

PENGARUH *ADVERSITY QUOTIENT* TERHADAP OPTIMISME PADA IBU YANG MEMPUNYAI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS

Sella Septria, Devi Rusli
Universitas Negeri Padang
email: sellaseptriabtb@gmail.com

Abstract: The influence of adversity quotient on optimism in mothers who have children with special needs. This study aims to determine the effect of adversity quotient on optimism in mothers who have children with special needs. The research design used is quantitative which is done by collecting data through questionnaires. This research was conducted on mothers who have children with special needs as many as 105 people in SLB N 2 Padang using purposive sampling technique. Data analysis techniques were performed using simple regression statistical techniques. The results of this study obtained a correlation coefficient of 0.188 with a t value of 4.881 and a value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$) which indicates H_a is accepted, which means that adversity quotient affects optimism in mothers who have children with special needs.

Keywords: Adversity quotient, optimism, mothers who have children with special needs.

Abstrak: Pengaruh *adversity quotient* terhadap optimisme pada ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *adversity quotient* terhadap optimisme pada ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus. Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif yang dilakukan dengan mengumpulkan data melalui penyebaran kuesioner. Penelitian ini dilakukan pada ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus sebanyak 105 orang di SLB N 2 Padang dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik statistik regresi sederhana. Hasil penelitian ini didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,188 dengan nilai t sebesar 4,881 dan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) yang menandakan H_a diterima yang berarti bahwa *adversity quotient* berpengaruh terhadap optimisme pada ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus.

Kata kunci: *Adversity quotient*, optimisme, ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus.

PENDAHULUAN

Anak berkebutuhan khusus merupakan anak yang mempunyai karakteristik mengenai fisik dan psikisnya sehingga membutuhkan penanganan khusus untuk mengoptimalkan potensi yang dimilikinya (Eva, 2015). Berdasarkan data Dinas Pendidikan Sumatera Barat, tahun 2017 jumlah anak berkebutuhan khusus mencapai 6.133 orang. Rinciannya, 124 orang tunanetra, 897 orang tunarungu, 3.437 orang tunagrahita, 195 orang tunadaksa, 128 orang tunalaras, 798 orang autis, 159 orang *Attention Deficit Hyperactivity Disorder*, dan 395 orang kesulitan belajar.

Seorang ayah atau ibu akan membekali dirinya dengan pengetahuan untuk membesarkan Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Kisah yang terjadi pada Ibu yang berasal dari Bandung bahwa ia memiliki seorang putri yang divonis mengalami *low vision* (sebuah penyakit yang membuat daya tajam penglihatan menjadi menurun drastis). Ibu melakukan usaha untuk transplantasi mata yang dijalani anaknya saat berusia 6 tahun, namun hasilnya gagal. Ibu merasa hatinya sangat hancur saat transplantasi mata yang dijalani anaknya tidak berhasil. Tetapi semenjak sang ibu mengikuti suatu program yaitu program sentuhan ibu, cara pandang ibu terhadap sang anak berubah. Ibu yang biasanya tidak menerima kondisi anaknya,

kini berusaha menerima segala kekurangan anaknya. Hal itu berdampak pada perkembangan putrinya yang telah berusia 11 tahun. Meskipun penglihatannya tidak sempurna, namun anak tersebut bisa menggali potensi yang ada di dalam dirinya. Seperti membuat puisi dan bermain piano. Selain jago membuat puisi dan bermain piano, anak tersebut juga dipercaya untuk mewakili provinsi Jawa Barat mengikuti ajang menyanyi tingkat nasional (Wulan, 2017). Kisah ibu ini merupakan sikap optimisme dari ibu ABK

Menurut Seligman (2006) optimisme adalah bagaimana seseorang bersikap positif terhadap suatu keadaan. Individu yang optimis akan melakukan usaha untuk mengatasi keadaan yang tidak menguntungkan baginya, berpikir bahwa keadaan buruk merupakan tantangan, tidak merasa cepat putus asa, memiliki dukungan sosial dan pada akhirnya akan memiliki kesehatan yang lebih baik. Sikap optimis sangat perlu untuk ditanamkan ke dalam diri seseorang. Saat individu mendapatkan kegagalan, individu yang optimis akan merasakan atau merespon tidak cepat putus asa, ia akan membuat rencana baru dalam tindakannya. Seseorang yang optimis akan berfikir jika kegagalan tersebut bisa dirubah dan akan berhasil untuk kedepannya (Seligman 2006).

