

# HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DAN RELIGIUSITAS DENGAN *HARDINESS* IBU YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS

## Studi pada Ibu di SLB Untung Tuah dan SLB Ruhui Rahayu Samarinda

Ludvia Rara Gendis Aprilia<sup>1</sup>

### *Abstract*

*The aim of this research was to know the relationship between gratitude and religiosity to the hardiness of the mother who has disabled children in Untung Tuah and Ruhui Rahayu school of disable Samarinda. This research consisted one dependent variable which was hardiness, and two independent variables which were gratitude and religiosity. This study used quantitative research methods. Data collection was done by using Likert scale technique. The subjects were mother who has disabled children in SLB Ruhui Rahayu, and SLB Untung Tuah. The number of sample were 62 peoples. Data were analyzed using correlation test with the help of the program Statistical Packages for Social Sciences (SPSS) 21.0 for Windows.*

*Research result showed that: (1) there is positive and significant impact intensity of use the gratitude on hardiness by the beta coefficient ( $\beta$ ) = 0.492,  $t$  value  $>$   $t$  table (4.018  $>$  2.000) and  $p$  value = 0.000 ( $p <$  0.05); (2) there is positive and significant impact religiosity on hardiness by the beta coefficient ( $\beta$ ) = 0.404,  $t$  value  $>$   $t$  table (3.300  $>$  2.000) and  $p$  value = 0.002 ( $p <$  0.05); (3) there is a real and significant impact intensity of use the gratitude and religiosity on hardiness by the  $f$  value  $>$   $f$  table (83.402  $>$  3.15) and  $p$  value = 0.000 ( $p <$  0.05). Contributions impact intensity of use the between gratitude and religiosity to the hardiness amounted 0.739 or 73.9 percent.*

**Keyword :** *gratitude, religiosity, hardiness*

### **Pendahuluan**

Memiliki anak yang normal baik fisik maupun mental adalah harapan bagi semua orangtua, akan tetapi pada kenyataannya tidak semua pasangan dikaruniai anak yang normal. Keadaan akan berubah ketika anak yang dilahirkan, berbeda dengan anak lainnya, yakni anak yang memerlukan perhatian atau kebutuhan khusus, tentunya orang tua merasa kecewa karena memiliki anak yang tidak sesuai dengan harapan. Kumar (2008) berpendapat bahwa orang tua yang

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Mulawarman. Email: raraludvia@gmail.com

memiliki anak berkebutuhan khusus dipastikan lebih mudah mengalami *stress* psikologis dibandingkan dengan orang tua dari anak yang normal.

Menurut penelitian yang dilakukan Miyahara (2008) ibu yang mampu mengatasi stres adalah ibu yang memiliki penyangga stres berupa *social support* (dukungan sosial), *coping strategies*, dan *hardiness*/ketangguhan (sifat tahan banting). Berdasarkan situasi-situasi menekan tersebut, menurut Devina dan Penny (2016) seorang ibu yang menjadi pengasuh membutuhkan kepribadian yang membuat dirinya bisa bertahan dalam situasi yang membuat *stress* yaitu *hardiness*.

Peneliti melakukan *screening test* dan bekerjasama dengan beberapa sekolah dan tempat terapi yaitu SLB Ruhui Rahayu dan SLB Untung Buah untuk mengukur tingkat *hardiness* pada 62 ibu dengan menggunakan skala yang diambil dari artikel *AmericanHealth* (2007) yang mengacu pada alat ukur yang dikembangkan oleh Suzanne Quellete Kobasa dalam artikelnya “*How Hardy Are You?*” pada tahun 1984 :

**Tabel 1. Data Screening Test Tingkat Hardiness**

<b>Tingkat Hardiness</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase</b>
Tinggi	8	13%
Sedang	33	53%
Rendah	21	34%
<b>Jumlah</b>	<b>62</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan pada tabel. 1 hasil *screening* yang dilakukan menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus memiliki *hardiness* dengan tingkat tinggi sebanyak 13%, tingkat yang sedang sebanyak 53%, dan 34% persen untuk tingkat *hardiness* rendah. Seorang ibu yang mencoba untuk selalu melakukan apapun yang terbaik agar anaknya memiliki kemajuan memperoleh tingkat *hardiness* yang tinggi. Sedangkan seorang ibu yang percaya bahwa apa yang terjadi dan yang dialaminya dalam hidup merupakan garis nasibnya cenderung mendapatkan skor untuk kategori *hardiness* yang rendah.

