

Pengaruh *kindness* terhadap *subjective well-being* pada orang tua anak berkebutuhan khusus



p-ISSN 2746-8976; e-ISSN 2685-8428
ejournal.umm.ac.id/index.php/cognicia
2024, Vol 12(2):132–141
DOI:10.22219/cognicia.v12i2.32915
©The Author(s) 2024
© 4.0 International license

Sabrina Arya Hakim¹ dan Uun Zulfiana^{1*}

Abstract

Subjective well-being plays a crucial role in helping parents of children with special needs find meaning and positivity in life. Research indicates a positive relationship between subjective well-being and kindness. This study aims to investigate the influence of kindness on the subjective well-being of parents who have children with special needs. The research employs a quantitative method with a correlational approach. Participants included 150 parents of children with special needs, selected through snowball sampling techniques. The instruments used for measurement were the Satisfaction With Life Scale (SWLS), the Positive Affect Negative Affect Scale (PANAS), and the VIA Inventory of Strengths (VIA-IS 120). Data analysis was conducted using simple regression. The results demonstrated a significant influence of kindness on the positive affect dimension ($p < 0.001$). This finding suggests that as kindness increases, so does positive affect among parents of children with special needs.

Keywords

Kindness, parents, special needs children, subjective well-being

Pendahuluan

Anak berkebutuhan khusus atau ABK merupakan suatu kondisi anak yang memiliki keterbatasan baik secara fisik, mental, intelektual, maupun emosi (Moure, 2022). Maka dari itu mendampingi dan mendidik ABK memerlukan keterampilan khusus yang perlu dimiliki oleh setiap orang tua ABK, salah satunya keterampilan dalam melakukan regulasi emosi yang baik dengan berbagai upaya yang dapat dilakukan. Rohmawati (2017) mengatakan bahwa pengertian dari ABK masih sangat luas. Hal ini disebabkan oleh banyaknya macam keterbatasan yang dapat dialami oleh ABK. Selain itu, hal tersebut juga dipengaruhi oleh besaran populasi ABK yang mana menurut data Bank Dunia dalam penelitian Chamidah (2010), dikatakan bahwa populasi ABK mencapai 10 persen dari total populasi atau sekitar 800 juta jiwa di dunia. Sedangkan jumlah ABK di Indonesia berdasarkan Badan Pusat Statistik meraih angka 1,6 juta jiwa (Maulipaksi, 2017). Sementara itu, menurut direktorat Pembinaan Sekolah Luar Biasa (PSLB) jumlah ABK yang bersekolah terdapat 81.434 anak Indonesia Setyaningsih et al. (2022).

Berdasarkan data populasi ABK tersebut secara tidak langsung dapat dikaitkan dengan jumlah orang tua yang perlu memiliki kemampuan khusus untuk menghadapi anak-anak mereka yang termasuk sebagai ABK. Banyaknya orang tua yang harus menghadapi kenyataan mengenai kondisi anaknya, sebagian orang tua berhasil sampai pada titik penerimaan dan dapat membesarkan, mendidik, serta mendampingi anak mereka secara tepat. Namun, di luar itu tidak sedikit pula orang tua yang tidak mampu sampai pada titik penerimaan dan terjebak pada titik penolakan yang mana biasanya ditandai dengan kondisi mental orang tua yang tidak stabil, misalnya masalah depresi (Rahmitha, 2011). Di sisi lain, anak ABK membutuhkan orang tua dengan kondisi fisik maupun mental

yang baik agar dapat bertumbuh dengan baik pula. Hal ini kemudian menjadi tantangan tersendiri bagi orang tua ABK, yaitu untuk dapat menerima kenyataan dan berdamai dengan diri sendiri.

Selain itu, dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Zharifah (2023) menyatakan bahwa orang tua ABK memiliki *life satisfaction* yang rendah yaitu 45,8%. Hal tersebut menunjukkan bahwa salah satu dimensi dari *subjective well-being*, yaitu *life satisfaction*, masih rendah pada orang tua anak berkebutuhan khusus (ABK). *Life satisfaction* adalah bagian dari *subjective well-being*; jika *life satisfaction* rendah, maka perlu dilakukan perbaikan atau penanganan segera. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *life satisfaction*, yang merupakan dimensi dari *subjective well-being*, masih berada dalam kategori rendah pada orang tua ABK.

Upaya untuk berdamai dengan diri sendiri dengan menerima keadaan yang ada tidak dapat dilakukan secara instan, karena untuk mencapai titik tersebut diperlukan proses yang harus dilalui oleh orang tua ABK. Hal ini juga berkaitan dengan salah satu teori psikologi yang dikemukakan oleh Ross tentang tahap kedukaan atau *stages of grief*. Menurut teori Ross menyampaikan bahwa terdapat lima tahap kedukaan, yang mana tahap tersebut akan dimulai dengan rasa penolakan atau penyangkalan (*denial*), tahap kemarahan atau (*anger*), tahap penawaran (*bargaining*), tahap depresi (*depression*), dan tahap terakhir adalah tahap penerimaan (*acceptance*). Tahap penerimaan (*acceptance*), yaitu tahap di mana seseorang

¹Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang, Indonesia

*Korespondensi:

Uun Zulfiana, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, Jl. Raya Tlogomas No.246, Malang, Jawa Timur, Indonesia.
Email: uun.zulfiana@umm.ac.id

sudah mulai dapat menata hidupnya kembali dengan berdamai pada kemalangan yang mereka alami (Afuiakani *et al.*, 2018). Pada orang tua ABK, tahap ini dapat ditandai dengan kemauan yang muncul dari diri sendiri untuk merawat, mendampingi, dan membesarkan anak mereka dengan penuh kasih sayang (Afuiakani *et al.*, 2018).

Orang tua ABK harus bisa mencapai tahap penerimaan atau acceptance sebagai langkah awal untuk dapat mendampingi anaknya dengan baik. Menerima kenyataan dan berdamai dengan diri sendiri tidak dapat dengan mudah dilakukan, terutama bagi orang tua yang sangat merasa terpukul atas kondisi anak mereka yang memiliki kebutuhan khusus tersebut. Salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh orang tua ABK untuk mencapai titik tersebut adalah dengan berfokus pada *subjective well-being* terlebih dahulu. Untuk meningkatkan *subjective well-being* tersebut, orang tua ABK perlu berbagai faktor yang dapat meningkatkan rasa sejahtera itu sendiri. Hal ini berbeda dengan *psychological well-being* yang sifatnya lebih luas dan umum, yang didefinisikan kondisi individu yang ditandai dengan adanya perasaan bahagia, mempunyai kepuasan hidup, dan tidak ada gejala-gejala depresi (Ardani & Istiqomah, 2020). Sementara *subjective well-being* sifatnya lebih khusus atau subjektif yang dialami oleh tiap individu (Ardani & Istiqomah, 2020). *Subjective well-being* sendiri adalah persepsi seseorang terhadap pengalaman hidupnya yang meliputi evaluasi kognitif dan afeksi terhadap hidup (Ariati, 2010). Beberapa aspek yang ada dalam *subjective well-being* ini antara lain adalah aspek *life satisfaction*, *positive affect*, dan *negative affect* (Isnaini & Afisha, 2024). Hal ini berarti untuk dapat mencapai *subjective well-being* ini seseorang harus mampu menganggap bahwa berbagai pengalaman yang terjadi dalam hidupnya dalam segala aspek sebagai pengalaman yang menyenangkan. Hal ini juga disampaikan oleh Pamungkas *et al.* (2021) yang mengatakan bahwa seseorang dapat mencapai kebahagiaan jika mereka dapat menganggap berbagai pengalaman dalam hidupnya sebagai pengalaman yang menyenangkan.

