

**HUBUNGAN PENERIMAAN DIRI PADA ORANG TUA YANG  
MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DENGAN  
KEBAHAGIAAN DI RRABK ( RUMAH RAMAH ANAK  
BERKEBUTUHAN KHUSUS) SIANTAR**

**SKRIPSI**

**OLEH:**

**YUNASYA PRADITA SHABIL**

**20.8600.315**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 8/10/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber  
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area  
Access From (repository.uma.ac.id)8/10/24

**HUBUNGAN PENERIMAAN DIRI PADA ORANG TUA YANG  
MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DENGAN  
KEBAHAGIAAN DI RRABK (RUMAH RAMAH ANAK  
BERKEBUTUHAN KHUSUS) SIANTAR**

**SKRIPSI**

*Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh*

*Gelar Sarjana di Fakultas Psikologi*

*Universitas Medan Area*



**Oleh :**

**YUNASYA PRADITA SHABIL**

**20.860.0315**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 8/10/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber  
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area  
Access From (repository.uma.ac.id)8/10/24

**HALAMAN PENGESAHAN**

Judul Skripsi : Hubungan Penerimaan Diri Orang Tua Yang Memiliki  
Anak Berkebutuhan Khusus Dengan Kebahagiaan di  
RRABK (Rumah Ramah Anak Berkebutuhan Khusus)  
Siantar

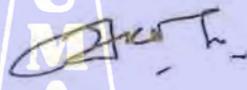
Nama : Yunasya Pradita Shabil

NPM : 208600315

Fakultas : Psikologi

Disetujui Oleh,

Komisi Pembimbing



**Nurmaida Irawani Siregar, S.Psi, M.Si, Psikolog**  
Pembimbing



**Dr.Siti Aisyah, S.Psi, M.Psi, Psikolog**  
Dekan

**Faadhil, S.Psi, M.Psi, Psikolog**  
Ka. Prodi

Tanggal Lulus : 30 Agustus 2024

## HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi ini yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan pengaturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.



Medan, 30 Agustus 2024



Yunasya Pradita Shabil

20.860.0315

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Medan Area, saya bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yunasya Pradita Shabil

NPM : 208600315

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**“Hubungan Penerimaan Diri Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus Dengan Kebahagiaan di RRABK (Rumah Ramah Anak Berkebutuhan Khusus) Siantar”.**

Dengan Hak Bebas Royalti Non eksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan

Pada tanggal : 30 Agustus 2024



Yang Menyatakan

(Yunasya Pradita Shabil)

## MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Dia mendapat (pahala) dari (kebijakan) yang dikerjakannya dan mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya.”

(Q.S Al-Baqarah : 286)

"Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan."

(Q.S Al-Insyirah, 94: 5-6)

"Selalu ada harga dalam sebuah proses. Nikmati saja lelah-lelah itu. Lebarkan lagi rasa sabar itu. Semua yang kau investasikan untuk menjadikan dirimu serupa yang kau impikan, mungkin tidak akan selalu berjalan lancar. Tapi gelombang-gelombang itu yang bisa kau ceritakan."

(Boy Candra)

*"god have perfect timing, never early, never late. It takes a little patience and it takes a lot of faith, but it's a worth the wait."*

"Orang lain gak akan paham struggle dan masa sulitnya kita, yang mereka ingin tahu hanya bagian success storiesnya aja. Jadi berjuanglah untuk diri sendiri meskipun gak akan ada yang tepuk tangan. Kelak diri kita di masa depan akan sangat bangga dengan apa yang kita perjuangkan hari ini, Jadi tetap berjuang ya."

## ABSTRAK

### HUBUNGAN PENERIMAAN DIRI PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DENGAN KEBAHAGIAAN DI RRABK (RUMAH RAMAH ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS) SIANTAR

Oleh:

Yunasya Pradita Shabil

20.860.0315

Email : [yunasyapradita@gmail.com](mailto:yunasyapradita@gmail.com)

Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada hubungan antara penerimaan diri pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan kebahagiaan. Hipotesis yang diajukan yaitu ada hubungan penerimaan diri dengan kebahagiaan pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus dengan asumsi bahwa semakin tinggi penerimaan diri orang tua maka akan tinggi pula kebahagiaan, sebaliknya semakin rendah penerimaan diri orang tua maka akan semakin rendah pula kebahagiaannya. Penelitian ini melibatkan 65 orang tua di RRABK Siantar. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *accidental sampling*. Data-data dikumpulkan melalui penyebaran kuisioner dan dianalisis secara kuantitatif. Metode Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan fasilitas program SPSS dengan Teknik korelasi *product moment* dari *pearson*. Hasil penelitian menunjukkan koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,495$ , dengan Signifikan  $p = 0,001 < 0,05$ . Dan berdasarkan nilai koefisien determinan  $(r^2) = 0,245$  Ini menunjukkan bahwa Penerimaan diri berdistribusi sebesar 24.50% terhadap Kebahagiaan. Kajian ini menyimpulkan bahwa ada hubungan antara penerimaan diri pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan kebahagiaan. Maka hipotesis yang diajukan pada penelitian ini diterima.

**Kata Kunci: Penerimaan Diri , Anak Berkebutuhan Khusus, Kebahagiaan**

**ABSTRACT**

**THE CORRELATION BETWEEN SELF-ACCEPTANCE OF PARENTS  
WITH SPECIAL NEEDS CHILDREN AND HAPPINESS AT RRABK  
(RUMAH RAMAH ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS) SIANTAR**

**BY:  
YUNASYA PRADITA SHABIL  
NPM: 20.860.0315**

*This research aimed to determine whether there was a correlation between self-acceptance in parents with special needs children and happiness. The proposed hypothesis was that there would be a correlation between self-acceptance and happiness in parents with special needs children, with the assumption that the higher the self-acceptance of the parents, the higher their happiness, and vice versa, the lower their self-acceptance, the lower their happiness. The study involved 65 parents at RRABK Siantar. The sampling technique used in this research was accidental sampling. Data were collected through questionnaires and analyzed quantitatively. The data analysis method used was Pearson's product-moment correlation test, processed using SPSS. The results showed a correlation coefficient of  $r_{xy} = 0.495$ , with a significance level of  $p = 0.001 < 0.05$ . Based on the coefficient of determination ( $r^2 = 0.245$ ), this indicated that self-acceptance contributed 24.50% to happiness. This study concluded that there was a correlation between self-acceptance in parents with special needs children and happiness. Therefore, the proposed hypothesis in this research was accepted.*

**Keywords:** *Self-Acceptance, Special Needs Children, Happiness*



## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan pada tanggal 01 juli 2003 di Pangkalan Dodek. Penulis merupakan putri sulung dari Bapak Aiptu Nasril Chaniago dan Ibu Yulina Dwi Hastuty, S.Kep, Ners, M.Biomed. Penulis merupakan anak pertama dari tiga bersaudara.

Pada tahun 2007 sampai dengan 2008 penulis TK di Mickey & Minnie, san pada tahun 2008 sampai dengan 2014 penulis bersekolah dasar di SD Tunas Harapan Islam, pada tahun 2014 sampai dengan 2017 penulis bersekolah di MTs Hifdzil Quran Yayasan Islamic Centre Sumatera Utara dan pada tahun 2020 penulis lulus dari MAS Tahfidzil Quran Islamic Centre Sumatera Utara dan pada tahun yang sama terdaftar sebagai salah satu mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Penulis sering mengikuti kegiatan antar sekolah maupun luar sekolah, mulai dari SD hingga MA penulis sering mewakili sekolah untuk olimpiade sains, dan beberapa kali memenangkan lomba acapella antar sumbagut, paduan suara dan vocal grup SMA se Kota Medan.

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT Yang Maha Esa atas segala hikmah dan karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Adapun judul dari penelitian ini adalah Hubungan Penerimaan Diri Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus Dengan Kebahagiaan di RRABK (Rumah Ramah Anak Berkebutuhan Khusus) Siantar. Skripsi ini disusun berdasarkan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Peneliti menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan dan kerjasama yang baik dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Yayasan Haji Agus Salim Universitas Medan Area, kemudian peneliti mengucapkan terima kasih kepada Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M. Sc selaku Rektor Universitas Medan Area, kemudian peneliti mengucapkan terima kasih kepada Ibu Dr. Siti Aisyah, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Kemudian peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Nurmaida Irawani Siregar, S.Psi, M.Si, Psikolog selaku dosen pembimbing peneliti, yang dalam beberapa waktu belakangan ini membantu peneliti dalam membagikan waktu dan masukan yang diberikan kepada peneliti selama penelitian ini berlangsung, dan terima kasih juga karena Ibu telah memberikan peneliti beberapa motivasi dan semangat demi berlangsungnya pengerjaan skripsi ini. Terima kasih kepada ibu Maqhfirah DR, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku Ketua penguji, ibu Findy Suri N, S.Psi, M.Si selaku penguji II dan

ibu Sairah, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku sekretaris dalam sidang saya yang telah memberikan banyak saran serta masukan untuk menyempurnakan skripsi ini.

Terima kasih kepada Yayasan RRABK (Rumah Ramah Anak Berkebutuhan Khusus) Siantar, terkhusus Ibu Erlina Sri Hawani Sinaga, S.K.M yang telah mengizinkan saya mengambil data penelitian dan membantu saya dalam penulisan skripsi ini.

Sebagai ungkapan terima kasih, skripsi ini peneliti persembahkan kepada Ayah Bunda tercinta, cinta pertama dan panutanku, Ayahanda Aiptu Nasril Chaniago dan Ibunda Yulina Dwi Hastuty, S.Kep, Ners, M.Biomed. dua orang yang sangat berjasa dalam hidup penulis. yang selalu mendoakan kebaikan kepada anak anaknya, terima kasih atas Kasih Sayang, Cinta, Kepercayaan, Dukungan, Motivasi dan segala bentuk yang telah diberikan, sehingga peneliti merasa terdukung disegala pilihan dan keputusan yang diambil oleh penulis.

Peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada yang tersayang, kedua saudara kandung saya Yunashyfa Azzura Balqis dan Yunasfira Aurellia Uzza. . Dan kepada seluruh keluarga besar Alm. H. Ngatio, Terima kasih atas doa dan dukungannya kepada penulis selama pembuatan skripsi ini.

Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada pemilik NIM (0301203149) yang telah menemani, meluangkan waktu dan tenaga, juga mendengarkan keluh kesah peneliti dan memberikan semangat kepada peneliti untuk segera menyelesaikan pengerjaan skripsi ini dan senantiasa sabar menghadapi peneliti, terima kasih telah menjadi bagian perjalanan saya hingga penyusunan skripsi ini.

Peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada sahabat-sahabat saya, Fatihah, Fathia, Ilmi, Khotimah, Zakiyah, Syahla, Sarah, Dora, Ajeng, Agnes, Manda, Angel, Ratna, Putra, Putpat, Sabina, Vahda dan cici liana yang selalu memberikan hiburan, dukungan, dan semangat hingga peneliti dapat sabar selama menjalani perkuliahan.

Saya sebagai peneliti memohon maaf atas segala kesalahan yang pernah saya lakukan baik dalam penulisan skripsi ini maupun pada saat perkuliahan berlangsung. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan dapat mendorong para peneliti selanjutnya untuk melaksanakan penelitian-penelitian berikutnya.

Medan, 30 Agustus 2024

Penulis

Yunasya Pradita Shabil

NPM 208600315

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....</b>	<b>v</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>ix</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xviii</b>
<b>PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang Masalah .....	1
1.2. Rumusan Masalah .....	9
1.3. Tujuan Penelitian .....	9
1.4. Hipotesis Penelitian .....	9
1.5. Manfaat Penelitian .....	9
<b>TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>11</b>
2.1. Kebahagiaan .....	11
2.1.1. Pengertian Kebahagiaan .....	11
2.1.2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan .....	14
2.1.3. Aspek-Aspek Kebahagiaan .....	20
2.1.4. Karakteristik Orang yang Bahagia .....	21
2.2. Penerimaan Diri .....	23
2.2.1. Pengertian Penerimaan Diri .....	23
2.2.2. Tahap Penerimaan Diri .....	25
2.2.3. Faktor-faktor yang membentuk penerimaan diri .....	27
2.2.4. Aspek-aspek Penerimaan Diri .....	29
2.2.5. Ciri-Ciri Penerimaan Diri .....	34
2.2.6. Tanda-Tanda Penerimaan Diri .....	37
2.3. Orang tua .....	37
2.3.1. Pengertian Orang Tua .....	38

2.3.2.	Peran orang tua .....	39
2.3.3.	Peran Ibu .....	40
2.4.	Hubungan Penerimaan Diri dengan Kebahagiaan .....	41
2.5.	Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) .....	42
<b>METODE PENELITIAN.....</b>		<b>46</b>
3.1.	Waktu dan Tempat Penelitian.....	46
3.2.	Bahan dan Alat .....	47
3.3.	Metodologi Penelitian.....	47
3.3.1	Uji Validitas dan Reliabilitas.....	48
3.3.2	Pengolahan Dan Analisa Data .....	49
3.3.3	Kisi Kisi Alat Ukur.....	52
3.4.	Populasi dan Sampel.....	56
3.4.1.	Populasi.....	57
3.4.2.	Sampel .....	57
3.5.	Prosedur Kerja .....	57
3.6.	Etika Penelitian.....	58
3.6.1.	Lembar persetujuan ( <i>informed consent</i> ) .....	58
3.6.2.	Kerahasiaan ( <i>confidentially</i> ).....	58
<b>BAB IV.....</b>		<b>60</b>
<b>HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>60</b>
4.1	Hasil penelitian .....	60
4.1.1	Persiapan Administrasi .....	60
4.1.2.	Pelaksanaan Penelitian.....	61
4.1.3	Persiapan Alat Ukur.....	62
4.1.4	Uji Normalitas .....	62
4.1.5.	Uji Linicaritas Hubungan .....	63
4.1.7.	Uji Hipotesis .....	63
4.1.9.	Mean Empirik .....	65
<b>VARIABEL .....</b>		<b>66</b>
<b>SD/SB .....</b>		<b>66</b>
<b>KETERANGAN.....</b>		<b>66</b>
4.2.	Pembahasan .....	67
<b>KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>		<b>71</b>
5.1	Kesimpulan .....	71
5.2	Saran .....	72
<b>Daftar Pustaka .....</b>		<b>74</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 1.1</b> Skoring Skala Penerimaan Diri Dan Kebahagiaan .....	50
<b>Tabel 1.2</b> Kisi Kisi Alat Ukur Penerimaan Diri Sebelum Uji Coba .....	51
<b>Tabel 1.3</b> Kisi Kisi Alat Ukur Penerimaan Diri Setelah Uji Coba.....	52
<b>Tabel 1.4</b> Kisi Kisi Alat Ukur Kebahagiaan Sebelum Uji Coba.....	53
<b>Tabel 1.5</b> Kisi Kisi Alat Ukur Kebahagiaan Setelah Uji Coba.....	54
<b>Tabel 1.6</b> Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	60
<b>Tabel 1.7</b> Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linieritas Hubungan .....	61
<b>Tabel 1.8</b> Rangkuman Analisa Korelasi <i>Product Moment</i> .....	62
<b>Tabel 1.9</b> Hasil Perhitungan Nilai Rata-Rata Hipotetik dan Nilai Rata-rata Empirik.....	64



## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 1.1</b> Kerangka Konseptual .....	44
<b>Gambar 1.2</b> Kurva Normal Variabel Penerimaan Diri .....	64
<b>Gambar 1.3</b> Kurva Normal Variabel Kebahagiaan .....	65



## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran 1</b> Informed Consent.....	<b>75</b>
<b>Lampiran 2</b> Kuisisioner Penerimaan Diri dan Kebahagiaan .....	<b>76</b>
<b>Lampiran 3</b> Uji Reliabilitas.....	<b>80</b>
<b>Lampiran 4</b> Uji Normalitas .....	<b>86</b>
<b>Lampiran 5</b> Uji Linearitas.....	<b>88</b>
<b>Lampiran 6</b> Uji Hipotesis.....	<b>91</b>
<b>Lampiran 7</b> Data Mentah.....	<b>93</b>
<b>Lampiran 8</b> Surat Penelitian .....	<b>94</b>
<b>Lampiran 9</b> Surat Keterangan Telah Selesai Riset.....	<b>95</b>



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1. Latar Belakang Masalah

Roda kehidupan selalu berputar, manusia lahir dan meninggal terjadi atas kehendak yang maha kuasa. Kelahiran seorang anak adalah hal yang selalu dinantikan oleh orang tua. Anak adalah hadiah terindah yang diberikan dari sang pencipta. Harapan setiap orang tua pasti ingin memiliki anak yang terlahir normal, sehat dan menyenangkan serta berkembang sesuai tahapannya dengan sempurna. Lahirnya seorang anak dalam keluarga merupakan salah satu wujud dari kebahagiaan yang akan dimiliki oleh orang tua. Namun, tidak semua harapan orang tua akan menjadi kenyataan, beberapa harus menerima fakta bahwa anak mereka terlahir dengan keadaan tidak sempurna dan tidak normal. Beberapa diantaranya mendapatkan hadiah special dari tuhan yang maha kuasa, seperti diantaranya yang memiliki keterbatasan fisik maupun psikis. Anak berkebutuhan khusus (*special needs children*) adalah anak yang karena kelainan yang dimilikinya, memerlukan bantuan khusus dalam pembelajaran agar mampu mengembangkan potensi yang dimilikinya secara optimal (Faradina, 2016)

Mempunyai anak berkebutuhan khusus membuat orang tua merasakan beban berat secara fisik maupun psikis. Beban yang dimiliki oleh ibu dengan anak yang berkebutuhan khusus membuat reaksi emosional di dalam diri ibu, mereka dituntut untuk terbiasa dalam memainkan peran yang tidak pernah mereka mau dan jelas berbeda dari peran sebelumnya.