Menurut Auliya dan Dermawanti (2014) ibu dengan *hardiness* yang rendah seringkali menganggap berbagai hal dalam beraktivitas sebagai ancaman dan sumber *stress* sehingga ketika ibu merasakan *stress* dalam pengasuhan pada anak berkebutuhan khusus maka kosekuensi yang dihadapi menjadi semakin berat. Kemudian semakin kompleks kesulitan dan banyaknya masalah yang dihadapi ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus menyebabkan kepribadian *hardiness* menjadi penting untuk ditingkatkan sebagai penyangga dari *stress* yang muncul.

Gardner (dalam Rahmawati, 2014) mengatakan bahwa ciri-ciri orang yang memiliki *hardiness* ialah akan senantiasa bersyukur terhadap apa yang mereka miliki. Mereka percaya bahwa setiap orang tergantung satu sama lain. Mereka menerima kelemahan, kelebihan, ketidakberdayaan dan kebutuhannya

akan kepedulian dari orang lain tanpa rasa malu dan membiarkan orang lain membantunya atau mau menerima bantuan dari orang lain.

Kumar (2008) bahwa dalam mengatasi stres pengasuhan pada orang tua yang memiliki anak dengan keterbelakangan mental dipengaruhi oleh beberapa sumber salah satunya kepercayaan/religiusitas. Hal ini sesuai dengan penelitian Maddi, Brow, Khoshaba, dan Vaitkus (2006) yang menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara *hardiness* dan religiusitas. Dapat diartikan bahwa antara *hardiness* dan religiusitas berbagi varians yang sama yaitu dalam hal spiritual yaitu dalam konteks untuk mencari makna hidup.

Berdasarkan rangkaian permasalahan yang diuraikan diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Kebersyukuran dan Religiusitas dengan *Hardiness* Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di SLB Untung Tuah dan Ruhui Rahayu Samarinda”

## **Tinjauan Pustaka**

### ***Hardiness***

Kobasa dan Maddi (dalam Sarafino, 2011) mengemukakan bahwa *hardiness* merupakan karakteristik kepribadian yang dapat membantu untuk melindungi individu dari pengaruh *negative stress*. Sarafino (2011) menyatakan bahwa *hardiness* adalah merupakan suatu struktur kepribadian yang membedakan individu dalam menanggapi lingkungan yang penuh *stress*. Hal tersebut sejalan dengan Odgen (2004) yang menyatakan bahwa *hardiness* merupakan salah satu karakter yang dapat mempengaruhi individu tentang bagaimana dirinya melihat sebuah situasi *stress* dan menentukan respon yang efektif. Sedangkan menurut Puri (2016) *hardiness* adalah kepribadian yang muncul sebagai pola sikap dan strategi yang memungkinkan dan dapat mengubah keadaan *stress* menjadi kesempatan bagi individu tersebut untuk dapat lebih berkembang.

Kobasa dan Maddi (dalam Sarafino, 2011) menjelaskan bahwa *hardiness* meliputi 3 aspek yaitu :

1. Komitmen

Komitmen adalah kecenderungan individu untuk melibatkan diri kedalam apapun yang dilakukan yaitu keyakinan bahwa individu bermakna dan memiliki tujuan.

2. Kontrol

Kontrol merupakan kecenderungan untuk menerima dan percaya bahwa individu dapat mengontrol dan mempengaruhi suatu kejadian dengan pengalamannya ketika berhadapan dengan hal-hal yang tidak terduga.

3. Tantangan

Tantangan merupakan kecenderungan untuk memandang suatu perubahan dalam hidupnya sebagai sesuatu yang wajar dan dapat mengantisipasi perubahan tersebut sebagai stimulus yang sangat berguna bagi perkembangan dan memandang hidup sebagai suatu tantangan yang menyenangkan.

Ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi *hardiness* seseorang antara lain:

1. Dukungan Sosial

Maddi (2002) menyatakan dukungan sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan *hardiness* seorang individu, apabila individu memiliki dukungan sosial yang baik maka *hardiness* individu juga akan meningkat.

2. Pola Asuh

Maddi (2002) menyatakan Interaksi antara orang tua dan anak, dan juga pola asuh orang tua berperan dalam meningkatkan *hardiness* pada diri seorang individu.