Penelitian optimisme yang dilakukan oleh Martin Seligman dan Gregory Buchanan di University of Pennsylvania menunjukkan bahwa *learned optimism* (belajar optimisme) menurunkan tingkat depresi dalam kelas mahasiswa baru yang dibagi di dalam 2 kelompok. Kelompok pertama mendapat pelatihan *learned optimism* dan kelompok kedua tidak mendapat pelatihan. Kelompok yang mendapat pelatihan setelah 18 bulan, menderita depresi sebanyak 22% dan 7% mengalami gejala kegelisahan. Kelompok yang tidak mendapat pelatihan menderita depresi sebanyak 32% dan 15% mengalami kegelisahan (Rahardjo, 2015). Pada penelitian ini Seligman mengembangkan *optimism test* yang dikenal dengan ABCDE model, yaitu *adversity* (kesulitan), *belief* (keyakinan), *consequence* (konsekuensi), *disputation* (pertentangan), dan *energization* (energi).

Penelitian yang telah dilakukan Seligman, ia mengembangkan *optimism test* yang dikenal dengan ABCDE model, yaitu salah satunya terdapat *adversity* (kesulitan). Menurut Stoltz, (2000) *adversity quotient* merupakan seberapa besar bertahan seseorang saat menghadapi semua masalah. Ketika *adversity quotient* individu tinggi, ia dapat mengatakan hal yang positif untuk menyelesaikan masalah, berorientasi pada masa depan, disiplin, dan mempunyai komitmen yang lebih baik (Stoltz, 2000).

Putri (2016), melakukan penelitian hubungan antara *adversity quotient* dengan optimisme terdapat hasil yang positif atau berhubungan. Riset ini memberikan pemahaman kepada mahasiswa agar mampu mengatasi kesulitan dengan baik, dan tetap mempunyai pikiran yang positif agar dapat berusaha untuk menyelesaikan masalah dalam menyelesaikan skripsi. Penelitian ini dilakukan kepada mahasiswa fakultas psikologi berusia mulai dari 21 tahun yang sedang menyelesaikan skripsi di Universitas Gunadarma sebanyak seratus (100) orang.

Penelitian Ramadhan (2016) di SMK N 2 Padang Panjang mengungkapkan bahwa *adversity quotient* yang tinggi bagi mereka ia bisa menanggapi kesulitan sebagai sesuatu yang sifatnya eksternal, sementara, terbatas, serta yakin dalam menjalani hidup. Riset juga menunjukkan siswa SMK N 2 Padang Panjang memiliki tingkat optimisme yang tinggi. Hal ini berarti siswa lebih banyak memandang yang positif ketika berhadapan dengan masalah ataupun kesulitan. Hal ini membuat seseorang yakin akan kekuatan yang ada di dalam dirinya. Hasil penelitiannya terdapat hubungan antara *adversity quotient* dengan optimisme. Penelitian ini dilakukan kepada seratus (100) orang siswa kelas XII SMK N 2 Padang Panjang.

Hasil lainnya pada penelitian Tasya dan Qodariah (2016) mengatakan bahwa *adversity quotient* salah satu cara untuk meningkatkan optimisme pada ibu yang punya anak *down syndrome*. Maka dari itu diperlukan kemampuan *adversity quotient* untuk membuat ibu anak berkebutuhan khusus mampu menghadapi permasalahan yang ada. Oleh karena itu peneliti ingin mengetahui adakah “Pengaruh *Adversity quotient* Terhadap Optimisme pada Ibu yang Mempunyai Anak Berkebutuhan Khusus”.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional. Penelitian korelasional merupakan suatu jenis penelitian yang melihat hubungan antara satu variabel dengan variabel lain (Yusuf, 2005). Variabel *independent* pada penelitian ini yaitu *adversity quotient* dan variabel *dependent* yaitu optimisme. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus di SLB N 2 Padang, dengan sampel sebanyak 105 orang. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *purposive sampling*.

Metode pengambilan data untuk *adversity quotient* yaitu skala *adversity quotient* dengan menggunakan skala likert. Optimisme menggunakan skala yang dibuat oleh Nirmala (2013). Skala optimisme

diadaptasi pada penelitian Nirmala (2013). Item-item skala terdiri dari pernyataan *favorable* dan pernyataan *unfavorable*, yang bertujuan untuk menghindari *stereotype* dalam jawaban. Pernyataan *favorable* merupakan pernyataan yang mendukung atau memihak objek penelitian, sedangkan pernyataan *unfavorable* adalah pernyataan yang tidak mendukung objek penelitian (Azwar, 2007). Skala optimisme sebelum melakukan uji cob pada peneliti sebelumnya terdapat 69 item, setelah di uji coba terdapat 8 item yang gugur atau yang tidak valid. Sehingga untuk penelitian hanya menggunakan 61 item dengan reliabilitas 0,899.

