

**PENGARUH KEBERSYUKURAN TERHADAP OPTIMISME
PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS**



**AFIFA JULIANI
1125121068
Psikologi**

SKRIPSI
Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam
Mendapatkan Gelar Sarjana Psikologi

PROGRAM PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2017

**LEMBAR PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

Pengaruh Kebersyukuran terhadap Optimisme pada Ibu yang Memiliki Anak
Berkebutuhan Khusus

Nama Mahasiswa : Afifa Juliani
Nomor Registrasi : 1125121068
Jurusan/Program Studi : Psikologi

Tanggal Ujian : 15 November 2016

Pembimbing I






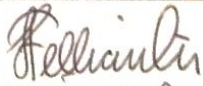
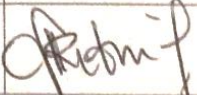
Iriani Indri Hapsari, M.Psi
NIP. 198107262008122003

Pembimbing II



Drs. Herwanto, M.Si
NIP. 196607161992031004

PANITIA SIDANG SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gantina Komalasari, M.Psi (Penanggung jawab)*		9/12/2016
Gumgum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggung jawab)**		9/12/2016
Mira Ariyani, Ph.D (Ketua Penguji)***		8/12/2016
Fellianti Muzdalifah, M.Psi (Anggota)****		7/12/2016
Fitri Lestari Issom, M.Si (Anggota)		07/12/16

Catatan:

- * Dekan FPP
- ** Pembantu Dekan I
- *** Ketua/Sekretaris Program Studi
- **** Dosen Penguji selain pembimbing dan Ketua Program Studi

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Afifa Juliani
Nomor Registrasi : 1125121068
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh Kebersyukuran terhadap Optimisme pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus” adalah:

1. Di buat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Februari sampai dengan bulan Oktober 2016.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah di buat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 28 Oktober
2016

Afifa Juliani

NIM 1125121068

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

*Sebab sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya
sesudah kesulitan ada kemudahan.*

(Q.S Al-Insyirah: 5-6)

Kegagalan adalah kesuksesan yang tertunda

(Afifa Juliani)

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orangtua tercinta saya yang selalu memberikan perhatian, kasih sayang, motivasi, dan doa yang terbaik.

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Program Studi Psikologi, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Afifa Juliani
NIM : 1125121068
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Pendidikan Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

“Pengaruh Kebersyukuran terhadap Optimisme pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat : Jakarta

Pada tanggal : 28 Oktober 2016

Yang Menyatakan

Materai 6000

(Afifa Juliani)

**PENGARUH KEBERSYUKURAN TERHADAP OPTIMISME PADA IBU
YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS**

(2017)

AFIFA JULIANI

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kebersyukuran terhadap optimisme pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Ibu mempunyai peran yang sangat penting bagi anak, terlebih lagi bagi anak berkebutuhan khusus (ABK). Metode penelitian dilakukan dengan pendekatan penelitian kuantitatif dengan skala psikologi. Sampel penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan total sampel sebanyak 80 ibu. Pada instrumen kebersyukuran yang diadaptasi dari kuesioner GRAT-R (*Gratitude Resentment and Appreciation Test-Revised*) sedangkan instrumen optimisme yang digunakan dibuat oleh peneliti dengan menggunakan teori optimisme Seligman. Teknik analisis statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah analisis regresi dengan menggunakan aplikasi SPSS 16.0. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara kebersyukuran terhadap optimisme pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Data yang diperoleh menunjukkan bahwa besar pengaruh kebersyukuran terhadap optimisme adalah 0,276 (27,6%) dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata kunci: Kebersyukuran, Optimisme, dan Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus

**THE INFLUENCE OF GRATITUDE AGAINST OPTIMISM ON THE MOTHER
WHO HAVE A CHILD WITH SPECIAL NEEDS**

(2017)

AFIFA JULIANI

ABSTRACT

This study is gain to know the influence between felling grateful against the optimistic of mother who has children with special needs. As we know, mother has an important responsibility to take care her children especially when she has children with special needs. The method of this study used quantitative research approach with psychology scale. There are 80 mother who has children with special needs become the subject of this study. GRAT-R (Gratitude Resentment and Appreciation Test-Revised) questioners is using to measure feeling grateful variable, while the optimistic variable measured by Seligman theory of optimistic. This study applied SPSS 16.0 software program to test hypothesis of study. The result of this study found that the grateful influenced to the optimistic of mother who has children with special needs. The coefficient correlation of this study is 0,276 which means that the grateful was influenced 27,6% against the optimistic while the rest of them was influenced with other factors.