3. Gender

Bartone & Priest (2001) menyatakan, pria dan wanita akan berbeda dalam menanggapi atau menghadapi masalah yang terjadi dalam hidup. Dengan melihat tugas pada pria dan wanita, membuat gender sebagai prediktor dalam menentukan *hardiness* individu.

### ***Kebersyukuran***

Kebersyukuran merupakan suatu sikap menghargai setiap kehidupan sebagai karunia dan menyadari pentingnya mengungkapkan penghargaan tersebut (Watkins dkk, 2003). Emmons dan Stern (2013) menyatakan bahwa kebersyukuran adalah perasaan yang terjadi di antar pribadi ketika seseorang mengakui bahwa dirinya menerima manfaat yang berharga dari yang lain. Kebersyukuran menurut Hlava dkk (2014) adalah “*Gratitude is a complex emotion that arises within the transactional dynamics of human relationships.*” Artinya Kebersyukuran adalah suatu emosi kompleks yang muncul karena adanya dinamika transaksional dalam hubungan manusia.

Watkins dkk (2003), mengungkapkan aspek- aspek bersyukur terdiri dari tiga unsur, yaitu:

1. Merasa Berkecukupan

Seseorang yang memiliki kecenderungan bersyukur tinggi akan merasa puas dengan apa yang dimiliki dalam hidupnya. Orang tersebut tidak merasa kekurangan sesuatu. Mereka merasa apa yang mereka miliki sudah cukup dan berguna.

2. Menghargai Hal Sederhana

Seseorang yang memiliki kecenderungan bersyukur yang tinggi menikmati dan menghargai sesuatu yang sudah sering atau mudah dimiliki oleh kebanyakan orang.

3. Menghargai Kontribusi Orang Lain

Seseorang yang cenderung bersyukur menghargai pemberian dan bantuan yang diberikan orang lain dalam hidupnya.

McCullough, Emmons dan Tsang (2002) menyatakan bahwa ada tiga faktor yang mempengaruhi Kebersyukuran, yaitu:

1. Faktor *Emotionality*

*Emotionality* yaitu suatu kecenderungan dimana seseorang merasa emosional dan menilai kepuasan hidupnya.

2. Faktor *Prosociality*

*Prosociality* yaitu kecenderungan seseorang untuk diterima di lingkungan sosial.

3. Faktor *Spiritual*

*Spiritual* yaitu sesuatu yang berkaitan dengan nilai-nilai transendental, kebaikan dan keimanan seseorang.

### ***Religiusitas***

Glock dan Stark (dalam Nasikhah dan Prihastuti, 2013) mengatakan bahwa religiusitas adalah suatu bentuk kepercayaan adi kodrati dimana di dalamnya terdapat penghayatan dalam kehidupan sehari-harinya dengan menginternalisasikannya ke dalam kehidupan sehari-hari. Sedangkan Saroglou (2011) menyatakan bahwa religiusitas bukan hanya sekedar suatu kepercayaan pada kekuatan transenden, tetapi juga pada pengalaman transenden yang dialami seseorang dengan kekuatan transenden yang diyakininya, yang dapat diperoleh melalui doa maupun meditasi.

Glock & Stark (dalam Subandi, 2013) dimensi- dimensi religiusitas terdiri dari lima macam yaitu:

1. Dimensi Keyakinan

Dimensi keyakinan merupakan dimensi ideologis yang memberikan gambaran sejauh mana seseorang menerima hal-hal yang dogmatis dari agamanya.

2. Dimensi Peribadatan

Dimensi peribadatan atau praktek agama merupakan dimensi ritual, yakni sejauh mana seseorang menjalankan kewajiban-kewajiban ritual agamanya.

3. Dimensi Pengamalan

Dimensi pengamalan atau kosekuensi menunjuk pada seberapa tingkatan seseorang berperilaku dimotivasi oleh ajaran-ajaran agamanya, yaitu bagaimana individu berelasi dengan dunianya, terutama dengan manusia lain.

4. Dimensi Pengetahuan

Dimensi pengetahuan menunjuk pada seberapa tingkat pengetahuan seseorang terhadap ajaran-ajaran agamanya, terutama mengenai ajaran- ajaran pokok dari agamanya, sebagaimana termuat dalam kitab sucinya.