Skala optimisme disusun berdasarkan tiga aspek yang dikemukakan oleh Seligman (2006) yaitu : *Permanent* (lama waktu), *Pervasive* (pengaruh), *Personalization* (sumber). Kemudian dari aspek-aspek tersebut diturunkan beberapa indikator yang sesuai untuk mengukur optimisme pada ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus.

Skala *adversity quotient* disusun berdasarkan empat aspek yang dikemukakan oleh Stoltz (2000), yaitu : *Control* (kendali), *Origin* dan *Ownership* (asal usul dan pengakuan), *Reach* (jangkauan) dan *Endurance* (daya tahan). Kemudian dari aspek-aspek tersebut diturunkan beberapa indikator yang sesuai untuk mengukur *adversity quotient* pada ibu

yang mempunyai anak berkebutuhan khusus. Item-item skala terdiri dari pernyataan *favorable* dan pernyataan *unfavorable*, yang bertujuan untuk menghindari *stereotype* dalam jawaban. Pernyataan *favorable* merupakan pernyataan yang mendukung atau memihak objek penelitian, sedangkan pernyataan *unfavorable* adalah pernyataan yang tidak mendukung objek penelitian (Azwar, 2007).

Angket *adversity quotient* yang diuji coba terdiri dari 24 aitem dengan reliabilitas sebesar 0.837, kemudian penelitian ini menggunakan 17 aitem pernyataan valid untuk disebarkan sebagai skala penelitian *adversity quotient* kepada ibu anak berkebutuhan khusus. Setelah itu data dianalisis menggunakan teknik regresi sederhana. Menurut Winarsunu (2009) analisis regresi untuk mengadakan prediksi besarnya variasi, menentukan bentuk pengaruh, menentukan arah dan besarnya

koefisien korelasi variabel X dengan variabel Y.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Subjek dalam penelitian ini dimulai dari usia 41-60 tahun. Subjek pada usia 46-50 tahun mendominasi data sebanyak 49 orang (47%). Selanjutnya subjek berusia 41-45 tahun sebanyak 34 orang (32%). Kemudian diikuti dengan subjek berusia 51-55 tahun sebanyak 15 orang (14%), dan yang terakhir usia 56-60 tahun sebanyak 7 orang (7%).

Subjek penelitian berdasarkan pendidikan dimulai dari tingkat SMA. Pada tingkat SMA subjek mendominasi data sebanyak 81 orang (77%). Selanjutnya pada tingkat S1 subjek sebanyak 15 orang (14%). Kemudian pada tingkat DIII subjek sebanyak 9 orang (9%).

Tabel 1. Data Statistik Deskriptif *Adversity Quotient* dan Optimisme (n=105)

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
<i>Adversity Quotient</i>	17	68	42,5	8,5	40	62	50,80	4,99
Optimisme	61	244	152,5	30,5	150	213	190,34	14,64

Data statistik deskripsi diatas terdiri antara skor hipotetik dan skor empirik. Data tersebut didapatkan pada skala *adversity quotient* dan skala optimisme. *Mean* empiris dari subjek penelitian berdasarkan

skala *adversity quotient* adalah 50,80 dan *mean* hipotetik subjeknya 42,5. Hasilnya pada skor *mean* empiris subjek penelitian lebih besar dibandingkan *mean* hipotetik penelitian. Artinya bahwa kemampuan

adversity quotient pada subjek dalam penelitian ini tinggi. Secara statistik responden lebih banyak yang mampu melakukan *adversity quotient*, karena angka rata-rata *adversity quotient* yang diperoleh responden berada di atas nilai rata-rata dari skala yang digunakan.

Mean empiris dari subjek penelitian berdasarkan skala optimisme adalah 190,34 dan *mean* hipotetiknya adalah 152,5. Artinya skor skala optimisme pada subjek berada pada tingkat yang tinggi atau lebih positif karena angka rata-rata skala optimisme yang diperoleh responden berada di atas nilai rata-rata skala yang digunakan.

