

Pengaruh Kebersyukuran terhadap Kesejahteraan Psikologis Orang tua yang memiliki Anak dengan Gangguan Autisme

Doni Irawan^{1*}, Dewi Kamaratih^{2*}

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia.

^{1,2}Email*: doniirawan1870@gmail.com, Email: dk939@umkt.ac.id

Diterima: 18/07/21

Revisi: 27/01/22

Diterbitkan: 19/04/22

Abstrak

Tujuan studi: Mengetahui pengaruh kebersyukuran terhadap kesejahteraan psikologis orang tua yang memiliki anak dengan gangguan autisme.

Metodologi: Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan metode pengumpulan data menggunakan skala kebersyukuran dan skala kesejahteraan psikologis, dengan analisis spss berupa uji regresi, sampel dalam penelitian 50 subjek menggunakan teknik snowball sampling.

Hasil: Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan terkait kebersyukuran terhadap kesejahteraan psikologis. Maka dari itu, orang tua yang bersyukur akan semakin tinggi kesejahteraan psikologisnya.

Manfaat: Memberikan informasi dan pengetahuan yang dibutuhkan dan menjadikan sebagai studi literatur.

Abstract

Study objective: Knowing whether gratitude affects psychological well-being.

Methodology: This study uses quantitative methods with data collection methods using a gratitude scale and psychological well-being scale, with SPSS analysis in the form of regression testing, the sample in this study was 50 subjects using snowball sampling technique.

Results: The results of this study indicate that there is a significant effect of gratitude on psychological well-being. Therefore, grateful parents will have higher psychological well-being.

Benefits: Provides the information and knowledge needed and makes it a literature study.

Kata kunci: Kebersyukuran, Kesejahteraan psikologis, Orang tua, Anak autisme

1. PENDAHULUAN

Setiap orang tua pastinya menginginkan mempunyai anak yang sehat, cerdas, serta baik dan normal perkembangannya adalah keinginan setiap orang tua. Namun, pada kenyataannya tidak semua anak tumbuh dengan kondisi mental dan fisik yang selalu baik. Sesuatu terjadi pada keadaan anak memperlihatkan gejala masalah perkembangan sejak usia dini. Orang tua akan membawa anak tersayang ini ke dokter, dokter anak, psikiater anak atau psikolog dan betapa terkejutnya bila ternyata gejala anak menunjukkan bahwa anak termasuk anak yang mengalami gangguan perkembangan yang disebut autisme (Taufiq, 2005). Hasil penelitian (Sa'diyah, 2016) menunjukkan bahwa orang tua mempunyai peran dan tanggung jawab yang besar dalam proses pengasuhan dan penanganan anak autisme. Namun secara teknis dan emosi, orang tua yang menempati posisi paling penting dalam penerimaan dan kesiapan dalam mengasuh anak autisme. (Nainggolan & Hidajat, 2013) mengatakan bahwa kesejahteraan psikologis orang tua yang tidak terpenuhi secara optimal akan berpengaruh pada hubungan antar personal, interaksi sosial dengan orang lain dan terkait kepuasan hidup. Memiliki anak dengan gangguan autisme dimana kondisi tersebut tidaklah sesuai dengan keinginan dan harapan orang tua dan menimbulkan rasa malu, takut dengan penghinaan oleh orang sekitar dikarenakan memiliki anak yang berkebutuhan khusus berbeda pada anak umumnya (Faradina, 2016). Kesejahteraan psikologis orang tua yang tidak terpenuhi secara optimal akan berpengaruh pada hubungan antar personal, interaksi sosial dengan orang lain dan terkait kepuasan hidup Nainggolan & Hidajat (2013). Menurut pemerintah kota Samarinda dari 3 tahun terakhir menunjukkan bahwa jumlah anak dengan gangguan autisme mengalami peningkatan, tahun 2014 sebanyak 263 orang, tahun 2015 sebanyak 294 orang, tahun 2016 sebanyak 305 orang. Data tersebut membuktikan bahwasanya dari tahun ke tahun mengalami peningkatan (Mulawarman, Rokhmansyah & Widarwati, 2016). (Melati & Levianti, 2013) menjelaskan bahwasanya orang tua ialah menjadi salah satu tempat bergantungnya untuk anak sertamenjadi tokoh dalam menjalani kehidupan. Ayah dan ibu wajib berkontribusi memberikan support yang maksimal dan tanggung jawab terhadap anaknya secara berkelanjutan dalam proses kehidupan. Orang tua berperan sebagai pemberi dukungan dalam memenuhi kebutuhan anak, menjadi guru serta pengasuh yang merawat anak. Hal tersebut disertai kewajiban dalam meningkatkan perkembangan pada kemampuan. Interaksi, panca indra, bersosial, motorik halus/kasar, daya piker dan pada aspek lainnya didalam proses kehidupan. Agar para orangtua

