.517	2.246	.026

a. Dependent Variable: Resiliensi Keluarga

Berdasarkan output statistik pada tabel 4.28 di atas, diketahui bahwa dengan membandingkan kedua persamaan regresi di atas informasi bahwa nilai signifikansi variabel kebersyukuran $0,000 < 0,05$ dan nilai moderasi moderator (kebersyukuran/X * dukungan sosial/Z) sebesar $0,026 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa variabel dukungan sosial (Z) merupakan variabel moderator, sedangkan besaran pengaruh dukungan sosial sebagai variabel moderator pada pengaruh kebersyukuran sebagai variabel X terhadap dukungan sosial sebagai variabel Z adalah sebesar 50,8%. Prosentase ini didapat dari hasil analisis pada nilai R Square pada tabel 4.29 berikut ini yang menunjukkan nilai sebesar 0,508.

Tabel 4.29

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.712 ^a	.508	.492	2.29590

a. Predictors: (Constant), Moderator, Dukungan Sosial, Kebersyukuran

Selanjutnya besaran pengaruh pada setiap aspek dari 4 aspek kebersyukuran, yaitu bersyukur dengan ilmu, bersyukur dengan hati, bersyukur dengan lisan dan bersyukur dengan perbuatan didapatkan hasil analisis data sebagaimana tertera pada tabel berikut ini:

Tabel 4.30

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	5.474	1.012		5.408	.000
	Bersyukur dengan ilmu	1.337	.621	.427	2.152	.034
	Bersyukur dengan hati	.806	.694	.245	1.161	.249
	Bersyukur dengan lisan	.501	.671	.153	.747	.457
	Bersyukur dengan perbuatan	.411	.669	.120	.615	.540

a. Dependent Variable: Resiliensi Keluarga

- a) Bersyukur dengan ilmu. Hasil uji koefisien regresi pada tabel 4.30 didapatkan aspek bersyukur dengan ilmu sebesar 1,337 hal ini menyatakan bahwa setiap peningkatan 1% dari nilai kebersyukuran dengan ilmu, maka nilai resiliensi keluarga akan meningkat sebesar 1,337 point, demikian pula sebaliknya apabila nilai kebersyukuran dengan ilmu menurun maka nilai resiliensi keluarga juga akan menurun sebesar 1,337 point. Koefisien tersebut bernilai positif, sehingga dapat dikatakan bahwa arah pengaruh aspek bersyukur dengan ilmu terhadap resiliensi keluarga adalah searah atau positif. Diketahui bahwa nilai R Square aspek kebersyukuran adalah sebesar 0,387 sebagaimana tertera pada tabel 4.31, hal ini menunjukkan bahwa aspek bersyukur dengan ilmu mempunyai pengaruh sebesar 38,7% dari seluruh pengaruh variabel kebersyukuran terhadap resiliensi keluarga.

Tabel 4.31

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
-------	---	----------	-------------------	----------------------------

1	.622 ^a	.387	.381	2.53453
---	-------------------	------	------	---------

a. Predictors: (Constant), Bersyukur dengan ilmu

- b) Bersyukur dengan hati. Hasil uji koefisien regresi pada tabel 4.30 didapatkan aspek bersyukur dengan hati sebesar 0,806 hal ini menyatakan bahwa setiap peningkatan 1% dari nilai kebersyukuran dengan hati, maka nilai resiliensi keluarga akan meningkat sebesar 0,806 point, demikian pula sebaliknya apabila nilai kebersyukuran dengan hati menurun maka nilai resiliensi keluarga juga akan menurun sebesar 0,806 point. Koefisien tersebut bernilai positif, sehingga dapat dikatakan bahwa arah pengaruh aspek bersyukur dengan hati terhadap resiliensi keluarga adalah searah atau positif. Diketahui bahwa nilai R Square aspek bersyukur dengan hati sebesar 0,365 sebagaimana tertera pada tabel 4.32 hal ini menunjukkan aspek bersyukur dengan hati mempunyai pengaruh sebesar 36,5% dari seluruh pengaruh variabel kebersyukuran terhadap resiliensi keluarga.

Tabel 4.32

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.604 ^a	.365	.358	2.57991

a. Predictors: (Constant), Bersyukur dengan hati

- c) Bersyukur dengan lisan. Hasil uji koefisien regresi pada tabel 4.30 didapatkan aspek bersyukur dengan lisan sebesar 0,501 hal ini menyatakan bahwa setiap peningkatan 1% dari nilai bersyukur dengan lisan, maka nilai resiliensi keluarga akan meningkat sebesar 0,501 point, demikian pula sebaliknya apabila nilai kebersyukuran dengan lisan menurun maka nilai resiliensi keluarga juga akan menurun sebesar 0,501 point. Koefisien tersebut bernilai positif, sehingga dapat dikatakan bahwa arah pengaruh aspek bersyukur dengan lisan terhadap resiliensi keluarga adalah searah atau positif. Diketahui bahwa nilai R Square aspek

keberyukuran adalah sebesar 0,248 sebagaimana tertera pada tabel 4.33, hal ini menunjukkan bahwa aspek bersyukur dengan lisan mempunyai pengaruh sebesar 24,8% dari seluruh pengaruh variabel kebersyukuran terhadap resiliensi keluarga.

Tabel 4.33

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.498 ^a	.248	.241	2.80629

a. Predictors: (Constant), Bersyukur dengan lisan

- d) Bersyukur dengan perbuatan. Hasil uji koefisien regresi pada tabel 4.30 didapatkan aspek bersyukur dengan perbuatan sebesar 0,411 hal ini menyatakan bahwa setiap peningkatan 1% dari nilai bersyukur dengan perbuatan, maka nilai resiliensi keluarga akan meningkat sebesar 0,411 point, demikian pula sebaliknya apabila nilai kebersyukuran dengan perbuatan menurun maka nilai resiliensi keluarga juga akan menurun sebesar 0,411 point. Koefisien tersebut bernilai positif, sehingga dapat dikatakan bahwa arah pengaruh aspek bersyukur dengan perbuatan terhadap resiliensi keluarga adalah searah atau positif. Diketahui bahwa nilai R Square aspek keberyukuran adalah sebesar 0,264 sebagaimana tertera pada tabel 4.34, hal ini menunjukkan aspek bersyukur dengan perbuatan mempunyai pengaruh sebesar 26,4% dari seluruh pengaruh variabel kebersyukuran terhadap resiliensi keluarga.

Tabel 4.34

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.514 ^a	.264	.257	2.77643

a. Predictors: (Constant), Bersyukur dengan perbuatan

C. Pembahasan

1. Tingkat Resiliensi Subyek

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa terdapat 23,7% keluarga dengan tingkat bersyukur rendah, 50,5 % keluarga dengan tingkat bersyukur sedang dan 25,8 % keluarga dengan tingkat bersyukur keluarga tinggi. Artinya bahwa mayoritas orang tua memiliki tingkat kebersyukuran sedang. Hasil ini menunjukkan bahwa responden percaya dan memiliki keyakinan bahwa keluarga mereka mampu mengatasi masalah atau situasi sulit dengan cukup efektif, tetapi mereka belum dapat memanfaatkan faktor-faktor protektif untuk membantu mengatasi situasi sulit atau faktor resiko. Hal ini dimungkinkan dengan *belief system* sebagai salah satu aspek dari resiliensi keluarga. Menurut Walsh (2016) peran *belief system* dalam pembentukan ketangguhan/resiliensi keluarga, pertama bagaimana keluarga memaknai kesulitan, kedua bagaimana mengembangkan pandangan pandangan positif dan ketiga melakukan Tindakan nyata yaitu pendekatan transenden atau spiritual untuk bangkit dari kesulitan. Penelitian Munawarrok (2021) menyimpulkan bahwa keluarga dengan *background* suku Jawa dan Sunda memiliki sistem keyakinan dalam menghadapi cobaan hidup yang diwujudkan dalam kemampuan untuk memaknai kesulitan hidup, memiliki pandangan yang positif dan nilai religiusitas.