Hasil uji linear didapatkan *F linearity* pada *adversity quotient* dan optimisme sebesar $F=28,719$ dengan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$). Asumsi linear dalam penelitian ini telah terpenuhi. Kemudian hasil uji normalitas sebaran variabel *adversity quotient* diperoleh nilai *K-SZ* sebesar 1,134 dan nilai *Asymp Sig (2-Tailed)* sebesar 0,153. Sedangkan pada optimisme memperoleh nilai *K-SZ* sebesar 1,254 dan nilai *Asymp Sig (2-Tailed)* sebesar 0,086 ($p>0,05$). Dari kedua data tersebut dapat disimpulkan bahwa variabel dalam penelitian ini telah terdistribusi secara normal. Berdasarkan hasil hipotesis didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,188 dengan nilai *t* sebesar 4,881 dan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) yang menandakan H_0 diterima yang berarti bahwa *adversity*

quotient berpengaruh terhadap optimisme pada ibu ABK.

Pembahasan

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui apakah ada pengaruh *adversity quotient* terhadap optimisme pada ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus. Penelitian ini dilakukan pada Ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus dimulai dari usia 41-60 tahun (dewasa madya) dengan pendidikan minimal tingkat SMA. Hasil yang diperoleh dari uji hipotesis dengan menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana didapatkan nilai signifikan yang berarti bahwa *adversity quotient* berpengaruh terhadap optimisme.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa *adversity quotient* adalah salah satu yang mempengaruhi optimisme. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Stoltz (2007) mengungkapkan bahwa individu yang mempunyai *adversity quotient* yang tinggi akan merespon kesulitan sebagai sesuatu yang sifatnya eksternal, sementara, terbatas, serta yakin dalam menjalani hidup. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tasya dan Qodariah (2016) kepada ibu yang memiliki anak *down syndrome* di POTADS Bandung sebanyak enam puluh orang. Riset ini menemukan *adversity quotient* salah satu cara untuk meningkatkan optimisme pada ibu yang

punya anak *down syndrome*. Dengan demikian ibu dapat mengatasi hambatan dan kesulitan yang dialaminya. Seluruh ibu yang memiliki anak *down syndrome* di yayasan POTADS Bandung memiliki *adversity quotient* yang tinggi dan optimisme yang tinggi. Hasil penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan *adversity quotient* dengan optimisme.

Berdasarkan hasil perhitungan data statistik deskriptif pada variabel optimisme dapat disimpulkan bahwa ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus dalam penelian ini memiliki optimisme yang tinggi. Individu yang optimis akan melakukan usaha untuk mengatasi keadaan yang tidak menguntungkan baginya, berpikir bahwa keadaan buruk merupakan tantangan, tidak merasa cepat putus asa, dan memiliki dukungan sosial (Seligman, 2006). Hal ini berarti ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus mempunyai harapan untuk masa depan, tidak mudah menyerah dan mempunyai semangat berkembang.

Ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus memiliki keyakinan bahwa suatu saat anaknya dapat hidup mandiri, tidak membebani orang-orang disekitarnya, memperoleh pekerjaan dan yakin bahwa anaknya akan mendapatkan kebahagiaan dikemudian hari. Ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus berusaha membekali dirinya dengan

mencari informasi melalui berbagai media agar dirinya mendapatkan wawasan tentang cara-cara mendidik dan mengasuh anak yang berkebutuhan khusus. Ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus berusaha memberikan pendidikan dan berusaha bangkit dari kegagalannya agar dirinya dan anaknya dapat memperoleh kebahagiaan. Hal ini juga diungkapkan pada penelitian David, Montgomery, dan Bovbjerg (2006) mengungkapkan bahwa optimisme sebuah konsep penting dalam psikologi yang dapat memprediksi bagaimana seseorang bereaksi pada situasi yang penuh dengan tekanan.

Ghufron dan Risnawati (2010) menyatakan individu yang memiliki sikap optimis jarang menderita depresi dan lebih mudah mencapai kesuksesan dalam hidup, memiliki kepercayaan, dapat berubah ke arah yang lebih baik, dan selalu berjuang dengan kesadaran penuh. Ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus dapat menyelesaikan masalah yang dihadapinya dengan baik, mampu berfikir rasional dalam bertindak dan mempunyai tujuan hidup yang jelas. Ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus dapat menerima keadaan anaknya dengan ikhlas dan sabar sehingga dapat memaklumi dan memaafkan anaknya apabila anaknya berperilaku aneh. Selain itu ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus juga bekerja keras untuk mencapai kehidupan