dapat memaksimalkandalam proses tumbuh kembang anak, hal ini menjadi alasan pentingnya mempunyai kesejahteraan psikologis yang baik . Memiliki anak dengan gangguan autisme dimana kondisi tersebut tidaklah sesuai dengan keinginan dan harapan orang tua dan menimbulkan rasa malu, takut dihina oleh orang lain karena memiliki anak yang tidak normal pada anak umumnya (Faradina, 2016).

1.1. Kebersyukuran

Dalam bahasa arab syukur yaitu bentuk campuran dari kata kerja syakara-yaskuru-syukran-wa Syukuran-wa syukuran. Kata kerja ini berasal dari huruf syin, kaf, dan ra dan mengandung arti seperti "memuji kebaikan" dan "penuh sesuatu"(Syarbini,2011).Kebersyukuran dapat juga diartikan sebagai kecenderungan umum untuk mengenali dan merespon atas bantuan yang diberikan seseorang melalui pengalaman yang positif atas hasil yang didapatkan.

Di dalam kebersyukuran terdapat teori yang disebut sebagai Teori *The Gratitude Diposition*, yaitu (McCullough, 2002):

- a. *Intensity*, Dari segi kekuatan, mereka yang bersyukur memiliki pengalaman yang lebih positif dari pada mereka yang tidak bersyukur.
- b. *Frequency*, adalah orang yang memiliki sikap selalu berterima kasih, selalu bersyukur setiap harinya dan rasa berterima kasih didapatkan karena kebaikan kecil atau kesopanan dari lingkungannya.
- c. *Span*, sesuatu banyaknya hal-hal yang harus diterima atau disyukuri dalam kehidupan seperti memiliki keluarga, memiliki pekerjaan, memiliki kesehatan yang baik, dan selalu menerima kehidupan yang ada tanpa mengeluhkan.
- d. *Density*, berpatokkan pada jumlah seseorang yang dapat mempengaruhinya atas kehadirannya untuk memberikan dampak positif dalam kehidupan individunya.

Watkins (2014) menjabarkan ada 3 dimensi tersebut merupakan pilar karakteristik orang-orang yang bersyukur.

- a. Mengarahkan pada kondisi seseorang yang merasakan bahwa hidupnya selalu melimpah dan diberikan anugerah. Individu tidak merasa kekurangan satu apapun. Individu juga merasakan bahwa dirinya telah menerima lebih dari apa yang berhak diterimanya atau disebut Sense of abundance.
- b. Appreciation of simple pleasure merupakan bentuk penghargaan dalam diri terkait dengan pengalaman-pengalaman maupun hal-hal yang telah dilakukan dalam hidupnya walaupun sifatnya sangat sederhana .
- c. Mengarahkan bentuk penghargaan individu terhadap individu lain sebagai bentuk respon terhadap kontribusi yang sudah diberikan orang lain tersebut. Selain itu, individu yang bersyukur harus menyadari bahwa memberikan apresiasi merupakan hal yang penting bias juga disebut Appreciation of others.

1.2. Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis yaitu mempunyai potensi psikologis dan situasi ketika seseorang individu dapat menerima kelemahan dan kekuatan dari siapa saja, mempunyai tujuan dalam hidupnya, dapat mengembangkan hubungan yang positif dengan orang lain, dapat menjadikan dirinya hidup yang mandiri, serta mampu mengendalikan lingkungannya, dan terus tumbuh secara pribadi yang ingin dicapai dalam tujuan hidupnya (Ryff , 1989).

kesejahteraan psikologis menjadi enam aspek yaitu :

a. Penerimaan diri

Penerimaan diri merupakan cara individu menerima dirinya dan pengalamannya. Tanpa menerima diri, individu akan menunjukkan sikap yang baik dan positif terhadap dirinya sendiri, baik positif maupun negatif. Ini meningkatkan penerimaan diri yang positif dan toleransi terhadap kekecewaan dan pengalaman yang tidak menyenangkan. Penerimaan diri juga dapat dipahami sebagai fitur realisasi diri, fungsi optimal dan pematangan sepanjang hidup.