Terbentuknya resiliensi ini juga menandakan bahwa keluarga sudah cukup mampu menerima kondisi memiliki anak berkebutuhan khusus. Kesadaran ini mengarahkan keluarga untuk melakukan rencana rencana terkait dengan perkembangan anak.

Sistem keyakinan ini memfasilitasi dan meningkatkan pilihan untuk menyelesaikan masalah, pemulihan dan pertumbuhan. Walsh (2016) menjelaskan bahwa makna keyakinan disini adalah bahwa “manusia itu dihargai dan memiliki potensi untuk berhasil” dapat membantu individu untuk bangkit di saat berada dalam situasi krisis.

Ketangguhan/resiliensi keluarga menurut Walsh (2003) merupakan kemampuan keluarga, sebagai sistem fungsional untuk bertahan dan bangkit kembali dari keterpurukan. Proses keluarga yang penting dalam menengahi kondisi stres memberikan kemungkinan kepada keluarga dan anggota mereka untuk mengatasi krisis dan mengatasi kesulitan yang berkepanjangan. Peristiwa traumatis dan tumpukan tekanan dapat menggagalkan proses ini. Kebutuhan keluarga untuk menjadi tangguh/resilien memiliki peran yang penting, karena permasalahan keluarga saat ini semakin kompleks baik yang bersifat pribadi, masalah sosial dan lingkungan. Namun semua keluarga memiliki potensi untuk adaptasi, menemukan perubahan dan mengalami pertumbuhan positif.

Pendekatan ketangguhan/resiliensi keluarga memberikan kerangka kerja positif dan pragmatis yang menjadi panduan dalam intervensi untuk memperkuat proses vital dalam keluarga dalam menyelesaikan masalah secara langsung (Walsh, 2016). Proses tumbuh dan berkembang menjadi tangguh/resilien memungkinkan individu dan keluarga untuk pulih dari pengalaman yang menyakitkan dan selanjutnya terus tumbuh berkembang menjadi lebih kuat dan mencintai hidup mereka dengan baik. Ketangguhan/resiliensi tidak sekedar dimaknai bertahan, melewati atau melarikan diri dari kondisi yang tidak nyaman.

Orang yang mampu keluar dan berhasil belum tentu memiliki ketangguhan/resiliensi; beberapa mungkin bertahan secara fisik tetapi tetap terganggu secara psikologis dan interpersonal oleh gejala stres pasca trauma, depresi atau kecemasan yang melumpuhkan dan ketidakmampuan untuk tumbuh dan berkembang dengan baik. Menurut Walsh (2016) ketangguhan/resiliensi dapat diperkuat melalui pengalaman individu atau keluarga dalam menghadapi kesulitan, yaitu saat mereka menemukan dan mengembangkan kekuatan laten dalam diri mereka dan saat mereka berhubungan orang lain untuk memberi dan menerima dukungan.

2. Aspek Pembentuk Utama Resiliensi

Walsh (2016) menyebutkan bahwa terdapat 3 kerangka utama ketangguhan keluarga, yaitu sistem keyakinan keluarga/*family belief systems*, proses organisasi/*organizational processes* dan proses pemecahan masalah komunikasi/*communication problem-solving processes*. *Belief system* dalam hal ini disebut sebagai aspek penerimaan memberikan kontribusi 0,953 terhadap resiliensi keluarga yang berarti sangat kuat sekali dan menempati urutan pertama terhadap resiliensi keluarga. Ditambahkan juga oleh Walsh bahwa orang dewasa yang tangguh cenderung menunjukkan tingkat spiritualitas yang tinggi, penerimaan terhadap sifat-sifat kepribadian mereka sendiri dan orang lain, serta memiliki kemampuan beradaptasi terhadap perubahan lingkungan.

Responden memiliki kemampuan penerimaan yang sangat kuat sekali. Hal ini menandakan bahwa mereka merasa meyakini bahwa memiliki anak berkebutuhan khusus bukanlah sebuah malapetaka. Justru ini pada akhirnya merupakan titik balik untuk bangkit dari permasalahan yang sedang dihadapi. Proses menjadi resilien melalui aspek penerimaan bisa berfungsi optimal karena keluarga mampu berevolusi menghadapi tantangan tersebut. Sikap resilien yang tinggi muncul karena keluarga memiliki nilai-nilai keyakinan, sumber daya, dan memahami tujuan yang akan dicapai.

Aspek penerimaan terkait dengan bagaimana mengatasi krisis dan kesulitan yang berkepanjangan dengan memaknai pengalaman yang terjadi selanjutnya menghubungkannya dengan dunia sosial, dengan keyakinan budaya dan spiritual, dengan masa lalu multigenerasi dan dengan harapan dan impian kita untuk masa depan. Bagaimana keluarga memandang masalah mereka dan pilihan mereka dapat membuat semua perbedaan antara mengatasi dan penguasaan atau disfungsi dan keputusan. Dalam hal ini terbukti bahwa keluarga menerapkan praktik pengetahuan untuk mengidentifikasi keyakinan sebagai prinsip utama yang memfasilitasi ketangguhan/resiliensi dalam keluarga dalam menghadapi tantangan hidup yang serius.

2. Tingkat Kebersyukuran Subyek

Secara umum tingkat kebersyukuran responden dalam penelitian ini tergolong sedang dengan persentase 50,5%. Ini menunjukkan bahwa keluarga merasakan kebersyukuran memiliki anggota keluarga yang berkebutuhan khusus. Beberapa responden pada studi awal penelitian ini menyebutkan bahwa proses menuju tahap ini bukanlah hal yang mudah. Merak melewati masa dimana sulit menerima kondisi ini. Mereka juga merasakan ketidaknyamanan dalam bersosialisasi.

Bersyukur merupakan gabungan dari emosi yang lembut dan perasaan diri yang negatif. Tindakan yang menginspirasi rasa bersyukur membuat keluarga menyadari akan kekuatannya serta melihat bahwa keluarga mampu melakukan perubahan yang sehat dan menjadikan bersyukur sebagai emosi yang menyenangkan. Keluarga mampu mengidentifikasi karakteristik utama rasa bersyukur. Mereka memandang rasa bersyukur sebagai emosi moral atau lebih tepatnya, "emosi ramah retributif" yang terdiri dari keinginan untuk memberikan kesenangan sebagai imbalan atas kesenangan yang diterima.

Watkin (dalam McCullough 2004) menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara rasa bersyukur dan kesejahteraan, dimana semakin tinggi tingkat kebersyukuran maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan dan resiliensi merupakan salah satu bentuk kesejahteraan tersebut. Bersyukur mampu menjadi barometer moral, motif moral dan selanjutnya bersyukur mampu menguatkan moral.