Anak yang terlahir dengan keadaan berkebutuhan khusus jelas membuat ibu sedih dan kadang tidak siap menerimanya. Belum lagi ibu harus siap menjelaskan tentang anak berkebutuhan khusus pada orang-orang yang masih awam dengan anak berkebutuhan khusus. Bahkan tidak jarang banyak orang tua yang malu karena memiliki anak yang berkebutuhan khusus.

Menurut Puspita (dalam Faradina, 2016) reaksi pertama ibu Ketika awalnya dikatakan bermasalah adalah tidak percaya, *shock*, sedih, kecewa, merasa bersalah marah dan menolak. Tidak mudah bagi ibu yang anaknya mengalami kebutuhan khusus untuk mengalami fase ini, sebelum akhirnya sampai pada tahap penerimaan (*acceptance*) Ada waktu dimana orang tua merenung dan tidak mengetahui Tindakan apa yang harus dilakukan.

Fenomena tentang anak berkebutuhan khusus mungkin sudah tidak asing lagi bagi beberapa orang, jumlah anak berkebutuhan khusus cukup meningkat beberapa tahun belakangan ini. Dilansir dari *National Centre For Children And Youth With Disabilities (NICHCY)*, dari tahun ke tahun mengalami peningkatan. Pada tahun 2000 mendekati 50-100 anak per 10.000 kelahiran. Sedangkan menurut *Centres For Disease Control And Prevention (CDC)*. Pada tahun 2002, Satu dari 150 anak menderita *autism*, dan 1 banding 150 anak pada tahun 2006. Dan pada tahun 2008, dua tahun kemudian semakin meningkat dengan perbandingan 1 penderita dari 110 kelahiran anak, dan terus semakin meningkat hingga pada tahun 2011 perbandingannya menjadi 1 banding 100 kelahiran anak, pada tahun 2012 jumlah penderita diperkirakan menjadi 1 banding 88 anak. Pada tahun 2014 keseluruhan anak ABK berkisar hingga 1,4 juta anak. Dan berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) di tahun 2017 di Indonesia

memiliki 1,6 juta anak berkebutuhan khusus. Menurut data Survei Sosial Ekonomi Nasional (susenas) pada tahun 2018, populasi penderita disabilitas sedang dan berat di Indonesia mencapai 30 juta jiwa. Dan menurut data running dari Badan Pusat Statistik (BPS) jumlah penduduk disabilitas sekarang telah mencapai 22,5 juta jiwa atau sekitar 5 persen dari jumlah penduduk di Indonesia (Lafiana et al., 2022)

Memiliki anak berkebutuhan khusus pastinya akan menjadi suatu pekerjaan yang lebih berat bagi ibu, baik fisik maupun secara emosional. Reaksi emosi yang lumrah dimiliki oleh ibu dengan anak berkebutuhan khusus. Selain karena harus menjaga dan merawatnya dengan ekstra, ditambah dengan hinaan dan cemoohan dari orang-orang disekitar juga pasti akan menambah kesedihan yang dirasakan oleh ibu dengan anak berkebutuhan khusus. Peneliti terdahulu pun mengungkapkan bahwa seorang ibu sangat *shock* berat ketika mendengar kabar bahwa anaknya di diagnosis menjadi anak berkebutuhan khusus.

Mayoritas publik Indonesia menyatakan dirinya bahagia. Hal ini disimpulkan dari survey yang dilakukan Lingkaran Survei Indonesia dengan populasi nasional (Burhani, 2010). Survei tersebut membuktikan bahwa sebanyak 84,7 persen publik Indonesia menyatakan dirinya bahagia. Namun, meski jumlah responden yang mengaku bahagia, jumlahnya sudah cukup banyak, ternyata dari 57 negara yang pernah disurvei oleh World Value Survey (WVS), Indonesia masih menempati posisi ke 32 dari 57. Posisi pertama, adalah oleh Selandia Baru. Di negara ini, sebanyak 97,3 persen penduduk menyatakan hidup mereka saat ini sangat bahagia atau cukup bahagia.

Sementara, negara tetangga, Malaysia, menempati posisi ke lima dengan 94,8 persen publiknya mengaku sangat bahagia atau cukup bahagia (Burhani, 2010).

Dari data survey di atas menunjukkan bahwa mayoritas masyarakat Indonesia merasa bahagia dengan kehidupannya sekarang akan tetapi bagaimana dengan kebahagiaan orang tua yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus. Memiliki seorang anak merupakan hal yang paling diinginkan oleh setiap orang tua, mengamati setiap perkembangannya, menikmati setiap moment – moment tumbuh kembang nya merupakan hal yang paling membahagiakan bagi setiap orang tua akan tetapi hal ini tentu berbeda dengan ibu yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus. Manusia dituntut untuk menghadapi berbagai masalahnya dengan perasaan tenang. Setiap orang tidak akan terlepas dari suatu masalah, baik masalah pribadi maupun masalah sosial yang akan mempengaruhi kebahagiaan pada diri seseorang.

Arygle, Martin, dan Lu (dalam Kartika et al., 2015) mengungkapkan bahwa kebahagiaan ditandai dengan keberadaan tiga komponen, yaitu emosi positif, kepuasan, dan hilangnya emosi negatif seperti depresi atau kecemasan. Dari pendapat tersebut dapat dipahami bahwa orang-orang yang dikatakan bahagia apabila dalam menjalani kehidupannya, mereka lebih sering merasakan emosi positif daripada emosi negatifnya, mereka juga merasakan kepuasan dari ada yang dimiliki dan diperoleh dalam hidupnya. Emosi positif didasarkan dari orientasi waktu yaitu emosi positif yang ditujukan pada masa lalu, masa sekarang dan masa depan. Emosi positif yang ditujukan pada masa lalu seperti rasa puas, damai dan bangga. Emosi positif yang ditujukan pada masa sekarang yaitu kenikmatan lahiriah seperti kelezatan makanan dan kehangatan, dan

kenikmatan yang lebih tinggi seperti rasa senang, gembira dan nyaman. Dan emosi positif yang ditunjukkan pada masa depan yaitu optimisme, harapan, kepastian (*confidence*), kepercayaan (*trust*), dan keyakinan (*faith*). Emosi positif pada masa depan ditunjang oleh bagaimana individu memandang masa depannya. Kebahagiaan juga merupakan tujuan hidup yang penting karena kebahagiaan merupakan salah satu dimensi yang penting dari kehidupan emosional manusia.

Harapan positif muncul dalam diri ibu, ketika proses kelahiran seorang anak, seperti memiliki kelebihan, cantik, atau rupawan, dan pandai (Kartono, 2007). Harapan positif tersebut akan berpengaruh terhadap munculnya emosi positif yang dirasakan oleh ibu. Seperti yang dijelaskan sebelumnya, bahwa emosi positif berkaitan dengan kebahagiaan seseorang. Oleh karena itu, kelahiran anak dapat menjadi faktor yang memunculkan kebahagiaan dalam hidup orang tua, terutama ibu, namun kelahiran tersebut tidak selalu sesuai dengan harapan orangtua.

Ciri-ciri dari kebahagiaan menurut Carr (2004), menghargai diri sendiri, optimis, terbuka, dan mampu mengendalikan diri. Dalam hal ini perilaku yang muncul adalah ibu membawa anak keterapi atau terapi secara mandiri, terbuka dengan siapapun, banyak belajar, banyak bertanya, walaupun memang untuk bangkit dan menghadapi kenyataan itu sulit apalagi adanya cibiran, pandangan negatif dan sebagainya akan tetapi ibu tetap percaya diri untuk mencari solusi demi keberlangsungan perkembangan anak.

Menurut Miranda (2013), ditinjau dari segi ditinjau dari segi keluarga penderita, maka adanya seorang anak yang menderita kelainan perkembangan

bisa menjadi beban bagi orang tuanya. Lebih banyak waktu dan perhatian harus diberikan kepada anak tersebut. Oleh sebab itu, keluarga khususnya ibu harus bisa berusaha untuk bisa mencapai rasa bahagia dalam hidupnya dengan cara menerima kondisi anaknya dengan bangkit dari peristiwa yang tidak menyenangkan itu. Banyak individu tidak menyadari bahwa kebahagiaan itu dapat digali dari dalam diri, apabila individu telah mendapatkannya, apapun yang terjadi dalam hidupnya ia akan menerima kenyataan yang terjadi dengan lapang dada.

Pada orang tua di RRABK siantar ada beberapa ibu yang memang mereka mengalami kesulitan dalam mengurus anaknya, khususnya lagi harapan-harapan yang mereka inginkan kepada anak tidak dapat terealisasi dikarenakan keterbatasan tersebut. Yang terlihat ada beberapa ibu yang bersikap kasar kepada anaknya, perilaku yang muncul ibu yang rentan memarahi dan memukul anak ketika anaknya melakukan kesalahan, ada lagi yang mereka tidak peduli dengan perkembangan anaknya di sekolah, perilaku yang muncul tidak ada menanyakan tentang anaknya kepada guru atau pihak yang memahami tentang kondisi anaknya tersebut. Kelahiran seorang anak dengan keterbatasan tertentu akan menimbulkan kekecewaan pada orangtua (Mangunsong, 2018).

Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus sangat membutuhkan penerimaan diri yang baik dalam hidupnya agar tercipta kebahagiaan yang akan berdampak pada cara dari ibu tersebut dalam mengasuh dan mendidik anaknya. Ibu yang memiliki penerimaan diri yang tinggi dan merasa bahagia akan sangat mempengaruhi tumbuh kembang anak, bagaimana ibu tersebut dapat memberikan gambaran yang positif terhadap kondisi anaknya yang akan

menimbulkan rasa percaya diri pada anak dan dapat mengoptimalkan potensi yang anak miliki.

Calhoun dan Acocella (1990) mengatakan penerimaan diri adalah individu yang dapat menerima dirinya dan juga menerima orang lain apa adanya. Oleh sebab itu dapat dikatakan bahwa ketika ibu dapat menerima dirinya maka dia juga harus menerima keadaan anaknya yang berkebutuhan khusus dengan cara merawat, mendidik, dan menjaga dengan penuh cinta dan kasih sayang. Ibu akan merasa gagal ketika dia tidak bisa melahirkan anak yang sempurna namun dia tidak perlu minta maaf kepada siapapun karena dengan menerima dirinya, dia juga dapat menerima anaknya.

Menurut Johnson David (dalam Muslimah, 2010) ciri-ciri orang yang menerima dirinya adalah menerima diri sendiri apa adanya, tidak menolak dirinya sendiri, memiliki keyakinan bahwa untuk mencintai diri sendiri, untuk merasa berharga. Dalam hal ini perilaku yang muncul adalah walaupun kondisi ibu sangat terpukul ketika awal mendengar diagnosa anaknya tapi ia terus berusaha mencari informasi, ia langsung bertanya banyak mengenai kondisi anaknya kemudian usaha apa yang harus dilakukan.

Ibu dengan anak berkebutuhan khusus mengalami fase yang berbeda, banyak faktor yang mempengaruhi perbedaan proses menuju fase penerimaan diri dengan anak berkebutuhan khusus. Salah satu faktor yang mempengaruhi penerimaan diri yaitu dukungan sosial, seseorang yang mendapatkan perlakuan lingkungan sosial yang mendukung akan dapat menerima dirinya dengan baik, dan sebaliknya apabila seseorang tidak mendapatkan dukungan dari lingkungan maka dia akan lebih sulit menerima dirinya sendiri (Hurlock, 1980).

Sangat besar efek penerimaan diri pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus, diantaranya yaitu terhadap keberlangsungan dan keberhasilan proses pengasuhan dan penanganan anak berkebutuhan khusus. Ibu sangat membutuhkan dukungan sosial dan penerimaan diri yang baik. Ibu memiliki peran yang sangat besar terhadap keberhasilan proses pengasuhan dan penanganan anak berkebutuhan khusus, maka dari itu penerimaan diri ibu sangat diperlukan.

Proses menerima keadaan anak yang berkebutuhan khusus bukan proses yang mudah. Bahkan banyak ibu yang tidak bisa menerima dirinya yang memiliki anak berkebutuhan khusus, sehingga tidak jarang ibu dengan anak berkebutuhan khusus mendapatkan berbagai masalah psikologis, salah satunya yaitu terkadang bahkan sampai melakukan kekerasan kepada sang anak yang berkebutuhan khusus seperti mencubit, memukul dan bahkan sampai ada yang dibunuh. maka dari itu penting untuk ibu memiliki penerimaan diri yang positif.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada ibu-ibu yang ada di RRABK yang diwawancarai ditemukan bahwa dari 5 ibu 3 ibu mengalami kesulitan penyesuaian dan penerimaan dengan kondisi anaknya yang mengalami kondisi yang tidak seperti anak pada umumnya, mereka kesulitan untuk mengatasi kondisi emosionalnya ketika anak-anak meminta perhatian lebih banyak atau ketika anak melakukan tindakan yang membahayakan diri anak tersebut. Mereka merasa sedih dan marah karena memiliki anak yang berkebutuhan khusus. Mereka tidak menerima kondisi anaknya yang disabilitas.

Berdasarkan fenomena dilapangan maka peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut mengenai “Hubungan penerimaan diri orang tua dengan anak berkebutuhan khusus dengan kebahagiaan”

## 1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan masalah sebagai berikut:

Apakah ada hubungan antara penerimaan diri orang tua anak berkebutuhan khusus dengan kebahagiaan?

## 1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah, untuk mengetahui hubungan antara penerimaan diri orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan kebahagiaan.

## 1.4. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti mengajukan hipotesis ada hubungan penerimaan diri dengan kebahagiaan pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus dengan asumsi bahwa semakin tinggi penerimaan diri orang tua maka akan tinggi pula kebahagiaan, sebaliknya semakin rendah penerimaan diri orang tua maka akan semakin rendah pula kebahagiaan nya

## 1.5. Manfaat Penelitian

### 1.5.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharap dapat memberikan sumbangan dan informasi bagi kemajuan keilmuan di bidang psikologi khususnya tentang penerimaan diri orang tua anak berkebutuhan khusus dengan kebahagiaan.

### 1.5.2. Manfaat Praktis

#### a. Untuk umum

Penelitian ini dapat memberikan tambahan pengetahuan kepada orang tua khususnya yang memiliki anak berkebutuhan khusus tentang gambaran, proses, dan faktor penerimaan diri orang tua dengan anak berkebutuhan khusus. Sehingga para orang tua dapat memiliki penerimaan diri yang baik dengan mengetahui factor factorynya sehingga membuat orang tua menerima keadaan anaknya yang berkebutuhan khusus , dan kemudian dapat mempersiapkan pengasuhan yang tepat untuk anak berkebutuhan khusus yang berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak tersebut.

#### b. Untuk peneliti lanjutan

Penelitian ini di harap dapat dijadikan bahan acuan dan tambahan referensi untuk peneliti selanjutnya apabila berminat dipembahasan yang sama.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1. Kebahagiaan

##### 2.1.1. Pengertian Kebahagiaan

Menurut Synder dan Lopez (2007) kebahagiaan adalah emosi yang positif, yang secara subjektif di definisikan oleh setiap orang. Banyak orang merasakan bahagia ketika mereka mengalami suatu keberuntungan, baik itu berasal dari dalam diri ataupun luar diri. Kebahagiaan juga bisa diartikan dengan hilangnya rasa takut dan khawatir terhadap apa yang membuat kita tidak bahagia dan juga suatu evaluasi untuk kehidupan kita.

Menurut Seligman (2005) kebahagiaan adalah keadaan psikologis yang positif dimana seseorang memiliki emosi positif berupa kepuasan hidup dan juga pikiran dan perasaan yang positif terhadap kehidupan yang dijalankannya. Kepuasan hidup yang biasanya disebut dengan kebahagiaan, timbul dari pemenuhan kebutuhan atau harapan, yang merupakan penyebab atau sarana untuk menikmati, seperti yang dijelaskan oleh Alston dan Dudley (dalam (Hurlock, 1980) kepuasan hidup merupakan kemampuan seseorang untuk menikmati pengalaman-pengalamannya yang disertai tingkat kegembiraan. Menurut Christian Andriano (dalam Maisya, 2022) mengatakan bahwa kebahagiaan tidak sulit dicari karena kebahagiaan ada didalam diri individu. Bahagia itu mudah, saat tersenyum dan tertawa itu pun menandakan kebahagiaan. Ada beberapa cara mendapatkan kebahagiaan sejati dan tetap bahagia dalam kondisi yang sulit sekali pun yaitu ubah

syarat dan ketentuan yang berlaku, bersyukur, menikmati detik-detik kehidupan, berbuat baik, *planning*, *exercise*, dan *love*

Menurut Hurlock (1980), kebahagiaan adalah keadaan sejahtera dan kepuasan hati, yaitu kepuasan yang menyenangkan yang timbul bila kebutuhan dan harapan tertentu individu terpenuhi. Meltzer dan Ludwig (Hurlock, 1980) mengatakan bahwa kebahagiaan pada berbagai periode dalam usia dewasa diingat sebagai sesuatu yang berhubungan dengan keluarga, perkawinan, kesehatan yang baik, dan prestasi- prestasi. Sedangkan ketidakbahagiaan diasosiasikan dengan penyakit, luka-luka fisik, meninggalnya seorang yang dicintai, pengalaman-pengalaman dalam ketidakberhasilan bekerja, dan kegagalan mencapai tujuan-tujuan.

Fromm (Dalam Schultz, 1993) mendefinisikan kebahagiaan merupakan bagian integral dan hasil kehidupan yang berkenaan dengan orientasi produktif, kebahagiaan itu menyertai seluruh kegiatan produktif. Kebahagiaan bukan semata-mata suatu perasaan atau keadaan yang menyenangkan, tetapi juga suatu kondisi yang meningkatkan seluruh organisme, menghasilkan penambahan gaya hidup, kesehatan fisik, dan pemenuhan potensi-potensi seseorang. Orang-orang yang produktif ialah orang-orang yang berbahagia. Suatu perasaan kebahagiaan merupakan bukti bagaimana berhasilnya seseorang dalam seni kehidupan. Kebahagiaan merupakan prestasi kita yang paling hebat. Dalam hal ini, manusia dituntut untuk menciptakan suatu karya yang membuat dirinya bisa bahagia (Schultz, 1993).