Keywords: Grateful, optimistic and mother who has children with special needs.

KATA PENGANTAR

Syukur alhamdulillah kehadiran Allah SWT yang telah memberi rahmat dan hidayah-Nya kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh Kebersyukuran terhadap Optimisme pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus”**. skripsi ini di susun sebagai persyaratan untuk mencapai gelar sarjana psikologi di Universitas Negeri Jakarta.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini dapat diselesaikan berkat dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini peneliti menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Gantina Komalasari, M.Psi selaku dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Gumgum Gumelar, M.Si selaku pembantu dekan I Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Mira Ariyani, Ph.D selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Iriani Indri Hapsari, M.Psi selaku dosen pembimbing pertama dalam menyusun skripsi ini yang telah membimbing peneliti dengan memberi arahan, saran, motivasi, waktu dan tenaga selama proses penyusunan skripsi.
5. Bapak Drs. Herwanto, M.Si selaku dosen pembimbing kedua yang telah memberi motivasi dan arahan yang bermanfaat bagi peneliti selama proses penyusunan skripsi.
6. Ibu Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberi nasihat dan arahan yang bermanfaat bagi peneliti selama mengikuti proses perkuliahan.
7. Kedua orangtua tercinta, mama dan papa yang selalu memberikan kasih sayang, doa yang terbaik, motivasi, dan nasihat yang berharga kepada peneliti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini.

8. Kedua saudara kandung yang tercinta, yaitu Kakak Nadzira dan Aldy yang selalu membantu, memberi motivasi, dan mendoakan yang terbaik untuk kelancaran dalam menyelesaikan skripsi.
9. Sahabat-sahabat tercinta peneliti, Dodi Panca Kusuma, Khanifatun Nisa, S.E, Nur Aisyah, S.KM, dan Thesa Yunta Susestya yang telah membantu peneliti dalam mencari responden penelitian, selalu memberi motivasi dan mendoakan yang terbaik hingga skripsi ini selesai.
10. Teman satu bimbingan peneliti, Raidini Putri Hasanah, S.Psi, Sharon Mailangkay, S.Psi, Filzah Faizati, S.Psi, Umdatul Qori, S.Psi, Nuciferagusti, S.Psi, Diah Dwi Hartanti, S.Psi, dan Nisa Amalia, S.Psi yang telah banyak membantu peneliti dalam proses penyusunan skripsi penelitian.
11. Teman peneliti Devi Yundianto, S.Psi, Ikhwan Taufik, S.Psi, Ineke Ratih Amalia, Syifa Nurma Fauzia, Thia Rusbita Palupi, dan Maharani Bunga Nurintan yang selama ini selalu membantu peneliti, memberi motivasi, dan saling mendoakan satu sama lain.
12. Seluruh teman-teman kelas Reguler B 2012 (kelas Hamtaro) tercinta yang selalu memberi motivasi, doa, dan bantuan yang bermanfaat kepada peneliti selama masa perkuliahan dan proses penyusunan skripsi.

Peneliti sepenuhnya menyadari bahwa skripsi ini jauh dari sempurna, oleh karena itu peneliti mengharapkan kritik dan saran untuk perbaikan dan pengembangan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan menambah wawasan bagi kita semua.