5. Dimensi Penghayatan

Dimensi penghayatan menunjuk pada seberapa jauh tingkat seseorang dalam merasakan dan mengalami perasaan-perasaan dan pengalaman- pengalaman religius.

Jalaluddin (2004) menyatakan bahwa ada tiga faktor yang mempengaruhi religiusitas, yaitu:

a. Faktor Internal

1) Faktor hereditas

Jiwa keagamaan memang bukan secara langsung sebagai faktor bawaan yang diwariskan secara turun temurun, melainkan terbentuk dari berbagai unsur kejiwaan lainnya yang mencakup kognitif, afektif dan konatif.

2) Tingkat usia

Berbagai penelitian psikologi agama menunjukkan adanya hubungan tingkat usia dengan kesadaran beragama, meskipun tingkat usia bukan satu-satunya faktor penentu dalam kesadaran beragama seseorang.

3) Kepribadian

Sebagai identitas diri (jati diri) seseorang yang sedikit banyaknya menampilkan ciri-ciri pembeda dari individu lain di luar dirinya.

4) Kondisi kejiwaan

Banyak kondisi kejiwaan yang tak wajar seperti schizoprenia, paranoid, *maniac*, dan *infantile autisme*. Tetapi yang penting dicermati adalah hubungannya dengan perkembangan kejiwaan agama.

b. Faktor Eksternal

1) Lingkungan keluarga

Keluarga merupakan satuan sosial yang paling sederhana dalam kehidupan manusia.

2) Lingkungan institusional

Melalui kurikulum, yang berisi materi pengajaran, sikap dan keteladanan guru sebagai pendidik serta pergaulan antar teman di sekolah dinilai berperan penting dalam menanamkan kebiasaan yang baik.

3) Lingkungan masyarakat

Sepintas, lingkungan masyarakat bukan merupakan lingkungan yang mengandung unsur tanggung jawab, melainkan hanya merupakan unsur pengaruh belaka.

### Metode Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah dengan menggunakan penelitian kuantitatif, yang menekankan analisisnya pada data-data *numerical* (angka) yang diolah dengan metode statistika. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* dikenal juga sebagai sampling pertimbangan, terjadi apabila pengambilan sampel dilakukan berdasarkan pertimbangan perorangan atau pertimbangan peneliti (Reksoatmodjo, 2009). Subjek dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Untung Tuah dan SLB Ruhui Rahayu berjumlah 62. Metode penelitian ini menggunakan skala *likert*.

### Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pengujian hipotesis yang disajikan dalam bentuk analisis regresi model penuh bertujuan untuk menguji hipotesis penelitian yang berbunyi “Ada

hubungan kebersyukuran dan religiusitas dengan *hardiness*”. Berikut rangkuman hasil analisis model penuh disajikan dalam tabel di bawah ini:

**Tabel. 25 Rangkuman Hasil Analisis Regresi Model Penuh**

Variabel	R <sup>2</sup>	F Hitung	F Tabel	P
Kebersyukuran (X <sub>1</sub> )	0.739	83.402	3.15	0.000
Religiusitas (X <sub>2</sub> )				
<i>Hardiness</i> (Y)				

Diketahui bahwa kebersyukuran dan religiusitas berhubungan dengan *hardiness*, dibuktikan dengan nilai F hitung sebesar 83.402 lebih besar daripada F tabel sebesar 3.15 dan nilai p sebesar 0.000 jauh lebih kecil dari 0.05. Hal ini menunjukkan bahwa H<sub>1</sub> diterima dan H<sub>0</sub> ditolak.

Devina dan Penny (2016) melakukan penelitian mengenai ibu dari anak *cerebral palsy* yang memiliki *hardiness* merupakan ibu selalu bersyukur dan berpikir positif. Ketiga ibu yang menjadi subjek dalam penelitian tersebut awalnya sama-sama merasakan emosi negatif seperti sedih, dan kecewa. Seiring berjalannya waktu ibu kemudian dapat berpikir positif dan merasa bersyukur dengan kehadiran anaknya. Ketiga ibu tersebut memiliki pemikiran positif bahwa walaupun anak mereka tidak akan bisa menjadi normal, namun mereka tetap bisa berkembang. Hal ini sejalan dengan Gardner (dalam Rahmawati, 2014) yang mengatakan bahwa ciri-ciri orang yang memiliki *hardiness* senantiasa bersyukur terhadap apa yang mereka miliki.

