

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam beberapa tahun terakhir, tren menjadi *volunteer* atau relawan semakin meningkat, terutama di kalangan generasi muda. Data dari *United Nations Volunteers, State of the World's Volunteerism Report (2022)* menunjukkan bahwa lebih dari satu miliar orang di seluruh dunia terlibat dalam kegiatan kerelawanan, baik secara formal maupun informal. Di Indonesia sendiri, data dari Badan Pusat Statistik (BPS) dalam Statistik Sosial: Partisipasi Sosial dan Kegiatan Sukarela tahun 2023 mencatat bahwa partisipasi masyarakat dalam kegiatan sosial berbasis kerelawanan mengalami peningkatan pasca pandemi, seiring meningkatnya kesadaran terhadap nilai-nilai sosial dan kemanusiaan. Sedangkan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) *volunteer* memiliki arti yang sama dengan sukarelawan, sebagai orang yang melakukan sesuatu dengan sukarela bukan karena sebuah kewajiban atau karena adanya unsur keterpaksaan (Nasional, 2008). Wilson juga mengemukakan bahwa kegiatan *volunteer* adalah kegiatan yang identik dengan memberikan waktu secara cuma-cuma untuk memberikan bantuan kepada orang lain, kelompok, atau suatu organisasi (Wilson, 2000).

Secara umum, *volunteer* merupakan orang-orang yang tidak memiliki kewajiban untuk menolong suatu pihak, tetapi mereka memiliki dorongan dalam diri untuk ikut berkontribusi dan memberikan bantuan secara nyata, dan hal ini dilakukan secara sukarela, berbekal dengan ketulusan, keikhlasan, dan kesabaran. Ketika seseorang memutuskan untuk menjadi seorang *volunteer*, maka sebuah komitmen dan tanggung jawab harus ditekankan dalam diri. Namun, nyata nya fenomena yang terjadi di lapangan tidak sesuai dengan yang seharusnya. Tidak sedikit *volunteer* yang tidak berpegang teguh dengan komitmen yang dimiliki, tidak sepenuhnya mencurahkan hati dan bersungguh-sungguh, banyak dari mereka yang melakukan *volunteer* hanya

untuk formalitas semata, hanya untuk mendapatkan sebuah nilai, sertifikat atau memang hanya sekedar ikut-ikutan saja.

Meskipun memiliki dampak positif bagi masyarakat, kegiatan *volunteer* tidak lepas dari tantangan psikologis yang signifikan. Para *volunteer* seringkali menghadapi kondisi kerja yang berat, keterbatasan sumber daya, serta tuntutan emosional dalam membantu individu atau komunitas yang rentan. Penelitian yang dilakukan oleh Wilson (2012) menyebutkan bahwa *volunteer* rentan terhadap *burnout* dan kelelahan emosional, terutama jika tidak memiliki dukungan psikologis yang memadai (Wilson, 2012). Berdasarkan studi pendahuluan yang sudah dilakukan pada hari Kamis tanggal 14 November 2024 dalam kelas *Play and Friendship*, menjadi *volunteer* bukanlah hal yang bisa dianggap remeh, terkadang ketika dalam kondisi yang tidak cukup baik, *volunteer* akan kalut dengan emosi dan lelah sehingga menjadi stress, kinerja tidak optimal dan memilih untuk bergantian dengan orang lain bahkan ada juga yang memilih untuk mundur dari kegiatan *volunteer* tersebut. Dan tentu saja hal ini akan memberikan dampak negatif pada kegiatan *volunteer* itu sendiri. Supaya *volunteer* dapat memberikan kontribusi dalam mengoptimalkan kegiatan serta capaian di kelas *Play and Friendship* maka *volunteer* harus memiliki kesejahteraan psikologis yang baik. Karena dalam kondisi tersebut, ketahanan mental dan kualitas psikologis *volunteer* menjadi aspek penting yang menentukan keberlangsungan dan efektivitas kegiatan mereka.