Menurut Magnani & Zhu (2018) juga menjelaskan bahwa faktor lainnya yang dapat mempengaruhi *subjective well-being* adalah *kindness* atau kebaikan. Penelitian tersebut menemukan bahwa ada pengaruh positif dari kegiatan sukarela yang berorientasi pada kebaikan kepada orang lain terhadap *subjective well-being*. *Kindness* sendiri berperan dalam *subjective well-being* sebagai “bahan bakar” seseorang untuk mencapai hal tersebut. Sebagaimana yang telah disinggung sebelumnya, seseorang perlu menganggap setiap pengalaman yang terjadi dalam hidupnya sebagai sebuah pengalaman yang berdampak baik bagi hidupnya untuk dapat mencapai kebahagiaan. Maka untuk dapat secara sempurna mencapai kebahagiaan tersebut, seseorang harus memiliki kebaikan hati atau *kindness* itu sendiri. Maka dari itu dapat dikatakan bahwa kebaikan atau *kindness* dapat mempengaruhi upaya seseorang untuk mencapai *subjective well-being*.

Penelitian yang dilakukan oleh Peterson & Seligman (2004), *kindness* termasuk sebagai salah satu kekuatan karakter yang dapat menunjukkan suatu keutamaan dalam diri seseorang. Masih dalam penelitian yang dilakukan oleh Peterson & Seligman (2004) melalui bukunya, disampaikan bahwa terdapat 6 keutamaan yang dapat dicerminkan melalui 24 jenis kekuatan karakter seseorang. Keenam keutamaan itu antara lain adalah; (1) *Humanity & Love*,

(2) *Courage*, (3) *Temperance*, (4) *Justice*, (5) *Transcendence*, dan (6) *Wisdom & Knowledge*. *Kindness* sendiri termasuk sebagai salah satu kekuatan karakter pada bentuk keutamaan *humanity and love*, yang mana selain *kindness* juga terdapat beberapa kekuatan karakter lainnya seperti *love* dan *social intelligence*. Artinya, seseorang yang memiliki karakter *kindness* merupakan seseorang yang memiliki keutamaan dalam hidupnya mengenai kemanusiaan (*humanity*) dan cinta (*love*).

Berdasarkan klasifikasi keutamaan dan kekuatan karakter tersebut, dapat kembali dihubungkan mengenai pentingnya *kindness* bagi orang tua ABK, karena anak ABK adalah anak yang akan selalu membutuhkan perhatian khusus dan lebih dari orang tua mereka. Maka, orang tua ABK perlu memiliki kesadaran terlebih dahulu mengenai keutamaan yang menjadi prioritas dalam hidup mereka yang memiliki anak ABK untuk meningkatkan rasa cinta dan kemanusiaan agar perasaan tersebut dapat memberikan imbalan berupa berbagai emosi positif yang akan sangat berguna bagi orang tua ABK dalam mendampingi anak-anak mereka. Hal ini juga diperkuat dengan tercapainya *subjective well-being* melalui karakter *kindness* yang mereka miliki. Maka dari itu, dapat dikatakan bahwa ketiga hal ini, yaitu *kindness*, *subjective well-being*, dan orang tua ABK adalah tiga hal yang saling berkaitan satu sama lain.

Meski demikian, *subjective well-being* seseorang tidak hanya dipengaruhi oleh faktor *kindness* atau kebaikan hati. Terdapat banyak faktor lainnya yang dapat mempengaruhi tercapainya *subjective well-being* dalam kehidupan seseorang. Maka dari itu, *kindness* tidak dapat dijadikan satu-satunya faktor acuan untuk menilai berhasil tidaknya seseorang untuk mencapai *subjective well-being* di dalam hidupnya. Namun disisi lain, *kindness* menjadi salah satu faktor yang cukup penting bagi seseorang dalam mencapai *subjective well-being* sehingga dapat dikatakan bahwa *kindness* tidak dapat menjamin seseorang mencapai *subjective well-being* jika tidak didukung dengan faktor lainnya, tetapi untuk mencapai *subjective well-being* seseorang harus memiliki *kindness*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Zulfiana (2019) menunjukkan bahwa secara proporsi orang tua ABK baru menggunakan 5,22% dalam aspek *kindness* atau aspek *kindness* masuk dalam 10 besar artinya masih mungkin untuk mengoptimalkan *subjective well-being* pada orang tua ABK.

Penelitian yang dilakukan oleh Faridah *et al.* (2017) mengenai *kindness* pada guru di sekolah inklusi menunjukkan bahwa terdapat 63,6% guru mempunyai *kindness* yang tinggi, dan terdapat 36,4% guru mempunyai *kindness* rendah. Artinya, masih ada guru yang belum dapat menunjukkan sikap *kindness* dalam keseharian mereka di sekolah, tetapi sebagian besar guru masih menunjukkan perilaku *kindness* terhadap siswanya. Hubungan orang tua-guru adalah interaksi antara orang tua dan guru dalam berbagi informasi tentang situasi dan kondisi setiap siswa yang akan membentuk suatu kerja sama dalam rangka meningkatkan aktivitas belajar siswa baik di rumah maupun disekolah (Fathonah & Hernawati, 2018). Pada konteks orang tua anak berkebutuhan khusus, rasa aman dan kepercayaan ini sangat penting. Jika orang tua merasa bahwa guru menunjukkan *kindness* dan perhatian terhadap anak mereka, hal ini dapat mengurangi stres dan kecemasan, serta meningkatkan kesejahteraan subjektif mereka. Selain itu, penelitian lain yang dilakukan oleh Al-Asyuri (2019)

salah satu variabel *humanity* yang diteliti adalah aspek *kindness*. Namun, penelitian ini menemukan bahwa *kindness* tidak berpengaruh signifikan secara nyata pada *subjective well-being*. Artinya, *kindness* tidak menjamin seseorang merasa bahagia. Penelitian lain yang berkaitan dengan orang tua, menurut Mo (2019) secara keseluruhan cara mendidik anak yang dilakukan orang tua berkontribusi sebesar 11,6% terhadap variasi *kindness* dan dikatakan bahwa anak dengan orang tua yang memiliki aspek *kindness* yang tinggi dapat membuat anak memiliki fungsi sosial yang lebih baik. Artinya, anak ABK dengan orang tua yang memiliki *kindness* yang tinggi dapat lebih mudah berbaur dalam kehidupan sosial karena memiliki fungsi sosial yang baik. *Kindness* sendiri merupakan karakter yang efektif jika kita menghormati orang lain, membantu orang lain tanpa mengharap balasan, bukan karena ingin dikenal baik, atau mendapat untung untuk diri sendiri, meskipun kebaikan hati bisa memberi banyak manfaat untuk diri, dan kita tidak perlu menolaknya jika itu terjadi (Latifah, 2018).

Penelitian ini memiliki fokus lainnya selain pentingnya orang tua ABK untuk memiliki *subjective well-being*, yaitu berfokus pada peran atau pengaruh *kindness* terhadap *subjective well-being*. Namun, untuk mencapai *subjective well-being* tersebut, orang tua ABK pertama-tama harus memahami mengenai konsep *kindness*. Maka dari itu, pertanyaan dalam penelitian ini adalah mengenai pengaruh *kindness* terhadap *subjective well-being* dan pentingnya *subjective well-being* bagi orang tua ABK. Sejalan dengan pertanyaan penelitian yang digunakan, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana *kindness* dapat secara signifikan mempengaruhi *subjective well-being*.

Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan beberapa manfaat berupa manfaat teoritis maupun praktis. Manfaat teoritis yang diharapkan dapat diberikan dari penelitian ini adalah sebagai landasan baru bagi peneliti yang akan melakukan penelitian dengan topik penelitian serupa, yang mana hasil dan pembahasan dari penelitian ini dapat dikembangkan sehingga menjadi penelitian baru yang memiliki bobot lebih dengan menjadikan penelitian ini sebagai salah satu sumber referensi. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan jawaban mengenai berbagai pertanyaan terkait dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, yaitu mengenai *kindness*, *subjective well-being*, serta orang tua ABK sebagai subjek dalam penelitian ini. Sementara itu, manfaat praktis yang diharapkan dapat disumbangkan melalui penelitian ini adalah untuk memberikan sumbangan pemikiran serta wawasan baru yang dapat menjadi landasan berpikir bagi pihak-pihak terkait.