Devina dan Penny (2016) menyebutkan bahwa kepercayaan seorang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus terhadap agamanya masing-masing memberikan pengaruh yang berbeda kepada ibu saat ibu menghadapi masalah. Semakin besar tingkat pengaruh agama yang ibu miliki pada akhirnya membuat ibu bertahan untuk menjadi pengasuh utama anak. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Amalia (2014) yang menunjukkan bahwa variabel religiusitas berpengaruh terhadap *hardiness* hal ini dibuktikan dari hasil pengolahan data yang menunjukkan bahwa *religious personality* berpengaruh secara signifikan terhadap variabel *hardiness* ( $p < 0.05$ ).

Maddi, Brow, Khoshaba, dan Vaitkus (dalam Amalia, 2014) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara religiusitas dan *hardiness*. Dapat diartikan bahwa antara religiusitas dan *hardiness* berbagi varians yang sama yaitu dalam hal spiritual yaitu dalam konteks untuk mencari makna hidup atau dalam menghadapi masalah yang dihadapi. Berdasarkan penelitian yang peneliti lakukan didapatkan kesimpulan bahwa terdapat hubungan kebersyukuran dan religiusitas dengan *hardiness* pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Untung Tuah dan Ruhui Rahayu Samarinda.

## **Kesimpulan dan Saran**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan kebersyukuran dan religiusitas dengan *hardiness* pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Samarinda. Artinya semakin tinggi kebersyukuran dan religiusitas maka semakin tinggi *hardiness* ibu, sebaliknya semakin rendah kebersyukuran dan religiusitas maka semakin rendah *hardiness* ibu.
2. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara kebersyukuran dengan *hardiness* pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Samarinda. Artinya semakin tinggi kebersyukuran maka semakin tinggi *hardiness* ibu, sebaliknya semakin rendah kebersyukuran maka semakin rendah *hardiness* ibu.
3. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara religiusitas dengan *hardiness* pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Samarinda. Artinya semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi *hardiness* ibu, sebaliknya semakin rendah religiusitas maka semakin rendah *hardiness* ibu.

### **B. Saran**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, ada beberapa saran yang dapat peneliti berikan berkaitan dengan proses dan hasil yang diperoleh dari penelitian ini. Adapun saran tersebut adalah sebagai berikut:

1. Bagi subjek penelitian yaitu ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus agar dapat lebih meningkatkan rasa syukur oleh kondisi anaknya dengan cara tidak membanding-bandingkan kemajuan anak dengan anak lain, menerima kemajuan sekecil apaun yang ditunjukkan anaknya dalam proses belajar, fokus pada proses perkembangan anak. Diharapkan seorang ibu dapat menghargai dan menerima masukan dari orang lain seperti teman atau guru dan terapis disekolah yang memberikan saran atau masukan yang baik bagi sang anak.
2. Bagi ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus agar dapat meningkatkan religiusitasnya dengan cara lebih menambah ilmu agama untuk dapat meningkatkan keyakinan terhadap Tuhan, yakin bahwa kehadiran anaknya sebagai sumber pahala apabila dirawat dengan baik, yakin bahwa segala hal positif yang dirasakan selama mengasuh anaknya adalah karena Tuhan, dan yakin Tuhan akan memberikan jalan keluar untuk semua masalah. Diharapkan seorang ibu dapat melihat kekurangan pada anaknya sebagai sebuah anugerah dan titipan dari Tuhan dan harus dijaga. Kemudian diharapkan bagi ibu untuk lebih sering mengikuti kegiatan-kegiatan keagamaan agar dapat meningkatkan ilmu pengetahuan mengenai agamanya agar dapat meningkatkan ketangguhan (*Hardiness*) pada diri seorang ibu dalam mengasuh anaknya.



3. Bagi Institusi Pendidikan Khusus/Bimbingan Khusus yaitu SLB Untung Tuah dan SLB Ruhui Rahayu diharapkan membentuk suatu forum pertemuan orangtua yang didalamnya berisi kegiatan rutin berkaitan dengan ilmu keagamaan seperti kajian bersama mengundang tokoh-tokoh agama membahas tentang pandangan akan anak berkebutuhan khusus, peran orang tua dalam mendidik anak dimata agama, sehingga dapat meringankan beban karena mempunyai tempat saling berbagi pengalaman dan pengetahuan.
4. Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kepribadian *hardiness* yaitu memperluas ruang lingkup penelitian yang tidak hanya tentang faktor internalnya, namun juga faktor-faktor eksternal yang mungkin berhubungan dengan kepribadian *hardiness* seseorang seperti dukungan sosial, gender, dan pola asuh orang tua.