yang lebih baik lagi dan memberikan arahan dan nasehat yang positif agar anaknya berkembang menjadi pribadi yang kuat dan mandiri sehingga hidupnya menjadi terarah. Hal ini sesuai dengan pendapat (Seligman, 2006) bahwa ketika mengalami kegagalan, orang optimis cenderung menyikapinya dengan respon yang aktif dan tidak putus harapan, merencanakan suatu tindakan, atau berusaha mencari pertolongan dan nasihat. Orang optimis menganggap kegagalan yang disebabkan oleh sesuatu hal yang dapat diubah, sehingga mereka dapat berhasil di masa yang akan datang. Selain itu, ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus mampu memahami masalah yang sedang terjadi sehingga percaya dengan kemampuan sendiri dalam menyelesaikan masalahnya, berfikir positif dalam menjalani hidup dan mempunyai penghargaan diri atas usaha yang dilakukannya dalam mengasuh dan merawat anak berkebutuhan khusus. Ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus percaya dengan kemampuan sendiri bahwa dirinya dapat mengasuh, merawat dan mampu bertahan dengan keadaan yang sulit sehingga ibu percaya bahwa anaknya mempunyai potensi yang dapat dibanggakan. Ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus mampu berfikir positif dalam menerima keadaannya dan menganggap bahwa keadaan buruk yang

dialaminya akan membuat dirinya semakin kuat dalam menjalani hidup. Hal ini sesuai dengan pendapat Ghufron dan Risnawati (2010) mengatakan bahwa individu yang optimis akan mempunyai penghargaan diri, berusaha menggapai pengharapan dengan pemikiran yang positif, dan yakin akan kelebihan yang dimiliki.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Putri (2016), menemukan bahwa terdapat hubungan antara *adversity quotient* dengan optimisme. Penelitian selanjutnya yang dilakukan pada tahun 2014 Utami, Hardjono, dan Karyanta melakukan penelitian terhadap mahasiswa program studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta yang sedang mengerjakan skripsi yang sudah melakukan bimbingan dan belum menjalani ujian skripsi, hasilnya mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *adversity quotient* terhadap optimisme. Selanjutnya pada penelitian Ramadhan di tahun 2016 di SMK N 2 Padang Panjang, hasil penelitiannya terdapat hubungan *adversity quotient* dengan optimisme.

Putri (2016) telah melakukan penelitian menemukan hubungan antara *adversity quotient* dengan optimisme, jika *adversity quotient* semakin tinggi, maka optimisme juga semakin tinggi pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Penelitian selanjutnya yang

dilakukan pada tahun 2014 oleh Utami, Hardjono, dan Karyanta melakukan penelitian terhadap mahasiswa program studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta, hasilnya mengungkapkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *adversity quotient* terhadap optimisme. Jika *adversity quotient* semakin tinggi maka optimisme juga tinggi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Selanjutnya pada penelitian Ramadhan di tahun 2016 di SMK N 2 Padang Panjang, hasil penelitiannya terdapat hubungan antara *adversity quotient* dengan optimisme. Jika *adversity quotient* tinggi maka optimisme pada siswa SMK N 2 Padang Panjang semakin tinggi pula.

Penelitian yang dilakukan oleh David, Montgomery, dan Bovbjerg (2006) mengungkapkan bahwa optimisme dalam psikologi konsep penting untuk melihat seperti apa orang yang penuh dengan situasi tekanan. Hal ini sejalan dengan pendapat (Seligman, 2006) bahwa saat gagal, individu yang optimis akan berfikir jika kegagalan tersebut bisa dirubah dan akan berhasil untuk kedepannya.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis penelitian dapat disimpulkan pada rata-rata data statistik deskriptif sebesar 190,34 yang artinya ibu

anak berkebutuhan khusus memiliki sikap optimisme dalam harapan masa depan, dan tidak mudah menyerah. Sedangkan *adversity quotient* pada ibu anak berkebutuhan khusus terdapat rata-rata data statistik deskriptif sebesar 50,80 yang artinya ibu anak berkebutuhan khusus memiliki kemampuan saat mengatasi dan menghadapi sebuah kesulitan. Berdasarkan uji analisis regresi sederhana, penelitian ini membuktikan bahwa terdapat pengaruh antara *adversity quotient* terhadap optimisme pada ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus.