3. Aspek Pembentuk Utama Kebersyukuran

Hasil Pearson Correlation menunjukkan bahwa aspek bersyukur dengan hati memberikan kontribusi 0,837 terhadap kebersyukuran yang berarti sangat kuat sekali dan menempati urutan pertama terhadap kebersyukuran. Hal ini menunjukkan bahwa bersyukur memiliki konsekuensi sosial yang melampaui hubungan khusus penerima manfaat dengan pemberi bantuan. Bersyukur sering memupuk perilaku welas asih dan altruistik secara umum, dan itu bertindak sebagai perekat sosial. Bagi keluarga bersyukur berarti menerima

berkah dari pemberi rasa syukur dan dalam hal ini bersyukur terkait dengan sisi religiusitas. Bersyukur dengan hati bermakna bahwa keluarga atau individu sudah sepenuh hati bisa menerima kondisi yang terjadi. Bersyukur dengan hati bermakna juga keluarga sangat menikmati proses memiliki anak berkebutuhan khusus. Bersyukur terkait erat dengan well-being, dalam hal ini keluarga sebagai penerima manfaat dari rasa syukur sudah pada tataran melibatkan pengalaman emosi terdalam yaitu bersyukur dengan hati. Artinya bersyukur tidak sekedar diucapkan atau dilakukan, tetapi bersyukur sudah menjadi nilai nilai intrinsic Kekuatan nilai nilai intrinsic inilah yang menyebabkan keluarga memiliki rasa bersyukur yang tinggi. Selain itu bersyukur juga membuat keluarga semakin resilien. Orang orang yang mampu bersyukur merupakan individu yang mendapatkan manfaat dan pelajaran dari ayat-ayat Allah. (Adang Hambali, Asti Meiza, 2015).

Secara psikologis rasa bersyukur memberikan manfaat, yaitu a) Jika seseorang mengetahui bahwa suatu nikmat telah diberikan kepadanya, maka ia menganggap dirinya berada di bawah pengawasan-Nya disertai dengan amanah yang telah memberikan kepadanya setiap berkat yang tak terhitung banyaknya; perasaan seperti itu mengarah pada rasa kepercayaan dan ketenangan; b) Kemurnian jiwa dan pikiran adalah hasil psikologis lain dari rasa syukur yang telah disebutkan dalam Al-Qur'an surah Al-Ma'idah ayat 6 "Allah tidak ingin menempatkan manusia dalam kesulitan, tetapi Allah ingin menyucikan manusia dan untuk menyempurnakan nikmatnya kepadamu yang mungkin kamu syukuri" (Khodayarifard et al., 2016).

4. Tingkat Dukungan Sosial subyek

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa mayoritas tingkat dukungan sosial subyek tergolong sedang dengan persentase 72,4%. Hal ini menunjukkan bahwa subyek menganggap bahwa dukungan sosial adalah hal yang cukup penting dan berperan memberikan kontribusi dalam pencapaiannya resiliensi. Uchino (2004, dalam Sarafino & Smith, 2011) menyebutkan bahwa dukungan sosial adalah rasa nyaman, kepedulian, penghargaan atau bantuan

yang tersedia bagi seseorang dari individu atau kelompok lain. Dukungan tersebut dapat diperoleh dari pasangan (suami atau istri), dari kekasih, keluarga, sahabat, tenaga profesional atau organisasi masyarakat.

Lebih jauh dijelaskan oleh Uchino Uchino (2004, dalam Sarafino & Smith, 2011) bahwa orang yang mendapatkan dukungan sosial berkeyakinan bahwa mereka merasa dicintai, dihargai sebagai bagian dari jaringan sosial, seperti keluarga atau organisasi masyarakat, yang dapat membantu pada saat dibutuhkan. Ditambahkan juga bahwa dukungan sosial mengacu pada tindakan yang benar-benar dilakukan oleh orang lain- ini disebut bentuk dukungan yang diterima (*received support*). Dukungan sosial juga mengacu pada perasaan atau persepsi seseorang bahwa kenyamanan, kepedulian dan bantuan tersedia jika dibutuhkan- ini disebut bentuk dukungan yang dirasakan (*perceived support*). Dukungan yang diterima dan yang dirasakan dapat memiliki efek yang berbeda pada kesehatan, semakin baik dan positif dukungan yang diterima maka akan semakin positif juga hasilnya.

5. Aspek Pembentuk Utama Dukungan Sosial

Hasil analisa tertinggi dari aspek pembentuk utama dukungan sosial adalah aspek jaringan sosial. Integrasi sosial atau jaringan sosial/*social integration or social network* mengacu pada individu yang merasa menjadi bagian dari sebuah kelompok yang anggotanya memiliki ketertarikan dan kepedulian yang sama. Hal ini menurut Pierce (2013) karena dukungan sosial adalah proses transaksional antara dua orang yang saling berhubungan dan dapat meningkatkan upaya coping individu, dimana satu pihak menjadi pemberi dan pihak lain menjadi penerima. Transaksi yang mendukung dapat menghasilkan efek positif bagi pemberi dan penerima dukungan. Transaksi tersebut adalah skema dukungan, hubungan yang mendukung dan transaksi yang mendukung.

Hubungan seperti ini mencerminkan persahabatan yang lebih kasual, yang memungkinkan seseorang untuk terlibat dalam berbagai bentuk kegiatan sosial dan rekreasi. Artinya bahwa dari ke empat aspek yang ada, individu

melihat bahwa jaringan sosial sangat dibutuhkan. Salah satu jaringan sosial yang membantu adalah berada dalam satu komunitas. Dengan menjadi anggota dalam komunitas maka individu merasakan adanya wadah untuk berbagi dan bercerita. Kemampuan untuk berbagi ini akan menimbulkan sikap dan rasa senasib sepenanggungan

6. Pengaruh Bersyukur Terhadap Resiliensi

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa ada pengaruh bersyukur terhadap resiliensi keluarga dengan tingkat signifikansi sebesar $0.000 < 0.05$. Selain itu, juga diperoleh nilai koefisien korelasi *pearson* sebesar 0.452 artinya bahwa pengaruh yang terjadi diantara variabel bersyukur (X) terhadap variabel resiliensi keluarga (Y) adalah positif. Koefisien ini bermakna bahwa semakin tinggi rasa bersyukur keluarga maka akan semakin tinggi juga resiliensi keluarga.

Hasil penelitian sebelumnya oleh Shabrina menunjukkan bahwa semakin tinggi rasa bersyukur, semakin tinggi pula daya resiliensi (Shabrina et al., 2020). Hal ini juga bermakna bahwa individu yang memiliki sikap dan rasa bersyukur akan lebih memiliki perasaan positif karena mampu menerima perubahan yang terjadi dalam kehidupannya, termasuk kejadian yang dianggap negatif seperti memiliki anak berkebutuhan khusus. Perasaan positif ini dapat membantu membangun dan menumbuhkan resiliensi dan dapat mengembangkan metode coping yang adaptif, memiliki relasi yang positif dan menunjukkan fleksibilitas kognitif strategis dengan orang lain.

Penelitian Sundari dkk (2012) menunjukkan bahwa proses bersyukur terkait dengan dinamika psikologis resiliensi keluarga yang memiliki anak autis melibatkan proses adaptasi, proses pemaknaan positif, mencapai realitas dan menemukan dampak positif. Proses adaptasi yang dilakukan oleh keluarga antara lain dengan cara bersyukur, pendekatan religius, pembagian peran dan kerjasama, menyeimbangkan waktu, menjaga kebersamaan, komunikasi terbuka, melatih saudara kandung menjaga anak autis, sabar, menyesuaikan kemampuan finansial. Proses resiliensi yang dilakukan keluarga terbantu oleh adanya faktor protektif yang dimiliki oleh keluarga.

Faktor protektif tersebut antara lain sikap anggota keluarga yang menerima anak autis, lingkungan yang kondusif, dan adanya sinergitas antara pihak sekolah dan keluarga.

Penelitian Anjari (2016) terkait dengan dinamika resiliensi keluarga dengan anak autis diawali dengan orangtua mengalami perasaan tertekan seperti stres dan putus asa, kemudian merasa iri dengan orangtua lain yang memiliki anak yang normal. Kondisi ini menyebabkan munculnya emosi yang tidak terkontrol, baik dari sisi perasaan dan perilaku. Seiring berjalannya waktu orangtua mulai bisa menerima situasi dengan bersabar dan tenang karena adanya dukungan keluarga. Orangtua kemudian mulai berkembang dengan cepat melalui usaha-usaha yang luar biasa, berpikir positif, dan bersyukur kepada Tuhan. Semua itu dilakukan untuk mengoptimalkan potensi anak mereka. Dengan kesabaran dan ketekunan, orangtua dapat membantu anak autis mereka berprestasi.