### Daftar Pustaka

- Amalia, I. 2014. Pengaruh Religiusitas Terhadap *Hardiness*. *TAZKIYA Journal of Psychology*, Vol. 19(2): 213-221.
- Auliya, I. A. D., & Darmawanti, I. 2014. Hubungan Antara Kepribadian *Hardiness* Dengan Stres Pengasuhan Pada Ibu yang Memiliki Anak Cerebral Palsy. *Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol. 02 (3): 1-6.
- Bartone, P. T., & Priest, R. F. 2001. *Sex Differences in Hardiness and Health among West Point Cadets. Senior Research Project in Psychology*. New York: U.S Military Academy.
- Darmawanti, I. 2012. Hubungan Antara Tingkat Religiusitas Dengan Kemampuan dalam Mengatasi Stres (Coping Stress). *Jurnal Psikologi: Teori & Terapan*, Vol. 2(2): 102-107.
- Daulay, N. 2016. Gambaran Ketangguhan Ibu dalam Mengasuh Anak Autis. *Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol. 1(1): 49-74.
- Desiningrum, D., R. 2016. *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Psikosain.
- Devina, L., & Penny, H. 2016. Gambaran *Hardiness* pada Ibu Pengasuh Utama Anak Cerebral Palsy. *Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol. 3(1): 26-33.
- Emmons, R. A., & Shelton, C. M. 2002. *Gratitude In the Science of Positive Psychology*. In C R. Synder & S. J. Lopez (Eds): *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Emmons, R. A., & Stern, R. 2013. Gratitude As a Psychotherapeutic Intervention. *Journal of Clinical Psychology: In Session*, Vol. 69(8): 846-855.
- Jalaluddin. 2004. *Psikologi Agama*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Kumar, V. 2008. Psychological Stress and Coping Strategies of the Parents of Mentally Challenged Children. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, Vol. 34(2): 227-231.
- Maddi, S. M. 2002. The Story of Hardiness: Twenty Years of Theorizing, Research, and Practice. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, Vol. 54(3): 175-185.

- Maddi, S. M., Brow, M., Khoshaba, D. M., Vaitkus, M. 2006. Relationship of Hardiness and Religiousness to Depression and Anger. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, Vol. 58(3): 148-161.
- McCullough, M. E., Tsang, J., Emmons, R. A. 2002. The Grateful Disposition: A Conceptual and Empirical Topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 82(1): 112-127.
- Miyahara, M. 2008. Social Support For Developmental Disabilities: Theoretical Framework, Practice, and Research Agenda. *New Zealand Journal of Disabilities Studies*, Vol. 13(1): 14-23.
- Nasikhah, D., & Prihastuti. 2013. Hubungan antara Tingkat Religiusitas dengan Perilaku Kenakalan Remaja pada Masa Remaja Awal. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, Vol. 2(1): 1-4.
- Puri, R. 2016. Does Hardiness Improve Resilience?. *International Journal of Engineering Tecnology Science and Research*, Vol. 3(4): 47-49.
- Reksoatmodjo, T. N. 2009. *Statistika untuk Penelitian dan Pendidikan*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Rahmawati, O. 2014. *Pengaruh Pemenuhan Kebutuhan Psikologis Terhadap Academic Hardiness Siswa Akselarasi Madrasah Aliyah Kota Malang*. Skripsi: Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. 2011. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions, Seventh Edition*. Jhon Wiley & Sons, Inc.
- Saroglou, V. 2011. Believing, Bonding, Behaving, and Belonging: The Big Four Religious Dimensions and Cultural Variation. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, Vol. 42(8): 1320-1340.
- Subandi, M. A. 2013. *Psikologi Agama & Kesehatan Mental*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Watkins, P. C., Woodward, K., Stone, T., & Kolts, R. L. 2003. Gratitude and Hapiness. Development of a measure of gratitude, and relationship with Subjektive well-being. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, Vol. 31(5): 431-452.