

## **BAB I Pendahuluan**

### **Latar Belakang Masalah**

Manusia merupakan makhluk yang Allah ciptakan ke muka bumi, setiap manusia memiliki jalan hidup yang berbeda, semua individu berharap kehidupan yang dimilikinya sejahtera baik secara fisik, materi dan psikologis setiap individu menghindari kehidupan yang menekan dan tidak menyenangkan. Dalam kehidupan setiap manusia memiliki rasa ketidakpuasan, manusia masih beranggapan memiliki uang dan usaha yang keras merupakan kunci kebahagiaan, akan tetapi hal yang terpenting bukan mereka yang hebat dalam segala hal tetapi mereka yang dapat menemukan makna sederhana dan tetap bersyukur (Rahman, 2019). Menurut Peterson & Seligman (2004) *gratitude* merupakan bentuk rasa terima kasih dan bahagia yang dirasakan individu sebagai respon dari yang didapatkan baik keuntungan yang nyata dari seseorang atau rasa damai yang didapatkan dari indahnya alam (Ratih, Andhita, Dessy, Lidwina, & Rima, 2015). Dalam kondisi seperti ini sulit untuk mendapatkan sebuah pekerjaan seperti menjadi salah satu tenaga pendidik merupakan hal yang patut di syukuri.

Pendidikan adalah hal penting serta tidak dapat dipisahkan dari dunia kehidupan manusia. Menjadi tenaga pendidik bukanlah hal yang mudah karena harus bertanggung jawab terhadap anak didiknya untuk bisa mengembangkan kemampuannya, menjadi seorang pendidik merupakan hal yang mulia dan berjasa untuk meneruskan generasi yang lebih baik. Guru SLB merupakan salah satu tenaga pendidik yang berfokus pada masalah anak yang mempunyai kebutuhan khusus. Lembaga Petunjuk Pelaksanaan Sistem Pendidikan Nasional Tahun 1993, mengemukakan bahwa lembaga pendidikan SLB merupakan lembaga pendidikan yang memiliki tujuan untuk membantu peserta didik yang memiliki kelainan fisik atau mental, perilaku dan sosial supaya mampu mengembangkan sikap, pengetahuan dan keterampilan untuk diri sendiri

dan anggota masyarakat dalam melaksanakan hubungan timbal balik dengan lingkungan sosial, budaya dan alam sekitar serta dapat mengembangkan kemampuan dalam dunia kerja atau mengikuti pendidikan lanjutan (Firmansyah & Widuri , 2014). Riset menginformasikan menurut data statistik sekolah luar biasa (SLB) total keseluruhan guru SLB di Indonesia pada tahun 2015/2016 berjumlah 24.897 sedangkan status kepegawaian PNS berjumlah 11.280 dan Non PNS sekitar 13.617 (Setjen, statistik sekolah luar biasa, 2016). Kemudian data statistik pada tahun 2016/2017 berjumlah 24.657 sedangkan status kepegawaian PNS berjumlah 10.985 dan Non PNS sekitar 13.672 (Setjen, judul statistik persekolahan PLB 2016/2017, 2017). Kemudian data statistik pada tahun 2018/2019 berjumlah 24.896 sedangkan status kepegawaian PNS berjumlah 8.996 dan Non PNS sekitar 15.900 (Setjen, Statistik PLB (Pendidikan Luar Biasa), 2018).

Masyarakat memiliki pandangan bahwa bekerja sebagai guru SLB merupakan pekerjaan yang sangat sulit dan mendapatkan gaji cukup kecil, banyak pekerjaan diluar sana yang lebih menjanjikan, mudah serta cepat menghasilkan uang. Perlu kita ketahui bahwa seorang guru SLB membutuhkan kesabaran yang ekstra, bukan sekedar menyampaikan materi tetapi harus mampu menjalin interaksi dengan beragam dalam menghadapi siswa, akan tetapi semua itu tidak menyurutkan guru SLB patah semangat dan menyerah walaupun tuntutan guru SLB lebih besar dibanding guru pada umumnya. Kesulitan-kesulitan yang di hadapi guru SLB tidak mereka sesali tetapi mereka merasa bahagia karena dapat memberikan sesuatu yang anak-anak ABK butuhkan sehingga guru SLB merasa bersyukur terhadap dirinya (Firmansyah & Widuri , 2014). Dan berdasarkan hasil studi awal walaupun kesejahteraan guru SLB terlihat kurang akan tetapi mereka tetap bersyukur.