Ryff menggambarkan kesejahteraan psikologis sebagai pencapaian optimal individu dalam mengenali serta menerima kelebihan dan kekurangannya. Individu dengan kesejahteraan psikologis yang baik mampu bersikap mandiri, menyesuaikan diri dengan lingkungan, memiliki tujuan hidup yang jelas, mengembangkan potensinya, serta menjalin hubungan yang positif dengan orang lain. Selain itu, kesejahteraan psikologis juga dapat diartikan sebagai kondisi di mana seseorang terbebas dari tekanan psikologis, memiliki pandangan hidup yang positif, serta mampu membangun hubungan yang baik dengan orang lain. Individu dengan kesejahteraan psikologis yang

tinggi juga merasa percaya diri dalam menjalani hidup, mendapatkan dukungan sosial, serta merasakan kepuasan dan kebahagiaan dalam kehidupannya (Asmarani, 2018). Namun, dalam kenyataannya banyak *volunteer* yang menghadapi tekanan emosional yang dapat mengganggu kesejahteraan psikologis mereka. Banyak organisasi sosial, korban bencana, atau komunitas rentan, mengharapkan *volunteer* memiliki kesejahteraan psikologis yang baik agar dapat memberikan bantuan secara optimal. Namun, realitas di lapangan menunjukkan bahwa banyak *volunteer* justru mengalami kelelahan emosional, stres, bahkan *burnout* akibat beban kerja yang tinggi, minimnya dukungan psikososial, serta ekspektasi yang besar dari masyarakat dan organisasi.

Kesejahteraan psikologis individu dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti jenis kelamin, usia, dukungan sosial, status sosial ekonomi, dan religiusitas. Salah satu faktor yang berperan penting dalam kesejahteraan psikologis individu adalah religiusitas (Kartikasari, 2013). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Krause dan Ellison (2003), terdapat hubungan positif antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis. Individu dengan tingkat religiusitas yang tinggi cenderung lebih mampu melihat pengalaman hidupnya secara positif. Hal ini membuat hidup mereka lebih bermakna serta membantu mereka menghindari stres dan depresi (Krause, 2003). Dan Salah satu aspek religiusitas penting yang dapat menunjang kesejahteraan psikologis dalam situasi tersebut adalah sabar. Sabar, dalam konteks psikologi, tidak hanya merujuk pada kemampuan menahan diri dalam situasi sulit, tetapi juga mencakup kemampuan mengelola emosi, menerima kenyataan dengan bijak, serta tetap bertindak secara positif meskipun dalam tekanan. Penelitian oleh Schnitker dan Emmons (2007) menemukan bahwa sabar berkorelasi positif dengan berbagai indikator kesejahteraan psikologis seperti kepuasan hidup, kebahagiaan, serta pengelolaan stres yang adaptif (Schnitker, S. A., & Emmons 2007).

Menurut Subandi (2011), sabar merupakan salah satu konsep yang sering dikaitkan dengan religiusitas. Dalam kehidupan sehari-hari, sabar

sering digunakan untuk menghadapi berbagai tekanan psikologis. Dalam kajian psikologi positif, sabar termasuk aspek yang penting. Religiusitas berperan dalam membentuk sabar seseorang, karena dengan memiliki keyakinan religius, individu menyadari bahwa setiap peristiwa dalam hidup, termasuk ujian dan cobaan, adalah bagian dari kehendak Allah. Oleh karena itu, segala tantangan hidup perlu diterima dengan penuh sabar dan diserahkan kembali kepada Allah. Dengan adanya sabar, individu juga dapat memperbaharui kembali semangat untuk menghadapi segala permasalahan hidup. Orang yang sabar jiwanya akan tenang. Ketenangan jiwa akan memberikan efek positif pada pikiran dan kesehatan .

Sabar dalam diri seorang *volunteer* memiliki peran penting dalam menghadapi tantangan, menerima kondisi, serta terus memberikan dukungan, dan terus mendampingi untuk membantu meningkatkan keterampilan pada siswa penyandang disabilitas di kelas *Play and Friendship*. Sabar merupakan peran utama dalam mengendalikan diri dan membimbing yang berpusat pada hati. Dalam hal ini mengendalikan emosi adalah poin utama, tidak mudah marah, tidak mudah tersinggung, percaya diri dan lebih tenang dalam menghadapi situasi yang terasa sulit untuk dihadapi. Sabar akan membuahkan hasil yang memuaskan, memberikan kesenangan pada diri karena telah berhasil bertahan, tidak menyerah, serta ikhlas dalam berbuat kebaikan (Abu Hamid, 2005: 62).