Metode

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode yaitu penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Penelitian kuantitatif dalam pendekatan korelasional melibatkan istilah "hubungan/pengaruh". Fokus pendekatan ini melihat sejauh mana pengaruh antar variabel dan kekuatan hubungan antar variabel tanpa ada manipulasi dari setiap variabel tersebut (Claudita, 2020). Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang dalam proses pelaksanaan penelitiannya banyak menggunakan angka-angka mulai dari pengumpulan data,

penafsiran, sampai pada hasil atau penarikan kesimpulannya (Machali, 2021). Menurut Sugiyono (2014), penelitian kuantitatif adalah suatu pendekatan penelitian yang berakar pada filsafat *positivisme*, digunakan untuk menyelidiki kelompok tertentu dalam populasi, mengandalkan instrumen penelitian dalam mengumpulkan data, menerapkan analisis data berorientasi pada kuantitas dan statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan. Alasan menggunakan pendekatan korelasional adalah untuk melihat sejauh mana *kindness* mempengaruhi *subjective well-being* pada orang tua anak berkebutuhan khusus. Pendekatan korelasional memungkinkan peneliti untuk menentukan hubungan dan tingkat pengaruh antara dua variabel ini. Dengan penelitian kuantitatif memungkinkan pengumpulan data yang dapat diukur dengan angka-angka, seperti skala *likert* untuk mengukur *kindness* dan *subjective well-being*.

Subjek Penelitian

Partisipan dalam penelitian ini adalah orang tua yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Penelitian ini membutuhkan 150 partisipan sebagai sampel penelitian. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *snowball sampling*. *Snowball sampling* adalah teknik yang digunakan untuk mengidentifikasi, memilih dan mengambil sampel dalam suatu jaringan atau rantai hubungan yang menerus. Pendekatan *snowball sampling* diterapkan untuk menemukan individu-individu penting yang memiliki banyak pengetahuan yang dapat dibagikan. *Sowball sampling* adalah suatu pendekatan untuk menemukan informan-informan kunci yang memiliki banyak informasi (Nurdiani, 2014). Proses ini melibatkan identifikasi responden awal, pengumpulan data melalui survei, dan penggunaan rekomendasi untuk memperluas sampel hingga data yang dikumpulkan mencapai target.

Instrumen Penelitian

Penelitian ini terdapat dua variabel yaitu *kindness* merupakan variabel (X), dan *subjective well-being* merupakan variabel (Y). *Kindness* adalah upaya untuk mengukur dan menentukan sejauh mana kebaikan dalam karakter seseorang, dengan merujuk pada kekuatan karakter yang terhubung dengan sifat-sifat positif. Sifat-sifat karakter ini mencakup seperti empati, toleransi, kasih sayang, pemahaman, dan tindakan positif lain yang mencerminkan sikap baik dan perhatian terhadap sesama secara sukarela. Sementara itu, *subjective well-being* adalah cara seseorang menilai tingkat kepuasan hidup secara menyeluruh, termasuk penilaian tentang kebahagiaan hidupnya.

Pengukuran *kindness* menggunakan skala VIA-IS 120 versi *short form* yang sudah di adaptasi Indonesia. Skala VIA-IS ini terdiri dari 120 item yang terdiri dari 24 *character strengths*. Item yang digunakan dalam penelitian ini hanya mengambil bagian *kindness* dari *character strengths*. Masing-masing kekuatan karakter termasuk *kindness* terdiri dari 5 item pernyataan. Contoh beberapa butir pernyataan yang digunakan dalam penelitian ini sebagai isi dari kuesioner yaitu, saya suka bersikap baik terhadap orang lain dan saya suka membuat orang lain bahagia. Skor komposit responden dapat diperoleh dengan menggunakan penskoran *likert* atau skala *likert*. Artinya, kuesioner yang digunakan menggunakan

skala *likert* dengan rentang skor 1-5. Angka 1 diartikan bahwa responden sangat tidak setuju, angka 2 diartikan bahwa responden tidak setuju, angka 3 diartikan bahwa responden netral, angka 4 diartikan bahwa responden merasa setuju, dan angka 5 diartikan bahwa responden sangat setuju. Skala ini telah dilakukan pengujian *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) dengan perolehan nilai $\chi^2 = 2,20$, $df = 3$, $P\text{-value} = 0,53099$, skor RMSEA = 0,000 dengan $P\text{-value} > 0,05$. Artinya, skala ini sudah fit dengan model teoretis yang diusulkan. Setelah itu, telah dilakukan uji untuk melihat $T\text{-value}$ dari kelima item bagian *kindness*. Hasil perhitungan koefisien dari kelima item diperoleh mulai dari rentang 4,90 hingga 12,12 yang artinya secara keseluruhan memiliki $T\text{-value} > 1,96$ dan signifikan. Dengan kata lain, hasil CFA menunjukkan bahwa skala VIA-IS dapat diandalkan untuk mengukur kekuatan karakter sesuai dengan yang diharapkan dari model teoretis.

Pada bagian kedua adalah instrumen untuk mengukur *subjective well-being*. Terdapat dua skala yang digunakan, yaitu menggunakan PANAS (*Positive Affect Negative Affect Scale*) dan SWLS (*Satisfaction With Life Scale*). Skala PANAS yang digunakan terdapat 20 item dengan nilai reliabilitas sebesar 0,781 dan 0,826. Oleh karena itu, skala ini dapat digunakan sebagai alat ukur penelitian dan reliabel. Alat ukur ini menggunakan skala *likert* dengan rentang skor 1-5. Angka 1 diartikan bahwa responden hampir tidak pernah (HTP), angka 2 diartikan bahwa responden jarang (JR), angka 3 diartikan bahwa responden kadang-kadang (KD), angka 4 diartikan bahwa responden merasa sering (SR), dan angka 5 diartikan bahwa responden hampir selalu (HS). Contoh beberapa item pernyataan dari skala ini yaitu tertarik, tertekan, bersemangat, kesal, kuat. Alat ukur *subjective well-being* yang kedua menggunakan skala SWLS. Alat ukur ini menggunakan skala *likert* yang terdapat 5 item pernyataan dengan 7 pilihan jawaban kategori, sebagai berikut: sangat tidak sesuai (STS), tidak sesuai (TS), agak tidak sesuai (ATS), netral (N), agak sesuai (AS), sesuai (S), dan sangat sesuai (SS). Skala ini memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,847. Maka dari itu, skala ini layak digunakan sebagai alat ukur penelitian dan reliabel.

Prosedur dan Analisis Data

Langkah-langkah yang akan diambil oleh peneliti dalam penelitian ini melibatkan tahap persiapan, tahap eksekusi, dan tahap analisis data. Pada tahap awal ini, persiapan yang dilakukan yakni dengan merumuskan permasalahan, mendalami teori, memilih sumber data penelitian, menentukan metode penelitian, serta menyiapkan instrumen pengukuran berupa skala dari variabel yang akan diteliti yaitu variabel *kindness* dan variabel *subjective well-being*. Instrumen yang digunakan dari kedua variabel ini sudah berupa adaptasi ke Bahasa Indonesia. Setelah itu, mempersiapkan *google form* yang berisi skala dari variabel *kindness* dan *subjective well-being* yang akan disebarakan kepada orang tua ABK.