Lazarus (Rahardjo, 2007) mendefinisikan kebahagiaan sebagai cara membuat langkah-langkah progres yang masuk akal untuk merealisasikan suatu tujuan. Kebahagiaan yang biasa diketahui adalah bentuk emosi positif. Secara lebih lanjut, Lazarus mengatakan bahwa kebahagiaan mewakili suatu bentuk interaksi antara manusia dengan lingkungan. Dalam hal ini, manusia bisa saja bahagia sendiri tetapi di sisi lain ia juga bisa bahagia karena orang lain dan untuk orang lain. Hal ini sekaligus memberikan kenyataan lain bahwa kebahagiaan tidak bersifat egoistis melainkan dapat dibagi kepada orang lain dan lingkungan sekitar. Kebahagiaan awalnya hanya dipandang sebagai hal yang bisa dirasakan saja tapi Lazarus menempatkan kebahagiaan untuk masuk dan berada dalam ruang logika dan kognitif manusia sehingga dapat direalisasikan dengan langkah yang jelas.

Berdasarkan beberapa pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan merupakan emosi positif dimana individu memiliki makna dan tujuan hidup yang jelas, optimis dengan sesuatu yang ingin dicapai, dan menciptakan sesuatu yang berharga dalam hidupnya.

### 2.1.2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan

Ada beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan menurut Muslimah (Muslimah, 2010) faktor-faktor tersebut adalah:

#### 1. Uang

Uang menjadi penting ketika seseorang tidak memilikinya. Namun pada era konsumtif, sebagian besar manusia gemar menghabiskan seluruh uang, tetapi

tetap merasa kurang, betapa pun uang yang mereka miliki. Penilaian seseorang terhadap uang akan mempengaruhi kebahagiaannya, lebih daripada uang itu sendiri. Orang yang menempatkan uang diatas tujuan lainnya kurang puas dengan penghasilan mereka dan dengan kehidupan mereka secara keseluruhan.

## 2. Perkawinan

Pusat riset Opini Nasional Amerika Serikat mensurvei 35.000 warga Amerika selama 30 tahun terakhir, 40% dari orang yang menikah mengatakan mereka sangat bahagia, sedangkan hanya 24% dari orang yang tidak menikah, bercerai, berpisah, dan tinggal mati pasangannya yang mengatakan mereka bahagia. Jadi presentasi orang yang bahagia karena menikah lebih besar, dibandingkan dengan orang yang bercerai.

## 3. Kehidupan Sosial

Orang-orang yang bahagia paling sedikit menghabiskan waktu sendirian dan kebanyakan dari mereka bersosialisasi. Berdasarkan penilaian sendiri atau orang lain, mereka dapat nilai tertinggi dalam berinteraksi. Meskipun kebahagiaan personal tumbuh dari dalam diri, berbagi kesenangan dengan orang lain dapat membangun perasaan positif. Rasa kebersamaan juga dapat tumbuh dari hubungan penuh kasih dengan tuhan serta dengan tokoh-tokoh agama.

## 4. Usia

Sebagian orang percaya bahwa semangat anak muda atau kearifan orang tua memainkan peranan kunci dalam meraih kebahagiaan. Akan tetapi, studi-studi

tentang faktor usia meragukan kepercayaan itu. Sebagian besar studi tidak menemukan hubungan yang signifikan antara usia dan kebahagiaan, sedangkan beberapa laporan menyebutkan bahwa kaum muda lebih bahagia ketimbang kaum tua.

#### 5. Kesehatan

Kesehatan yang baik biasanya dinilai sebagai segi terpenting dalam kehidupan manusia. Namun ternyata, kesehatan objektif yang baik tidak begitu berkaitan dengan kebahagiaan, yang penting adalah persepsi subjektif kita terhadap seberapa sehat diri kita. Berkat kemampuan untuk beradaptasi terhadap penderitaan, kita bias menilai kesehatan kita secara positif bahkan ketika sedang sakit.

#### 6. Jenis Kelamin

Jenis kelamin memiliki hubungan yang mengherankan dengan suasana hati. Tingkat emosi rata-rata laki-laki dan perempuan tidak banyak berbeda, yang membedakan adalah perempuan cenderung lebih bahagia dan sekaligus lebih sedih daripada laki-laki.

#### 7. Agama

Orang-orang yang beragama lebih bahagia karena agama mengajarkan tujuan hidup, mengajak mereka menerima dan menghadapi aneka masalah dengan tenang, dan mempersatukan mereka dalam satu umat yang saling memberi dukungan.

## 8. Kesuksesan

Meskipun tak dengan sendirinya membawa kebahagiaan, kesuksesan niscaya menghilangkan kegagalan. Kegagalan jamaknya mengakibatkan ketidakbahagiaan. Baik kesuksesan mengandung muatan subjektif yang signifikan. Manusia pasti menilai sesuatu sebagai sebagai sukses atau gagal. Apa yang kelihatannya sukses di mata sebagian orang bias jadi justru kemalangan bagi sebagian lainnya. Apa yang dianggap sebagai kegagalan bagi sementara orang mungkin justru benar-benar didambakan oleh lainnya.

## 9. Penerimaan Diri

Sikap menerima orang lain dipengaruhi sikap menerima diri yang timbul dari penyesuaian pribadi maupun penyesuaian sosial yang baik. Shaver dan Freedman (1976) mengatakan bahwa kebahagiaan banyak bergantung sikap menerima dan menikmati keadaan orang lain dan apa yang di miliknya, mempertahankan keseimbangan antara harap dan prestasi. Berdasarkan penjelasan tersebut dapat dikatakan bahwa penerimaan diri juga menjadi salah satu faktor yang berperan terhadap kebahagiaan (*happiness*) agar seseorang memiliki penyesuain diri yang baik (*well-adjusted person*).

Faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan seseorang dibedakan menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal kebahagiaan menurut Seligman (2005) diantaranya;

- 1) Kepuasan akan masa lalu, merupakan emosi tentang kepuasan akan masa lalu mulai dari perasaan lega, kedamaian, kebanggaan, dan kepuasan.
- 2) Optimisme akan masa depan, emosi positif yaitu keyakinan (*faith*), kepercayaan (*trust*), kepastian (*confidence*), harapan dan optimisme. Optimisme dan harapan memberikan daya tahan yang lebih dalam menghadapi depresi ketika mengalami musibah. Orang optimistis percaya bahwa peristiwa baik yang telah dialami akan meningkatkan kualitas diri, sedangkan orang yang pesimistis meyakini bahwa peristiwa baik yang dialami terjadi karena faktor tertentu.
- 3) Kebahagiaan pada masa sekarang, hal ini terdiri atas berbagai keadaan yang sangat berbeda baik dengan kebahagiaan pada masa lalu ataupun masa depan. Kebahagiaan pada masa sekarang mencakup dua hal yang sangat berbeda, yaitu:

- a) Kenikmatan (*Pleasure*)

Kenikmatan merupakan kesenangan yang memiliki komponen indrawi yang jelas dan komponen emosi yang kuat, hal tersebut disebut sebagai perasaan-perasaan dasar (*raw feels*). Hal tersebut bersifat sementara dan hanya sedikit melibatkan pikiran, atau malah tidak sama sekali. Kenikmatan dikelompokkan ke dalam 3 intensitas, yaitu sebagai berikut:

- 1) Intensitas tinggi Perasaan yang menggambarkan kenikmatan intensitas tinggi antara lain *rapture*, *bliss*, *ectasy*, *thrill*, *hilarity*, *euphoria*, *kick*, *buzz*, *elation* dan *excitement*.

2) Intensitas sedang Perasaan yang menggambarkan kenikmatan intensitas sedang antara lain *ebullience, sparkle, vigor, glee, mirth, gladness, good cheer, enthusiasm, attraction, dan fun.*

3) Intensitas rendah Perasaan yang menggambarkan kenikmatan intensitas rendah antara lain *comfort, harmony, amusement, satiation, dan relaxation.*

#### b) Gratifikasi (*Gratification*)

Gratifikasi merupakan perasaan yang datang dari kegiatan kegiatan yang disukai tetapi tidak disertai dengan perasaan dasar. Gratifikasi membuat kita terlibat sepenuhnya dalam kegiatan yang dilakukan. Gratifikasi bertahan lebih lama daripada kenikmatan dan melibatkan lebih banyak pemikiran serta interpretasi.

Adapun faktor-faktor eksternal kebahagiaan menurut Seligman (2005) yaitu;

##### A. Budaya

Triandis mengatakan bahwa faktor budaya dan sosial politik berperan dalam tingkat kebahagiaan seseorang.

##### A. Kehidupan sosial

menurut Seligman, orang yang sangat bahagia menjalani kehidupan sosial yang kaya dan memuaskan, paling sedikit menghabiskan waktu sendirian dan mayoritas dari mereka bersosialisasi.

##### B. Agama atau religiusitas

orang yang religius lebih bahagia dan lebih puas terhadap kehidupan daripada orang yang tidak religius. Hal ini dikarenakan agama memberikan

harapan akan masa depan dan menciptakan makna dalam hidup bagi manusia.

### C. Pernikahan

Seligman mengatakan bahwa pernikahan sangat erat hubungannya dengan kebahagiaan. Kebahagiaan orang yang menikah mempengaruhi panjang usia dan besar 16 penghasilan dan hal ini berlaku pada laki-laki maupun perempuan.

### D. Usia

kepuasan hidup sedikit meningkat sejalan dengan bertambahnya usia, afek positif sedikit melemah, dan afek negatif tidak berubah menjelaskan hal yang berubah ketika seseorang menua adalah intensitas emosi dimana perasaan “mencapai puncak dunia” dan “terpuruk dalam keputusasaan” berkurang seiring dengan bertambahnya umur dan pengalaman.

### E. Uang

Seligman menjelaskan bahwa di Negara yang sangat miskin, kaya bisa berarti lebih bahagia. Namun di Negara yang lebih makmur dimana hampir semua orang memperoleh kebutuhan dasar, peningkatan kekayaan tidak begitu berdampak pada kebahagiaan.

## F. Kesehatan

Kesehatan objektif yang baik tidak begitu berkaitan dengan kebahagiaan. Menurut Seligman yang penting adalah persepsi subjektif kita terhadap seberapa sehat diri kita.

## G. Jenis kelamin

Jenis kelamin memiliki hubungan yang tidak konsisten dengan kebahagiaan. Wanita memiliki kehidupan emosional yang lebih ekstrim daripada pria. Wanita mengalami lebih banyak emosi positif dengan intensitas yang lebih tinggi dibandingkan pria. Seligman juga menjelaskan bahwa tingkat emosi rata-rata pria dan wanita tidak berbeda namun wanita lebih bahagia dan juga lebih sedih daripada pria.

## H. Emosi negatif

perasaan tidak menyenangkan, yang dapat mengganggu dan biasanya diekspresikan sebagai bentuk ketidaksukaan seseorang terhadap sesuatu. Misalnya cemas, marah, merasa bersalah, dan sedih.

### 2.1.3. Aspek-Aspek Kebahagiaan

Ada beberapa aspek yang menjadi sumber kebahagiaan sejati. Seperti yang dikemukakan Seligman (2018) sebagai berikut :

#### 1. Terjalannya Hubungan Positif dengan Orang Lain.

Terjalannya hubungan yang positif maupun negatif dengan orang lain

mempengaruhi kebahagiaan seseorang. Hubungan positif atau positive relationship bukan sekedar memiliki teman, pasangan, ataupun anak, tetapi dengan menjalin hubungan yang positif dengan individu yang ada disekitar. Terjalannya hubungan positif antar individu di sekitarnya menimbulkan emosi positif yang mengarah pada kebahagiaan.

## 2. Keterlibatan penuh

Keterlibatan penuh bukan hanya pada karir, tetapi juga dalam aktivitas lain seperti kegemaran dan aktivitas bersama keluarga. Dengan melibatkan diri secara penuh, bukan hanya fisik yang beraktivitas, tetapi hati dan pikiran juga turut serta dalam aktivitas tersebut.

## 3. Penemuan Makna Dalam Keseharian

Dalam keterlibatan penuh dan hubungan positif dengan orang lain tersirat satu cara lain untuk dapat bahagia, yakni menemukan makna dalam apapun yang dilakukan.

## 4. Optimisme yang Realistis.

Orang yang optimis ditemukan lebih berbahagia. Optimis adalah ekspektasi kita akan masa depan. Jika kita optimis, kita mengharapkan masa depan yang akan berakhir bahagia.

## 5. Resiliensi

Orang yang berbahagia bukan berarti tidak pernah mengalami penderitaan. Karena kebahagiaan tidak bergantung pada seberapa banyak peristiwa menyenangkan yang dialami. Melainkan sejauh mana seseorang memiliki

resiliensi, yakni kemampuan untuk bangkit dari peristiwa yang tidak menyenangkan sekalipun.

#### 2.1.4. Karakteristik Orang yang Bahagia

Setiap orang bisa sampai kepada kebahagiaan akan tetapi semua orang bisa memiliki kebahagiaan. Menurut Carr (2004), seorang ahli kejiwaan yang berhasil mengadakan penelitian tentang solusi mencari kebahagiaan bagi manusia modern. Ada empat karakteristik menurut Carr (2004) yang selalu ada pada orang yang memiliki kebahagiaan dalam hidupnya, yaitu:

##### 1. Menghargai Diri Sendiri

Orang yang bahagia cenderung menyukai dirinya sendiri. Mereka cenderung setuju dengan pernyataan seperti “saya adalah orang yang menyenangkan”. Jadi, pada umumnya orang yang bahagia adalah orang yang memiliki kepercayaan diri yang cukup tinggi untuk menyetujui pernyataan seperti di atas.

##### 2. Optimis

Ada dua dimensi untuk menilai apakah seseorang termasuk optimis atau pesimis, yaitu permanen (menentukan berapa lama seseorang menyerah) dan pervasif (menentukan apakah ketidakberdayaan melebar ke banyak situasi). Orang yang optimis percaya bahwa peristiwa baik memiliki penyebab permanen dan peristiwa buruk bersifat sementara sehingga mereka berusaha untuk lebih keras pada setiap kesempatan agar dapat

mengalami peristiwa baik lagi. Sedangkan orang yang pesimis menyerah di segala aspek ketika mengalami peristiwa buruk di area tertentu.

### 3. Terbuka

Orang yang bahagia biasanya lebih terbuka terhadap orang lain. Penelitian menunjukkan bahwa orang-orang yang tergolong sebagai orang ekstrovert dan mudah bersosialisasi dengan orang lain ternyata memiliki kebahagiaan yang lebih besar.

### 4. Mampu mengendalikan diri.

Orang yang bahagia pada umumnya merasa memiliki kontrol pada hidupnya. Mereka merasa memiliki kekuatan atau kelebihan sehingga biasanya mereka berhasil lebih baik di sekolah atau pekerjaan.

Dari pemaparan diatas, dapat disimpulkan bahwa karakteristik orang yang bahagia meliputi; menghargai diri sendiri, optimis, terbuka, serta mampu mengendalikan diri.

## 2.2. Penerimaan Diri

### 2.2.1. Pengertian Penerimaan Diri

Jersild (dalam Faradina, 2016) penerimaan diri merupakan kesediaan dalam menerima diri sendiri baik fisik, psikologi sosial dan pencapaian diri termasuk kekurangan dan kelebihan yang terdapat pada diri sendiri.

Menurut Maslow, Hjelle dan Ziegler (dalam Cahyani, 2015). Penerimaan diri merupakan sikap positif terhadap dirinya sendiri, ia dapat menerima keadaan dirinya secara tenang, dengan segala kelebihan dan kekurangan yang dimiliki.

Mereka bebas dari rasa bersalah, rasa malu, dan rendah diri karena keterbatasan diri serta kebebasan dari kecemasan adanya penilaian orang lain terhadap keadaan dirinya. Kepercayaan diri dan keikhlasan akan menguatkan orang tua untuk menjaga dan mendidik anak berkebutuhan khusus.

Rohner (Rohner, 2012) mengatakan bahwa penerimaan diri dapat dilihat dari sikap-sikap yang muncul dari diri sendiri dalam menerima keberadaan orang lain. Seseorang yang telah menerima keberadaan orang lain mampu menunjukkan sikap kepedulian, rasa kasih sayang, perhatian, cinta kasih, kehangatan, menghargai maupun menghormati.

Menurut Germer (2009), penerimaan diri sebagai kemampuan individu untuk dapat memiliki suatu pandangan positif mengenai siapa dirinya yang sebenar-benarnya, dan hal ini tidak dapat muncul dengan sendirinya, melainkan harus dikembangkan oleh individu.

Hurlock (1980) penerimaan diri adalah tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk menjalani hidup dengan semua karakteristik diri yang dimilikinya. Individu yang dapat menerima dirinya diartikan sebagai individu yang tidak bermasalah dengan dirinya sendiri, yang tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri sehingga individu lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan.

Kubler-Ross (dalam Gargiulo, 2004) mendefinisikan penerimaan diri adalah suatu sikap penerimaan terjadi bila seseorang mampu menghadapi kenyataan dari pada hanya menyerah pada tidak adanya harapan. Senada dengan itu, Gargiulo (Gargiulo, 2004) mengemukakan bahwa penerimaan diri adalah suatu

kondisi dimana seseorang dapat menerima keadaan diri atau orang terdekatnya yang tidak sesuai dengan harapannya.

Menurut Cronbach (1963), penerimaan diri adalah sejauh mana individu dapat menyadari, memahami karakteristik yang ada pada dirinya dan menggunakannya dalam menjalani kelangsungan hidup. Sikap penerimaan diri ini ditunjukkan dengan mengakui kelebihan-kelebihan serta menerima kelemahan-kelemahannya yang ada pada dirinya tanpa menyalahkan orang lain dan mempunyai keinginan yang terus untuk mengembangkan diri.