b. Hubungan positif dengan orang lain

Kemampuan untuk membangun hubungan dengan orang lain, membangun hubungan berdasarkan kepercayaan, dan memiliki rasa mengerti dan kasih sayang yang kuat. Hubungan ini bukan hanya membangun hubungan dengan orang lain untuk memenuhi kebutuhan psikologis, hubungan ini juga melibatkan pengalaman diri sebagai metafisik, dan kemampuan untuk mengintegrasikan identitas individu dengan orang lain dan menghindari rasa terisolasi dengan kesepian terkait.

c. Otonomi

(Ryff,1955) mengungkapkan individu yang mempunyai otonomi yang tinggi mampu membuat keputusan bagi dirinya, dapat diartikan mampu membiarkan tekanan sosial, orang yang memiliki otonomi rendah akan mengevaluasi dirinya melalui pandangan orang lain dan menyesuaikan diri terhadap tekanan sosial yang dirasakan.

d. Penguasaan Lingkungan

Kemampuan dalam menentukan dan menciptakan lingkungan berdasarkan keadaan psikologis. Pendapat dari(Ryff, 1955), mereka yang akrab dengan lingkungan adalah mereka yang mahir, akrab dengan pengelolaan lingkungan, mengelola kegiatan eksternal yang kompleks dan memanfaatkan secara efektif peluang yang disajikan oleh lingkungan. Membangun lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dan keyakinan pribadi Anda. Oleh karena itu, tingkat lingkungan yang buruk akan mempersulit pengembangan lingkungan, mengenali peluang yang dibawa oleh lingkungan, dan kehilangan kendali atas dunia luar.

e. Tujuan Hidup

Perlunya mempunyai perencanaan, kemauan, dan perasaan bahwa hidup mereka diarahkan pada suatu tujuan yang telah ditentukan. Hal tersebut untuk membuat hidup menjadi bermakna. (Ryff, 1955) berpendapat bahwa setiap manusia dengan tujuan hidup yang baik memiliki tujuan dan arah hidup, memiliki makna unik dari pengalaman hidup sekarang dan masa lalu, dan memiliki keyakinan khusus yang memandu hidup. Sebaliknya, orang tidak memiliki tujuan dalam hidup, sedikit keinginan dan tidak ada arah kehidupan yang jelas dalam hidup, tidak ada pengalaman masa lalu dan tidak ada bakat untuk membuat hidup bermakna.

f. Pertumbuhan Pribadi

Sejauh mana individu dapat terus menerus mengembangkan potensinya, tumbuh dan sejahtera sebagai manusia. Kemampuan ini adalah ide seseorang untuk lebih memperkuat keadaan batin alami. Manusia memiliki kelebihan dalam menghadapi dan melawan rintangan di luar. Jadi, pada akhirnya, kita tidak hanya mengikuti aturan moral, tetapi juga berusaha meningkatkan kebahagiaan.

1.3. Gangguan Autisme

Autisme adalah suatu jenis kelompok dari gangguan perkembangan pada anak. Menurut (Veskarisyanti, 2008) dalam bahasa Yunani dikenal kata autis, "auto" berarti sendiri ditujukan pada individu ketika menunjukkan gejala hidup dalam dunianya sendiri atau mempunyai dunia sendiri. Autisme pertama kali ditemukan oleh Leo Kanner pada tahun 1943. Kanner mendeskripsikan gangguan ini sebagai ketidakmampuan untuk berinteraksi dengan orang lain maupun orang tua, gangguan berbahasa yang ditunjukkan dengan penguasaan bahasa yang tertunda, echolalia, pembalikan kalimat, adanya aktivitas bermain repetitive dan stereotype, rute ingatan yang kuat dan keinginan obsesif untuk mempertahankan keteraturan di dalam lingkungannya. Teori terkait autisme juga banyak diurai dalam buku DSM V (Diagnostic And Statistical Manual of Mental Disorders fifth edition). Menurut DSM V, autisme yaitu gangguan perkembangan pada komunikasi dan interaksi dalam hubungan sosial serta adanya perilaku abnormal yang jelas dan adanya keterbatasan pola perilaku dalam aktivitasnya (American Psychiatric Association, 2013). American Psychiatric Association, melakukan perubahan DSM-IV-TR pada tahun 2013 menjadi Diagnostic Manual of Mental Disorder-5 atau disebut dengan (DSM-5). Definisi gangguan perkembangan pervasif tidak lagi digunakan, diganti dengan autism spectrum disorders (ASD) atau gangguan spektrum autisme (GSA). Berdasarkan DSM-5 gejala GSA hanya dibagi menjadi 2 yaitu: 1) gangguan komunikasi sosial atau interaksi sosial, 2) adanya perilaku restriktif (terbatas) dan repetitive (berulang-ulang). Gangguan spektrum autisme, mencerminkan karakteristik klinis yang luas, tidak lagi dibagi menjadi beberapa subtype.