Tahap selanjutnya dengan menentukan dimana yang menjadi penyebaran skala peneliti baik dari Sekolah Luar Biasa (SLB) maupun sekolah inklusi serta melalui media sosial. Pengumpulan data partisipan dalam prosedurnya akan diminta untuk mengisi kuesioner dan lembar *informed consent*. Namun, sebelumnya peneliti akan memberikan penjelasan singkat mengenai tujuan dari penelitian dan terkait instruksi yang jelas untuk mengisi kuesioner. Setelah itu,

dalam penyebaran skala *kindness* dan skala *subjective well-being* dapat disebarakan dengan memperhatikan kriteria subjek penelitian yang telah ditentukan yaitu orang tua ABK melalui sekolah inklusi atau SLB dan pusat terapi ABK. Penyebaran skala menggunakan kuesioner melalui *google form* dengan teknik *snowball sampling*. Proses ini diawali dengan peneliti memulai dengan mengidentifikasi sejumlah kecil individu yang memenuhi kriteria responden penelitian. Responden awal diidentifikasi melalui jaringan pribadi peneliti, sekolah khusus, atau komunitas orang tua anak berkebutuhan khusus. Setiap responden awal memberikan referensi atau nama-nama orang tua lain yang memenuhi kriteria inklusi.

Tahap terakhir adalah menganalisis data dari hasil skala yang telah disebar dari subjek penelitian. Metode statistik deskriptif digunakan untuk menganalisis data dengan mendeskripsikan data yang tersedia dan mendeskripsikan temuan terkait pengaruh *kindness* terhadap *subjective well-being* orang tua ABK. Proses analisis dalam mengelola data dilakukan dengan menggunakan software IBM SPSS for Windows versi 25. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi linier sederhana. Regresi linier sederhana ini merupakan metode statistik yang digunakan untuk mengetahui pengaruh dari variabel bebas terhadap variabel terikat.

Hasil

Tabel 1. Karakteristik Responden

Kategori	Frekuensi	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	27	18
Perempuan	123	82
Usia		
Dewasa awal (20-40 tahun)	72	48
Dewasa madya (41-60 tahun)	73	48,7
Dewasa akhir (61-80 tahun)	5	3,3
Diagnosa		
ADHD	14	9,3
ASD	38	25,3
Down Syndrome	14	9,3
Penyakit Fisik	10	6,7
Hambatan Intelektual	53	35,3
Tuna rungu dan wicara	10	6,7
Tunanetra	2	1,3
Ganda	4	2,7
Lainnya	5	3,3
Lama Diagnosa		
1-6 bulan	6	4
6-12 bulan	4	2,7
1-5 tahun	62	41,3
5-10 tahun	35	23,3
> 10 tahun	43	28,7
Domisili		
Jawa Timur	132	88
Jawa Tengah	3	2
Jabodetabek	7	4,7
Luar Jawa	8	5,3

Hasil yang diperoleh dari analisis deskriptif menunjukkan bahwa pada variabel *kindness* terdapat 55 (36,7%) responden yang memiliki *kindness* rendah dan sebanyak 95 (63,3%)

Tabel 2. Korelasi Item-total & Reliabilitas

Nama Instrumen	Jumlah Item	Korelasi Item-Total	α
VIA-IS 120	5	0,718 – 0,740	1,248
Satisfaction With Life Scale (SWLS)	5	0,633 – 0,830	0,838
Positive Affect and Negative Affect Scale (PANAS)			
Positive Affect (PA)	10	0,476 – 0,710	0,814
Negative Affect (NA)	10	0,506 – 0,750	1,111

Tabel 3. Deskripsi Variabel Penelitian

Variabel	Dimensi	Kategori	Frekuensi	%	Mean	SD
Kindness		Rendah	55	36,7	17,16	2,557
		Tinggi	95	63,3		
Subjective well-being	Life Satisfaction	Rendah	65	43,3	22,50	6,406
		Tinggi	85	56,7		
	Positive Affect	Rendah	57	44,7	36,16	6,088
		Tinggi	83	55,3		
	Negative Affect	Rendah	63	42	32,42	7,226
		Tinggi	87	58		
Total			150	100		

responden dengan *kindness* yang tinggi. Adapun pada variabel *subjective well-being* dalam dimensi *life Satisfaction* menunjukkan 65 (43,3%) responden yang memiliki kategori rendah, sedangkan responden yang dengan kategori tinggi memperoleh 85 (56,7%) artinya memiliki kepuasan hidup tinggi. Kemudian pada dimensi *positive affect* terdapat 57 (44,7%) responden dengan kategori rendah, pada afek positif terdapat 83 (55,3%) responden yang memiliki afek positif tinggi. Selain itu, pada dimensi *negative affect* diperoleh 63(42%) responden di kategori rendah, sedangkan pada kategori tinggi diperoleh sebanyak 87 (58%) responden yang memiliki afek negatif tinggi. Tujuan dari uji regresi linier sederhana adalah untuk mengetahui adanya pengaruh variabel *kindness* (X) terhadap variabel *subjective well-being* (Y).

Sajian hasil data pada tabel diatas, dari ketiga hipotesis yang diajukan terdapat satu hipotesis yang dinyatakan signifikan. Hipotesis yang signifikan atau yang dapat diterima adalah variabel *kindness* (X) terhadap *positive affect* (Y2) dengan nilai sig sebesar $0,000 < 0,05$ artinya variabel *kindness* memiliki pengaruh terhadap *positive affect*. Pada nilai koefisien determinasi (R^2) yakni sebesar 0,0179 dijelaskan bahwa *kindness* memiliki pengaruh sebesar 17,9% terhadap *positive affect*. Selain itu, terdapat nilai koefisien regresi dari variabel *kindness* sebesar 1,007 yang artinya positif, dimana semakin tinggi *kindness* maka semakin tinggi juga *positive affect*. Sedangkan pada hipotesis lainnya tidak memiliki nilai signifikan yakni pada variabel *kindness* (X) terhadap *life satisfaction* (Y1) dengan nilai sig. sebesar $0,196 > 0,05$ dan pada variabel *kindness* (X) terhadap *negative affect* (Y3) nilai sig. sebesar $0,690 > 0,05$. Hasil yang tidak signifikan ini menunjukkan bahwa tidak ada bukti statistik yang cukup untuk menyatakan bahwa *kindness* memiliki pengaruh terhadap *life satisfaction* atau *negative affect* dalam sampel yang diteliti.

Diskusi

Penyandang berkebutuhan khusus ini termasuk sebagai kelompok minoritas di dunia, ada sekitar 80% penyandang

disabilitas yang rata-rata berasal dari negara berkembang, dan sekitar sepertiganya berasal dari kalangan anak-anak (Winarsih *et al.*, 2020). Sebagai orangtua yang dianugerahi anak berkebutuhan khusus terdapat potensi pelajaran yakni perlu untuk selalu siap mental dalam menerima kondisi fisik, emosional, kognitif, dan sosial anak yang berbeda dengan anak lain. Orang tua harus mendukung kemandirian anak. Dukungan keluarga tidak hanya berupa dukungan moral, emosional, dan materi, tetapi juga dapat mengurangi persoalan yang ada serta menyadari bahwa ada orang lain yang peduli. Dukungan keluarga tidak hanya berupa dukungan moral, emosional, dan materi, tetapi juga dapat mengurangi persoalan yang ada serta menyadari bahwa ada orang lain yang peduli. Memiliki dukungan membuat lebih banyak kepercayaan diri dan motivasi untuk melangkah dalam menghadapi masalah (Muyassaroh *et al.*, 2022).

Berdasarkan karakteristik responden yang diperoleh terdapat 82% dominan perempuan atau ibu dari orang tua ABK dengan dominan usia pada dewasa madya, dengan persentase 48,7%. Hal ini karena orang tua khususnya seorang ibu memiliki peran besar dalam perkembangan anak mereka. Dimana orang tua sebagai pembimbing, pendamping, fasilitator dalam membantu proses pembelajaran anak berkebutuhan khusus (Melakarniati & Marlina, 2022). Hal ini sejalan dengan pendapat oleh Hidangmayun dalam (Laia *et al.*, 2020). usia orang tua yang telah masuk dalam kategori dewasa madya dianggap mampu dan matang dalam mengasuh anak. Sedangkan pada usia dewasa awal dianggap belum matang atau belum dewasa untuk melakukan pengasuhan. Sementara usia lanjut dianggap akan mengalami kesulitan dalam perawatan anak, karena terkait kondisi fisik yang melemah.