### 2.2.2. Tahap Penerimaan Diri

Menurut Kubler Ross (2008) tahapan yang akan dilalui orang tua, yaitu :

#### 1. Tahap penolakan (*denial*)

Reaksi yang timbul saat pertama kali orangtua mendengar kondisi anak mereka adalah shock dan tidak percaya, dalam banyak kasus terdapat beberapa orangtua yang kurang siap ketika mengetahui kabar kecacatan anak mereka. Orangtua terkadang (*denial*) menolak kenyataan sebagai bentuk pelarian dari realita bahwa anaknya memiliki kecacatan. Proses penolakan juga ditandai dengan kesedihan (*grief*), seperti orangtua yang meratapi kehilangan “anak yang ideal”

#### 2. Tahap marah (*anger*)

Salah satu kemarahan paling umum dan sulit bagi orangtua untuk menangani anak mereka adalah rasa bersalah (*guilt*) dimana orangtua harus berkontribusi terhadap kecacatan putra atau putrinya. Rasa bersalah biasanya

mengikuti pola “*if only*” berpikir seperti ini : “kalau saja saya tidak “minum” ketika saya hamil, ”kalau saja kita pergi ke rumah sakit lebih cepat”, “kalau saja saya meninum obat dari dokter”. Sehingga memperlihatkan kemarahan (*anger*) dan permusuhan, yang sering diikuti dengan pertanyaan “mengapa saya?” dimana tidak ada jawaban yang memuaskan untuk pertanyaan itu.

### 3. Tahap tawar menawar (*bargaining*)

Pada proses ini orangtua berusaha untuk “menyerang kesepakatan” dengan Tuhan, ilmu pengetahuan, atau siapa pun yang mereka percaya mungkin bisa membantu anak mereka. Orangtua merasa tidak ada satupun yang dapat membantu dan memberi pertolongan atas keterpurukannya dan juga menyalahkan Tuhan tidak adil terhadap keluarga mereka.

### 4. Tahap depresi (*depression*)

Putus asa, sebagai bagian dari depresi, akan muncul saat orangtua mulai membayangkan masa depan yang akan dihadapi sang anak. Terutama jika mereka memikirkan siapa yang dapat mengasuh anak mereka, pada saat mereka meninggal. Harapan atas masa depan anak menjadi keruh dan muncul dalam ke dalam pertanyaan ”Akankah anak kami mampu hidup mandiri dan berguna bagi orang lain?”. Pada tahap depresi, orangtua cenderung murung, menghindar dari lingkungan sosial terdekat, lelah sepanjang waktu dan kehilangan gairah hidup.

## 5. Tahap penerimaan (*acceptance*)

Dalam model Gargiulo (Gargiulo, 2004), seperti pada kebanyakan orang, penerimaan (*acceptance*) dipandang sebagai tujuan akhir untuk kebanyakan orangtua. Penerimaan ditandai sebagai keadaan pikiran di mana upaya yang dipertimbangkan untuk mengenali, memahami, dan menyelesaikan masalah. Orangtua juga menemukan bahwa penerimaan tidak hanya melibatkan penerimaan putra atau putri mereka, tetapi juga menerima diri mereka sendiri dan mengakui kekuatan dan kelemahan mereka.

### 2.2.3. Faktor-faktor yang membentuk penerimaan diri.

Menurut Hurlock (2008) ada beberapa faktor yang membentuk penerimaan diri seseorang, yaitu;

#### 1. Pemahaman diri (*self understanding*).

Pemahaman diri merupakan persepsi diri yang ditandai oleh *genuiness*, realita, dan kejujuran. Semakin seseorang memahami dirinya, semakin baik penerimaan dirinya.

#### 2. Harapan yang realistis.

Ketika seseorang memiliki harapan yang realistis dalam mencapai sesuatu, hal ini akan mempengaruhi kepuasan diri yang merupakan esensi dari penerimaan diri. Harapan akan menjadi realistis jika dibuat sendiri oleh diri sendiri.

### 3. Sikap social yang positif.

Jika seseorang telah memperoleh sikap social yang positif, maka ia lebih mampu menerima dirinya. Tiga kondisi utama menghasilkan evaluasi positif antara lain adalah tidak adanya prasangka terhadap seseorang, adanya penghargaan terhadap kemampuan-kemampuan social dan kesediaan individu mengikuti tradisi suatu kelompok social.

### 4. Tidak adanya stress yang berat.

Tidak adanya stress atau tekanan emosional yang berat membuat seseorang bekerja secara optimal dan lebih berorientasi lingkungan daripada berorientasi diri dan lebih tenang dan bahagia.

### 5. Pengaruh keberhasilan.

Pengalaman gagal dapat menyebabkan penolakan diri, sedangkan meraih kesuksesan akan menghasilkan penerimaan diri.

### 6. Identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik.

Sikap ini akan menghasilkan penilaian diri yang positif dan penerimaan diri. Proses identifikasi yang paling kuat terjadi pada masa kanak-kanak.

#### 7. Perspektif diri yang luas.

Seseorang yang memandang dirinya sebagaimana orang lain memandang dirinya akan mampu mengembangkan pemahaman diri daripada seseorang yang perspektif dirinya sempit.

#### 8. Pola asuh yang baik pada masa anak- anak.

Pendidikan di rumah dan sekolah sangat penting, penyesuaian terhadap hidup, terbentuk pada masa kanak-kanak, karena itulah pelatihan yang baik di rumah maupun sekolah pada masa kanak-kanak sangatlah penting.

#### 9. Konsep diri yang stabil.

Hanya konsep diri positif yang mampu mengarahkan seseorang untuk melihat dirinya secara tidak konsisten.

#### 2.2.4. Aspek-aspek Penerimaan Diri

Hall dan Lindzey (2010) mengemukakan aspek-aspek penerimaan diri sebagai berikut:

##### 1. Perasaan Sederajat

Individu menganggap dirinya berharga sebagai seorang manusia dan sederajat dengan orang lain. Individu ini mempunyai keyakinan bahwa ia dapat berarti atau berguna bagi orang lain dan tidak memiliki rasa rendah diri karena

merasa sama dengan orang lain yang masing-masing memiliki kelebihan dan kekurangan.

## 2. Percaya Kemampuan Diri

Individu mempunyai keyakinan akan kemampuannya untuk menghadapi persoalan. Artinya, individu tersebut memiliki percaya diri dan lebih memusatkan perhatian kepada keberhasilan akan kemampuan dirinya menyelesaikan masalah.

## 3. Bertanggung Jawab

Individu berani memikul tanggung jawab terhadap perilakunya. Berarti individu memiliki keberanian untuk menghadapi dan menyelesaikan segala resiko yang timbul akibat perilakunya.

## 4. Orientasi keluar diri

Individu tidak malu atau hanya memperhatikan dirinya sendiri. Artinya, individu ini lebih mempunyai orientasi keluar dirinya sehingga mampu menuntun langkahnya untuk dapat bersosialisasi dan menolong sesamanya tanpa melihat atau mengutamakan dirinya sendiri.

## 5. Berpendirian

Individu tidak menganggap dirinya aneh atau abnormal dan tidak ada harapan ditolak orang lain. Ini berarti individu tersebut tidak merasa sebagai orang yang menyimpang dan berbeda dengan orang lain, sehingga mampu

menyesuaikan dirinya dengan baik dan tidak merasa bahwa ia akan ditolak oleh orang lain.

#### 6. Menyadari Keterbatasan

Individu tidak menyalahkan diri atas keterbatasan yang dimilikinya ataupun mengingkari kelebihanannya. Individu yang memiliki sifat ini memandang diri mereka apa adanya dan bukan seperti yang diinginkan. Individu juga dapat mengkompensasikan keterbatasannya dengan memperbaiki dan meningkatkan karakter dirinya yang dianggap kuat, sehingga pengelolaan potensi dan keterbatasan dirinya dapat berjalan dengan baik tanpa harus melarikan diri dari kenyataan yang ada.

#### 7. Menerima Kemanusiaan

Individu dapat menerima pujian atau celaan secara objektif. Sifat ini tampak dari perilaku individu yang mau menerima pujian, saran dan kritikan dari orang lain untuk pengembangan kepribadiannya lebih lanjut.

Menurut Jersild (1978), terdapat beberapa aspek dalam penerimaan diri:

##### 1. Persepsi mengenai diri dan sikap terhadap penampilan.

Individu yang memiliki penerimaan diri berpikir lebih realistis tentang penampilan dan bagaimana ia terlihat dalam pandangan orang lain. Ini bukan berarti individu tersebut mempunyai gambaran sempurna tentang dirinya, melainkan individu tersebut dapat melakukan sesuatu dan berbicara dengan baik mengenai dirinya yang sebenarnya

## 2. Sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain.

Individu yang memiliki penerimaan diri memandang kelemahan dan kekuatan dalam dirinya, lebih baik dari pada individu yang tidak memiliki penerimaan diri. Individu tersebut kurang menyukai jika harus menyalakan energinya untuk menjadi hal yang tidak mungkin, atau berusaha menyembunyikan kelemahan dari dirinya sendiri maupun orang lain. Individu akan memanfaatkan kemampuan yang dimilikinya seperti, menggunakan bakat yang dimilikinya dengan lebih leluasa. Individu akan merasa lebih menerima dirinya jika orang lain dan lingkungan juga menerima keadaannya serta memberikannya dukungan.

## 3. Perasaan inferioritas sebagai gejala penolakan diri.

Seseorang individu yang terkadang merasakan inferioritas atau disebut dengan *inferiority complex* adalah seseorang individu yang tidak memiliki sikap penerimaan diri dan hal tersebut akan menunggu penilaian yang realistis atas dirinya. Semakin individu tersebut merasa inferior maka semakin ia menolak dirinya dengan segala kekurangan yang dimilikinya.

## 4. Respon atas penolakan dan kritikan

Individu yang memiliki penerimaan diri tidak menyukai kritikan, namun demikian ia mempunyai kemampuan untuk menerima kritikan bahkan dapat mengambil hikmah dari kritikan tersebut. Ia berusaha untuk melakukan koreksi atas dirinya sendiri, individu yang tidak memiliki penerimaan diri justru

menganggap kritikan sebagai wujud penolakan terhadapnya. Yang penting dalam penerimaan diri yang baik adalah mampu belajar dari pengalaman dan meninjau kembali sikapnya yang terdahulu untuk memperbaiki diri.

#### 5. Penerimaan diri dan penerimaan orang lain.

Hal ini berarti apabila seorang individu menyayangi dirinya, dan mampu menerima segala kekuatan dan kekurangan diri, maka akan lebih memungkinkan baginya untuk menyayangi orang lain dan menerima orang lain dengan baik. Terciptanya hubungan timbal balik antara penerimaan diri dan penerimaan orang lain adalah individu yang memiliki penerimaan diri merasa percaya diri dalam memasuki lingkungan sosial

#### 6. Menuruti kehendak dan menonjolkan diri

Menerima diri dan menuruti diri merupakan dua hal yang berbeda. Apabila seorang individu menerima dirinya, hal tersebut bukan berarti ia memanjakan dirinya. Akan tetapi, ia akan menerima bahkan menuntut kelayakan dalam kehidupannya dan tidak akan mengambil yang bukan haknya, individu dengan penerimaan diri menghargai harapan orang lain dan meresponnya dengan bijak. Namun, ia memiliki pendirian yang baik dalam berfikir, merasakan dan membuat pilihan dan ia tidak hanya akan menjadi pengikut apa yang dikatakan orang lain.

## 7. Spontanitas dan menikmati hidup

individu dengan penerimaan diri mempunyai lebih banyak keleluasaan untuk menikmati hal-hal dalam hidupnya. Namun, terkadang ia kurang termotivasi untuk melakukan sesuatu yang rumit. Individu tersebut tidak hanya leluasa menikmati sesuatu yang dilakukannya. Akan tetapi, juga leluasa untuk menolak atau menghindari sesuatu yang tidak ingin dilakukannya.

## 8. Aspek moral penerimaan diri.

Individu dengan penerimaan diri bukanlah individu yang berbudi baik dan bukan pula individu yang tidak mengenal moral, tetapi memiliki fleksibilitas dalam pengaturan hidupnya. Ia memiliki kejujuran untuk menerima dirinya sebagai apa dan untuk apa ia nantinya, dan ia tidak menyukai kepura-puraan. Individu ini dapat secara terbuka mengakui dirinya sebagai individu yang pada suatu waktu dalam masalah, merasa cemas, ragu, dan bimbang tanpa harus menipu diri dan orang lain

## 9. Sikap terhadap penerimaan diri.

Menerima diri merupakan hal penting dalam kehidupan seseorang. Individu yang dapat menerima hidupnya akan menunjukkan sikap menerima apapun kekurangan yang dimilikinya tanpa harus malu ketika berada dilingkungan sosialnya. Individu dengan penerimaan diri membangun kekuatannya untuk menghadapi kelemahan dan keterbatasannya.

Berdasarkan aspek-aspek diatas dapat dijelaskan bahwa individu harus bisa menerima diri apa adanya walaupun banyak kelemahan. Apabila sikap tersebut dapat tercipta serta mencoba untuk menghargai dan menyayangi diri sendiri, pikiran akan lebih terbuka untuk menerima semua perubahan yang terjadi. Orang yang sehat secara psikologis dan yang dapat digolongkan sebagai orang yang menerima diri adalah orang yang selalu terbuka terhadap setiap pengalaman serta mampu menerima setiap kritikan dan masukan dari orang lain.

#### 2.2.5. Ciri-Ciri Penerimaan Diri

Penerimaan pada setiap individu terhadap dirinya sendiri cenderung tidak sama antara yang satu dengan yang lainnya. Menurut Johnson David (dalam Maisya, 2022) ciri-ciri orang yang menerima dirinya adalah sebagai berikut:

##### a. Menerima diri sendiri apa adanya

Memahami diri ditandai dengan perasaan tulus, nyata, dan jujur menilai diri sendiri. Kemampuan seseorang untuk memahami dirinya tergantung pada kapasitas intelektualnya dan kesempatan menemukan dirinya. Individu tidak hanya mengenal dirinya tapi juga menyadari kenyataan dirinya. Pemahaman diri dan penerimaan diri tersebut berjalan beriringan, semakin paham individu mengenal dirinya maka semakin besar pula individu menerima dirinya.

Jika seorang individu mau menerima dirinya apa adanya, maka individu tersebut bisa akan lebih menghargai dirinya sendiri, dan memberitahu orang lain bahwa mereka seharusnya mau menerima dan menghormati dirinya apa adanya. Individu tersebut juga mampu untuk menerima orang lain dan tidak menuntut

bahwa mereka harus mencoba untuk menyayangi dirinya. Menerima diri sendiri berarti merasa senang terhadap apa dan siapa dirinya sesungguhnya.

b. Tidak menolak dirinya sendiri

Apabila memiliki kelemahan dan kekurangan Sikap atau respon dari lingkungan membentuk sikap terhadap diri seseorang. Individu yang mendapat sikap yang sesuai dan menyenangkan dari lingkungannya, cenderung akan menerima dirinya. Tidak menolak diri adalah suatu sikap menerima kenyataan diri sendiri, tidak menyesali diri sendiri, siapakah kita dulu maupun sekarang, tidak membenci diri sendiri, dan jujur pada diri sendiri.

c. Memiliki keyakinan bahwa untuk mencintai diri sendiri

Maka seseorang tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain yakni seseorang yang dapat mengidentifikasi dirinya sendiri atau pun dengan orang lain serta memiliki penyesuaian diri yang baik, maka cenderung dapat menerima dirinya dan dapat melihat dirinya sama dengan apa yang dilihat orang lain pada dirinya.

Individu tersebut cenderung memahami diri dan menerima dirinya, karena sesungguhnya seorang individu membutuhkan dirinya sendiri untuk dicintai. Mencintai diri sendiri dengan menerima segala kekurangan yang ada pada diri sendiri, memaafkan kesalahan-kesalahan yang telah diperbuat, dan menghargai setiap apa yang ada dan telah dicapai, adalah merupakan sebuah kekuatan besar untuk membangun diri dan berarti memiliki penghormatan tertinggi bagi pikiran, tubuh, dan jiwa. Menghargai diri sebagai ciptaan Tuhan membuat kita tetap rendah

hati walaupun telah diberi kesempatan menikmati banyak kesuksesan. Menghargai diri sebagai ciptaan Tuhan juga dapat membuat kita lebih tegar dalam menyikapi kelemahan kita.

Semua ciptaan Tuhan adalah sempurna menurut fungsi dan tanggung jawab yang kita emban dalam hidup ini. Kita tidak perlu meratapi diri dalam menghadapi kelemahan yang tidak bisa diperbaiki. Kelemahan ini membuat kita mendapat kesempatan melihat hal-hal lain yang bisa kita lakukan bukan terpaku pada hal-hal yang tidak bisa kita lakukan lagi.

d. Untuk merasa berharga

Maka seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna Individu yang mempunyai konsep diri yang stabil akan melihat dirinya dari waktu secara konstan dan tidak mudah berubah-ubah. Konsep diri yang tidak stabil, yaitu individu yang pada waktu tertentu memandang dirinya secara positif dan pada waktu yang lain secara negatif akan gagal mendapatkan gambaran yang jelas tentang dirinya yang seharusnya.

Memandang diri secara positif merupakan sikap mental yang melibatkan proses memasukan pikiran-pikiran, kata-kata, dan gambaran-gambaran yang konstruktive (membangun) bagi perkembangan pikiran anda. Pikiran positif menghadirkan kebahagiaan, suka cita, kesehatan, serta kesuksesan dalam setiap situasi dan tindakan. Apapun yang pikiran anda harapkan, pikiran positif akan mewujudkannya, berpikir positif juga merupakan sikap mental yang mengharapkan hasil yang baik serta menguntungkan.