Jakarta, 28 Oktober 2016

Peneliti

Afifa Juliani

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN DAN PUBLIKASI.....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	8
1.3 Pembatasan Masalah.....	8
1.4 Rumusan Masalah.....	8
1.5 Tujuan Penelitian.....	9
1.6 Manfaat Penelitian.....	9
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	9
1.6.2 Manfaat Praktis.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Optimisme.....	10
2.1.1 Pengertian Optimisme.....	10
2.1.2 Dimensi Optimisme.....	11
2.1.3 Ciri-ciri Optimisme.....	12
2.1.4 Faktor-faktor Optimisme.....	12
2.1.5 Manfaat Optimisme.....	13
2.2 Kebersyukuran.....	13
2.2.1 Pengertian Kebersyukuran.....	13
2.2.2 Dimensi Kebersyukuran.....	14
2.2.3 Karakteristik Kebersyukuran.....	16
2.2.4 Faktor-faktor Kebersyukuran.....	16
2.2.5 Manfaat Kebersyukuran.....	17
2.2.6 Hambatan Kebersyukuran.....	18
2.3 Anak Berkebutuhan Khusus.....	20
2.3.1 Pengertian Anak Berkebutuhan Khusus.....	20

2.4 Hubungan antara Kebersyukuran dengan Optimisme.....	22
2.5 Kerangka Konseptual.....	24
2.6 Hipotesis.....	25
2.7 Hasil Penelitian yang Relevan.....	25
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
3.1 Tipe Penelitian.....	27
3.2 Identifikasi Dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	27
3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian.....	27
3.2.2 Definisi Konseptual Variabel.....	28
3.2.2.1 Definisi Konseptual Optimisme.....	28
3.2.2.2 Definisi Konseptual Kebersyukuran.....	28
3.2.3 Definisi Operasional Variabel.....	28
3.2.3.1 Definisi Operasional Optimisme.....	28
3.2.3.2 Definisi Operasional Kebersyukuran.....	29
3.3 Populasi dan Sampel.....	29
3.3.1 Populasi.....	29
3.3.2 Sampel.....	29
3.4 Teknik Pengambilan Data.....	30
3.4.1 Instrumen Penelitian Kebersyukuran.....	30
3.4.1.1 Kisi-Kisi Instrumen Kebersyukuran.....	30
3.4.1.2 Tujuan Instrumen Kebersyukuran.....	32
3.4.1.3 Teori Instrumen Kebersyukuran.....	32
3.4.1.4 Populasi Uji Coba Instrumen Kebersyukuran.....	33
3.4.1.5 Modifikasi Instrumen Kebersyukuran.....	35
3.4.1.6 <i>Back-Translation</i> Instrumen Kebersyukuran.....	36
3.4.2 Instrumen Penelitian Optimisme.....	36
3.4.2.1 Konstruksi Teoritik Instrumen Optimisme.....	36
3.4.2.2 Validitas dan Reliabilitas Instrumen Optimisme.....	38
3.4.2.3 Uji Coba Instrumen Optimisme.....	39
3.5 Analisis Data.....	41
3.5.1 Uji Statistik.....	41
3.5.1.1 Statistika Deskriptif	41
3.5.1.2 Uji Normalitas.....	42
3.5.1.3 Uji Linieritas.....	42
3.5.1.4 Uji Kolerasi.....	42
3.5.1.5 Uji Analisis Regresi.....	42
3.5.1.6 Perumusan Hipotesis.....	43
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	44
4.1 Gambaran Responden.....	44
4.1.1 Gambaran Responden Berdasarkan Usia Ibu.....	44
4.1.2 Gambaran Responden Berdasarkan Tempat Tinggal.....	45
4.1.3 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis ABK.....	47
4.1.4 Gambaran Responden Berdasarkan Anak Keberapa.....	49

4.1.5 Gambaran Responden Berdasarkan Usia Anak.....	51
4.2 Prosedur Penelitian.....	52
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	52
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	54
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian.....	55
4.3.1 Data Deskriptif Optimisme.....	55
4.3.1.1 Kategori Optimisme.....	56
4.3.2 Data Deskriptif Kebersyukuran.....	57
4.3.2.1 Kategori Kebersyukuran.....	58
4.3.3 Crosstabs.....	59
4.3.4 Uji Normalitas.....	60
4.3.5 Uji Linieritas.....	61
4.3.6 Uji Kolerasi.....	62
4.3.7 Uji Hipotesis.....	63
4.4 Pembahasan.....	65
4.5 Keterbatasan Penenlitian.....	68
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN.....	69
5.1 Kesimpulan.....	69
5.2 Implikasi.....	69
5.3 Saran.....	70
5.3.1 Ibu yang Memiliki Anak Berkebututhan Khusus.....	70
5.3.2 Masyarakat.....	70
5.3.3 Penelitian Selanjutnya.....	71
DAFTAR PUSTAKA.....	72
LAMPIRAN.....	76
RIWAYAT HIDUP.....	116