Selain itu, dari hasil karakteristik responden dalam penelitian ini terdapat anak berkebutuhan khusus yang dominan terdiagnosa dalam hambatan intelektual. Dimana hambatan intelektual ini terdiri dari *slow learner*, lambat berpikir, tuna grahita, dan *speech delay*. Serta lama terdiagnosa lebih banyak pada rentang lama 1-5 tahun yakni diperoleh 41,3% dan pada urutan persentase tinggi kedua

Tabel 4. Uji Regresi Linear Sederhana

Hipotesis	sig	R ²	B	Keterangan
Kindness – LS	196	11	266	Tidak signifikan
Kindness – PA	0	179	1,007	Signifikan
Kindness – NA	690	1	93	Tidak signifikan

Keterangan = X: Kindness, Y: Life Satisfaction, Y1: Positive Affect, Y2: Negative Affect (Y3)

pada rentang 10 tahun keatas dengan persentase 28,7%. Pada penelitian yang dilakukan oleh Bahar (2018) menyatakan bahwa apabila orang tua sudah lebih awal dalam mencapai proses penerimaan saat mengetahui kondisi anak, maka tidak seberat orang tua yang mengetahui kondisi anaknya terlambat sehingga sulit untuk melakukan proses terapi dan lain sebagainya.

Penelitian ini dilakukan untuk mengeksplorasi pengaruh antara *kindness* dan *subjective well-being* pada orang tua anak berkebutuhan khusus. Analisis terhadap data dari 150 responden menunjukkan adanya pengaruh antara *kindness* dan afek positif. Temuan ini menegaskan bahwa dari tiga hipotesis yang diajukan, hanya satu hipotesis yang diterima. Dimana semakin tinggi tingkat *kindness* pada orang tua anak berkebutuhan khusus, maka semakin tinggi pula tingkat emosi positif yang mereka alami. Tingginya emosi positif yang dirasakan orang tua ABK menjadi pendorong mereka untuk dapat menerima kondisi anak mereka (Andayani *et al.*, 2021a). Penelitian yang dilakukan oleh Rueger *et al.* (2011) menunjukkan bahwa perasaan orang tua berhubungan erat dengan cara mereka mengasuh anak. Orang tua yang memiliki emosi positif akan lebih sering terkait dengan pola asuh yang mendukung penuh anak mereka.

Ditinjau dari hasil hipotesis penelitian kedua bahwa *kindness* (X) dapat mempengaruhi *positive affect* atau afek positif (Y2) pada orang tua anak berkebutuhan khusus. Hal ini menyatakan bahwa perilaku *kindness* yang tinggi dipengaruhi oleh emosi positif. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian Roldan & Pastrana (2022) bahwa *kindness* dapat berpengaruh terhadap kebahagiaan seseorang. Orang yang melakukan perbuatan baik (*kindness*) dapat mengalihkan dari masalah diri mereka karena fokus mereka dialihkan kepada orang lain dan bukan pada diri mereka sendiri. Menurut Curry *et al.* (2018) melakukan sebuah kebaikan (*kindness*) dengan membantu orang lain dibandingkan diri sendiri dapat membuat diri menjadi lebih merasa senang.

Orang tua yang memiliki perilaku *kindness* yang tinggi akan mengalami emosi positif. Dimana emosi positif akan membuat orang tua anak berkebutuhan khusus lebih mampu melakukan atau koping stres mereka. Hal ini dapat membuat peningkatan *subjective well-being* yang positif dan peningkatan kemampuan dalam memberikan perawatan pada anak (Beighton & Wills, 2017). Tentunya salah satu perbuatan baik (*kindness*) bagi orang tua dengan anak berkebutuhan khusus adalah dengan mengasuh anak mereka yang dengan sepenuh hati tentu dapat membuat mereka merasa lebih bahagia. Hal ini selaras dengan hasil penelitian Hayati & Damanik (2020) bahwa dengan mengasuh dan mendampingi anak berkebutuhan khusus, seseorang dapat merasa bersyukur, bangga dengan kehidupan dan kemampuannya serta merasa istimewa.

Adanya *kindness* dalam kehidupan sehari-hari mendorong terciptanya lingkungan yang positif bagi anak. Hal ini juga

yang dapat menjadikan orang tua lebih dapat menilai anak secara positif. Anak-anak yang merasa diterima dan dicintai apa adanya lebih mungkin merasa aman dan termotivasi untuk mencoba hal-hal baru, yang penting bagi perkembangan mereka. Dengan demikian, *kindness* dalam kehidupan sehari-hari tidak hanya memberikan manfaat langsung kepada orang tua dalam hal *subjective well-being*, tetapi juga memberikan dampak positif yang signifikan terhadap perkembangan anak berkebutuhan khusus. Orang tua yang menilai anak mereka secara positif membantu menciptakan lingkungan yang mendukung dan penuh kasih sayang, yang esensial bagi kesejahteraan dan perkembangan optimal anak mereka (Andayani *et al.*, 2021b).

Tidak hanya itu saja, kondisi orang tua dengan emosi positif yang tinggi juga dapat membuat mereka berpikir positif mengenai diri mereka dibandingkan dengan berpikir bahwa mereka ditolak oleh lingkungan sosial (Wijayanti, 2015). Penelitian yang dilakukan Jaafar *et al.* (2022) bahwa orang tua ABK yang memiliki karakter baik akan memberikan dampak positif pada hidup mereka mencakup mempererat hubungan keluarga dan membuat orang tua memiliki penerimaan diri yang baik. Adanya dorongan untuk *kindness*, orang tua akan lebih mudah untuk mengelola dan menciptakan emosi positif pada diri sendiri dan keluarga ataupun orang lain. Hal ini membuat orang tua dengan anak berkebutuhan khusus dapat menghadapi situasi sulit dan meningkatkan kesejahteraan psikologi diri dan anak-anak mereka.

Selanjutnya, pada hipotesis penelitian ketiga ini tidak ditemukan adanya pengaruh antara *kindness* (X) dengan *negative affect* atau afek negatif (Y3) yang mengindikasikan bahwa berdasarkan data yang tersedia, tidak ada bukti kuat bahwa *kindness* mempengaruhi tingkat afek negatif yang dirasakan oleh orang tua ABK. Dengan kata lain, perubahan dalam tingkat *kindness* tidak diikuti oleh perubahan yang konsisten atau terprediksi dalam tingkat afek negatif. Meskipun demikian, penting untuk memahami bahwa tidak adanya pengaruh signifikan ini tidak berarti bahwa *kindness* tidak memiliki dampak apapun. Orang dengan *kindness* yang tinggi akan memiliki pemikiran seperti orang lain itu sama pentingnya dengan diri sendiri, semua manusia itu setara, orang yang membutuhkan harus dibantu, penting untuk membantu semua orang tidak hanya keluarga dan teman, dan lain sebagainya (Peterson & Seligman, 2004). Ketika orang tua ABK melakukan perilaku baik seperti membantu anaknya, mendukung orang tua lain, dan berempati dengan orang lain, akan membuat orang tua merasakan emosi positif yang mana juga akan meningkatkan *subjective well-being* dari orang tua ABK. Dengan demikian, meskipun tidak ditemukan bukti statistik yang kuat bahwa *kindness* secara langsung menurunkan afek negatif, tindakan *kindness* dapat tetap berkontribusi pada kesejahteraan emosional secara keseluruhan melalui peningkatan afek positif. Artinya, meskipun *kindness* tidak berpengaruh secara signifikan

terhadap penurunan afek negatif, ia tetap memiliki peran penting dalam meningkatkan *subjective well-being* orang tua ABK melalui mekanisme lain yang lebih kompleks dan tidak langsung terukur dalam penelitian ini.