Dari uraian diatas diketahui bahwa orang yang dapat menerima dirinya memiliki ciri-ciri tertentu yaitu dapat menerima diri sendiri seperti adanya, mampu menerima kelemahan dan kelebihan yang dimiliki, memiliki keyakinan untuk dapat mencintai diri sendiri dan mampu menghargai orang lain, tidak merasa dirinya paling sempurna dari orang lain, serta memiliki keyakinan bahwa mampu untuk menghasilkan sesuatu yang berguna dan bermanfaat bagi orang lain.

#### 2.2.6. Tanda-Tanda Penerimaan Diri

Santrock (2011) mengatakan bahwa tanda-tanda penerimaan diri adalah sebagai berikut:

- a. Seorang yang menerima dirinya memiliki penghargaan yang realistis tentang sumber- sumber yang ada pada dirinya digabungkan dengan penghargaan tentang harga atau kegunaan dirinya. Ia percaya akan norma-norma serta keyakinan-keyakinannya sendiri, dengan tidak menjadi budak daripada opini-opini orang lain. Ia juga memiliki pandangan yang realistis tentang keterbatasan-keterbatasannya tanpa menimbulkan tindakan menjauhi atau penolakan diri yang rasional.
- b. Individu-individu yang menerima kehadiran dirinya mengenal dan menghargai kekayaan-kekayaannya (potensi-potensi dirinya) dan bebas mengikuti perkembangannya. Mereka menyadari kekurangan-kekurangannya tanpa harus terus menerus menyesalinya.
- c. Ciri yang paling menonjol dari pada seseorang yang menerima dirinya adalah spontanitas dan tanggung jawabnya untuk dirinya sendiri. Mereka

menerima kualitas- kualitas kemanusiaannya tanpa mempersalahkan dirinya bila terjadi hal-hal yang diluar kemampuannya untuk mengontrolnya.

Dari penjelasan diatas dapat dikatakan bahwa tanda-tanda penerimaan diri seseorang adalah menghargai dirinya, memahami potensi-potensi yang ada pada dirinya, dan bertanggung jawab terhadap dirinya.

### 2.3. Orang tua

#### 2.3.1. Pengertian Orang Tua

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia menjelaskan bahwa Orang tua adalah ayah ibu kandung. orang tua adalah seperangkat keluarga yang terdiri dari ayah dan ibu yang berperan dan bertanggung jawab sepenuhnya terhadap pendidikan anak-anak serta prilaku anak-anaknya dalam lingkungan keluarga maupun di lingkungan masyarakat tempat tinggalnya semua itu menjadi tanggung jawab orang tua. Dalam Wikipedia Bahasa Indonesia menyebutkan Orang tua adalah ayah dan/ atau ibu seorang anak, baik melalui hubungan biologis maupun sosial. Adapun dalam Undang-Undang (UU) Republik Indonesia Nomor 35 tahun 2014 tentang perlindungan anak yang dimaksud orang tua adalah ayah dan/ atau ibu kandung, atau ayah dan/ atau ibu tiri, atau ayah dan/ atau ibu angkat.

Menurut Miami (Faradina, 2016), dikemukakan bahwa orang tua adalah pria dan wanita yang terkait dalam perkawinan dan siap sedia untuk memikul tanggung jawab sebagai ayah dan ibu dari anak-anak yang dilahirkannya. Secara sederhana peran orang tua dapat dijelaskan sebagai kewajiban orang tua kepada

anak. Diantaranya adalah orang tua wajib memenuhi hak-hak (kebutuhan) anaknya, seperti hak untuk melatih anak menguasai cara-cara mengurus diri, seperti cara makan, buang air, berbicara, berjalan berdoa, sungguh sungguh membekas dalam diri anak karena berkaitan erat dengan perkembangan dirinya sebagai pribadi. Sikap orang tua sangat memengaruhi perkembangan anak. Sikap menerima atau menolak, sikap kasih sayang atau acuh tak acuh, sikap sabar atau tergesa-gesa, sikap melindungi atau membiarkan secara langsung memengaruhi reaksi emosional anak (Hasbullah, 2011)

Orang tua adalah orang yang lebih tua atau orang yang dituakan, terdiri dari ayah dan ibu yang merupakan guru dan contoh utama untuk anak-anaknya karena orang tua yang menginterpretasikan tentang dunia dan masyarakat pada anak-anaknya (Friedman, 2010)

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa orang tua adalah seperangkat keluarga yang terdiri dari ayah dan ibu yang berperan dan bertanggung jawab sepenuhnya terhadap pendidikan anak-anak serta perilaku anak-anaknya dalam lingkungan keluarga maupun di lingkungan masyarakat tempat tinggalnya semua itu menjadi tanggung jawab orang tua.

### 2.3.2. Peran orang tua

Secara sederhana peran orang tua dapat dijelaskan sebagai kewajiban orang tua kepada anak. Diantaranya adalah orang tua wajib memenuhi hak hak (kebutuhan) anaknya, seperti hak untuk melatih anak menguasai cara xara mengurus diri, seperti cara makan, buang air, berbicara, berjalan, berdoa, sungguh sungguh membekas dalam diri anak karena berkaitan erat dengan perkembangan

dirinya sebagai pribadi. Sikap orang tua sangat memengaruhi perkembangan anak. Sikap menerima atau menolak, sikap kasih sayang atau acuh tak acuh, sikap sabar atau tergesa gesa, sikap melindungi atau membiarkan secara langsung memengaruhi reaksi emosional anak (Hasbullah, 2011).

John Locke mengemukakan, posisi pertama dalam mendidik seorang individu terletak pada keluarga. Melalui konsep tabula rasa John Locke menjelaskan bahwa individu adalah hasil ibarat sebuah kertas yang bentuk dan coraknya tergantung kepada orang tua bagaimana mengisi kertas kosong tersebut sejak bayi. Melalui pengasuhan, perawatan dan pengawasan yang terus menerus, diri serta kepribadian anak dibentuk.

### 2.3.3. Peran Ibu

Ibu memiliki beberapa fungsi, menurut Gunarsa (dalam Maisya, 2000), termasuk:

- a. memenuhi kebutuhan biologis dan fisik.

pemeliharaan dan perawatan anak agar mereka tumbuh menjadi anak yang sehat secara fisik, mental, sosial, dan spiritual. Selain itu, peran pengasuh adalah memberikan perhatian, kasih sayang, rasa aman, dan kehangatan kepada anak sehingga mereka dapat tumbuh dan berkembang sesuai kebutuhannya.

b. Pendidikan, pengawasan, dan pengendalian anak

Ibu adalah tempat pertama anak belajar, di mana perilakunya tidak jauh dari pengajaran ibunya. Karena itu, ibu harus memberikan nilai-nilai positif kepada anak mereka agar mereka tumbuh menjadi individu yang baik dan bermanfaat bagi keluarga dan masyarakat.

c. Menjadi contoh dan teladan bagi anak

Ibu akan menjadi contoh bagi anak, dan anak-anak akan meniru apa yang dilakukan orang tuanya, terutama dalam hal tindakan mereka.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa ibu bertanggung jawab untuk memenuhi kebutuhan anak, mengajarkan anak nilai-nilai dan norma yang berlaku, dan memantau perkembangan anak untuk mengidentifikasi kecenderungan.

#### 2.4. Hubungan Penerimaan Diri dengan Kebahagiaan

Orang tua khususnya ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus harus memiliki penerimaan diri yang baik, karena berpengaruh pada kelangsungan hidupnya. Handayani (2008), berpendapat bahwa penerimaan diri adalah sejauh mana seseorang dapat menyadari dan mengakui karakteristik pribadi dan menggunakannya dalam menjalani kelangsungan hidupnya. Sikap penerimaan diri ditunjukkan oleh sikap pengakuan seseorang terhadap kelebihan-kelebihannya sekaligus menerima kelemahan-kelemahannya tanpa menyalahkan orang lain dan

memiliki motivasi untuk terus mengembangkan diri. Oleh sebab itu orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus mampu menerima kekurangan dan kelebihan anak, percaya akan kemampuannya dan puas akan hasil yang dicapai.

Banyak keluarga yang merasa sedih karena harapan dan impian mereka akan masa depan anak harus tertunda setelah mengetahui anaknya terdiagnosa sebagai anak berkebutuhan khusus (Faradina, 2016) Beberapa orang melihat hal ini sebagai tekanan yang membuat orang tua menjadi depresi. Banyak persepsi orang tua mengenai konsep keluarga idaman yang terbentuk secara turun temurun akan didasarkan pada gambaran keluarga ideal, dalam hal ini adalah kondisi anak sebagai anak sempurna yang normal dan berkembang dengan baik (Hurlock, 2008) kemudian sebelum mencapai tahap penerimaan diri individu akan melalui beberapa tahap, salah satunya adalah denial (penolakan) tahap ini dimulai dari rasa tidak percaya saat menerima diagnosa dari seorang ahli (Kubler dalam Faradina, 2016). Sebaliknya, keadaan psikologis yang baik pada orang tua khususnya ibu dengan anak berkebutuhan khusus menimbulkan emosi yang positif yang akan memperkuat mereka menjalani hidup, menyediakan jalan menuju kehidupan gembira, bahagia, dan memuaskan (Gary, 2005) Dilihat disini ibu akan sepenuhnya dengan senang hati merawat, mengasuh, mendidik anak tanpa merasa terbebani. Emosi positif juga dapat menolong seseorang dalam memecahkan masalah dan menemukan pilihan yang baik dalam pengambilan keputusan (Estrada et al dalam Schultz, 1993).

Penerimaan diri yang baik akan menangkal emosi negatif yang muncul karena dapat menerima diri dengan apa adanya yang akan melahirkan suatu rasa bahagia. Karakteristik yang menonjol pada orang yang bahagia adalah memiliki

rasa optimis dan harapan. Orang yang bahagia selalu berpikir positif terhadap kehidupan mereka dan dapat menerima apa yang terjadi di hidupnya. Gary dan Don (2005) dalam penelitiannya juga menyebutkan bahwa orang yang berbahagia dapat menikmati kehidupannya dan dapat menerima jika terjadi penurunan maupun sebaliknya dalam kehidupannya. Semakin baik penerimaan diri pada ibu maka semakin tinggi kebahagiaan ibu terhadap anak berkebutuhan khusus.

#### 2.5. Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)

Menurut *World Health Organization* menyatakan bahwa individu yang berkelainan adalah setiap orang yang memiliki kelainan fisik, kelainan mental, dan kelainan karakteristik sosial. Kelainan fisik adalah kelainan yang terjadi pada satu atau lebih organ tubuh tertentu. Akibat dari kelainan tersebut timbul suatu keadaan pada fungsi fisik tubuhnya tidak dapat menjalankan tugasnya secara normal. Tidak berfungsinya anggota fisik terjadi pada: alat fisik indra (tunarungu, tunawicara, tunanetra), alat motorik tubuh (kelainan otot dan tulang, kelainan pada saraf di otak/ cerebtral palsy), kelainan pada anggota badan akibat pertumbuhan yang tidak sempurna (lahir tanpa tangan/ kaki, amputasi atau tunas daksa)(Effendi, 2008).

Kelainan mental adalah penyimpangan kemampuan berpikir secara kritis, logis dalam menanggapi dunia sekitarnya. Kelainan pada aspek mental ini dapat menyebar ke dua arah, yaitu kelainan mental dalam arti lebih (*supernormal*) dan kelainan mental dalam arti kurang (*subnormal*). Subnormal atau anak unggul terdiri dari; anak mampu belajar dengan cepat (*rapid learner*), anak berbakat (*gifted*), dan anak genius (*extremly gifted*). Anak berkelainan mental dalam arti kurang atau

tunagrahita, yaitu anak yang diidentifikasi memiliki tingkat kecerdasan yang sedemikian rendah (di bawah rata-rata) sehingga untuk meniti tugas perkembangannya memerlukan bantuan atau layanan secara khusus. (Effendi, 2008)

Anak yang dikategorikan memiliki kelainan dalam aspek fisik meliputi kelainan indra penglihatan (tunanetra), kelainan indra pendengaran (tunarungu), kelainan kemampuan bicara (tunawicara), dan kelainan fungsi anggota tubuh (tunadaksa). Anak yang memiliki kelainan dalam aspek mental meliputi anak yang memiliki kemampuan mental lebih (supernormal) yang dikenal sebagai anak berbakat atau anak unggul, dan anak yang memiliki kemampuan mental sangat rendah (subarnormal) yang dikenal sebagai anak tunagrahita. Anak yang memiliki kelainan dalam aspek sosial adalah anak yang memiliki kesulitan dalam menyesuaikan perilakunya terhadap lingkungan sekitarnya, anak yang termasuk dalam kelompok ini dikenal dengan sebutan tunalaras.

Dari penjelasan tersebut, peneliti dapat melihat bahwa kebahagiaan sangat dibutuhkan bagi para orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus untuk memberikan perhatian dan kasih sayangnya kepada anaknya. Tidak semua anak lahir dengan kondisi yang sehat dan sempurna, beberapa dari mereka terlahir dengan memiliki keterbatasan atau ke luarbiasaan, baik fisik, mental-intelektual, sosial maupun emosional. Namun pada kenyataannya, tidak semua orang tua yang memiliki anak dengan keterbatasan fisik maupun psikis merasakan kebahagiaan, melihat kondisi anaknya yang tidak sempurna. Kelainan perilaku sosial atau tunalaras adalah mereka yang mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri terhadap lingkungan, tata tertib, norma sosial, dll. Mackie (dalam Effendi, 2008)

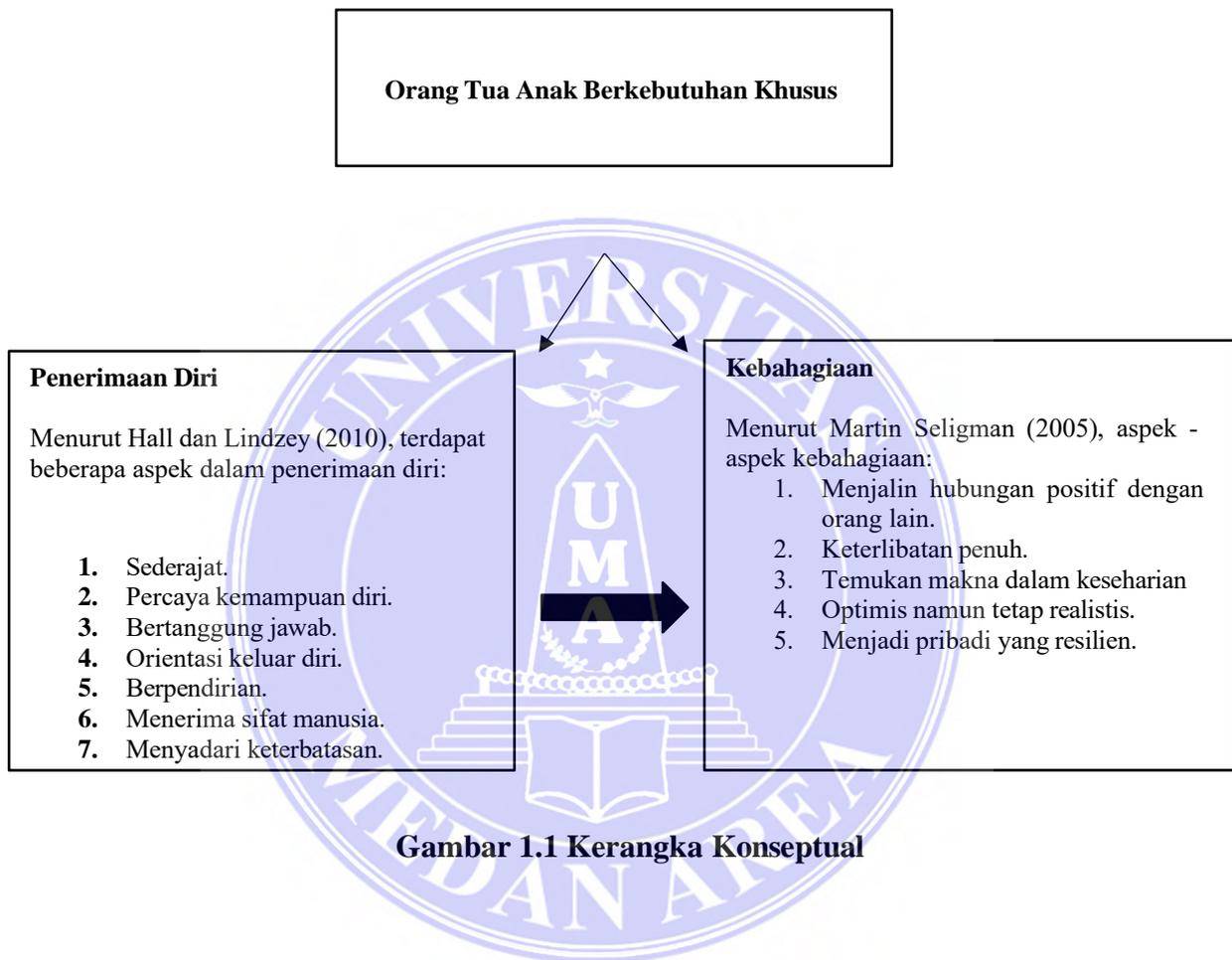
mengemukakan, anak yang termasuk dalam kategori kelainan perilaku sosial adalah anak yang mempunyai tingkah laku yang tidak sesuai dengan adat kebiasaan yang berlaku di rumah, di sekolah, dan di masyarakat. Hal yang dilakukan dapat merugikan diri sendiri dan orang lain. Tunalaras dapat dibedakan menjadi dua yaitu tuna laras emosi (penyimpangan perilaku sosial yang ekstrem sebagai bentuk gangguan emosi) dan tuna laras sosial (kelainan dalam penyesuaian sosial karena bersifat fungsional).