Kata sabar memang mudah sekali diucapkan namun sangat sulit untuk diaplikasikan dalam kehidupan, maka Al-Quran sudah menjelaskan bahwa orang-orang yang sabar akan selalu bersama Allah SWT. Orang-orang yang sabar akan selalu mendapatkan pertolongan dari Allah SWT (Abu Hamid, 2005: 136). Untuk menumbuhkan sabar dalam diri bukan hal yang mudah untuk dilakukan, karena itu *volunteer* harus mempersiapkan diri, memiliki pengetahuan, mempunyai keseimbangan emosi yang stabil dan berusaha selalu berfikir positif. Kurangnya aspek sabar dan kesejahteraan psikologis dapat mempengaruhi *volunteer* merasa cepat lelah bahkan frustrasi dalam memberikan kontribusi. Maka dari itu dibutuhkan literasi yang cukup untuk

membantu *volunteer* memaksimalkan dirinya ketika berkontribusi dalam suatu program. Namun, studi yang secara khusus meneliti “Hubungan Antara Sabar dengan Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*) (Studi Korelasional Kepada *Volunteer* di Kelas *Play and Friendship Art Therapy Center* Universitas Widyatama Kota Bandung)” masih sangat terbatas. Padahal, memahami hubungan ini dapat menjadi dasar penting dalam merancang pelatihan atau dukungan psikologis yang lebih tepat bagi para *volunteer*. Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara sabar dan kesejahteraan psikologis pada *volunteer*. Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat memberikan kontribusi teoritis dan praktis dalam bidang psikologi positif dan pengembangan kapasitas *volunteer*.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana gambaran sabar pada *volunteer* di kelas *Play and Friendship Art Therapy Center* Universitas Widyatama Kota Bandung?
2. Bagaimana gambaran kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada *volunteer* di kelas *Play and Friendship Art Therapy Center* Universitas Widyatama Kota Bandung?
3. Bagaimana hubungan antara sabar dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada *volunteer* di kelas *Play and Friendship Art Therapy Center* Universitas Widyatama Kota Bandung?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui gambaran sabar pada *volunteer* di kelas *Play and Friendship Art Therapy Center* Universitas Widyatama Kota Bandung.
2. Untuk mengetahui gambaran kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada *volunteer* di kelas *Play and Friendship Art Therapy Center* Universitas Widyatama Kota Bandung.

3. Untuk mengetahui hubungan antara sabar dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada *volunteer* di kelas *Play and Friendship Art Therapy Center* Universitas Widyatama Kota Bandung.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah wawasan dalam ilmu tasawuf dan psikoterapi, memberikan referensi baru bagi akademisi pengetahuan mengenai sabar dan kesejahteraan psikologis pada *volunteer*. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi penguat dari teori-teori sebelumnya.

2. Secara Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi para mahasiswa yang berperan sebagai *volunteer* guna memberikan pemahaman mendalam mengenai pentingnya sabar dan kesejahteraan psikologis pada *volunteer* di kelas *Play and Friendship Art Therapy Center* Universitas Widyatama Kota Bandung. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan motivasi untuk merancang program pengembangan bagi *volunteer* agar lebih efektif dalam mendukung perkembangan siswa penyandang disabilitas di kelas *Play and Friendship Art Therapy Center* Universitas Widyatama Kota Bandung.