Hasil hipotesis penelitian pertama menunjukkan bahwa tidak adanya pengaruh antara *kindness* (X) dengan *life satisfaction* atau kepuasan hidup (Y1) pada orang tua anak berkebutuhan khusus di Indonesia. Tidak adanya pengaruh secara statistik ini berarti tidak terdapat bukti kuat untuk menyatakan bahwa perubahan dalam tingkat *kindness* orang tua secara konsisten atau terprediksi mempengaruhi tingkat kepuasan hidup mereka. Artinya, peningkatan atau penurunan dalam tingkat *kindness* tidak berdampak langsung pada perubahan dalam kepuasan hidup orang tua anak berkebutuhan khusus. Hal ini menunjukkan bahwa faktor-faktor lain di luar *kindness*, seperti kondisi ekonomi, dukungan sosial, atau tingkat stres, mungkin memiliki peran yang lebih dominan dalam menentukan kepuasan hidup mereka. Penelitian yang dilakukan Lenny *et al.* (2023) bahwa orang tua dengan anak berkebutuhan khusus cenderung protektif dikarenakan rasa khawatir akan kondisi anaknya, karena terlalu fokus terhadap kondisi anaknya yang berkebutuhan khusus, orang tua sering kali mengenyampingkan kebutuhan pribadi mereka sendiri, sehingga hak-hak mereka sebagai individu tidak terpenuhi dan menyebabkan mereka merasa kurang puas dengan kehidupan yang dijalani.

Selaras dengan penelitian yang dilakukan Shenaar-Golan (2015) menyatakan bahwa jika kepuasan hidup orang tua dengan anak berkebutuhan khusus berada pada tingkat yang sangat rendah dibandingkan masyarakat lainnya. Hal ini dikarenakan orang tua dengan anak disabilitas memikul beban yang tinggi dengan adanya berbagai faktor pribadi dan sosial dapat menyebabkan rendahnya tingkat kepuasan hidup seseorang, seperti pendapatan yang rendah, tingkat pengangguran yang tinggi, tinggal sendirian, dan adanya gangguan fisik. Hal ini memungkinkan terjadi kesulitan, baik secara material maupun psikologis, bagi orang tua sebagai pihak yang merawat anak berkebutuhan khusus. Ketidakpuasan hidup orang tua anak berkebutuhan khusus dapat menyebabkan rendahnya *subjective well-being* hidup mereka. Pernyataan tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan Andayani *et al.* (2021b) bahwa 36% kualitas hubungan sosial dipengaruhi oleh dukungan sosial yang didapatkan, 25% dipengaruhi oleh spiritualitas, 21% dipengaruhi oleh adanya perbedaan gender terkait dengan bagaimana cara memperlakukan anak, 11% diakibatkan oleh kepribadian dan 7% oleh tujuan bagi masa depan anak-anak. Faktor-faktor tersebut dapat mempengaruhi cara orang tua merawat anak mereka. Ketika orang tua merasa didukung oleh keluarga, teman, atau komunitas, mereka cenderung mengalami pengurangan stres dan peningkatan kesejahteraan emosional. Hal ini membantu mereka merasa lebih mampu dalam menghadapi tantangan sehari-hari dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Memiliki keyakinan atau praktik spiritual dapat membantu orang tua merasa lebih tenang, menerima, dan optimis dalam menghadapi situasi yang menantang. Selain itu, Orang tua dengan kepribadian yang lebih resilien atau optimis cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi tantangan, yang pada gilirannya meningkatkan kesejahteraan mereka. Dengan

demikian, cara merawat anak yang didasari oleh faktor-faktor tersebut memiliki dampak yang signifikan terhadap *subjective well-being* orang tua.

Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Sholikhah & Satningsih (2021) menunjukkan bahwa orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus menunjukkan reaksi emosi awal negatif yang disebabkan tidak adanya pengalaman dan pengetahuan tentang anak berkebutuhan khusus sebelumnya. Selain itu, orang tua juga menunjukkan proses penerimaan atas kondisi anak, sehingga orang tua berusaha memberikan yang terbaik untuk anak dengan memberikan tindakan-tindakan penunjang untuk perkembangan anak dan memiliki keyakinan atas tindakan yang dilakukan dan kepercayaan atas kemampuan dan masa depan anak. Simangunsong *et al.* (2023) menyebutkan bahwa semakin bertambah usia, maka tingkat penerimaan orang tua tersebut akan semakin besar terhadap kondisi anaknya. Penerimaan ini akan berdampak kepada usaha-usaha yang diberikan orang tua untuk mendukung proses perkembangan anaknya yang memiliki kebutuhan khusus. Dengan demikian pemikiran bahwa orang tua menerima kondisi anaknya merupakan hal yang penting untuk dimiliki orang tua untuk mendorong kualitas hidup orang tua ABK.

Penelitian serupa telah dilakukan oleh peneliti terdahulu mengenai *subjective well-being* orang tua dengan anak berkebutuhan khusus. Menurut Idhartono & Hidayati (2024), tingkat *subjective well-being* pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus juga dapat diperbaiki dengan mendapatkan penanganan dari sekolah khusus untuk orang tua ABK. Hal ini dilakukan dengan memberikan program sosialisasi pendalaman kondisi ABK, konsultasi secara individual dan seminar mengenai ABK. Selain itu, untuk dapat meningkatkan *subjective well-being* pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus dapat dilakukan dengan meningkatkan emosi positif seperti rasa syukur atas kondisi hidup sekarang, meningkatkan religiusitas, serta memperluas jaringan atau relasi dengan lingkungan sosial terdekat (Tyawardana & Syafiq, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan bahwa *kindness* terhadap *subjective well-being* secara general pada orang tua ABK berpengaruh, namun dalam kepuasan hidup ada berbagai faktor yang mempengaruhi. Pada riset Schulkin (2011) yang dikutip dalam Curry *et al.* (2018), *kindness* disebut dapat meningkatkan kebahagiaan individu. Hal itu terjadi karena bagi individu, memberikan perhatian kepada keluarga, menjaga hubungan dengan kelompok, berbagi kebaikan, dan meningkatkan status merupakan tujuan adaptif yang penting. Ketika orang tua dari anak berkebutuhan khusus menerapkan *kindness*, seperti memberikan perhatian penuh dan kasih sayang kepada anak mereka, mereka tidak hanya memperkuat ikatan emosional dengan anak tetapi juga membangun lingkungan yang lebih positif di rumah. Pandangan positif ini dapat membuat orang tua lebih mudah menerima tantangan yang ada, melihat kemajuan kecil pada anak sebagai pencapaian besar, dan merasakan kebanggaan atas upaya mereka. Perlakuan penuh perhatian ini juga sering kali meningkatkan *self-esteem* orang tua, karena mereka merasa mampu memberikan dukungan yang penting bagi perkembangan anaknya.

Lebih lanjut, penelitian juga didukung oleh temuan Gherghel *et al.* (2021) yang juga membuktikan adanya

korelasi positif antara perilaku dengan kepedulian empatis dan *subjective well-being*. Selain itu, *kindness* juga dapat meningkatkan *subjective well-being* karena *kindness* merupakan cara orang tua memandang dan melakukan aspek-aspek positif kepada anak, pandangan ini mendorong mereka untuk lebih fokus pada kekuatan dan potensi anak, bukan hanya pada keterbatasannya. Dengan memperlakukan anak dengan penuh kasih sayang dan penghargaan, orang tua menciptakan suasana yang mendukung perkembangan emosional anak, yang pada gilirannya memperkuat hubungan emosional antara orang tua dan anak. Hubungan yang erat dan positif ini dapat membuat orang tua merasa lebih puas dengan peran mereka, meningkatkan rasa pencapaian dan kebahagiaan pribadi. Hal ini menambah makna dalam hidup mereka, yang secara keseluruhan memperkuat kesejahteraan emosional dan kepuasan hidup yang lebih tinggi.