Pengklasifikasian anak berkelainan sebagaimana yang dijelaskan di atas, jika dikaitkan dengan kepentingan pendidikannya khususnya Indonesia maka bentuk kelainan di atas dapat disederhanakan sebagai berikut (Effendi, 2008) :

1. Bagian A adalah sebutan untuk kelompok anak tunanetra.
2. Bagian B adalah sebutan untuk kelompok anak tunarungu.
3. Bagian C adalah sebutan untuk kelompok anak tunagrahita.
4. Bagian D adalah sebutan untuk kelompok anak tunadaksa.
5. Bagian E adalah sebutan untuk kelompok anak tunalaras.
6. Bagian F adalah sebutan untuk kelompok anak dengan kemampuan di atas rata-rata/superior.
7. Bagian G adalah sebutan untuk kelompok anak tunaganda.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dikatakan bahwa anak berkebutuhan khusus memiliki berbagai kelainan fisik, kelainan mental, kelainan karakteristik sosial. Dimana ketiga jenis kelainan itu dapat disederhanakan menjadi beberapa bagian yaitu A,B,C,D,E,F,dan G

## 2.6. Kerangka Konseptual



**Gambar 1.1 Kerangka Konseptual**

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada para orang tua dari komunitas rumah ramah anak berkebutuhah khusus (RRABK) tepatnya di Jalan Asahan No. Km 3, Marihat Baris, Kecamatan Siantar, Kabupaten Simalungun, Sumatera Utara 21151.

Waktu Penelitian dilakukan dari bulan Oktober sampai April 2024.

#### 3.2. Bahan dan Alat

Alat ukur dalam penelitian ini adalah: instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan oleh peneliti untuk mengobservasi, mengukur atau menilai suatu fenomena. Untuk memperoleh informasi dari responden, peneliti menggunakan instrumen penelitian berupa kuesioner yang diadopsi dari penelitian Irma Afrilianda (2021). Kuisisioner yang digunakan untuk mengukur kebahagiaan 27 sebanyak , dan untuk mengukur penerimaan diri sebanyak 26 pertanyaan.

#### 3.3. Metodologi Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Menurut Sugiyono (2019) metode penelitian kuantitatif merupakan metode ilmiah karena telah memenuhi kaidah-kaidah ilmiah yaitu konkrit, objektif, terukur, rasional dan sistematis. Penelitian kuantitatif menurut Uma Sekarang (2017) adalah metode

ilmiah yang datanya berbentuk angka atau bilangan yang dapat diolah dan di analisis dengan menggunakan perhitungan matematika atau statistika.

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah Teknik statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasional, yang bertujuan meneliti sejauh mana variasi pada satu variabel berkaitan dengan variabel pada satu atau lebih variabel lain, berdasarkan koefisien korelasi (Azwar, 2013).

Penelitian ini dilakukan untuk menganalisa apakah ada hubungan penerimaan diri (variabel independent) dengan kebahagiaan (variabel depeden) pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus.

### 3.3.1 Uji Validitas dan Reliabilitas

Peneliti melakukan uji validitas dan reabilitas sebelum melakukan penelitian untuk mendapatkan instrument yang dapat diterima sesuai standar

#### 1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan alat ukur benar-benar mengukur apa yang diukur (Notoatmodjo, 2017) Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian berupa kuesioner (daftar pertanyaan) untuk mengumpulkan data yang diperlukan Uji validitas yang digunakan dalam kuesioner ini adalah pengujian validitas eksternal yaitu diuji dengan cara membandingkan (untuk mencari kesamaan) antara kriteria yang ada pada instrumen dengan fakta fakta pertanyaan (kuesioner) yang valid. Uji validitas bertujuan untuk mengetahui sejauh mana suatu ukuran atau nilai yang menunjukkan tingkat kehandalan atau kesalahan

suatu alat ukur dengan cara mengukur korelasi antara variabel atau item dengan memperlihatkan bahwa nilai  $r$ -hitung validitas lebih besar dari  $r$ -tabel. Uji validitas sudah dilakukan oleh peneliti sebelumnya dengan nilai 0,3 (valid).

## 2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah sesuatu instrumen yang dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Reliabilitas menunjuk pada tingkat keterandalan sesuatu. Reliabel artinya dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan. Pertanyaan dikatakan reliabel, sikap jawaban responden terhadap pertanyaan (kuesioner) adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu. Reliabilitas data merupakan indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat menunjukkan ketepatan dan dapat dipercayai dengan menggunakan metode *Cronbach's Alpha*, yaitu menganalisis reabilitas alat ukur dari satu kali pengukuran, dengan ketentuan jika nilai  $r(a) > r(\text{tabel})$ , maka dinyatakan reliabel (Notoatmodjo, 2017)

### 3.3.2 Pengolahan Dan Analisa Data

#### A. Pengolahan Data

Data yang terkumpul diolah dengan menggunakan analisis statistik menggunakan software yaitu program SPSS. Data diolah pada dasarnya merupakan suatu proses untuk memperoleh data berdasarkan suatu kelompok data yang belum diolah dengan menggunakan rumus tertentu sehingga menghasilkan informasi yang diperlukan (Notoatmodjo, 2017).

analisis yang dilakukan dengan cara melihat distribusi frekuensi dan presentase dari setiap variabel dependen dan independen, variabel dependen yaitu penerimaan diri dengan variabel independent adalah penerimaan diri (Notoatmodjo, 2017)

## B. Analisis Data

Analisis data yang dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara 2 variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat dengan menggunakan *product momen*. Untuk mengetahui hubungan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, maka teknik analisis data pada penelitian ini adalah menggunakan teknik analisis *product moment*. Analisis data dilakukan dengan menggunakan program *SPSS 22.00 for windows*

Analisis data ini dapat dilakukan setelah melakukan uji asumsi yaitu pengujian normalitas sebaran dan uji linieritas hubungan antar variabel. Teknik analisis data yang digunakan antara lain sebagai berikut:

### 1. Uji Asumsi

Data penelitian ini ialah data yang memiliki sifat kuantitatif, oleh karena itu data tersebut akan dianalisa menggunakan metode statistik. Langkah-langkah yang digunakan dalam analisis data penelitian ini ialah:

## 2. Uji Normalitas

Uji ini digunakan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Ada anggapan bahwa skor variabel yang dianalisis mengikuti hukum sebaran normal baku (kurva) dan Gauss. Jika sebaran normal artinya tidak ada perbedaan yang signifikan antara frekuensi yang diamati dengan frekuensi teoritis kurva. Kaidah yang dipakai bila  $P > 0.05$  sebaran normal sebaliknya bila  $P < 0.05$  sebaran tidak normal. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan bantuan komputer program *SPSS versi 22.00 for windows*

## 3. Uji linearitas

Uji ini untuk mengetahui bentuk hubungan, variabel bebas dengan variabel terikat, untuk mengetahui linier tidaknya maka digunakan uji linieritas dengan analisis korelasi. Dikatakan linier apabila taraf signifikan  $< 0,05$  dan dikatakan tidak linier apabila taraf signifikan dari  $0,05$  maka hubungan keduanya tidak linier. Perhitungan ini menggunakan program komputer *SPSS versi 22.00 for windows*.

## 4. Uji hipotesis

Setelah uji asumsi atau uji prasyarat analisis dilakukan, maka selanjutnya dilakukan uji hipotesis. Sebagaimana yang telah dilakukan sebelumnya, bahwa penelitian ini dimaksud untuk mengetahui hubungan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan . Teknik statistik yang digunakan dalam penelitian ini

adalah teknik korelasi *Product Moment*, untuk menguji hipotesis hubungan antara satu variabel bebas dengan satu variabel terikat secara simultan dan secara parsial terhadap variabel terikat. Penyesuaian analisis dilakukan dengan bantuan program komputer *SPSS versi 22.00 for windows*.

### c. Teknik scoring

cara pemberian nilai pada penelitian ini terdapat dua pernyataan itu favorabel (mendukung pada objek sikap) unfavorabel (tidak mendukung objek sikap) di mana dalam pernyataan favorabel respon tinggi yaitu sangat sesuai (5), sesuai (4), netral (3) dan respon rendah adalah tidak sesuai(2) dan sangat tidak sesuai (1) berbeda dengan respon pada pernyataan unfavorabel di mana nilai respon tinggi pada jawaban sangat tidak sesuai (5), tidak sesuai (4), netral (3), sesuai (2), dan sangat sesuai (1). teknik scoring ditampilkan pada tabel berikut:

**Tabel 1.1**

#### **Skoring Skala Penerimaan Diri dan Kebahagiaan**

Respon	Favorable	Unfavorabel
Sangat sesuai	5	1
Sesuai	4	2
Netral	3	3
Tidak sesuai	2	4
Sangat tidak sesuai	1	5

### 3.3.3 Kisi Kisi Alat Ukur

#### A. Penerimaan Diri

Pada penelitian ini alat ukur penerimaan diri didasarkan pada teori Hall dan Lindzey (2010) dengan dimensi-dimensinya yaitu: sederajat, percaya kemampuan diri, bertanggung jawab, orientasi keluar diri, berpendirian, menerima kemanusiaan dan menyadari keterbatasan. Alat ukur penerimaan diri ini menggunakan teori Hall and Lindzey (2010) dengan dibuat sendiri item item pertanyaan oleh peneliti sebanyak 60 item. Berikut kisi kisi alat ukur ditampilkan pada tabel 1.2 :

**Tabel 1.2 Kisi kisi alat ukur penerimaan diri sebelum uji coba**

Aspek	Indikator	Favorabel	Unfavorabel	Total
Sederajat	Individu merasa dirinya berharga sebagai manusia yang sederajat dengan orang lain	12,22,36,27	14,24,35,53, 54	9
Percaya kemampuan diri	Individu mempunyai kemampuan untuk menghadapi kehidupan	6,34,44,47,48	2,4,28	8
Bertanggung jawab	Individu yang berani memikul tanggung jawab terhadap perilakunya	7,19,27,29,31	26,33,52	8
Orientasi keluar diri	Individu lebih mempunyai orientasi diri keluar dan toleran kepada orang lain	1,8,23,25,55,56, 59	3,5,39,43	11
Berpendirian	Individu lebih suka mengikuti standartnya sendiri dari pada bersikap conform terhadap tekanan sosial	16,38,40,45, 49,50	15,41,51	9

Menerima sifat kemanusiaan	Individu mengenali perasaan marah, takut dan cemas tanpa mengganggapnya sebagai sesuatu yang harus diingkari dan ditutupi.	18,20,30,32, 57	9,21,60	8
Menyadari keterbatasan	Individu cenderung mempunyai penilaian yang realistik tentang kelebihan dan kekurangannya.	10,11,17,42	13,46,58	7
Total		36	24	60

**Tabel 1.3 Kisi-kisi Alat Ukur Penerimaan Diri Setelah Uji Coba**

Aspek	Indikator	Favorabel	Unfavorabel	Total
Sederajat	Individu merasa dirinya berharga sebagai manusia yang sederajat dengan orang lain.	12,22,36,37	24,35,53,54	8
Percaya kemampuan diri	Individu yang memiliki kemampuan untuk menghadapi kehidupan.	44	2	2
Bertanggung jawab	Individu yang berani memikul tanggung jawab terhadap perilakunya.	19,27,29	52	4
Orientasi keluar diri	Individu lebih mempunyai orientasi diri keluar dan toleran terhadap orang lain.	8	5	2
Berpendirian	Individu lebih suka mengikuti standarnya sendiri dari pada bersikap conform terhadap tekanan.	38, 49, 50	41	4
Menerima sifat manusia	Individu mengenali perasaan marah, takut, dan cemas tanpa mengganggapnya sebagai sesuatu yang harus diingkari atau ditutupi	20	60	2
Menyadari keterbatasan	Individu cenderung mempunyai penilaian yang realistik tentang	11, 10	13, 46	4

	kelebihan dan kekurangannya			
Total		15	11	26

**b. Skala kebahagiaan**

Dalam penelitian ini alat ukur skala kebahagiaan didasarkan pada teori dari Seligman (2018) dengan dimensi-dimensinya yaitu terjadinya hubungan positif dengan orang lain, keterlibatan penuh, penemuan makna dalam keseharian, optimisme yang realistis dan Resiliensi. Alat ukur kebahagiaan ini menggunakan teori Seligman (2018) dengan dibuat sendiri pertanyaannya oleh peneliti sebanyak 40 item. berikut kisi-kisi alat ukur ditampilkan pada tabel 1.4:

**Tabel 1.4 Kisi kisi alat ukur kebahagiaan sebelum uji coba**

Aspek	Indikator	Favorabel	Unfavorabel	Total
Terjalannya hubungan positif dengan orang lain	Individu yang mampu menjalin hubungan dengan lingkungan sekitarnya	1,2,17	3,5,16,32	7
Keterlibatan penuh	Individu yang mempunyai keterlibatan pada keluarga	6,14,22,25,38	8,9,28,36,40	10
Penemuan makna dalam keseharian	Individu mampu memahami setiap hal yang terjadi dalam kehidupannya	10,11,21,33	18,23,24,31	8
Optimisme yang realistis	Individu yang memiliki sikap optimis dalam menjalani kehidupannya	4,34,35,37,39	7,12,15	8
Resiliensi	Individu yang mampu bangkit dari keterpurukannya	13,19,20,27,30	26,29	2
Total		22	18	40

**Tabel 1.5 Kisi kisi alat ukur kebahagiaan setelah uji coba**

Aspek	Indikator	Favorabel	Unfavorabel	Total
Terjalannya hubungan positif dengan orang lain	Individu yang mampu menjalin hubungan dengan lingkungan sekitarnya	2, 17	32	3
Keterlibatan penuh	Individu yang mempunyai keterlibatan pada keluarga	6, 14, 22, 25, 38	8, 9	7
Penemuan makna dalam keseharian	Individu mampu memahami setiap hal yang terjadi dalam kehidupannya	10, 11, 21, 33	18	5
Optimisme yang realistis	Individu yang memiliki sikap optimis dalam menjalani kehidupannya	2,23,24,25,27	4	6
Resiliensi	Individu yang mampu bangkit dari keterpurukannya	4, 34, 35, 37,39	7	6
Total		21	6	27

### 3.4. Populasi dan Sampel

#### 3.4.1. Populasi

Menurut Sugiyono (2019) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyektif/subyektif yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh orang tua (ibu) di rumah ramah anak berkebutuhan khusus sebanyak 86 orang.

### 3.4.2. Sampel

Sugiyono (2019) menyatakan bahwa “sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi dan harus bersifat representatif (mewakili)”. Pengambilan sampel penelitian haruslah dapat mewakili populasi atau dengan kata lain sampel tersebut representatif. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu di rumah ramah anak berkebutuhan khusus sebanyak 65 orang yang rutin dan aktif mengikuti kegiatan di RRABK.

#### a. Teknik Pengambilan Sampel.

Adapun teknik penarikan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *Accidental sampling*. “*Accidental sampling* merupakan teknik pengambilan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan /insidental bertemu dengan peneliti dapat dijadikan sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data.

### 3.5. Prosedur Kerja

Peneliti Meminta surat izin penelitian dari program studi psikologi Universitas Medan Area untuk melakukan penelitian di Yayasan RRABK Setelah mendapat persetujuan dari Ketua Yayasan RRABK, peneliti melakukan penelitian terhadap responden dengan terlebih dahulu memberikan penjelasan tentang maksud dan tujuan penelitian. Meminta persetujuan kepada orang tua dengan memberikan

lembar persetujuan menjadi subjek bersedia menjadi responden. Pengumpulan data dilakukan sendiri oleh peneliti dengan bantuan Ketua Yayasan dalam mengumpulkan orang tua menyebarkan kuesioner kepada orang tua serta mengobservasi. Peneliti mengolah kuisioner dari data yang sudah dikumpulkan dan memasukkan kedalam laporan penelitian

### 3.6. Etika Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan setelah mendapatkan persetujuan dari komite etik penelitian. Dalam penelitian ini segi etik yang diperlukan oleh peneliti adalah:

#### 3.6.1. Lembar persetujuan (*informed consent*)

Informed consent merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dengan responden. Informed consent diberikan sebelum peneliti melakukan penelitian terhadap responden.

#### 3.6.2. Kerahasiaan (*confidentaly*)

Masalah ini merupakan masalah etik dengan memberikan jaminan hasil kerahasiaan penelitian, baik informasi maupun masalah-masalah lainnya. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan metode analisis *r product moment*, maka yang dapat disimpulkan adalah sebagai berikut :

- d. Diketahui bahwa terdapat hubungan positif antara kebahagiaan dan penerimaan diri. Hal itu diketahui berdasarkan Koefisien korelasi,  $r_{xy} = 0,495$ , dengan  $p \text{ signifikan} = 0,001 < 0,05$ . Berdasarkan data tersebut maka hipotesis dalam penelitian ini diterima. Ini menyiratkan bahwa kebahagiaan akan lebih tinggi jika penerimaan diri lebih tinggi, dan sebaliknya jika penerimaan diri lebih rendah, kebahagiaan akan lebih rendah.
- e. Dari hasil penelitian ini juga diketahui Hubungan antara variabel independen (X) dan variabel dependen (Y) memiliki koefisien determinan ( $r^2$ ) sebesar 0,245. Ini menunjukkan bahwa kebahagiaan didistribusikan sebesar 24,50% untuk penerimaan diri. Menurut angka ini, kebahagiaan disebabkan oleh penyebab lain yang tidak

diketahui 74,50% dari waktu, sementara penerimaan diri berkontribusi 24,50% dari total.