E. Kerangka Berpikir

Sabar menurut Ibnu Qayyim al-Jauziyyah, memiliki makna menahan jiwa dari perasaan cemas, menjaga lisan dari berkeluh kesah dan menjaga anggota tubuh dari perbuatan yang dapat menyakiti diri sendiri. Pada hakikatnya sabar bermaksud menghalangi timbulnya perbuatan yang tidak baik, sabar merupakan salah satu kekuatan jiwa dan dengan sabar segala urusan jiwa menjadi lebih baik dan tenang. Ibnu Qayyim al-Jauziyyah memaknai sabar jauh lebih luas, beliau memberikan pemahaman bahwa sabar selain menahan jiwa (*psikis-immaterial*) juga menahan fisik-material seperti menjaga

lisan dari perkataan buruk dan berkeluh kesah, menjaga anggota tubuh dari tindakan yang dapat menyakitinya sendiri. Sabar memelihara jiwa agar dalam keadaan tenang dan hal ini merupakan salah satu upaya menjaga kesehatan mental, menerima dengan ikhlas dan percaya dengan takdir serta rezeki yang Allah berikan merupakan bentuk dari sabar (Fadhli, 2000: 21). Bersabar akan membentuk jiwa seseorang sampai pada tahap derajat *nafs mutmainnah*. Dengan *nafs mutmainnah* yang melahirkan keimanan dalam diri seseorang akan turut menghiasi kehidupannya dengan perbuatan-perbuatan terpuji, sehingga hidupnya akan lebih tertata rapih, menuju satu arah pasti yaitu jalan yang lurus menuju Allah SWT. *Nafs mutmainnah* membentuk jiwa menjadi lebih tenang (*thuma'ninah*) dalam menghadapi berbagai macam cobaan, kesulitan, baik itu berasal dari internal (dalam dirinya) maupun dari eksternal (lingkungan sekitarnya) (Ibnu Qayyim al-Jauzy, 2005).