Dalam psikologi fenomena diatas dikenal sebagai *gratitude*. *Gratitude* memiliki makna yaitu rasa syukur sedangkan kata *gratitude* dalam bahasa Latin berasal dari kata *gratia*, yang memiliki arti kebaikan hati, kelembutan dan terimakasih. (Aisyah & Chisol, 2018). Sedangkan secara Islam dalam penelitian (Shohibah, 2017) dalam kamus kontemporer Arab-Indonesia berasal dari bahasa arab dengan kata dasar “*syakara*” yang artinya berterima kasih bentuk masdar dari *syukr*, *syukraan* yang bermakna rasa terima kasih (Masfia, 2014). Selain itu juga Allah Swt berfirman dalam Q.S. Ibrahim ayat 7 :

وَادِّ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

"Dan (ingatlah) ketika Rabbmu memaklumkan, Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka pasti azab-Ku sangat berat."

Dari petikan ayat diatas terlihat jelas bahwasanya *gratitude* memiliki makna berterima kasih. Peterson & Seligman (2004) mengemukakan bahwa bersyukur merupakan bentuk perasaan terima kasih serta bahagia sebagai respon dari yang didapatkan baik keuntungan yang tampak dari orang lain atau rasa damai yang didapatkan dari indahnya alam (Ratih, Andhita, Dessy, Lidwina, & Rima, 2015). Menurut Emmons dan Shelton (dalam (Ratih, Andhita, Dessy, Lidwina, & Rima, 2015) rasa syukur merupakan perasaan takjub, terima kasih, dan apresiasi yang dirasakan individu dalam kehidupannya dan dapat diperlihatkan kepada orang lain serta objek impersonal seperti sang pencipta, alam, hewan dll.

Istilah yang mirip dengan kata *gratitude* yaitu emosi, seperti yang dilansir oleh (Emmons, 2004) syukur adalah salah satu bentuk emosi positif dengan kata lain kebalikan dari emosi negatif seperti rasa cemas, marah, cemburu, dan bentuk emosi yang negatif lainnya (Aisyah & Chisol, 2018). Dengan demikian didalam *gratitude* mengandung emosi-emosi positif karena itulah emosi

dipilih menjadi istilah yang mirip dengan *gratitude*. *Gratitude* terpilih sebagai variabel utama dikarenakan lebih spesifik dan relevan ketika dikaitkan dengan kebahagiaan pada guru SLB ketimbang variabel yang lainnya.

*Gratitude* memiliki peran penting dalam kehidupan karena ketika individu memiliki *gratitude* yang baik individu tersebut akan merasakan manfaatnya. Seperti yang dilansir oleh Emmons dan McCullough (2003) bahwa orang individu yang bersyukur selalu memperlihatkan kondisi mental yang lebih baik seperti antusias, tekun, dan penuh perhatian dan lebih cenderung murah hati, peduli, dan membantu orang lain (Wicaksono & Susilawati, 2016). Peterson dan Seligman, 2004 dalam (Ratih, Andhita, Dessy, Lidwina, & Rima, 2015) orang yang bersyukur akan mendapatkan hidup yang lebih baik dan memiliki perspektif yang lebih luas dalam memandang kehidupan seperti memandang hidup merupakan anugerah. Individu yang memiliki rasa syukur akan menyadari bahwa dirinya menerima banyak hal, baik pemberian Tuhan maupun orang-orang yang ada disekitarnya sehingga mampu meningkatkan motivasi yang ada dalam dirinya untuk memberikan perilaku baik melalui perkataan, perbuatan, maupun perasaan dengan begitu individu dapat membangun relasi dengan orang lain secara positif (Prabowo A., 2017). Lebih lanjut dengan bersyukur seseorang akan merasakan keuntungan secara emosi dan interpersonal seperti ketika kita melihat sisi baik dari sebuah penderitaan maka akan bermanfaat bagi diri kita karena menambah strategi coping baik sadar ataupun tidak, kemudian akan memicu makna terhadap diri yang akan mengarahkan pada hal yang positif (Ratih, Andhita, Dessy, Lidwina, & Rima, 2015). Watkins, Woodward, Stone, dan Kolts (2003) berpendapat bahwa individu yang bersyukur memiliki ciri apresiasi terhadap individu lain, apresiasi pada hal yang sederhana dan perasaan berlimpah. Individu yang dapat memainkan proses berfikir untuk selalu bersyukur serta menjadi individu yang bahagia (Pitaloka & Ediati, 2015). (Watkins, Woodward,

Stone, & Kolts, 2003) dalam (Nashriyat & Arjanggi, 2016) seseorang yang bersyukur mempunyai ciri merasakan kesenangan dalam hidupnya meski dalam bentuk sederhana. Menurut Aristoteles bahwa kebahagiaan berasal dari kata *happy* yang mempunyai makna *feeling good, having fun, having a good time* atau sebuah pengalaman yang menyenangkan (Abdullah, 2018). Sedangkan dari (KBBI) kebahagiaan memiliki makna kepuasan, ketentraman hidup secara lahir dan batin atau kepuasan yang di jalankan oleh individu (Abdullah, 2018).