2. METODOLOGI

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif regresi. Penelitian kuantitatif salah satu jenis penelitian yang spesifikasinya mempunyai spekulasi tersistematis, terencana dan terstruktur dengan jelas sejak awal hingga pembuatan desain penelitiannya. Metode penelitian kuantitatif, sebagaimana dikemukakan oleh (Sugiyono, 2011) digunakan untuk meneliti pada sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan dan menggunakan skala kebersyukuran dan skala kesejahteraan psikologis. Dalam Penelitian ini menggunakan teknis pengambilan sampel yaitu *snowball sampling*. *Snowball sampling* adalah cara mengambil sampel yang berantai semisalnya mendapatkan sampel pertama akan tetapi sampel yang kedua didapatkan dari sampel pertama dan sampai seterusnya sampai sesuai dengan sampel yang dibutuhkan, adapun sampel dalam penelitian adalah orang tua yang memiliki anak dengan gangguan autisme.

3. HASIL DAN DISKUSI

Berikut dipaparkan hasil penelitian. Pada tabel 1. berisi hasil kategorisasi pengukuran skala kebersyukuran, Pada tabel 2. berisi hasil kategorisasi pengukuran skala kesejahteraan psikologis. Pada tabel 3. berisi hasil analisis uji regresi.

Tabel 1: Hasil Kategorisasi Pengukuran Skala Kebersyukuran

No	Interval	Kategori	Mean	N	Presentase(%)
1.	$121,8 \leq x \leq 145$	SangatTinggi		19	38%
2.	$98,6 \leq x \leq 121,8$	Tinggi		13	26%
3.	$75,4 \leq x \leq 98,6$	Sedang	109,18	18	36%
4.	$52,2 \leq x \leq 75,4$	Rendah		0	0%
5.	$29 \leq x \leq 52,2$	SangatRendah		0	0%
	Jumlah			50	100%

SD=19,233 Min = 80 Max= 145

Tabel 2 :Kategorisasi Hasil Pengukuran Skala Kesejahteraan Psikologis

No	Interval	Kategori	Mean	N	Presentase (%)	
1.	151,2 < x < 180	Sangat Tinggi		21	42%	
2.	122,4 < x < 151,2	Tinggi		16	32%	
3.	93,6 < x < 122,4	Sedang	139,28	11	22%	
4.	64,8 < x < 93,6	Rendah		2	4%	
5.	36 < x < 64,8	Sangat Rendah		0	0%	
Jumlah				50	100%	
		SD = 22,042	Min = 89	Max = 180		

Tabel 3 :Hasil Uji Regresi

ModelSummary

Model	R	RSquare	Adjusted RSquare	Std. Errorof theEstimate	ChangeStatistics				
					R SquareChange	F Change	df1	df2	Sig.FChange
1	.917 ^a	.841	.838	8.884	.841	253.611	1	48	.000

a.Predictors:(Constant),Kebersyukuran

Sumber:Dataprimeryangdiolah,2021

Dari [tabel 1](#).dapat dilihat bahwa subjek termasuk ke dalam tiga kelompok kategori kebersyukuran. Tampak 38% subjek memiliki skor kebersyukuran yang berada pada kategori sangat tinggi, 26% berada pada kategori tinggi, 36% berada pada kategori sedang. Berdasarkan rata-rata sebesar 109,18 dapat dikatakan bahwa rata-rata orang tua yang memiliki kebersyukuran pada kategori tinggi.Dari [tabel 2](#). dapat dilihat bahwa subjek termasuk ke dalam empat kelompok kategori kesejahteraan psikologis. Tampak 42% subjek memiliki skor kebersyukuran yang berada pada kategori sangat tinggi, 32% berada pada kategori tinggi, 22% berada pada kategori sedang, 2% pada kategori rendah. Berdasarkan rata-rata sebesar 139,28 dapat dikatakan bahwa rata-rata orang tua yang memiliki kesejahteraan psikologis pada kategori tinggi. Pada [tabel 3](#).diperoleh nilai koefisien regresi (R-Square) sebesar 0,838 sehingga dapat dinyatakan bahwa sekitar 84,1% dari total keseluruhan variabel independent mempengaruhi variabel dependent, sisanya 15,9 % dipengaruhi oleh variabel independent yang lain selain kesejahteraan psikologis.Terdapat pengaruh yang positif antara kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis. Artinya makin tinggi kebersyukuran seseorang maka makin tinggi kesejahteraan psikologis yang dimiliki orangtua, dan makin rendah kebersyukuran yang dimiliki orangtua maka makin rendah kesejahteraan psikologis yang dimilikinya.