Kelebihan dari penelitian ini adalah penggunaan data dari unidimensi ke multidimensi. Penelitian ini memperluas cakupan analisis dengan mempertimbangkan variabel *kindness* sebagai dimensi tunggal dan variabel *subjective well-being* sebagai multidimensi, dengan memposisikan *subjective well-being* sebagai variabel multidimensi. Penelitian ini memperhitungkan berbagai aspek kepuasan hidup, terutama afek negatif dan positif. Kelebihan dari *subjective well-being* sebagai multidimensi juga dikarenakan cakupan aspek hidup yang beragam maka penilaian kesejahteraan disini menjadi lebih komprehensif. Terdapat juga pemahaman yang mendalam serta adanya integrasi perspektif waktu bahwa *subjective well-being* dapat berubah dari masa lalu, sekarang, hingga masa depan. Dengan pertimbangan-pertimbangan tersebut, pendekatan ini akan memberikan gambaran kesejahteraan individu dengan lebih tepat dan efektif (Martino *et al.*, 2018). Penelitian ini juga memiliki keterbatasan seperti kurangnya literatur nasional yang berfokus pada kedua variabel tersebut dalam konteks orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, terutama dalam sisi *kindness*.

Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, didapatkan kesimpulan bahwa *kindness* memiliki pengaruh terhadap *subjective well-being* orang tua anak berkebutuhan khusus, terutama *kindness* terhadap afek positif orang tua dengan anak berkebutuhan khusus. Hal ini berarti semakin tinggi tingkat *kindness* yang dimiliki orang tua ABK, semakin tinggi juga emosi positif yang dirasakan orang tua tersebut. Selanjutnya, *kindness* tidak terbukti memiliki pengaruh terhadap afek negatif. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi *kindness* orang tua ABK, tidak akan menentukan nilai afek negatif orang tua ABK. Temuan ini bisa terjadi jika orang tua memiliki *kindness* yang tinggi dan ketika mereka melakukan perbuatan baik mereka merasa bahagia. Namun, hal ini tidak akan mengurangi atau menghilangkan emosi negatif orang tua ABK yang disebabkan oleh pengalaman-pengalaman buruk yang terjadi di setiap harinya. Terakhir, meskipun *kindness* terhadap *subjective well-being* berpengaruh, namun *kindness* tidak terbukti memiliki pengaruh terhadap aspek dalam *subjective well-being* yakni kepuasan hidup orang tua ABK. Hal ini juga berarti kepuasan hidup orang tua

ABK tidak ditentukan oleh pemikiran dan perilaku baik yang dimiliki orang tua ABK.

Penelitian ini dapat menambahkan kekayaan literatur pada variabel *kindness* dan juga *subjective well-being* khususnya pada subjek penelitian orang tua dengan anak berkebutuhan khusus. Hal ini memberikan wawasan baru mengenai bagaimana *kindness* sebagai dimensi Tunggal dapat mempengaruhi aspek dalam *subjective well-being* orang tua dengan anak berkebutuhan khusus. Selain itu, penelitian ini dapat memberikan informasi kepada orang tua ABK tentang pentingnya *kindness* terhadap *subjective well-being* mereka, terutama pada afek positif dan bagaimana pengaruhnya pada kehidupan sehari-hari. Penerapan *kindness* dalam kehidupan sehari-hari orang tua anak berkebutuhan khusus (ABK) dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan subjektif mereka, ketika mereka memperlakukan orang lain dengan kebaikan dan empati, mereka cenderung menerima dukungan sosial yang lebih besar dari komunitas atau keluarga. Dukungan ini sangat penting bagi orang tua ABK, karena dapat membantu mereka merasa lebih didukung dan diterima, yang merupakan faktor penting dalam meningkatkan *subjective well-being*. Hal ini dapat mengurangi tingkat stres dan kecemasan, yang seringkali menjadi beban dalam kehidupan sehari-hari mereka. Penelitian selanjutnya dapat lebih menjelaskan secara deskriptif terkait tingkat *subjective well-being* pada rentang umur yang berbeda, membandingkan antara jenis kelamin orang tua dan diagnosa anak berkebutuhan khusus yang lebih spesifik.

Referensi

- Afuakani, M. S., Djohgo, H. M. A., & Bina, M. Y. (2018). Studi fenomenologi respon psikologis Kubler Ross pada pasien kanker di RSUD Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang. *CHMK Nursing Scientific Journal*, 2(2), 31-58. <https://cyber-chmk.net/ojs/index.php/ners/article/view/160>
- Al-Asykuri, M. W. M. (2019). Pengaruh humanity dan transcendence terhadap subjective well-being karyawan. Skripsi. (Fakultas Psikologi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta). <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/47308>
- Andayani, S. A., Pudjibudojo, J. K., & Tjahjono, E. (2021a). External and internal factors affecting subjective well being parents of children with special needs. *Atlantis press*, 54, 281-285. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210423.040>
- Andayani, S. A., Pudjibudojo, J. K., Tjahjono, E. (2021b). Subjective well-being ibu yang mempunyai anak dengan ADHD pada saat pandemi covid-19. *Talenta*, 7(1), 44-51. <https://doi.org/10.26858/talenta.v7i1.23826>
- Ardani, T. A., & Istiqomah, D. (2020). *Psikologi Positif Perspektif Kesehatan Mental Islam*. Pt Remaja Rosdakarya.
- Ariati, J. (2010). Subjective well-being (kesejahteraan subjektif) dan kepuasan kerja pada staf pengajar (Dosen) di lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Psikologi Undip*, 8(2), 117-123. <https://doi.org/10.14710/jpu.8.2.117-123>
- Bahar, M. R. (2018). Hubungan antara dukungan suami dan penerimaan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK). Skripsi. (Program Studi Psikologi, Universitas Islam Indonesia Yogyakarta). <https://dspace.uui.ac.id/handle/123456789/11126>