Adapun keterbatasan dalam penelitian ini yaitu peneliti tidak mampu untuk menyebarkan langsung kuesioner ke seluruh responden yang dituju saat penelitian. Namun peneliti meminta bantuan kepada guru yang berada di sekolah untuk mengawasi dan meminta tolong membagikan kuesioner saat penelitian. Hal ini lebih mempermudah peneliti dalam pengambilan data kepada ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, saran yang ingin peneliti sampaikan bagi peneliti selanjutnya yang hendak melakukan penelitian yang serupa, diharapkan untuk memastikan kuesioner yang tidak dibagikan secara langsung sampai kepada responden

yang dituju saat pengambilan data penelitian. Selain itu gunakan amplop sebagai antisipasi jika peneliti selanjutnya ingin menitipkan kuesioner pada wali kelas ataupun orang lain.

Bagi orang tua ibu anak berkebutuhan khusus, diharapkan dapat menambah wawasannya atau memperluas pengetahuan mengenai *adversity quotient* pada anak berkebutuhan khusus. sehingga ibu akan lebih mampu untuk mendidik dan mengasuh anak berkebutuhan khusus.

DAFTAR RUJUKAN

- Azwar, S. (2007). *Dasar-dasar psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- David, D., Montgomery, G.H., & Bovbjerg, D.H. (2006). Relations between coping responses and optimism-pessimism in predicting anticipatory psychological distress in surgical breast cancer patients. *Personality and Individual Differences*, 203-213.
- Ghufron, M. N., & Risnawati, R. (2010). *Teori-teori psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media
- Kemdikbud. (2017, Februari 1). *Sekolah inklusi dan pembangunan slb dukung pendidikan inklusi*. Retrieved November 9, 2018, Retrieved from [Kemdikbud.go.id](https://www.kemdikbud.go.id): <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2017/02/sekolah-inklusi-dan-pembangunan-slb-dukung-pendidikan-inklusi>
- Lestari, M. (2014). Peran orang tua dalam perkembangan perilaku Anak usia Dini. *Jurnal Ilmiah*, 33-37.
- Bagi institusi pendidikan anak berkebutuhan khusus, penelitian ini dapat menjadi masukan agar para pengajar yang ada di institusi pendidikan dapat memberikan nasehat, arahan, dorongan serta memberikan penyuluhan terhadap ibu-ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus.
- Nirmala, A.P. (2013). Tingkat kebermaknaan hidup dan optimisme pada ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus.
- Putri, N.N. (2016). Hubungan antara *adversity quotient* dengan optimisme pada mahasiswa fakultas psikologi yang sedang menyelesaikan skripsi di universitas gunadarma.
- Rahardjo, M.J. (2015, November 21). *Membangun optimisme menurut martin seligman*. Retrieved Desember 13, 2018, from [Kompasiana.com: https://www.kompasiana.com/mjr/564ff91ed27e61711181b909/membangun-optimisme-menurutmartin-seligman](https://www.kompasiana.com/mjr/564ff91ed27e61711181b909/membangun-optimisme-menurutmartin-seligman)
- Ramadhan, R. (2016). Hubungan antara *adversity quotient* dengan optimisme siswa SMK N 2 jurusan teknik informatika padang panjang.
- Seligman, M. (2006). *Learned optimism: how to change your life*. New York: Pocket Boss.

- Stoltz, P.G. (2000). *Adversity quotient: mengubah hambatan menjadi peluang*. Jakarta: Grasindo.
- Stoltz, P.G. (2007). *Mengubah hambatan menjadi peluang*. Jakarta: Grasindo.
- Tasya, D.M., & Qodariah, S. (2016). Hubungan adversity quotient dengan optimisme pada ibu yang memiliki anak down syndrome. *Prosiding Psikologi*.
- Taylor, Z.E., Laresen, R.D., Conger, R.D., Widaman, K.F., & Cutrona, C.E. (2010). Life stress, maternal optimism, and adolescent competence in single mother, african american families. *Journal of Family Psychology*, 468-477.
- Utami, I.B., Hardjono, & Karyanta, N.A. (2014). Hubungan antara optimisme dengan adversity quotient pada mahasiswa program studi psikologi fakultas kedokteran UNS yang mengerjakan skripsi. *Jurnal 2*(5).
- Winarsunu, T. (2009). *Statistik dalam penelitian psikologi dan pendidikan*. Malang: Umm Press.
- Wulan, R. (2017, Agustus 28). *Inspiratif, kisah haru ibu besarkan anak berkebutuhan khusus*. Retrieved 23 Desember 2018, from Dream.co.id:<https://www.dream.co.id/fresh/inspiratif-kisah-haru-ibu-besarkan-anak-berkebutuhan-khusus-170828w.html>
- Yusuf, A.H. (2005). *Metodologi penelitian*. Padang: Unp Press.