Pada skala kebersyukuran menunjukkan dari 50 orang tua, orang tua dengan kebersyukuran sangat tinggi 38%. Hal tersebut menunjukkan bahwa jumlah orang tua dengan tingkat kebersyukuran sangat tinggi lebih besar dibandingkan dengan tingkat kebersyukuran orang tua sedang dan tinggi. Hal tersebut berarti bahwa orang tua dengan kebersyukuran sangat tinggi terlihat dari aspek kebersyukuran menurut [McCullough \(2002\)](#)yaitu *intesitas* yang artinya mampu menerima keadaan yang ada, *frequency* yang artinya seberapa sering seseorang mampu menerima keadaan, *span* yang artinya peristiwa-peristiwa yang dapat diterima dan *density* yang artinya kehadiran seseorang yang membuat untuk bersyukur.

Pada skala kesejahteraan psikologis menunjukkan dari 50 orang tua memiliki kesejahteraan psikologis sangat tinggi yaitu 41%. Hal tersebut bahwa orang tua yang memiliki kesejahteraan psikologis sangat tinggi terlihat dari aspek kesejahteraan psikologis menurut Ryff (1989) yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, dan tujuan hidup.

Menurut McCullough, (2001) berpendapat bahwa rasa syukur mampu membangkitkan emosional yang disebabkan oleh sesuatu yaitu perilaku moral yang ada dalam dirinya. Dalam definisi ini, rasa syukur dianggap sebagai emosi moral, sama seperti kasih sayang, kasih sayang, rasa malu, dan rasa bersalah. Individu memiliki kesempatan untuk menghadapi bencana yang dapat merugikan orang lain, mereka akan memiliki empati dan simpati; ketika seseorang gagal menjalankan tugasnya sesuai standar, mereka akan memiliki rasa bersalah dan malu dan ketika seseorang beritikad baik, akan menghasilkan rasa syukur. Kesejahteraan psikologis yaitu mempunyai potensi psikologis dan situasi ketika seseorang individu dapat menerima kelemahan dan kekuatan dari siapa saja, mempunyai tujuan dalam hidupnya, mengembangkan hubungan positif dengan orang lain, dapat menjadi pribadi yang mandiri, serta mampu mengendalikan lingkungannya, dan terus tumbuh secara pribadi yang sesuai dalam tujuan hidupnya (Ryff, 1989).

Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa Kebersyukuran sangat mempengaruhi kesejahteraan psikologis, artinya semakin bersyukur maka tingkat kesejahteraan psikologis semakin tinggi, akan tetapi dalam penelitian ini memiliki kekurangan yang dimana pada wawancara awal peneliti melakukan wawancara dengan satu orang tua yang memiliki anak dengan gangguan autisme mengatakan bahwa dirinya belum bisa menerima keadaan yang terjadi termasuk memiliki anak dengan gangguan autisme. Namun, setelah pengambilan data dan melakukan analisis menunjukkan bahwa tingkat kebersyukuran orang tua sangat tinggi maka dari itu kesejahteraan psikologis tinggi, hal ini disebabkan karena peneliti melakukan pengambilan data pada komunitas orang tua yang memiliki anak dengan gangguan autisme sedangkan yang di wawancarai adalah orang tua yang tidak mengikuti komunitas orang tua yang memiliki anak autisme ini bisa menjadi kelemahan dalam penelitian ini karena latar belakang penelitian ini mengungkapkan tingkat kebersyukuran orang tua rendah maka dari itu perlunya melakukan penelitian ini untuk membuktikan fenomena-fenomena yang terjadi dalam penelitian ini. Hasil penelitian Sa'diyah (2016) menunjukkan bahwa orang tua mempunyai peran dan tanggung jawab yang besar dalam proses pengasuhan dan penanganan anak autisme. Orang tua dalam penelitian ini sudah mampu bersyukur sehingga kesejahteraan psikologisnya sangat tinggi, ini sangat berpengaruh karena sesuai dengan aspek-aspek dari kebersyukuran sudah jelas, dan aspek-aspek dari kesejahteraan psikologis saling berkesinambungan satu sama lain.