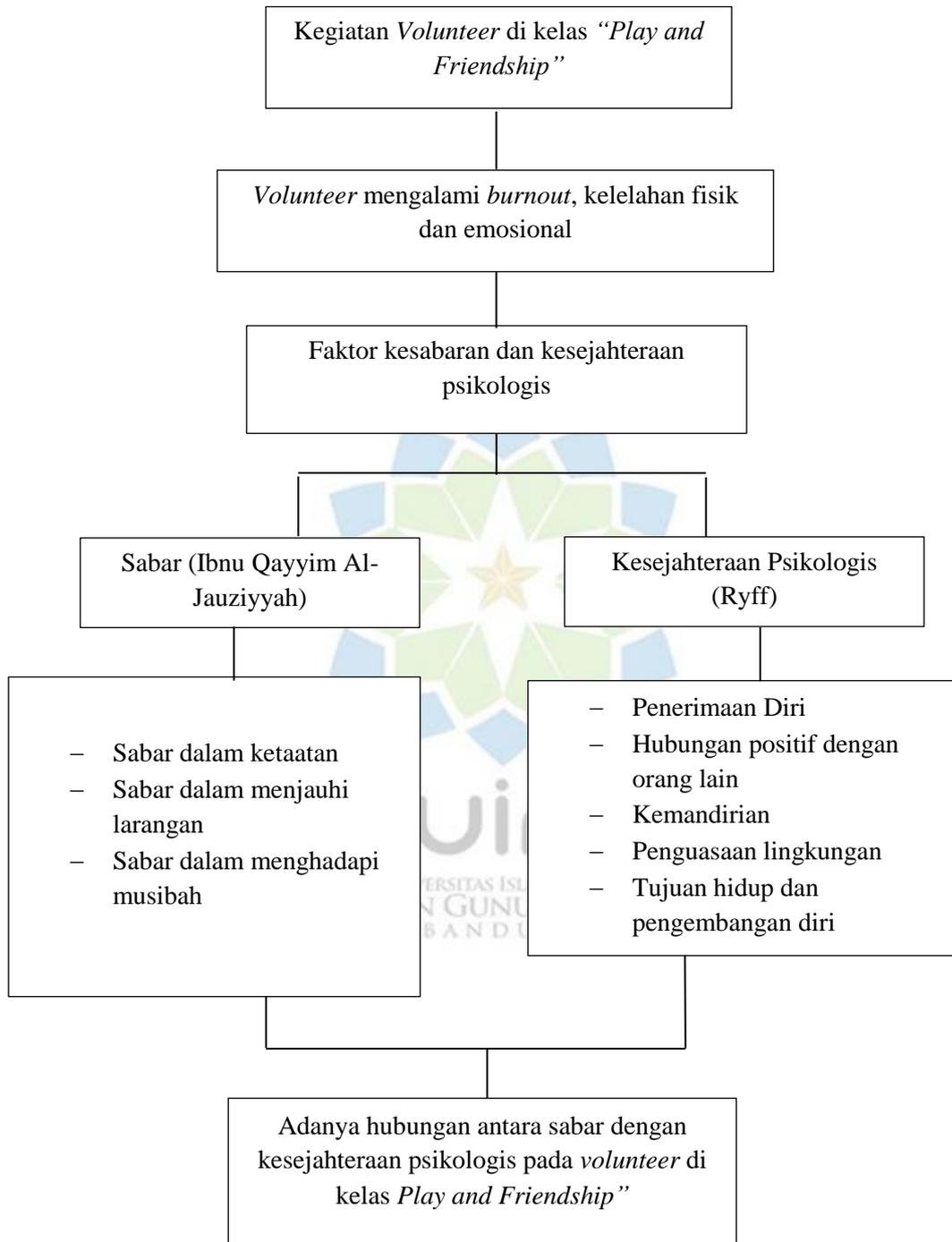
Jiwa mengandung dua kekuatan, yaitu kekuatan untuk melakukan sesuatu dan kekuatan untuk tidak melakukan sesuatu. Maka hakikat sabar adalah menyalurkan kekuatan itu untuk melakukan hal yang bermanfaat dan menahan diri untuk tidak melakukan segala hal yang merugikan. Ada manusia yang kesabarannya dan keteguhannya untuk melakukan sesuatu yang bermanfaat baginya lebih kuat daripada kesabarannya menahan diri untuk tidak melakukan hal yang merugikannya, sehingga dia bisa bersabar menahan beratnya taat beribadah kepada Allah, namun tidak bisa bersabar menolak ajakan hawa nafsunya untuk melakukan hal yang dilarang. Sebaliknya ada pula manusia yang kesabarannya untuk tidak melanggar hukum Allah lebih kuat daripada kesabarannya untuk menahan beratnya taat beribadah kepada Allah. Ada juga yang tidak memiliki kesabaran dalam keduanya. Al-Ghazali juga menjelaskan bahwa sabar adalah resistensi dorongan ketaatan dalam melawan dorongan nafsu, jika mampu mempertahankannya maka dia memenangkan agama Allah dan termasuk ke dalam golongan orang-orang sabar. Namun jika dia kalah maka masuk ke dalam golongan setan (Abu Hamid, 2005: 136). Sabar merupakan variabel penting yang perlu dipelajari secara serius oleh para psikolog. Dalam psikologi Barat, kesabaran dikenal dengan istilah seperti