- Beighton, C., & Wills, J. (2017). Are parents identifying positive aspects to parenting their child with an intellectual disability or are they just coping? A qualitative exploration. *Journal of Intellectual Disabilities*, 21(4), 325–345. <https://doi.org/10.1177/1744629516656073>
- Curry, O. S., Rowland, L. A., Lissa, C. J. V., Zlotowitz, S., McAlaney, J., & Whitehouse, H. (2018). Happy to help? A systematic review and meta-analysis of the effects of performing acts of kindness on the well-being of the actor. *Journal of Experimental Social Psychology*, 76, 320-329. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2018.02.014>
- Chamidah, A. N. (2010). Mengenal anak berkebutuhan khusus. Pelatihan Layanan Komprehensif Bagi Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Inklusif. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta. 1-6.
- Claudita, A. (2020). *Jenis penelitian kuantitatif yang wajib kamu tahu*. Theta Statistical Consulting. <https://www.thetastatistik.com/jenis-penelitian-kuantitatif-yang-wajib-kamu-tahu/#:~:text=Biasanya%20penelitian%20kuantitatif%20korelasional%20menggunakan,manipulasi%20dari%20tiap%20variabel%20tersebut>
- Diener, E., & Seligman, M. E. (2004). Beyond money: toward an economy of well-being. *Psychological Science In The Public Interest*, 5(1), 1-31. <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2004.00501001.x>
- Faridah, I., Rahayu, M. S., & Nurul, A. (2017). Studi deskriptif mengenai kindness pada guru sekolah inklusi di SDN Putraco Indah Bandung. *Prosiding Psikologi*, 3(2), 590-595. <http://dx.doi.org/10.29313/v0i0.7425>
- Fathonah, S., & Hernawati, N. (2018). Hubungan orang tua-guru dan praktik pengasuhan ibu pada keluarga yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 11(3), 219-230. <http://dx.doi.org/10.24156/jikk.2018.11.3.219>
- Gherghel, C., Nastas, D., Hashimoto, T., & Takai, J. (2021). The relationship between frequency of performing acts of kindness and subjective well-being: A mediation model in three cultures. *Current Psychology*, 40, 4446-4459. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00391-x>
- Hayati, R., & Damanik, A. C. T. (2020). Subjective well-being pada pendamping anak berkebutuhan khusus (autisme) di Pontianak. *EKSISTENSI*, 2(1), 28-40. <http://dx.doi.org/10.29406/eksis.v2i1.2209>
- Idhartono, A. R., & Hidayati, N. (2024). Dinamika subjective well-being dan resiliensi orang tua anak berkebutuhan khusus di sekolah inklusi. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 13(1), 417-426. <https://doi.org/10.58230/27454312.414>
- Isnaini, F., & Afisha, F. (2024). Gratitude Terhadap Subjective Well Being Dimoderasi Oleh Self-Esteem: Tinjauan Sistematis. *Nusantara Journal of Multidisciplinary Science*, 1(11), 612-622.
- Jaafar, N., Muhamad, N. F., Sawai, J. P., & Sawai, R. P. (2022). Educational regulation of parental emotions for children with special needs according to islam. *Al Ulya: Jurnal Pendidikan Islam*, 7(2), 199–212. <https://ejournal.sunan-giri.ac.id/index.php/al-ulya/article/view/683>
- Laia, H. N., Sinaga, F., & Niman, S. (2020). Hubungan dukungan suami dengan tingkat stres ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di sekolah luar biasa. *Jurnal Kesehatan*, 8(1), 7-18. <https://doi.org/10.55912/jks.v8i1.2>
- Latifah, I. N. (2018). Program hipotetik bimbingan pribadi-sosial untuk mengembangkan karakter kindness (kebaikan) peserta didik (Studi deskriptif terhadap peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 9 Bandung tahun ajaran 2018/2019). (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia). <http://repository.upi.edu/44540/>
- Lenny, L., Anggrayni, R., Risman, V., & Yunitasari, S. E. (2023). Pola asuh orang tua terhadap sosial emosional ABK dengan anxiety disorder di TKIT Bunga Mufidih. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 8(2), 324-331. <https://doi.org/10.33369/jip.8.2.324-331>
- Machali, I. (2021). *Metode penelitian kuantitatif (panduan praktis merencanakan, melaksanakan, dan analisis dalam penelitian kuantitatif)*. Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/50344/1/Metode%20Penelitian%20Kuantitatif%20%28Panduan%20Praktis%20Merencanakan%2C%20Melaksa.pdf>
- Magnani, E., & Zhu, R. (2018). Does kindness lead to happiness? voluntary activities and Subjective well-being. *Journal Of Behavioral And Experimental Economics*, 77, 20-28. <https://doi.org/10.1016/j.socec.2018.09.009>
- Martino, S. D., Napoli, I. D., Esposito, C., Prilleltensky, I., & Arcidiacono, C. (2018). Measuring subjective well-being from a multidimensional and temporal perspective: Italian adaptation of the I COPPE scale. *Health and Quality of Life Outcomes*, 16(1), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s12955-018-0916-9>
- Maulipaksi, D. (2017) Sekolah Inklusi dan pembangunan SLB Dukung Pendidikan Inklusi. Kementerian pendidikan dan kebudayaan. <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2017/02/sekolah-inklusi-dan-pembangunan-slb-dukung-pendidikan-inklusi>
- Melakarniati, M., & Marlina, M. (2022). Analisis peran orang tua dalam proses pembelajaran anak berkebutuhan khusus pada masa pandemi covid-19 di sekolah luar biasa. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(1), 2715-2723. <https://doi.org/10.31004/jptam.v6i1.2958>
- Mo, T. S. (2019). The effect of parenting styles on strengths of humanity: love, kindness and social intelligence in Myanmar adolescents. *Research On Humanities And Social Sciences*, 9(8). <https://doi.org/10.7176/RHSS/9-8-05>
- Moure, A. (2022). Pendampingan orang tua terhadap anak yang berkebutuhan khusus (ABK). <https://doi.org/10.31219/osf.io/f7kxy>
- Muyassaroh, L. Putri, A. Y. A., Fathansyah, S. D., Saputri, T.C., Lestari, R. (2022). Penerimaan orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Sudut Pandang*, 2(12), 59-63. <https://doi.org/10.55314/jsp.v2i12>
- Nurdiani, N. (2014). Teknik sampling snowball dalam penelitian lapangan. *Comtech: Computer, Mathematics And Engineering Applications*, 5(2), 1110-1118. <https://doi.org/10.21512/comtech.v5i2.2427>
- Pamungkas, E. A., Astuti, K., & Yuniasanti, R. (2021). Systematic literature review tentang jenis intervensi: upaya meningkatkan Subjective well-being. (Prosiding Seminar Nasional). 129-137. <https://ejournal.mercubuana-yogya.ac.id/index.php/ProsidingSemNasPsikologi/article/view/2009/920>
- Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*. Oxford University Press.
- Rahmitha. (2011). Orang tua dengan anak yang berkebutuhan khusus. Jakarta: Kementerian Pendidikan Nasional. <https://repository.kemdikbud.go.id/589/1/33%20ABK.pdf>

- Rohmawati, U., B. (2017). Peran keluarga dalam mengurangi gangguan emosional pada anak berkebutuhan khusus. *Al Ulya: Jurnal Pendidikan Islam*, 2(2), 108-127. <https://doi.org/10.36840/ulya.v2i2.88>
- Roldan, A. E., & Pastrana, N. B. (2022). Doing act of kindness to enhance subjective happiness: correlates of academic success. *International Journal of Educational Research & Social Science*, 3(2), 976-981. <https://doi.org/10.51601/ijersc.v3i2.344>
- Rueger, S. Y., Katz, R. L., Risser, H. J., & Lovejoy, M. C. (2011). Relations between parental affect and parenting behaviors: a meta-analytic review. *Parenting: Science and Practice*, 11(1), 1-33. <https://doi.org/10.1080/15295192.2011.539503>
- Schulkin, J. (2011). *Adaptation and well-being: Social allostasis*. Cambridge University Press.
- Setyaningsih, A., Nurhidayah, N., Mariza, A., Hastuti, L. S., Harahap, S. A., Puspitosari, A., Parinduri, S. A., Prasetyaningsih, R. H., Rachmat, N. (2022). *Pendidikan anak berkebutuhan khusus*. Tahta media group. <https://www.poltekkes-solo.ac.id/cni-content/uploads/modules/attachments/20230411142334-EDITOR-BOOK%20CHAPTER%20PENDIDIKAN%20ABK-Juli%202022.pdf>
- Shenaar-Golan, V. (2015). Hope and subjective well-being among parents of children with special needs. *Child & Family Social Work*, 22(1), 976-981. <https://doi:10.1111/cfs.12241>
- Sholikhah, M., & Satiningsih. (2021). Optimisme orang tua terhadap pola pengasuhan anak berkebutuhan khusus. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41676>
- Simangunsong, G. H. M., Fitrianingrum, I., & Pratiwi, S. E. (2023). Parents' acceptance of children with autism spectrum disorder (ASD) in Pontianak city. *Jurnal Sains Psikologi*, 12(1), 28-38. <http://dx.doi.org/10.17977/um023v12i12023p28-38>
- Sugiyono, (2014). *Metode penelitian kombinasi (mixed methods)*. Alfabeta.
- Tyawardana, M. A., & Syafiq, M. (2022). Kesejahteraan subjektif pada single mother yang bekerja dan memiliki anak disabilitas. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(2), 124-138. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/45818>
- Wijayanti, D. (2015). Subjective well-being dan penerimaan diri ibu yang memiliki anak down syndrome. *Psikoborneo*, 3(2), 224-238. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v3i2.3774>
- Winarsih, M., Nasution, E. S., & Ori, D. (2020). Hubungan dukungan keluarga dengan penerimaan diri orang tua yang memiliki ABK di SLB Cahaya Pertiwi Kota Bekasi. *Ikra-Ith Humaniora: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 4(2), 73-82. <https://ojs.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/download/559/411>
- Zharifah, M., B. (2023). Spirituality dan subjective well-being pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus. (Skripsi, Universitas Muhammadiyah Malang).
- Zulfiana, U. (2019). Identifikasi kekuatan karakter pada orang tua anak berkebutuhan khusus. *Cognicia*, 7(4), 411-418. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v7i4.10490>