4. KESIMPULAN

Hasil dari penelitian didapatkan bahwa kebersyukuran mempengaruhi kesejahteraan psikologis orang tua yang memiliki anak dengan gangguan autisme. Semakin tinggi tingkat kebersyukuran maka semakin tinggi juga kesejahteraan psikologis orang tua yang memiliki gangguan autisme.

SARAN DAN REKOMENDASI

Semoga penelitian ini dapat bermanfaat sebagai referensi untuk melakukan penelitian yang berhubungan dengan penelitian ini serta dapat mengembangkan atau menyempurnakan penelitian ini dengan menggali lebih dalam informasi-informasi lain mengenai kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat memperluas cakupan populasi dan sampel penelitian, memilih sampel dengan karakteristik yang lebih spesifik, kemudian harapannya agar dapat memaksimalkan waktu pelaksanaan proses pengambilan data. Kekuatan penelitian ini adalah telah terbuktinya bahwa adanya pengaruh kebersyukuran terhadap kesejahteraan psikologis orang tua dengan anak yang memiliki gangguan autisme. Minimnya referensi atau penelitian yang membahas mengenai kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis maka, bagi peneliti selanjutnya hasil penelitian ini dapat menjadi referensi terbaru terkait kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis.

Orang tua diharapkan mengikuti komunitas orang tua yang memiliki anak dengan gangguan autisme, agar mendapatkan masukan-masukkan positif yang bersifat edukatif sehingga selalu mampu menerima keadaan yang ada. Saran untuk fakultas psikologi penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dan referensi jika diperlukan, dalam memperhatikan pentingnya ilmu mengenai kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis agar dapat mengembangkan layanan psikologi yang ada di Umkt bagi orang tua yang memiliki anak dengan gangguan autisme. Bentuk dari layanan psikologi yang dapat dilakukan dalam penerapannya seperti penyelenggaraan kegiatan berupa seminar, sosialisasi dan membuat poster-poster edukasi terkait kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis bagi orang tua yang memiliki anak dengan gangguan autisme.

REFERENSI

- Faradina.(2016). Penerimaan Diri Pada orang Tua yang Memiliki Anak Autis. Prodi Psikologi. Fakultas Fisipol. Universitas Mulawarman.
- McCullough, Tsang, & Emmons. (2002). The Grateful Disposition : A Conceptual And Empirical Topography. *Journal Psychological Bulletin*.
- Melati & Levianti. (2013). Pola Asuh Orang tua terhadap Anak Autisme. *Jurnal Psikologi*.
- Mulawarman, G. M. Rokhmansyah, A. Widarwati. (2016). Profil Anak Berkebutuhan Khusus. Provinsi Kalimantan Timur.Samarinda:Kementrian pemberdayaan perempuan dan perlindungan anak RI dan Badan PP&KB Provinsi Kalimantan Timur.
- Nainggolan, NJ, & Hidajat, LL. (2013). Profil Kepribadian dan Psychological WellBeing Caregiver Skizofrenia'. *Jurnal Ilmiah Psikologi*.
- Nainggolan, NJ, & Hidajat, LL. (2013). Profil Kepribadian dan Psychological WellBeing Caregiver Skizofrenia'. *Jurnal Ilmiah Psikologi*.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychological*.
- Ryff, C. D. (1999). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychological*.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Sa'diyah.(2016). Kesejahteraan Psikologis Pada Ibu yang Memiliki Anak Autis. *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Syarbini. (2011). Syukur Dalam Pandangan Islam. *Jurnal Islam*.
- Taufiq. (2005). Gambaran Orang Tua Memiliki Anak Gangguan Autisme. *Jurnal Ilmiah Psikologi*.
- Veskarisyanti, Galih, A. 2008. 12 Terapi Autis Paling Efektif dan Hemat Untuk Autisme. Yogyakarta: Pustaka Angrek.
- Watkins, P.C., Woodward, K., Stone, T., Kolts, R.L. (2003). Gratitude and happiness development of a measure of gratitude, and relationships with subjective. Well-being. *Social and personality*.