Kemudian peneliti melakukan studi awal untuk menggali *gratitude* pada guru SLB, seperti yang kita ketahui menjadi seorang guru SLB bukanlah sesuatu yang mudah, hal ini didukung dalam jurnal (David, 2019) bahwa menjadi guru SLB bukan pekerjaan yang mudah dikarenakan membutuhkan kesabaran yang ekstra dalam mendidik muridnya supaya memiliki hasil yang tepat. Selain itu dibutuhkan pula keterampilan yang khusus, ketulusan, serta rasa mengasihi. Sedangkan *gratitude* merupakan sebuah konstruksi emosi dimana kemampuan yang dimiliki individu ketika mengelola respon emosi ketika mengambil sebuah arti dari setiap kejadian seperti mengeluarkan rasa takjub, rasa berharga, dan rasa terimakasih kepada sang maha pencipta. Kemudian *gratitude* sebagai konstruksi perilaku yaitu terdapat sebuah timbal balik kepada individu lain atas apa yang diperoleh (Aisyah & Chisol, 2018). Jadi hal penting pada studi awal ini yaitu akan menggali rasa syukur pada guru SLB. Kemudian dalam wawancara ini mengacu pada teori Listiyandini dkk (2015) yang di kembangkan dari skala *gratitude* Watkins (2003) dan Fitzgerald (1998) mengemukakan tiga komponen diantaranya, *pertama* Rasa apresiasi (*sense of appreciation*) terhadap orang lain baik Tuhan serta kehidupan, *kedua* Perasaan positif terhadap sesuatu yang dimiliki, *ketiga* Kecenderungan dalam bertindak sebagai ekspresi dari perasaan positif serta apresiasi yang dimilikinya.

Pada studi awal peneliti melihat ada fenomena yang teridentifikasi memiliki *gratitude* pada guru-guru SLB, upaya *gratitude* tersebut diperlihatkan dengan cara tidak pernah jauh dari sang pencipta dan memberikan hal terbaik untuk anak-anak ABK dengan mendidiknya lebih mandiri serta memberikan pengetahuan yang belum mereka ketahui dan ketika subjek bersyukur subjek merasa senang karena dapat menjadi bagian dari anak ABK. Hasil dari studi awal bahwa rasa syukur diperoleh pada guru SLB dan ketika guru SLB bersyukur maka perasaannya akan merasa senang atau merasa bahagia, kebahagiaan guru SLB terhadap anak didiknya diungkapkan dengan cara memberikan pengajaran seperti mengajarkan nama-nama binatang dan bernyanyi-nyanyi serta berusaha mengikuti aktivitas yang mereka kerjakan. Bahagia merupakan sebuah perasaan positif yang dirasakan oleh individu yang mengarahkan pada perasaan sukacita, ketenangan serta keadaan positif yang kemudian diperlihatkan pada level kepuasan hidup (Putri, 2014).

Sedangkan menurut Seligman (2005) (dalam jurnal (Putri, 2014) kebahagiaan mengacu pada emosi positif seperti aktivitas-aktivitas positif yang disenangi, seperti ditandai oleh banyak merasakan hal baik dibanding hal buruk. Kebahagiaan juga sebuah apresiasi dari keseluruhan hidup individu dan seberapa banyak individu menyenangi kehidupannya. Selain itu Diener (1984) kebahagiaan memiliki arti yang sama dengan kesejahteraan subjektif karena kesejahteraan subjektif mengarah pada evaluasi seseorang dalam kehidupannya seperti penilaian kognitif, afektif serta kepuasan terhadap kehidupannya (Putri, 2014). Guna merealisasikan temuan identifikasi perilaku *gratitude* terhadap guru-guru SLB tersebut peneliti melakukan penelitian lebih mendalam dengan mengangkat judul hubungan *gratitude* dengan *happiness* pada guru sekolah luar biasa.

### **Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian di atas rumusan masalah dari penelitian ini adalah ‘Apakah terdapat hubungan antara *gratitude* dengan *happiness* pada guru sekolah luar biasa ?

### **Tujuan Penelitian**

Berdasarkan uraian rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian yang akan dilakukan ialah untuk mengetahui hubungan antara *gratitude* dengan *happiness* pada guru SLB.

### **Kegunaan Penelitian**

Berdasarkan uraian dari tujuan penelitian diatas, maka kegunaan penelitian yang akan diperoleh sebagai berikut :

**Kegunaan teoritis.** Secara teoritis, penelitian ini dapat memberikan manfaat terhadap keilmuan psikologi yang berkaitan dengan pembahasan *gratitude* dan *happiness* khususnya psikologi pendidikan dan psikologi positif.

**Kegunaan praktis.** Melalui penelitian ini diharap dapat memberikan pengetahuan kepada semua pembaca khususnya mahasiswa serta guru SLB bahwa *gratitude* memiliki manfaat yang luar biasa ketika dipraktekkan.





uin

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUNAN GUNUNG DJATI  
BANDUNG