pengendalian diri (*self-control*), *adversity quotient*, resiliensi, dan lain sebagainya.

Teori mengenai *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis pertama kali dikembangkan oleh Ryff (1989) yang berawal dari konsep kebahagiaan. Konsep Ryff mengenai kesejahteraan psikologis berawal dari adanya keyakinan bahwa sehat tidak hanya sekadar tidak ada penyakit fisik saja, melainkan merasa bahagia dan tidak ada gangguan psikologis itulah yang dinamakan sehat. Kesejahteraan psikologis adalah suatu konsep yang mengarah pada pengungkapan perasaan pribadi atas apa yang dirasakan individu sebagai hasil pengalaman hidupnya. Kesejahteraan psikologis sendiri merupakan kondisi optimal individu yang mencakup enam aspek utama: penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi (Ryff, 1989). Penelitian Ryff dan Keyes (1995) menekankan bahwa kesejahteraan psikologis tidak hanya berarti bebas dari gangguan mental, tetapi juga berfungsi secara maksimal sebagai individu. Bagi seorang *volunteer*, kesejahteraan psikologis menjadi dasar penting untuk dapat berkontribusi secara berkelanjutan tanpa mengalami kelelahan psikologis.

Menurut Ryff (dalam Wahyuningtyas, 2016), kesejahteraan psikologis adalah istilah untuk mendeskripsikan kesehatan psikologis individu berdasarkan fungsi dari psikologi positif. Kesejahteraan psikologis menurut Ryff (dalam Kartikasari, 2013) merupakan suatu keadaan dimana individu mampu menerima diri sendiri apa adanya, mampu membangun hubungan yang hangat dengan orang lain, mandiri dari tekanan sosial, mampu mengendalikan lingkungan eksternal, memiliki arti dalam hidup serta mampu mewujudkan potensi dirinya secara berkelanjutan. Kesejahteraan psikologis tidak hanya berbicara tentang kepuasan hidup dan keseimbangan perasaan positif dan negatif namun juga menekankan pada potensi individu dalam menghadapi tantangan. Seseorang yang mencapai kesejahteraan psikologis tercermin dari kemampuan seseorang dalam menerima berbagai aspek tentang diri yang mencakup hal yang baik dan buruk.

Gambar 1.1 Kerangka Berpikir



F. Hipotesis

Hipotesis adalah istilah yang berasal dari dua kata, yaitu “*hypo*” yang memiliki arti “di bawah” dan “*thesa*” yang memiliki arti “kebenaran”. Hipotesis mengacu pada pengujian kebenaran suatu pernyataan atau hipotesis. Dalam penelitian, hipotesis adalah dugaan sementara yang belum diuji dan belum dibuktikan dan dapat dibuktikan melalui data yang terkumpul. Secara ilmiah, validitas sebuah hipotesis bergantung pada penelitian yang dilakukan untuk membuktikan atau menyangkalnya (Yusuf, 2017). Oleh karena itu, dalam penelitian ini diajukan hipotesis sebagai berikut:

Gambar 1. 2 Variabel Penelitian



Hipotesis ini adalah asumsi awal yang dibuat oleh peneliti sebelum melakukan penelitian ke lapangan; uji statistik akan membenarkan atau menolak asumsi awal ini. Dugaan saat ini adalah:

Ho : Tidak ada hubungan yang signifikan antara sabar dengan kesejahteraan psikologis pada *volunteer* di kelas *Play and Friendship*.

Ha : Ada hubungan yang signifikan antara sabar dengan kesejahteraan psikologis pada *volunteer* di kelas *Play and Friendship*.

G. Hasil Penelitian Terdahulu

Hasil penelitian sebelumnya merupakan hal penting dalam mengevaluasi topik yang akan dibahas dalam penelitian ini. Melakukan tinjauan menyeluruh terhadap literatur yang relevan merupakan suatu hal yang sangat penting,

termasuk meninjau penelitian sebelumnya, untuk mengevaluasi kelebihan dan kekurangan penelitian sebelumnya, landasan teori dan desain penelitian (Rinaldi dan Mujianto, 2017). Oleh karena itu, sebelum melakukan penelitian tentang hubungan sabar dengan kesejahteraan psikologis, sebaiknya peneliti terlebih dahulu meninjau dan mengkaji kembali referensi dan hasil penelitian yang ada. Dengan tujuan untuk mendapatkan pemahaman lebih dalam mengenai peran penelitian sebelumnya dan menggali berbagai teori dan pemikiran para ahli di bidangnya.

Terdapat beberapa publikasi dari penelitian sebelumnya terkait hubungan sabar dengan kesejahteraan psikologis yang dapat menjadi bahan pertimbangan pada penelitian selanjutnya, antara lain:

Skripsi dengan judul “Hubungan Kesabaran dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Ar-Raniry Yang Kuliah Sambil Bekerja di Masa Covid-19” yang ditulis oleh Putri Rahma Fitri, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh, tahun 2021. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kesabaran dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa UIN Ar-Raniry yang kuliah sambil bekerja di masa covid-19. Hasil penelitian ini menunjukkan koefisien korelasi yang menandakan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kesabaran dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa UIN Ar-Raniry yang kuliah sambil bekerja di masa covid-19. Artinya semakin tinggi kesabaran maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis yang dirasakan mahasiswa, sebaliknya semakin rendah kesabaran maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis yang dirasakan mahasiswa.