Sikap bersyukur muncul sebagai fungsi dari berkembangnya nilai spiritualitas, dimana individu mengembangkan pandangan positif dengan membandingkan dengan kondisi orang lain sehingga berkembang menjadi sikap penerimaan, bersyukur dan keluarga juga mendapatkan manfaat. Dijelaskan juga bahwa keluarga berterimakasih terhadap anak mereka yang ABK yang memberikan manfaat pembelajaran tentang resiliensi bagi keluarga. (Teguh & Prasetyo, 2021). Hal ini merupakan penegasan bahwa bersyukur adalah emosi berupa perasaan menyenangkan dan pengakuan positif karena mendapatkan manfaat secara emosional dan spiritual dari sebuah peristiwa, meskipun peristiwa tersebut pada awalnya adalah kejadian yang tidak diinginkan, dalam hal ini anugerah memiliki anak berkebutuhan khusus.

Rasa bersyukur dikenal disemua agama. Aspek agama dapat menjadi faktor utama yang mempengaruhi ketahanan individu, menurut penelitian Setiawan & Pratitis (2016). Orang yang religius mampu mengendalikan perasaan mereka dan memanfaatkan musibah yang terjadi pada mereka dengan cara yang positif. Hal ini disebabkan oleh keyakinan yang kuat bahwa

setiap peristiwa memiliki arti dalam kehidupan mereka dan merupakan kehendak Tuhan. Keyakinan ini dapat mengubah orang menjadi optimistis dan percaya diri sehingga mereka dapat mengatasi berbagai masalah saat hal-hal buruk terjadi.

Menurut McCullough dan Jo-Ann Tsang (dalam Emmons & McCullough, 2012) mengatakan bahwa bersyukur merupakan penguat moral dimana baik tidaknya seseorang diukur dari seberapa bersyukur orang tersebut. Dalam penelitian ini terdapat sekitar 24% keluarga dengan tingkat bersyukur yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa keluarga masih berproses untuk bisa menerima sepenuh hati memiliki anak berkebutuhan khusus. Hal ini relatif sejalan dengan temuan dalam penelitian ini dimana hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa 24% subjek dalam penelitian ini adalah keluarga dengan tingkat bersyukur rendah, sementara 26 % keluarga dengan tingkat bersyukur sedang dan 50 % keluarga dengan tingkat bersyukur keluarga tinggi.

Dikatakan juga oleh McCollough bahwa bersyukur merupakan variabel yang sangat erat terkait dengan kesejahteraan dan ketahanan individu, karena bersyukur erat kaitan dengan pemahaman agama. Bersyukur juga terkait dengan pengalaman transpersonal yang menyenangkan. Hal ini menunjukkan bahwa bersyukur merupakan barometer moral, motivator moral dan penguat moral. Rasa syukur dikaitkan dengan skor yang lebih tinggi pada kebahagiaan, kepuasan hidup, kesejahteraan psikologis,.

Hasil dalam penelitian ini memperlihatkan bahwa aspek yang sangat tinggi berkontribusi dari bersyukur terhadap resiliensi adalah bersyukur dengan ilmu dengan nilai R Square sebesar 0,387. Hal ini menunjukkan bahwa aspek bersyukur dengan ilmu mempunyai pengaruh sebesar 38,7% dari seluruh pengaruh variabel kebersyukuran terhadap resiliensi keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan tentang kondisi yang terjadi sangat membantu keluarga untuk memahami kondisi yang terjadi (memiliki anak ABK) dan selanjutnya bergerak untuk bangkit dari pengalaman yang dianggap tidak menyenangkan

Dalam kondisi merasa bersyukur individu mendapatkan nikmat dan kemudahan serta merasakan rahmad dan kasih sayang Allah. Sehingga memiliki anak berkebutuhan khusus bukanlah menjadi beban, akan tetapi dilihat sebagai hal yang positif. Hal ini menunjukkan bahwa bersyukur adalah pengalaman emosi positif yang selanjutnya mengalami repertoar dan berkembang, karena emosi positif muncul untuk memperluas repertoar pemikiran-tindakan sesaat orang dan membangun sumber daya pribadi mereka yang bertahan lama.

Fredrickson (dalam McCollough 2004) menjelaskan bahwa emosi positif memiliki efek pelengkap: mereka memperluas/*broaden* melalui repertoar pemikiran-tindakan sesaat orang, memperluas rangkaian pemikiran dan tindakan yang datang ke pikiran. Emosi positif diperluas/*broaden* dengan menciptakan dorongan untuk bermain, mendorong batas dan berkreasi. Dorongan yang terlihat tidak hanya dalam perilaku sosial dan fisik, tetapi juga dalam perilaku intelektual dan artistik. Minat, emosi positif yang berbeda secara fenomenologis, tampaknya diperluas/*broaden* dengan menciptakan dorongan untuk mengeksplorasi, menerima informasi dan pengalaman baru dan memperluas diri dalam prosesnya. Kebanggaan, emosi positif yang berbeda yang mengikuti pencapaian pribadi, tampaknya diperluas/*broaden* dengan menciptakan dorongan untuk berbagi berita tentang pencapaian tersebut dengan orang lain, serta membayangkan pencapaian yang lebih besar di masa depan.

Individu merasakan kepuasan sebagai emosi positif selanjutnya mengembangkan dan meluaskan dengan menciptakan dorongan untuk meluangkan waktu untuk menikmati keadaan hidup saat ini dan mengintegrasikan keadaan ini ke dalam pandangan baru tentang diri dan dunia. Berbagai kecenderungan tindakan-pikiran ini—untuk bermain, mengeksplorasi, untuk membayangkan pencapaian masa depan, dan untuk menikmati dan mengintegrasikan — mewakili cara emosi positif memperluas cara berpikir atau bertindak yang biasa. Secara umum, emosi positif muncul untuk "memperbesar" konteks kognitif.

Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Listiyandini (2016), dimana disebutkan bahwa individu yang mampu menghargai hal-hal yang diterimanya baik dari Tuhan, orang lain di lingkungan sosial dan pengalaman hidup lebih mudah bangkit dari situasi yang sulit. Artinya bahwa individu juga harus memiliki kemampuan bersyukur dengan perbuatan baik sebagai bentuk ekspresi individu.

Rasa syukur dapat menghasilkan metode koping yang adaptif juga hubungan sosial yang positif dengan orang lain, dan fleksibilitas kognitif (Listiyandini, 2016). Dengan cara yang sama, memiliki rasa syukur dapat menggunakan metode penyelesaian masalah yang adaptif, menjaga hubungan sosial yang baik dengan orang lain, dan menunjukkan fleksibilitas kognitif saat menghadapi masalah. Ini dapat dilihat melalui kemampuan untuk berpikir lebih positif dan memiliki pandangan yang lebih luas tentang hal-hal yang dia hadapi sepanjang hidupnya.

7. Pengaruh Dukungan sosial terhadap Resiliensi Keluarga

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa ada pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi keluarga sebesar $0,029 < 0,05$ dan nilai t hitung $2,220 > t$ table $2,000$. Disimpulkan bahwa hipotesa kedua diterima yang berarti terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi keluarga.

Walsh (2016) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan prediktor yang penting untuk indikator-indikator resiliensi keluarga. Dukungan sosial adalah pertolongan dan dukungan yang diperoleh seseorang dari interaksinya dengan orang lain dimana bantuan tersebut akan dapat menaikkan perasaan positif serta mengangkat harga diri sehingga akan berdampak pada kesejahteraan individu secara umum.