- f. Dan diketahui juga dari hasil penelitian ini bahwa penerimaan diri yang dimiliki orang tua di RRABK Siantar tergolong sangat tinggi, dapat dilihat dari mean hipotetik senilai  $78 \leq$  mean empiric yaitu 81,96 dengan standart deviasi sebesar 8.07. selanjutnya didapatkan kebahagiaan pada orang tua di RRABK Siantar juga tergolong tinggi terlihat dari mean hipotetik  $81 \leq$  mean empiric yaitu 96.50 dengan standart deviasi sebesar 12.31.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut :

### 1. Saran kepada orang tua

Untuk orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK) diharapkan dapat memiliki Pendidikan yang cukup baik, pengetahuan dan pengalaman sangat dibutuhkan untuk membantu orang tua dalam mengasuh dan membantu anak berkebutuhan khusus (ABK), orang tua juga harus lebih terbuka dan bersosialisasi dengan orang tua lain, rekan sebaya, rekan kerja atau bahkan dengan keluarga terdekat sehingga dapat bertukar pendapat dan pikiran atau mencari informasi tentang cara mengasuh dan mendidik anak berkebutuhan khusus (ABK) dengan orang yang sudah lebih dulu memiliki pengalaman yang sama dalam merawat dan

mengasuh anak berkebutuhan khusus (ABK). Orang tua yang memiliki penerimaan diri yang baik akan merasakan kepercayaan diri dalam mendidik anaknya.

## 2. Saran kepada Yayasan

Pihak Yayasan perlu secara konsisten menerapkan kebijakan dan praktik yang sudah terbukti andil, dan juga melakukan evaluasi secara berkala seperti melalui survei bulanan. Peneliti juga menyarankan kepada Yayasan agar selalu menjaga komunikasi terbuka antara pengurus Yayasan dan para orang tua, serta ikut melibatkan orang tua dalam proses pengambilan keputusan untuk mempertahankan rasa percaya diri dan rasa memiliki mereka.

## 3. Saran kepada peneliti selanjutnya

Hal ini diantisipasi bahwa peneliti berikutnya yang ingin mempelajari fenomena yang sama akan merasa bermanfaat untuk menggunakan variabel alternatif, seperti konsep diri atau dukungan sosial, untuk membandingkan hubungan antara variabel dan menyumbangkan pengetahuan dan referensi untuk kemajuan ilmu psikologi, khususnya dalam psikologi klinis. Selanjutnya, rentang lokasi yang lebih besar dan lebih bervariasi dapat digunakan untuk pengumpulan data.

### Daftar Pustaka

- Acocella, J. R., & Calhoun, J. F. (1990). Psikologi tentang penyesuaian dan hubungan kemanusiaan . IKIP Press.
- Afrilianda, I. (2021). Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Kebahagiaan pada Ibu yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) di SKH Al-Khairiyah Citangkil-Cilegon. Universitas Esa Unggul.
- Azwar, S. (2013). Metode Penelitian. Pustaka Pelajar.
- Burhani, R. (2010, November 30). LSI: 84,7 Persen Publik Merasa Bahagia. [https://www.Antarane.ws.com/Berita/235683/Lsi-847-Persen-Publik-Merasa-Bahagia](https://www.antarane.ws.com/Berita/235683/Lsi-847-Persen-Publik-Merasa-Bahagia).
- Cahyani, R. A. (2015). Penerimaan diri ibu dengan anak berkebutuhan khusus di mojokerto.
- Carr, A. (2004). Positive psychology 2 Positive Psychology: New Worlds For Old.
- Cronbach, L. J. (1963). Educational Psychology. Harcourt, Brace & World, Inc.
- Effendi, M. (2008). Pengantar Psikopedagogik anak berkelainan. Bumi Aksara.
- Faradina, N. (2016). Penerimaan Diri Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. Psikoborneo, 4(1), 18–23. <https://e-journals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/view/3925>
- Friedman, M. (2010). Buku Ajar Keperawatan Keluarga (5th ed.). EGC.

- Gargiulo, R. M. (2004). *Special Education in Contemporary Society*. Houghto Mifflin Company.
- Gary, M. & D. D. (2005). *Rahasia Kekuatan Pilihan Emosional*. Grasindo.
- Germer, C. K. (2009). *The mindful path to self-compassion freeing yourself from destructive thoughts and emotions*. The Guillford Press.
- Hall, C. S. & L. G. (2010). *Psikologi Kepribadian 2; Teori-teori Holistik (Organismik-Fenomenologis)*. Kanisius.
- Handayani, E. (2008). *Anak dengan Gangguan Autism*. Universitas Terbuka.
- Hasbullah. (2011). *Dasar-dasar Ilmu Pendidikan*. PT. Raja Grafindo Persada.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan : suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Erlangga.
- Hurlock, E. B. (2008). *Psikologi Perkembangan*. Erlangga Press.
- Lafiana, N. Artati., Witono, Hari., & Affandi, L. Hamdian. (2022). *Problematika Guru Dalam Membelajarkan Anak Berkebutuhan Khusus*. *Journal of Classroom Action Research*, 4(2). 10.29303/jcar.v4i1.1686
- Jersild, A. T. (1978). *The Psychology of Adolescence*. Macmillan.
- Kartika Adi Perdana, G., Sari Dewi, K., & Soedarto Tembalang Semarang, J. S. (2015). *Kebahagiaan Pada Ibu Yang Memiliki Anak Difabel*. *Jurnal Empati* , 4(4), 66–72.  
<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/download/13554/13108>
- Kubler Ross, E. (2008). *On Life After Death Resived*. Celestial Art.
- Maisya, R. (2022). *Hubungan Penerimaan Diri Dengan Kebahagiaan Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus Di Slb Kota Medan*. Universitas Medan Area.
- Mangunsong, F. M., & Wahyuni, C. (2018). *Keterlibatan Orang Tua terhadap Keterampilan Sosial Siswa Berkebutuhan Khusus di Sekolah Dasar Inklusif*. *Jurnal Psikologi*, 45(3), 167.  
<https://doi.org/10.22146/jpsi.32341>
- Marniati. (2021). *Hubungan Penerimaan Diri dengan Kebahagiaan pada Remaja Pesantren Darul Hasanah Aceh Singkil*. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.

- Miranda, D. (2013). Strategi Coping Dan Kelelahan Emosional (Emotional Exhaustion) Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *Psikoborneo*, 1(2), 64–71.
- Muslimah, N. (2010). Hubungan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan anak jalanan [Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah]. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/4395>
- Notoatmodjo, S. (2017). *Metode Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Rahardjo, W. (2007). Kebahagiaan Sebagai Suatu Proses Pembelajaran. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 12(2).  
[http://wahyu\\_r.staff.gunadarma.ac.id/Publications/files/1983/Kebahagiaan+sebagai+Suatu+Proses+Pembelajaran+%282007%29.pdf](http://wahyu_r.staff.gunadarma.ac.id/Publications/files/1983/Kebahagiaan+sebagai+Suatu+Proses+Pembelajaran+%282007%29.pdf)
- Rohner, R. , K. A. , & C. D. (2012). Introduction to parental acceptance-rejection theory, methods, evidence and implications.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development : Perkembangan Masa Hidup*. Erlangga.
- Schultz, D. (1993). *Psikologi Pertumbuhan Model Model Kepribadian Sehat*. Kanisius.
- Seligman M. E. P. (2005). *Aunthetic Happiness; Menciptakan Kebahagiaan Dengan Psikologi Positif*.
- Shaver, P. and F. (1976). *The Pursuit of Happiness*.
- Snyder, C. R. & Lazz, S. J. (2007). *Handbook of Positive Psychology*.
- Sugiyono. (2019). *Metodelogi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dan R&D*. Alfabeta.

## Lampiran 1

### INFORMED CONSENT

Assalamualaikum Wr. Wb.  
Salam sejahtera,

Perkenalkan saya adalah Yunasya Pradita Shabil mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang sedang melakukan penelitian terkait tugas akhir SKRIPSI dengan tujuan untuk melihat sebuah hubungan aspek Psikologi dalam ruang lingkup Psikologi Klinis dalam hal ini aspek : penerimaan diri terhadap kebahagiaan. Oleh karena itu kami membutuhkan data, salah satunya dengan kesiapan saudara untuk memilih jawaban dari pernyataan – pernyataan yang tersedia di dalam kuesioner ini.

Atas ketersediaan dan partisipasinya saya ucapkan terima kasih.

Peneliti,  
Yunasya Pradita Shabil  
Hp. 082269948671

- **Bacalah pernyataan tersebut dan pilihlah respon jawaban yang sesuai menggambarkan keadaan diri Saudara.**
- **Jawaban yang Saudara berikan tidak diberikan penilaian salah atau benar dan tidak akan mempengaruhi penilaian apapun serta dijaga kerahasiaannya.**
- **Tujuan : Penelitian Tugas Akhir (SKRIPSI)**

Jika Saudara telah memahami dan bersedia berpartisipasi sebagai responden dalam survey yang akan dilakukan, mohon untuk menandatangani surat pernyataan ini pada kolom yang telah tersedia dibawah ini. Tanda tangan akan dianggap sebagai tanda bahwa Saudara setuju dengan segala hal yang telah tertulis diatas. Terima kasih.

Responden

( \_\_\_\_\_ )

## Lampiran 2

### KUISIONER PENERIMAAN DIRI DAN KEBAHAGIAAN

IDENTITAS PENGISI AKAN DIRAHASIAKAN

#### Data Demografi Responden

Nama / Inisial :

Usia :

Pendidikan Terakhir :

Pekerjaan :  IRT  ASN  BUMN/BUMD

SWASTA  WIRAUSAHA

Anak Ka- :

Jenis ABK :

**\*Berikan Tanda Silang (X) salah satu yang sesuai dengan pilihan Saudara**

#### PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ini terdapat dua SKALA dengan sejumlah pernyataan. Saya mohon Saudara baca dan pahami baik – baik setiap pernyataan tersebut. Saudara diminta

untuk memilih dengan cara memberi **tanda silang (X)** pada kolom yang tersedia, yaitu :

**STS : Sangat Tidak Sesuai**

**TS : Tidak Sesuai**

**N : Netral**

**S : Sesuai**

**SS : Sangat Sesuai**

NO	PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN				
		STS	TS	N	S	SS
1						

Setiap orang akan memiliki jawaban yang berbeda. Saudara bebas menentukan pilihan yang sesuai dengan pilihan Saudara, karena tidak ada jawaban yang dianggap benar dan salah. Saudara dipersilahkan untuk mengecek kembali jawaban Saudara setelah selesai mengerjakan, untuk memastikan ada pernyataan yang tidak terlewat. Selamat mengerjakan.

**SKALA 1**

NO	PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN				
		STS	TS	N	S	SS
1	Saya merasa rendah diri dengan keadaan saya sekarang					
2	Saya merasa sering malu ketika sedang berkumpul bersama orang banyak					
3	Saya menganggap kritikan orang lain sebagai bentuk perhatian					
4	Saya merasa beruntung dengan kemampuan yang saya miliki					
5	Saya menyadari bahwa saya memiliki kelemahan dan kelebihan					
6	Saya yakin semua orang sama dimata Allah SWT					

- 7 Saya merasa masih banyak kekurangan sebagai seorang ibu
- 8 Saya mampu menjaga amanah
- 9 Saya merasa takut akan masa depan anak saya
- 10 Saya merasa senang ketika orang lain mengerti kondisi saya
- 11 Saya merasa dikucilkan oleh orang banyak
- 12 Saya berani meminta maaf apabila melakukan kesalahan
- 13 Saya mempertimbangkan akibat dari tindakan yang saya akan lakukan
- 14 Saya merasa berbeda dengan seorang ibu lainnya
- 15 Saya merasa yakin perbedaan ini adalah sebuah kelebihan untuk saya
- 16 Saya yakin ini semua takdir dari Allah SWT
- 17 Saya merasa nyaman dengan aktivitas saya sehari – hari
- 18 Perbedaan menimbulkan rasa tidak nyaman dalam diri saya
- 19 Saya percaya dukungan dari keluarga membuat hidup saya lebih baik
- 20 Saya merasa, saya bukan seorang ibu yang baik
- 21 Saya tidak mudah untuk menerima ajakan atau hasutan orang lain
- 22 Saya lebih suka bersikap apa adanya diri saya, daripada mengikuti orang lain
- 23 Saya merasa biasa saja dan tidak bersalah ketika tidak bisa mengajarkan anak belajar
- 24 Saya tidak yakin bahwa saya dibutuhkan di masyarakat seperti orang lainnya
- 25 Saya merasa takdir saya tidak sebaik seperti orang lain
- 26 Saya tidak senang dengan cacian orang lain terhadap anak saya

## SKALA 2

NO	PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN				
		STS	TS	N	S	SS
1	Saya merasa senang bisa berkumpul dan bertukar pikiran dengan ibu lainnya di sekolah ini					
2	Saya percaya pada diri saya untuk dapat mendidik anak saya dengan baik					
3	Saya merasa senang ketika dapat membantu keluarga dalam masalah					

- 4 Saya tidak percaya bahwa saya bisa mengajarkan anak saya dengan baik
- 5 Saya tidak mendapatkan manfaat positif ketika saya membantu pekerjaan suami saya
- 6 Saya merasa buang – buang waktu dan tenaga ketika saya membantu orang lain dalam masalah
- 7 Ketika saya dapat membantu orang tua lainnya disekolah dalam kesulitan mendidik anaknya ada kepuasan tersendiri yang saya dapatkan
- 8 Dengan berkumpul bersama orang tua lainnya saya mendapatkan ilmu yang baru dalam hidup saya
- 9 Saya akan kembali menjalani kehidupan setelah melewati keterpurukan
- 10 Saya selalu mengerjakan pekerjaan apapun sampai tuntas
- 11 Saya merasa bahwa kritik dari orang lain sangat bermanfaat bagi saya
- 12 Saya merasa tuhan tidak adil
- 13 Saya berusaha menyelesaikan masalah yang saya miliki
- 14 Saya mampu bangkit dari kesedihan
- 15 Pekerjaan yang saya lakukan bermanfaat bagi hidup saya
- 16 Saya mampu bertanggung jawab penuh dengan segala tugas yang diberikan kepada saya
- 17 Saya memiliki peran penting dalam keluarga
- 18 Saya tidak takut mencoba kembali meskipun saya gagal
- 19 Saya cenderung menghindari kenyataan yang menyakitkan
- 20 Saya dapat menahan diri ketika orang lain mengejek saya
- 21 Saya mudah merasa cemas bila berada ditempat ramai
- 22 Saya mengupayakan hasil yang terbaik dari apa yang saya lakukan
- 23 Saya merupakan orang yang percaya diri dalam mengerjakan pekerjaan
- 24 Saya yakin akan menjadi ibu yang sukses dalam mendidik anak
- 25 Saya yakin bahwa mimpi saya akan menjadi kenyataan
- 26 Sebagian waktu saya dihabiskan dengan keluarga
- 27 Saya memiliki target yang ingin dicapai

### Lampiran 3

## RELIABILITAS

```

DATASET ACTIVATE DataSet0.
RELIABILITY
/VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006
VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR00010 VAR00011 VAR00012 VAR00013
VAR00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020
VAR00021 VAR00022 VAR00023 VAR00024 VAR00025 VAR00026
/SCALE('PENERIMAAN DIRI') ALL
/MODEL=ALPHA
/STATISTICS=SCALE
/SUMMARY=TOTAL.
    
```

### Reliability

#### Notes

Output Created		05-APR-2024 16:20:56
Comments		
	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
Input	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	47
	File	
	Matrix Input	
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.

Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
Syntax	<p>RELIABILITY</p> <p>/VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006 VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR00010 VAR00011 VAR00012 VAR00013 VAR00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020 VAR00021 VAR00022 VAR00023 VAR00024 VAR00025 VAR00026</p> <p>/SCALE('PENERIMAAN DIRI') ALL</p> <p>/MODEL=ALPHA</p> <p>/STATISTICS=SCALE</p> <p>/SUMMARY=TOTAL.</p>
Resources	<p>Processor Time 00:00:00.00</p> <p>Elapsed Time 00:00:00.01</p>

**Scale: PENERIMAAN DIRI**

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	65	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	65	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.892	26

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	98.3191	116.787	.885	.879
VAR00002	98.1702	118.753	.584	.885
VAR00003	98.2553	118.151	.861	.881
VAR00004	98.3617	121.019	.494	.887
VAR00005	98.2553	122.803	.645	.886
VAR00006	97.7872	125.519	.451	.889
VAR00007	100.4043	139.029	-.365	.908
VAR00008	98.2553	118.151	.861	.881
VAR00009	98.8085	127.245	.103	.901
VAR00010	98.1277	125.201	.350	.890
VAR00011	98.6809	121.309	.405	.890
VAR00012	98.1489	121.956	.642	.885
VAR00013	98.2979	118.692	.816	.881
VAR00014	98.3404	118.795	.770	.882
VAR00015	98.2553	123.281	.447	.888
VAR00016	97.8936	122.010	.531	.887
VAR00017	98.4043	116.855	.737	.881
VAR00018	99.1915	129.376	.055	.899
VAR00019	98.1277	124.027	.388	.890
VAR00020	99.0638	127.105	.102	.901
VAR00021	98.6170	127.459	.132	.897
VAR00022	98.1489	121.956	.476	.888
VAR00023	98.2553	118.151	.861	.881
VAR00024	98.2128	119.997	.827	.882
VAR00025	98.3404	118.795	.770	.882
VAR00026	98.3191	117.483	.840	.880

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
102.3617	131.714	11.47668	26

DATASET ACTIVATE DataSet1.

RELIABILITY

```

/VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006
VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR00010 VAR00011 VAR00012 VAR00013
VAR00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020
VAR00021 VAR00022 VAR00023 VAR00024 VAR00025 VAR00026 VAR00027
/SCALE('KEBAHAGIAAN') ALL
/MODEL=ALPHA
/STATISTICS=SCALE
/SUMMARY=TOTAL.
    
```

## Reliability

		Notes
Output Created		05-APR-2024 16:21:06
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	46
File		
Matrix Input		
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.