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Kisi-Kisi Instrumen Kebersyukuran.....	31
Tabel 3.2 Skoring Butir Skala Kebersyukuran.....	32
Tabel 3.3 Kriteria Reliabilitas Model Rasch.....	34
Tabel 3.4 Kisi-Kisi Uji Coba Instrumen Kebersyukuran.....	35
Tabel 3.5 Kisi-Kisi Instrumen Optimisme.....	37
Tabel 3.6 Skoring Butir Skala Optimisme.....	38
Tabel 3.7 Kriteria Reliabilitas Model Rasch.....	39
Tabel 3.8 Kisi-Kisi Uji Coba Instrumen Optimisme.....	41
Tabel 4.1 Data Distribusi Usia Responden.....	44
Tabel 4.2 Data Distribusi Tempat Tinggal.....	46
Tabel 4.3 Data Distribusi Jenis ABK	48
Tabel 4.4 Data Distribusi Anak Keberapa.....	50
Tabel 4.5 Data Distribusi Usia Anak.....	51
Tabel 4.6 Distribusi Deskriptif Data Optimisme.....	55
Tabel 4.7 Kategorisasi Skor Optimisme.....	57
Tabel 4.8 Distribusi Deskriptif Data Kebersyukuran.....	57
Tabel 4.9 Kategorisasi Skor Kebersyukuran.....	59
Tabel 4.10 Crosstabs.....	60
Tabel 4.11 Uji Normalitas Kebersyukuran dan Optimisme.....	60
Tabel 4.12 Uji Linieritas Kebersyukuran dan Optimisme.....	61
Tabel 4.13 Persamaan Korelasi Kebersyukuran dan Optimisme.....	62
Tabel 4.14 Persamaan Regresi.....	63
Tabel 4.15 Uji Signifikansi.....	64
Tabel 4.16 Indeks Kolerasi Ganda.....	65

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konseptual.....	25
Gambar 4.1 Data Distribusi Usia Responden.....	45
Gambar 4.2 Data Distribusi Tempat Tinggal.....	47
Gambar 4.3 Data Distribusi Jenis ABK.....	49
Gambar 4.4 Data Distribusi Anak Keberapa.....	51
Gambar 4.5 Data Distribusi Usia Anak.....	52
Gambar 4.6 Data Deskriptif Optimisme.....	56
Gambar 4.7 Data Deskriptif Kebersyukuran.....	58
Gambar 4.8 <i>Scatter Plot</i> Linieritas Kebersyukuran dan Optimisme.....	62

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 : Kuesioner Penelitian.....	76
Lampiran 2 : Uji Daya Diskriminasi Aitem.....	85
Lampiran 3 : Reliabilitas Instrumen.....	86
Lampiran 4 : Data Demografi.....	87
Lampiran 5 : Data Deskriptif Statistik Variabel.....	89
Lampiran 6 : Uji Normalitas.....	91
Lampiran 7 : Uji Linieritas Antar Variabel.....	95
Lampiran 8 : Uji Kolerasi.....	95
Lampiran 9 : Uji Hipotesis.....	96
Lampiran 10 : Data Kasar Instrumen Uji Coba.....	97
Lampiran 11 : Data Kasar Instrumen Final.....	99
Lampiran 12 : <i>Informed Consent</i>	101
Lampiran 13 : Surat Expert Judgement.....	102
Lampiran 14 : Surat Izin Penelitian dari Universitas.....	108
Lampiran 15 : Surat Keterangan Penelitian Instansi.....	112
Lampiran 16 : Riwayat Hidup.....	116