Penelitian Rahayu et.al (2021) menunjukkan bahwa dukungan sosial berhubungan positif dengan resiliensi keluarga. Maknanya adalah semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin tinggi pula resiliensi keluarga. Peran penting dari dukungan sosial ini akan meningkatkan resiliensi keluarga. Keluarga memiliki banyak sumber sumber dukungan yang mampu

dimanfaatkan ketika berada dalam situasi yang kurang menguntungkan. Keluarga menjalankan fungsinya sebagai sumber perlindungan, sumber informasi, sumber dukungan material, dukungan emosional.

Uchino (2004, dalam Sarafino & Smith, 2011) menyebutkan bahwa dengan hadirnya dukungan sosial maka individu atau keluarga merasakan nyaman, kepedulian, merasakan penghargaan dan merasakan adanya ketersediaan bantuan dari orang-orang disekitar. Keluarga dengan anak berkebutuhan khusus sangat membutuhkan dukungan sosial. Keluarga yang mendapatkan dukungan sosial berkeyakinan bahwa mereka merasa dicintai, dihargai sebagai bagian dari jaringan sosial, seperti keluarga atau organisasi masyarakat, yang dapat membantu pada saat dibutuhkan. Keberadaan dukungan sosial ini akan menimbulkan efek well-being bagi orang atau keluarga yang mendapatkannya.

Gore (dalam Gotlib & Hammen, 1992) menyatakan bahwa sumber dukungan sosial terdekat adalah dari keluarga atau sahabat. Kekuatan social support yang bersumber dari interaksi yang terjadi didalam keluarga merupakan proses psikologis yang bisa memunculkan perilaku sehat dalam diri seseorang. Menurut Cohen dan Syme (dalam Friedman 1998) *family social support* adalah situasi yang memberikan manfaat bagi individu atau keluarga dan sebagai bukti bahwa orang lain telah memberikan perhatian, menghargai dan mencintainya. Perilaku atau juga sikap positif yang diberikan keluarga kepada salah satu anggota keluarga yang membutuhkan merupakan salah satu bentuk *family support*.

Menurut penelitian Pakpahan (2022) Dukungan sosial merupakan prediktor dominan yang terkait dengan ketahanan keluarga. Peningkatan dukungan sosial yang meningkat berkontribusi meningkatkan kemungkinan ketahanan keluarga lebih dari 7,16 kali. Dengan demikian keluarga yang mendapatkan dukungan sosial berpotensi lebih tangguh dibandingkan dengan yang tidak mendapatkan dukungan sosial.

8. Pengaruh Bersyukur terhadap Resiliensi Keluarga Dimoderasi Dukungan Sosial

Selain membahas pengaruh bersyukur terhadap resiliensi keluarga, juga untuk mengetahui tentang dukungan sosial sebagai variabel yang menjadi moderator pengaruh bersyukur terhadap resiliensi keluarga. Analisis data *Moderated Regression Analysis* (MRA). Digunakan untuk menguji hipotesa dalam penelitian ini. Selanjutnya berdasarkan hasil output SPSS diketahui bahwa koefisien moderasi bersyukur X dukungan sosial ($X*Z$) sebesar 0,026 hal ini lebih kecil dari 0,05 ($0,026 < 0,05$). Nilai ini bermakna bahwa variabel dukungan sosial berperan sebagai variabel moderator pada pengaruh bersyukur terhadap resiliensi keluarga. Sedangkan besaran pengaruh dukungan sosial sebagai variabel moderator didapatkan nilai R square sebesar 0.508. Artinya, pengaruh dukungan sosial sebagai variabel moderator berperan 50,8,2% pada penelitian pengaruh bersyukur terhadap resiliensi keluarga. Pengaruh ini menunjukkan pengaruh positif, artinya dukungan sosial mampu menjadi variabel penguat pada pengaruh bersyukur terhadap resiliensi keluarga.

Penelitian yang relatif hampir sama tentang peranan dukungan sosial dalam pengaruh burn-out terhadap subjective well-being, menemukan bahwa dukungan sosial yang dirasakan (perceived social support) terutama dari keluarga, memainkan peran moderasi antara burn-out terhadap subjective well-being, dan efek moderasi tersebut signifikan (Wang et.al, 2020).

Penelitian Dienillah (2021) yang meneliti 206 penderita lupus menemukan bahwa dukungan sosial dapat meningkatkan penerimaan diri dan rasa syukur mereka. Dukungan sosial ini juga terkait erat dengan bagaimana individu berhubungan dengan dirinya sendiri. Kekurangmampuan individu menerima dirinya akan mengakibatkan individu tersebut cenderung akan merasa tidak diterima lingkungan dan menarik diri dari lingkungan. Artinya hal ini akan mengganggu sikap bersyukur

Dari analisa deskriptif menunjukkan bahwa terdapat 18% keluarga dengan dukungan sosial tinggi. Keluarga memiliki peran yang besar dalam menumbuhkan ketangguhan ketika menghadapi masalah atau kesulitan. Pada tingkat individu, keluarga menyiapkan *socialization basic* untuk anggota keluarga dan menyiapkan mereka dengan keterampilan yang diperlukan untuk mengatasi sumber stres dan pulih dari kemunduran yang tidak terduga (Theiss, 2018).

Pakpahan et al., (2022) berdasarkan penelitiannya menyebutkan bahwa dukungan sosial adalah proses transaksional antara dua orang yang saling berhubungan dan dapat meningkatkan upaya koping individu, dimana satu pihak menjadi pemberi dan pihak lain menjadi penerima. Transaksi yang mendukung dapat menghasilkan efek positif bagi pemberi dan penerima dukungan. Transaksi tersebut adalah skema dukungan, hubungan yang mendukung dan transaksi yang mendukung (Pierce et al., 1996). Dukungan sosial merupakan variabel yang paling menonjol yang terkait dengan ketahanan keluarga. Peningkatan dukungan sosial akan meningkatkan kemungkinan ketahanan keluarga sebesar 7,16 kali

Taylor (2018) menyebutkan ada dua pendekatan, pertama pendekatan efek langsung/*direct effects hypothesis* menyatakan bahwa dukungan sosial secara umum bermanfaat selama periode tanpa stres maupun dalam kondisi stres. Kedua pendekatan penyangga/*buffering hypothesis* menyatakan bahwa manfaat kesehatan fisik dan mental dari dukungan sosial terutama terlihat jelas selama periode stres tinggi; ketika hanya ada sedikit stres, dukungan sosial mungkin hanya memberikan sedikit manfaat. Menurut sudut pandang ini, dukungan sosial bertindak sebagai cadangan dan sumber daya yang menumpulkan efek tekanan saat stres berada pada tingkat yang tinggi (Taylor, 2018). Ditambahkan juga bahwa dukungan sosial mampu meningkatkan resiliensi. Hal ini terjadi karena dukungan sosial dapat memoderasi kerentanan genetik dan lingkungan serta memberikan ketahanan terhadap stres, mungkin melalui efeknya pada sistem hipotalamus-hipofisis-adrenokortikal (HPA), sistem noradrenergik, dan jalur oksitosin sentral.

Berdasarkan hasil temuan, implikasi praktisnya bahwa sikap bersyukur merupakan hal yang sangat penting untuk mencapai resiliensi. Memiliki pengetahuan tentang bersyukur yang dibarengi dengan keikhlasan menerima pemberian Tuhan kemudian mampu mengeksekusi dengan lisan dan perbuatan akan semakin mempercepat tercapainya resiliensi. Terlebih lagi jika proses bersyukur tersebut diikuti dengan tersedianya dukungan sosial. Dukungan sosial bisa berasal dari internal maupun eksternal. Sehingga dibutuhkan sarana dan prasarana yang bisa menunjang agar proses resiliensi tersebut bisa berjalan.