Syntax	RELIABILITY /VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006 VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR00010 VAR00011 VAR00012 VAR00013 VAR00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020 VAR00021 VAR00022 VAR00023 VAR00024 VAR00025 VAR00026 VAR00027 /SCALE('KEBAHAGIAAN') ALL /MODEL=ALPHA /STATISTICS=SCALE /SUMMARY=TOTAL.
Resources	Processor Time 00:00:00.00 Elapsed Time 00:00:00.13

[DataSet1]

**Scale: KEBAHAGIAAN**

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	65	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	65	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.897	27

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	102.6304	151.927	.387	.895
VAR00002	102.9130	152.170	.404	.894
VAR00003	102.9348	149.707	.599	.892
VAR00004	103.8913	145.966	.351	.898
VAR00005	103.3913	143.888	.479	.893
VAR00006	103.1087	144.055	.514	.892
VAR00007	103.2609	148.686	.497	.893
VAR00008	102.8043	151.628	.414	.894
VAR00009	102.9783	151.044	.407	.894
VAR00010	102.8696	150.427	.598	.892
VAR00011	103.1304	146.249	.641	.890
VAR00012	102.8043	157.183	.047	.903
VAR00013	103.1087	147.566	.790	.889
VAR00014	102.9783	147.844	.670	.890
VAR00015	103.0435	146.176	.627	.890
VAR00016	103.2391	145.697	.617	.890
VAR00017	102.9783	145.755	.625	.890
VAR00018	103.0217	146.555	.705	.889
VAR00019	104.2826	150.163	.241	.901
VAR00020	103.8696	147.894	.362	.896
VAR00021	103.7174	162.429	-.150	.909
VAR00022	103.1739	139.347	.785	.885
VAR00023	103.4348	147.896	.529	.892
VAR00024	103.2174	146.352	.637	.890
VAR00025	103.1739	145.658	.700	.889
VAR00026	103.0000	146.356	.602	.890
VAR00027	103.0000	146.444	.670	.890

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
107.1522	159.332	12.62267	27

**Lampiran 4**

**UJI NORMALITAS**

**NPar Tests**

Output Created	05-APR-2024 16:31:23	
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet2
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
Missing Value Handling	N of Rows in Working Data	65
	File	
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
Syntax	Cases Used	Statistics for each test are based on all cases with valid data for the variable(s) used in that test.
		<b>NPAR TESTS</b> /K-S(NORMAL)=x y /MISSING ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.01

Number of Cases Allowed <sup>a</sup>	157286
--------------------------------------	--------

a. Based on availability of workspace memory.

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		penerimaan diri	kebahagiaan
N		65	65
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	81.957	96.5000
	Std. Deviation	8.0702	12.30853
	Absolute	.092	.110
Most Extreme Differences	Positive	.092	.072
	Negative	-.053	-.110
Kolmogorov-Smirnov Z		.633	.747
Asymp. Sig. (2-tailed)		.818	.633

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

**Lampiran 5**

**UJI LINERARITAS**

MEANS TABLES=y BY x  
/CELLS MEAN COUNT STDDEV  
/STATISTICS LINEARITY.

**Means**

**Notes**

Output Created	05-APR-2024 16:32:57	
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet2
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	65
	File	
Missing Value Handling	Definition of Missing	For each dependent variable in a table, user-defined missing values for the dependent and all grouping variables are treated as missing.

Cases Used		Cases used for each table have no missing values in any independent variable, and not all dependent variables have missing values. MEANS TABLES=y BY x /CELLS MEAN COUNT STDDEV /STATISTICS LINEARITY.
Syntax		
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.02

[DataSet2]

Case Processing Summary						
	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
kebahagiaan * penerimaan diri	65	97.9%	1	2.1%	65	100.0%

**Report**

kebahagiaan

penerimaan diri	Mean	N	Std. Deviation
67.0	79.0000	1	.
69.0	92.0000	1	.
70.0	99.0000	1	.
72.0	89.5000	2	4.94975
73.0	90.0000	3	10.14889
74.0	101.0000	2	14.14214
76.0	77.2000	5	11.88276
77.0	95.0000	1	.
78.0	96.0000	3	2.64575
80.0	94.5000	2	12.02082
81.0	82.0000	1	.
82.0	105.0000	1	.
83.0	99.3333	3	6.11010
84.0	97.0000	1	.
85.0	102.2500	4	12.03813
86.0	106.0000	1	.

87.0	106.3333	3	11.23981
88.0	118.0000	1	.
90.0	105.3333	3	9.29157
91.0	108.0000	2	12.72792
92.0	103.0000	1	.
94.0	91.0000	2	.00000
97.0	98.0000	1	.
104.0	111.0000	1	.
Total	96.5000	46	12.30853

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df
			4566.950	23
kebahagiaan * penerimaan diri	(Combined)			
	Between Groups	Linearity	1671.021	1
		Deviation from Linearity	2895.929	22
	Within Groups		2250.550	22
Total			6817.500	45

**ANOVA Table**

			Mean Square	F
			198.563	1.941
kebahagiaan * penerimaan diri	(Combined)			
	Between Groups	Linearity	1671.021	16.335
		Deviation from Linearity	131.633	1.287
	Within Groups		102.298	
Total				

**ANOVA Table**

			Sig.
			.062
kebahagiaan * penerimaan diri	(Combined)		
	Between Groups	Linearity	.001
		Deviation from Linearity	.280
	Within Groups		
Total			

**Measures of Association**

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
--	---	-----------	-----	-------------

kebahagiaan * penerimaan diri	.495	.245	.818	.670
-------------------------------	------	------	------	------

**LAMPIRAN 6**

**UJI HIPOTESIS**

**Correlations**

		Notes
Output Created		05-APR-2024 16:34:06
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet2
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	65
Missing Value Handling	File	
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each pair of variables are based on all the cases with valid data for that pair.

Syntax		CORRELATIONS	
		/VARIABLES=x y	
		/PRINT=ONETAIL NOSIG	
		/MISSING=PAIRWISE.	
Resources	Processor Time		00:00:00.00
	Elapsed Time		00:00:00.01

[DataSet2]

**Correlations**

		penerimaan diri	Kebahagiaan
penerimaan diri	Pearson Correlation	1	.495**
	Sig. (1-tailed)		.000
	N	65	65
kebahagiaan	Pearson Correlation	.495**	1
	Sig. (1-tailed)	.000	
	N	65	65

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

## LAMPIRAN 7

### DATA MENTAH

#### a. Data Mentah Penerimaan Diri

SUBJEK	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	jumlah
1	5	5	5	5	5	5	2	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	125
2	5	4	3	3	3	3	3	4	5	4	3	3	4	3	3	3	3	2	4	2	3	3	2	2	2	3	82
3	2	4	5	5	5	5	1	4	2	4	4	5	4	4	4	5	2	3	2	4	3	1	4	4	3	2	91
4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	3	3	2	2	2	89
5	5	2	3	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	4	2	4	3	3	5	3	3	4	4	3	1	1	87
6	5	5	3	4	4	5	2	4	4	5	4	4	3	3	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	2	103
7	5	5	2	5	4	5	3	5	2	4	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	3	5	2	111
8	5	5	3	4	4	4	2	5	4	5	3	5	5	4	5	5	5	3	5	3	5	5	4	3	5	2	108
9	4	3	3	3	4	5	2	3	3	3	5	4	4	5	3	3	3	3	5	4	5	4	5	5	5	1	99
10	5	5	5	5	4	5	1	5	4	5	3	4	4	3	4	5	4	3	3	2	3	4	4	3	3	4	100
11	5	5	2	3	4	5	1	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	2	3	3	4	4	4	4	3	3	86
12	5	5	3	4	4	5	2	4	5	5	4	4	4	3	4	5	4	4	5	5	4	4	5	3	4	1	105
13	5	5	3	4	4	4	2	4	5	3	4	4	4	2	4	4	3	2	3	2	4	4	1	5	5	1	91
14	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	2	4	4	1	4	5	4	4	5	5	4	5	4	1	2	1	96
15	5	5	1	4	4	4	2	4	2	3	5	4	4	3	4	5	4	4	3	4	5	5	4	3	4	2	97
16	3	5	4	5	5	5	1	5	5	5	5	5	4	3	3	3	5	3	5	3	4	5	5	4	2	1	103
17	3	5	4	5	5	5	1	5	5	5	5	5	4	3	5	5	5	4	5	3	4	5	5	4	2	1	108
18	4	3	4	4	4	5	1	4	3	5	4	4	5	2	5	5	4	2	5	5	5	5	2	5	5	1	101

19	5	3	3	4	3	3	3	3	1	4	1	3	4	5	4	4	4	5	3	3	5	4	2	5	4	5	93
20	5	5	2	1	4	4	2	4	4	4	2	4	4	5	5	5	5	3	4	4	5	5	4	5	5	1	101
21	4	4	4	4	4	5	4	4	3	5	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4	4	4	4	3	4	2	102
22	5	5	2	5	5	5	1	5	5	5	4	5	5	1	5	5	5	4	5	1	5	5	5	5	2	1	106
23	5	5	3	4	4	4	2	4	5	3	4	4	4	2	4	4	3	2	3	2	4	4	1	5	5	1	91
24	3	4	5	5	5	5	1	5	5	5	4	5	5	1	5	5	5	1	5	1	5	5	4	4	4	1	103
25	5	5	4	5	5	5	2	5	1	5	5	5	5	2	4	5	5	2	5	4	1	4	4	5	4	5	107
26	4	3	3	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	2	2	4	4	3	4	4	89
27	4	4	3	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5	2	4	4	3	4	4	98
28	5	5	2	5	5	5	2	5	5	5	4	5	5	1	5	5	5	1	5	1	5	5	1	4	4	1	101
29	3	3	3	4	4	4	2	3	4	4	2	4	4	2	4	2	3	2	4	2	4	4	4	4	2	2	83
30	5	5	3	4	4	4	2	4	5	3	4	4	4	2	4	4	3	2	3	2	4	4	1	5	5	1	91
31	4	5	4	4	4	4	1	4	5	5	4	3	3	2	5	5	4	3	4	1	4	5	3	3	2	1	92
32	4	4	4	4	4	5	2	4	2	5	4	5	5	2	5	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	1	107
33	5	5	2	5	4	4	2	4	4	4	3	4	4	3	3	5	5	2	5	2	4	4	5	5	5	2	100
34	5	5	3	5	5	5	1	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	4	1	112
35	5	5	2	3	3	5	2	4	3	5	3	5	4	3	4	5	5	3	5	5	5	5	5	5	2	5	106
36	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	2	4	86
37	3	3	3	2	4	5	1	4	4	5	3	4	4	2	3	4	3	3	4	3	4	4	5	4	3	1	88
38	3	3	2	3	3	5	1	3	3	5	2	4	4	2	5	4	3	3	5	2	3	3	5	4	4	1	85
39	3	3	2	4	3	5	3	3	1	3	4	4	4	3	4	5	3	4	4	3	4	4	3	2	5	3	89
40	5	5	3	5	5	5	1	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	4	1	112
41	4	4	3	3	3	4	2	4	4	5	2	5	5	4	2	5	3	3	3	3	2	4	2	3	3	5	90
42	2	3	4	5	4	5	1	4	5	3	3	5	4	3	5	3	3	3	5	3	3	4	5	3	3	2	93

43	4	3	4	4	4	5	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	5	4	3	4	5	4	4	2	100	
44	4	5	2	5	5	5	1	5	2	3	2	4	5	1	5	5	5	4	5	5	1	5	5	3	5	1	98	
45	5	5	3	4	4	5	1	5	2	4	4	4	4	2	4	5	4	3	4	3	3	3	4	3	3	2	93	
46	4	3	4	4	4	5	2	4	4	5	4	4	4	2	4	5	3	4	5	2	3	4	4	4	4	2	97	
47	5	4	3	4	4	5	2	4	4	4	5	3	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	2	96
48	5	5	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4	4	4	4	3	2	100
49	5	5	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4	4	4	4	5	2	103
50	4	4	5	4	4	4	2	5	5	5	5	4	4	1	5	4	4	5	5	4	1	4	2	1	2	5	98	
51	5	5	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4	4	4	4	5	2	103
52	2	3	4	2	1	4	2	4	1	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	2	4	4	4	85	
53	5	5	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4	4	4	4	5	2	103
54	5	5	4	4	4	4	2	3	3	3	4	5	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	2	4	5	2	95	
55	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	2	5	4	2	4	4	5	5	4	101	
56	5	4	4	4	4	4	2	4	4	4	5	4	4	4	2	4	4	4	2	5	4	2	4	5	5	4	101	
57	5	5	1	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4	4	4	4	5	2	98
58	3	4	1	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4	4	4	4	5	2	97
59	5	5	1	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4	4	4	4	5	2	100
60	5	4	3	4	4	5	2	4	4	4	5	3	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	2	96
61	5	5	2	5	4	5	3	5	2	4	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	3	5	2	111	
62	5	5	3	4	4	5	2	4	4	5	4	4	3	3	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	2	103	
63	5	4	3	3	3	3	3	4	5	4	3	3	4	3	3	3	3	2	4	2	3	3	2	2	2	3	82	
64	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	3	3	2	2	2	89	
65	5	5	2	5	4	5	3	5	2	4	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	3	5	2	111	

b. Data Mentah Kebahagiaan

SUBJEK	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	JUMLAH
1	5	4	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	1	5	5	5	5	5	5	122
2	5	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	89
3	4	4	4	3	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	3	5	5	107
4	1	4	3	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	94
5	4	3	4	3	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	5	5	5	5	5	2	4	5	3	4	4	4	111
6	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	3	4	4	3	4	4	4	4	104
7	4	5	5	5	5	5	3	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	5	4	116
8	5	5	4	4	5	5	4	5	4	4	4	5	4	4	4	3	5	4	4	3	2	4	3	4	4	4	4	110
9	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	4	4	4	4	4	2	3	3	3	3	3	4	5	4	113
10	5	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	102
11	5	4	3	3	3	3	4	5	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	89
12	5	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3	4	3	2	3	2	4	3	5	4	104
13	4	4	4	1	2	2	3	3	4	4	3	5	3	3	3	3	3	3	1	1	5	1	3	3	3	3	3	80
14	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	2	3	1	5	4	5	4	4	5	119
15	4	4	5	3	4	5	3	5	4	4	3	5	4	4	4	3	2	3	2	2	4	3	3	3	3	4	4	97
16	5	5	5	4	5	5	4	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	129
17	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	130
18	5	4	5	4	4	3	5	5	4	5	5	2	4	5	4	1	4	5	1	4	3	4	4	5	5	4	5	109
19	5	4	4	3	2	4	3	4	4	4	3	3	4	5	1	3	3	4	3	2	3	3	4	5	4	2	4	93
20	5	5	5	5	1	5	5	5	1	5	3	5	5	5	4	5	5	5	1	5	4	4	4	5	5	5	4	116



45	4	3	3	2	3	3	3	4	3	4	4	5	3	3	3	4	5	5	2	3	4	3	3	3	3	5	3	93	
46	5	4	4	4	4	5	5	5	4	4	5	5	4	4	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	118
47	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	3	4	4	4	4	101	
48	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	106	
49	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	108	
50	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	108	
51	4	5	5	4	1	5	4	5	4	5	5	5	4	5	5	5	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	114	
52	4	4	5	1	2	4	5	5	4	4	4	2	5	4	4	4	5	4	2	2	3	2	5	3	4	4	4	99	
53	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	108	
54	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	105	
55	5	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	3	3	2	4	99	
56	5	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	3	3	2	3	98	
57	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	1	5	4	4	4	4	4	4	109	
58	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	4	4	4	4	4	104	
59	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	1	5	4	4	4	4	4	4	109	
60	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	3	4	4	4	4	101	
61	4	5	5	5	5	5	3	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	5	4	116	
62	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	3	4	4	3	4	4	4	4	104	
63	5	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	87	
64	1	4	3	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	94	
65	4	5	5	5	5	5	3	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	5	4	116	

## LAMPIRAN 8

### SURAT PENELITIAN

 **UNIVERSITAS MEDAN AREA**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223  
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122  
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ\_medanarea@uma.ac.id

---

Nomor : 299/FPSI/01.10/II/2024 01 Februari 2024  
Lampiran : -  
Hal : Penelitian

Yth. Bapak/Ibu Koordinator  
Komunitas RRABK  
di  
Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : Yunasya Pradita Shabil  
NPM : 208600315  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi

untuk melaksanakan pengambilan data di Komunitas RRABK, Jl. Asahan Km. 3.5 Kecamatan Siantar, Kabupaten Simalungun guna penyusunan skripsi yang berjudul *"Hubungan Penerimaan Diri Orang Tua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus dengan Kebahagiaan di Komunitas RRABK (Rumah Ramah Anak Berkebutuhan Khusus) Siantar"*.

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan, dan apabila telah selesai melakukan penelitian maka kami harapkan Bapak/Ibu dapat mengeluarkan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada Komunitas yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

An. Dekan  
Kebudayaan dan Studi Psikologi  
  
Fadhit, S.Psi, M.Psi, Psikolog

Tembusan  
- Mahasiswa Ybs  
- Arsip



CS Dipindai dengan GamScanner

## LAMPIRAN 9

### SURAT KETERANGAN TELAH SELESAI RISET



**RUMAH RAMAH ABK**  
**Anak Berkebutuhan Khusus**  
Jalan Asahan Km. 3,5 Nagari Pematang Simalungun  
kecamatan Siantar Kabupaten Simlungun

Nomor : 01/RR-ABK/II/2024  
Lamp : 1 (satu) berkas  
Hal : Balasan Surat Penelitian

KepadaYth :  
**A.n Dekan Ketua Program Study psikologi**  
**Universitas Medan Area**  
**Medan**

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan pelaksanaannya Penelitian Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area dalam rangka penyusunan Skripsi sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, maka dengan ini kami menyatakan bahwa benar melakukan Penelitian di Rumah Ramah Anak Berkebutuhan Khusus (RRABK) Kab. Simalungun pada tanggal 20 Februari s/d 27 Februari 2024 kepada Mahasiswa berikut:

Nama : Yunasya Pradita Shabil  
NPM : 208600315  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi

Demikian surat ini kami sampaikan dan atas kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

Simalungun, 27 Februari 2024  
**Ketua Pembina RRABK**



**ERLINA SUCI HAWAN SINAGA S.Km**