Tesis dengan judul “Konsep Sabar dalam Perspektif Ibnu Qayyim Al-Jauziyah” yang ditulis oleh Nita Pebriani, Fakultas Ushuluddin, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, tahun 2019. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana konsep sabar menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyah, untuk mengetahui cara memperoleh sabar serta untuk mengetahui hasil dari proses memperoleh kesabaran menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyah.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep sabar Ibnu Qayyim Al-jauziyah berupa kesabaran dalam menahan dan mencegah hawa nafsu yang membawa manusia pada kemaksiatan. Lalu dalam mencapai kesabaran ada dua unsur yang bisa dilakukan yang pertama menghilangkan hawa nafsu kemudian yang kedua memperkuat dorongan agama. Maka jika kesabaran sudah ada dalam diri, maka ada dua hasil yang dapat diperoleh, yaitu hasil yang akan dirasakan dalam kehidupan dunia dan hasil yang akan peroleh di akhirat kelak.

Skripsi dengan judul “Pengaruh Rasa Syukur dan Kepribadian Terhadap *Psychological Well-Being* Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus” yang ditulis oleh Fadilah Nurarini, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta, tahun 2016. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui signifikansi pengaruh rasa syukur dan kepribadian terhadap *psychological well-being* orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh bersama yang signifikan antara rasa syukur dan kepribadian terhadap *psychological well-being* orang tua dengan anak berkebutuhan khusus. Perbedaan penelitian ini dengan peneliti terletak pada variabel penelitiannya, peneliti menggunakan variabel rasa sabar dan kesejahteraan psikologis pada orang tua anak berkebutuhan khusus.

Skripsi, berjudul “Hubungan Antara Rasa Sabar dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus Di Sanggar Inklusi Mutiara Bunda, Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo”, disusun oleh Veranika Kusumawati, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta 2022.

Artikel Jurnal, berjudul “Kekuatan Karakter Relawan Muda Bagi Penyandang Disabilitas”, disusun oleh Unita Werdi Rahajeng, Ika Widyarini, dan Ilhamudin, *Journal of Disability Studies* Universitas Brawijaya 2020. Artikel jurnal ini membahas tentang pentingnya kekuatan karakter dalam diri relawan dalam hal ini relawan yang mendampingi penyandang disabilitas. Dalam artikel ini juga menunjukkan hasil *online survey* mengenai karakteristik

kepribadian apa yang harus dimiliki oleh seorang relawan, dan sebanyak 42,86% memilih sabar sebagai karakteristik yang sangat dibutuhkan.

Skripsi, berjudul “Konsep Sabar Ibnu Qayyim Al-Jauzzy dan Relevansinya dengan Kesehatan Mental”, disusun oleh Ahmad Ainur Rofiq Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang 2019. Skripsi ini membahas konsep sabar menurut Ibnu Qayyim dan menghubungkannya dengan kesehatan mental. Dalam karya tulis ini sabar dari sudut pandang Ibnu Qayyim dibahas secara jelas sehingga penulis akan menerapkan konsep sabar dalam penelitian yang akan dilakukan.

Penelitian ini memiliki kesamaan topik dengan penelitian sebelumnya yang berjudul “Hubungan Antara Rasa Sabar dengan Kesejahteraan Psikologis pada Orang Tua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di Sanggar Inklusi Mutiara Bunda, Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo”. Meskipun kedua penelitian membahas tentang hubungan antara sabar dan kesejahteraan psikologis, terdapat beberapa perbedaan yang menjadi pembeda utama antara keduanya:

1. Subjek Penelitian: Penelitian ini melibatkan subjek *volunteer* di kelas *Play and Friendship Art Therapy Center*, yaitu individu yang secara sukarela mendampingi siswa penyandang disabilitas di kelas *play and friendship*. Sementara itu, penelitian sebelumnya melibatkan orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Hal ini tentu mempengaruhi konteks psikologis, pengalaman sabar, dan kondisi kesejahteraan psikologis masing-masing subjek.
2. Lokasi Penelitian dan Konteks: Penelitian ini dilaksanakan di *Art Therapy Center* Universitas Widyatama Kota Bandung, dalam konteks pendampingan *volunteer* terhadap siswa penyandang disabilitas pada kegiatan bermain dan sosial. Sedangkan penelitian terdahulu dilakukan di Sanggar Inklusi Mutiara Bunda, dengan konteks keluarga dan pola asuh anak berkebutuhan khusus.