Simon, et.al (2005) menjelaskan bahwa praktik baik atau strategi yang bisa digunakan sebagai penguat resiliensi keluarga adalah mendorong keluarga untuk menemukan sumber daya unik yang ada didalam keluarga dan mendorong mereka untuk mengakui, beradaptasi dan kemudian mampu menerapkan sumber daya mereka dalam menghadapi tantangan keluarga saat ini dan di masa depan. Selain itu program pelatihan bisa diterapkan untuk mendorong penggunaan metode yang berorientasi pada ketahanan keluarga, karena program pelatihan memainkan peran penting dalam meningkatkan kesadaran dan penerapan model dan strategi ketahanan keluarga. Sementara menurut Walsh (1998) keluarga dapat menggunakan kekuatan mereka dalam mengatasi tantangan secara efektif selama masa krisis. Kekuatan tersebut antara lain mekanisme koping yang diketahui dapat membantu keluarga bertahan menghadapi tantangan.

Keterbatasan penelitian ini adalah banyak data yang tidak bisa terungkap karena keterbatasan peneliti ketika mengumpulkan data. Dimana peneliti tidak memiliki akses untuk berhubungan langsung dengan responden. Selain itu karena sempitnya ceruk populasi dan sampel keluarga dengan ASD membuat penelitian ini kurang maksimal.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Dalam penelitian ini diperoleh kesimpulan tentang resiliensi keluarga sebagai berikut:
 - a. Mayoritas resiliensi subyek penelitian berada pada kategori sedang. Hal ini berarti keluarga memiliki kemampuan yang cukup dalam mengelola tekanan yang muncul dan kemudian mampu melakukan *copying* perilaku, sebagai sebuah sistem fungsional untuk bertahan dan bangkit kembali dari keterpurukan. Proses keluarga yang penting dalam menengahi kondisi stres memberikan kemungkinan kepada keluarga dan anggota mereka untuk mengatasi krisis dan mengatasi kesulitan yang berkepanjangan.
 - b. Kualitas resilien keluarga terutama dibentuk oleh kemampuan subjek penelitian dalam menerima. Keluarga melihat bahwa peristiwa atau kejadian yang dialami adalah sesuatu yang harus diterima. Hal ini terkait dengan pada umumnya *family belief system* dimana diawali dengan sikap menerima (*meaning making*) kemudian melihat sisi positif dari peristiwa atau kejadian yang dialami (*positive outlook/hope*) dan yang terpenting adalah sikap menyerahkan semuanya kepada Tuhan (*trancendence/spirituality*)
2. Dalam penelitian ini diperoleh kesimpulan tentang kebersyukuran sebagai berikut:
 - a. Mayoritas tingkat kebersyukuran subyek penelitian adalah sedang. Hal ini berarti mayoritas subjek penelitian merasa bisa menerima dan bersyukur memiliki anak berkebutuhan khusus. Rasa bersyukur tersebut mereka wujudkan dalam bentuk emosi berupa perasaan menyenangkan dan pengakuan positif karena mendapatkan manfaat secara emosional

dan spiritual dari sebuah peristiwa. Keluarga menilai bahwa dengan bersyukur artinya mereka ridha atas ketetapan yang Allah berikan.

- b. Kualitas kebersyukuran subjek terutama dibentuk oleh aspek bersyukur dengan hati. Artinya saat hati dapat merasakan syukur maka subyek semakin merasakan mendapatkan nikmat, merasakan rahmah serta kasih sayang dan kemudahan dari Allah, dan sifatnya sangat dalam sekali. Bersyukur dengan hati bermakna sebagai barometer moral, rasa bersyukur terdalam yang menginformasikan kepada *beneficiary* atau penerima manfaat bahwa *benefactor* telah memberikan hadiah istimewa. Rasa bersyukur dalam hati mengisyaratkan bahwa maanfaat bersyukur akan balik kepada individu atau orang yang bersyukur.
3. Dalam penelitian ini diperoleh kesimpulan tentang dukungan sosial sebagai berikut:
- a. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan kesimpulan bahwa tingkat dukungan subyek cenderung sedang. Hal ini menunjukkan bahwa subyek menganggap bahwa dukungan sosial adalah hal yang cukup penting dan berperan memberikan kontribusi dalam pencapaiannya resiliensi.
 - b. Aspek pembentuk utama dari dukungan sosial adalah aspek jaringan sosial. Hal ini menunjukkan bahwa adanya integrasi sosial atau jaringan sosial/*social integration or social network* memberikan makna pada individu yang merasa menjadi bagian dari sebuah kelompok dimana masing masing anggotanya memiliki ketertarikan dan kepedulian yang sama.
4. Dalam penelitian ini diperoleh kesimpulan bahwa kebersyukuran berpengaruh terhadap resiliensi keluarga, artinya bahwa individu yang memiliki sikap dan rasa bersyukur akan lebih memiliki perasaan positif karena mampu menerima perubahan yang terjadi dalam kehidupannya, termasuk kejadian yang dianggap negatif seperti memiliki anak berkebutuhan khusus.

5. Dukungan sosial berpengaruh positif terhadap resiliensi keluarga. Artinya bahwa dengan adanya dukungan sosial dianggap sebagai pertolongan yang diperoleh seseorang dari interaksinya dengan orang lain dimana bantuan tersebut dapat menaikkan perasaan positif serta mengangkat harga diri sehingga akan berdampak pada kesejahteraan individu dan resiliensi keluarga secara umum.
6. Selain berperan langsung terhadap resiliensi, dukungan sosial mampu memoderasi pengaruh kebersyukuran terhadap resiliensi. Hal ini artinya bahwa dengan adanya dukungan sosial memberikan kontribusi yang positif dan menguatkan hubungan antara rasa bersyukur dan resiliensi

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, ada beberapa saran peneliti yang diharapkan dapat bermanfaat bagi subyek, lembaga dan pemerintah yaitu:

1. Saran untuk subyek

Subyek perlu untuk meningkatkan kemampuan bersyukur dan dukungan sosial agar resiliensi bisa meningkat, misalnya mengikuti atau bergabung dengan komunitas. Bergabung dengan komunitas akan memberikan kontribusi terhadap peningkatan dari sisi pengetahuan. Juga akan menjadi wadah untuk bisa berbagi pengalaman emosional dalam mengelola emosi. Meningkatnya kemampuan tersebut akan semakin meningkatkan resiliensi keluarga

2. Saran Untuk Lembaga

Lembaga tempat terapi atau sekolah perlu menjalin komunikasi yang intensif dengan keluarga. Terlebih pada masa awal terapi, orang tua harus mendapatkan informasi yang tepat tentang kondisi gangguan anak. Juga perlu menyiapkan program dukungan psikologis awal bagi orang tua dan keluarga, sehingga keluarga memahami apa yang bisa mereka lakukan untuk pemulihan anak

3. Saran Untuk Pemerintah

Pemerintah perlu meningkatkan terbentuknya jejaring di unit-unit pendidikan. Masyarakat perlu dilibatkan secara aktif sebagai penggerak utama di jejaring tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Adang Hambali, Asti Meiza, I. F. (2015). Faktor Faktor Yang Berperan Dalam Kebersyukuran (Gratitude) Pada Orangtua Anak Berkebutuhan Khusus Perspektif Psikologi Islam. *Psymphatic, Jurnal Ilmiah Psikologi Juni 2015, Vol. 2, No. 1, Hal: 94 - 101*, 2(1), 94–100.
- Ali, S. A., Ahmed, M., Bhatti, O. K., & Farooq, W. (2020). Gratitude and Its Conceptualization: An Islamic Perspective. *Journal of Religion and Health*, 59(4), 1740–1753. <https://doi.org/10.1007/s10943-019-00850-6>
- Amir, F., Wahyudi, R., & Sulaihah, S. (2022). Model of Spiritual Culture of Madurese People in Resilience and Adaptation of New Normal. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 10(1), 27–36. <https://doi.org/10.24198/jkp.v10i1.1920>
- Awaru, A. O. T. (2021). Sosiologi Keluarga. In *Penerbit Media Sains Indonesia* (Vol. 1). Penerbit Media Sains Indonesia.
- Aziz, M. R., & Noviekayati, I. (2016). Dukungan Sosial, Efikasi Diri dan Resiliensi Pada Karyawan yang Terkena Pemutusan Hubungan Kerja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(01). <https://doi.org/10.30996/persona.v5i01.742>
- Beavers, R., & Hampson, R. B. (2000). The Beavers Systems Model of Family Functioning The Beavers Systems Model offers a cross-sectional perspective on family functioning . Family competence is conceptualized as falling second orthogonal dimension . Figure 1 is a diagram of this model . ture . *Family Therapy*, 128–143.
- Becvar, D. S. (2013). Creating a Secure Family Base: Some Implications of Attachment Theory for Family Therapy. *Handbook of Family Resilience*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1995.00045.x>
- Braun-Lewensohn, O., Abu-Kaf, S., & Kalagy, T. (2021). Hope and Resilience During a Pandemic Among Three Cultural Groups in Israel: The Second Wave of Covid-19. *Frontiers in Psychology*, 12(February), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.637349>
- Byng, J., & G-Hall. (1995). Creating a Secure Family Base: Some Implications of Attachment Theory for Family Therapy. *Family Process*, 34(1), 45–58. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1995.00045.x>
- Coolican, H. (2014). Research Methods and Statistics in Psychology. In *Research Methods and Statistics in Psychology*. Psychology Press. <https://doi.org/10.4324/9781315201009>
- Cutrona, C. E., & Russell, D. W. (1990). Type of social support and specific

stress: Toward a theory of optimal matching. *Social Support: An Interactional View.*, January 2015, 319–366.
<https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=psyh&AN=1990-97699-013&site=ehost-live>

Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2004). The Psychology of Gratitude. In *The Psychology of Gratitude*.
<https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195150100.001.0001>

Howitt, D., & Cramer, D. (2014). Introduction to Research Methods in Psychology. In *Psychology*. Pearson Education Limited.
[http://www.saylor.org/site/textbooks/Research Methods in Psychology.pdf](http://www.saylor.org/site/textbooks/Research%20Methods%20in%20Psychology.pdf)

Khodayarifard, M., Ghobari-bonab, B., Akbari-zardkhaneh, S., & Zandi, S. (2016). Positive psychology from Islamic perspective. *International Journal of Behavioral Sciences*, 29–34.
https://www.researchgate.net/publication/303999192_Positive_psychology_from_Islamic_perspective

Listiyandini, R. A. (2018). The Influence of Gratitude on Psychological Resilience of Adolescence Living in Youth Social Care Institutions. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 7(3), 197.
<https://doi.org/10.12928/jehcp.v7i3.10894>

McCullough, M. E., Emmons, R. A., Kilpatrick, S. D., & Larson, D. B. (2001). Is Gratitude a Moral Affect? *Psychological Bulletin*, 127(2), 249–266.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.127.2.249>

Naito, T., & Washizu, N. (2015). Note on Cultural Universals and Variations of Gratitude from an East Asian Point of View. *The Journal of Behavioral Science*, 10(2), 1–8. <https://so06.tci-thaijo.org/index.php/IJBS/article/view/37533>

Nuzula, M. A. (2020). *Hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus*.
<https://repository.unika.ac.id/id/eprint/25024>

Ong, H. L., Vaingankar, J. A., Abdin, E., Sambasivam, R., Fauziana, R., Tan, M. E., Chong, S. A., Goveas, R. R., Chiam, P. C., & Subramaniam, M. (2018). Resilience and burden in caregivers of older adults: Moderating and mediating effects of perceived social support. *BMC Psychiatry*, 18(1), 1–9.
<https://doi.org/10.1186/s12888-018-1616-z>

Pakpahan, M., Kartika, L., & Sampepadang, M. (2022). Factors related to family resilience during the COVID-19 pandemic. *Bali Medical Journal*, 11(3), 1603–1607. <https://doi.org/10.15562/bmj.v11i3.3703>

Pierce, G. R., Sarason, B. R., & Sarason, I. G. (1996). Handbook of Social Support and the Family. In G. R. Pierce, B. R. Sarason, & I. G. Sarason (Eds.), *Springer Science+Business Media, LLC*. Springer Science+Business

Media, LLC. <https://doi.org/DOI 10.1007/978-1-4899-1388-3>

Rahmanawati, F. Y. (2019). Building Family Resilience: A Case Study In A Muslim Family With Autism Child. *Proceeding ICOGISS 2019 Page 105-118*. ISBN: 978-602-6 988-75-1, 105–118.

Rahmanawati, F. Y., & Wibowo, D. S. (2017). Resiliensi Keluarga Dengan Anak Gangguan Disintegratif Melalui Konseling Kelompok. *Jurnal Insight Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember*, 13(1), 1–10.

Reich, J. W., Zautra, A. J., & Hall, J. S. (2010). Handbook of adult resilience. In *Handbook of adult resilience*.
<http://ovidsp.ovid.com/ovidweb.cgi?T=JS&PAGE=reference&D=psyc7&NEWS=N&AN=2010-10101-000>

Rosyidah, R., Astuti, J. S., & Michelino, D. M. D. (2022). Vol. 6 Edisi 1 Tahun 2022. *HAPPINESS*, 6, 66–74.

Rusdi, A. (2017). Syukur dalam psikologi Islam dan konstruksi alat ukurnya. *Jurnal Psikologi Islam*, 4(1), 95–117.
<https://www.researchgate.net/publication/316824938>

Saichu, A. C., & Listiyandini, R. A. (2018). Pengaruh Dukungan Keluarga dan Pasangan terhadap Resiliensi Ibu yang Memiliki Anak dengan Spektrum Autisme. *Psikodimensia*, 17(1), 1.
<https://doi.org/10.24167/psidim.v17i1.1293>

Saputra, D. A., & Fauziah, N. (2022). Hubungan Antara Kebersyukuran Dengan Resiliensi Pada Mahasiswa Bidikmisi Fakultas Ekonomika Dan Bisnis Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal EMPATI*, 10(6), 404–408.
<https://doi.org/10.14710/empati.2021.33219>

Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology : biopsychosocial interactions*. JOHN WILEY & SONS, INC. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203>

Shabrina, K., Kusristanti, C., & Listiyandini, R. A. (2020). Gratitude and Resilience among Adolescents Who Have Experienced Parental Divorce. *Psychological Research on Urban Society*, 3(1), 24.
<https://doi.org/10.7454/proust.v3i1.59>

Shihab, M. Q. (1996). Wawasan Al-Qur'an Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat. In *Wawasan Al-Qur'an Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat* (Issue November).
https://www.academia.edu/6037537/WAWASAN_AL-QURAN_quraish_shihab

Sugiyono, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*. Alfabeta.

Summer Allen, P. D. (2018). Greater Good Science Center at UC Berkeley. In

Greater Good Science Center at UC Berkeley (Vol. 27, Issue 6, pp. 261–262). Greater Good Science Center at UC Berkeley.
<https://doi.org/10.1097/NCM.0000000000000602>

- Suwartono, C., & Widyawati, Y. (2018). Pengembangan Skala Resiliensi Keluarga Dengan. *Humanitas*, *15*(2), 82–95.
- Taylor, S. E. (2018). Health Psychology. In *The Palgrave Handbook of the Psychology of Sexuality and Gender*. McGraw-Hill Education, New York.
- Teguh, P. M., & Prasetyo, E. (2021). Dinamika Gratitude pada Ibu yang Memiliki Anak Down Syndrome. *Jurnal Experientia*, *9*(1), 1–9.
- Theiss, J. A. (2018). Family communication and resilience. *Journal of Applied Communication Research*, *46*(1), 10–13.
<https://doi.org/10.1080/00909882.2018.1426706>
- Uchino, B. N., Bowen, K., Kent, R., Mikel, J., Fisher, E. B., & Scientists. (2017). Social Support and Physical Health: Models, Mechanisms, and Opportunities. In *Principles and Concepts of Behavioral Medicine: A Global Handbook* (Issue December 2022, pp. 1–1144). https://doi.org/10.1007/978-0-387-93826-4_12
- Walsh, F. (2016). *Strengthening family resilience (Third edition)*.
- Wang, J., Mann, F., Lloyd-Evans, B., Ma, R., & Johnson, S. (2018). Associations between loneliness and perceived social support and outcomes of mental health problems: A systematic review. *BMC Psychiatry*, *18*(1), 1–16.
<https://doi.org/10.1186/s12888-018-1736-5>
- Wang, W., Wu, X., & Tian, Y. (2018). Mediating roles of gratitude and social support in the relation between survivor guilt and posttraumatic stress disorder, posttraumatic growth among adolescents after the Ya'an earthquake. *Frontiers in Psychology*, *9*(NOV), 1–9.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02131>
- Zaitun. (2017). Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus. In *Kreasi Edukasi Publishing* (Vol. 4, Issue 1). KREASI EDUKASI PUBLISHING.

LAMPIRAN

SKALA KEBERSYUKURAN

No	PERNYATAAN	SL	SR	KD	JR	TP
1	Terkadang saya lupa bahwa nikmat yang saya dapatkan berasal dari Allah					
2	Ketika saya mendapatkan nikmat dan kemudahan, saya merasakan rahmad dan kasih sayang Allah					
3	Ketika saya mendapatkan nikmat saya segera mengucapkan alhamdulillah					
4	Ketika saya mendapatkan nikmat berupa harta saya biasa menyisihkan untuk bersedekah					
5	Ketika saya mendapatkan nikmat, saya langsung teringat bahwa ini adalah pemberian Allah					
6	Beberapa kali saya merasa kurang atas nikmat yang saya dapatkan					
7	Saya senantiasa mengucapkan pujian kepada Allah dalam setiap ibadah					
8	Ketika saya mendapatkan nikmat dari seseorang, saya membalas dengan perbuatan baik kepadanya					
9	Jika sedang mendapatkan kesulitan, saya terlupa atas nikmat Allah karena terlalu memikirkan kesusahan					
10	Terkadang saya kurang puas atas nikmat yang sedikit					
11	Saya mengucapkan terima kasih atas pemberian orang lain					
12	Ketika sedang mendapatkan banyak kenikmatan dan kemudahan terkadang saya lupa untuk beribadah kepada Allah atas kenikmatan tersebut					
13	Kenikmatan yang saya peroleh adalah hasil usaha saya sendiri					
14	Ketika mendapat rezeki saya sulit merasakan					

	kepuasan harta					
15	Setiap sholat saya berdzikir sebagai bentuk nikmat yang telah Allah berikan hari ini					
16	Atas nikmat yang saya dapatkan saya mengiringinya dengan kebaikan					
17	Seringkali saya terikir betapa nikmatnya bernafas					
18	Saya merasa bahwa nikmat yang saya peroleh hanya sedikit					
19	Saya mendoakan orang lain yang telah memberikan saya manfaat dan kemudahan					
20	Jika saya mendapatkan suatu nikmat seringkali saya membantu orang lain					

SKALA DUKUNGAN SOSIAL

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Orang-orang bisa menerima kondisi anak saya				
2	Teman-teman saya tidak peduli ketika ada yang menghina kondisi anak saya				
3	Teman-teman saya enggan mendengar keluhan saya				
4	Keluarga ikut memberikan bantuan ketika saya membutuhkan pinjaman uang				
5	Keluarga bersedia menjaga anak saya ketika saya sedang ada acara				
6	Keluarga saya acuh terhadap perkembangan kesehatan anak saya				
7	Orang-orang memaki kondisi anak saya				
8	Teman-teman saya bersedia mendengarkan keluhan saya				
9	Saya berusaha sendiri mencari biaya untuk membiayai anak saya tanpa bantuan dari keluarga				

10	Keluarga merasa keberatan untuk menjaga anak saya ketika saya sedang ada acara				
11	Teman -teman mau memberikan bantuan materil untuk perawatan anak saya				
12	Teman -teman bersedia meminjamkan barang mereka ketika saya membutuhkannya				
13	Keluarga jarang membantu mencari informasi terkait kondisi anak saya yang berkebutuhan khusus				
14	Keluarga tidak memberikan nasehat/solusi kepada saya				
15	Teman -teman mau berbagi informasi tentang kondisi anak saya yang berkebutuhan khusus				
16	Teman -teman saya enggan memberikan pinjaman uang kepada saya ketika saya membutuhkannya				
17	Teman -teman saya enggan meminjamkan barang mereka kepada saya ketika saya membutuhkannya				
18	Keluarga membantu mencari informasi dari berbagai macam sumber agar saya dapat memahami kondisi anak saya				
19	Keluarga saya memberikan solusi untuk menyelesaikan masalah				
20	Teman -teman enggan berbagi informasi tentang kondisi anak saya yang berkebutuhan khusus				
21	Orang -orang menyambut gembira ketika saya hadir dalam acara pertemuan				
22	Orang lain mau meluangkan waktunya untuk berbagi cerita bersama saya				
23	Orang -orang mengabaikan pendapat saya				
24	Teman -teman saya selalu mengajak saya ikut berpartisipasi dalam suatu kegiatan				
25	Orang -orang meminta pendapat saya dalam berbagai macam hal				
26	Saya merasa diabaikan ketika menghadiri acara pertemuan				

27	Orang lain enggan menghabiskan waktu bersama saya				
----	---	--	--	--	--

SKALA DUKUNGAN SOSIAL

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Keluarga kami memiliki keteguhan hati dalam menghadapi tantangan yang ada terkait ABK.				
2	Keluarga kami menjadi lebih sigap atau cekatan dalam menyelesaikan berbagai masalah dan situasi terkait ABK				
3	Kehadiran ABK dan tantangannya membuat kami sekeluarga merasa semakin dekat antar anggota keluarga secara emosional (batin).				
4	Kami tidak menutupi perasaan.				
5	Saat semua anggota berkumpul, kami dapat membicarakan topik apapun				
6	Anggota keluarga kami saling memahami dan saling mengerti tentang kondisi masing-masing.				
7	Kami sekeluarga memahami kondisi masing-masing anggota keluarga.				
8	Kami sekeluarga mendiskusikan tantangan dan penyelesaian masalah tentang ABK dengan tenang.				
9	Keluarga kami hidup saling menyayangi dan mendukung.				
10	Keluarga kami mengusahakan berbagai macam hal untuk perkembangan ABK.				
11	Walaupun keluarga kami memiliki ABK dengan berbagai tantangan, kami tetap dapat hidup rukun.				

12	Kami sekeluarga saling bertukar pikiran untuk menyelesaikan masalah.				
13	Keluarga kami tetap Bersyukur dengan kondisi apapun yang terjadi pada ABK				
14	Keluarga kami berdoa pada Tuhan untuk menguatkan kami menghadapi situasi terkait kondisi ABK.				
15	Keluarga kami memiliki sumber pendukung untuk mencapai optimalisasi perkembangan ABK.				