

## GAMBARAN RASA SYUKUR PADA ANAK USIA MENENGAH DI PANTI X

Yuni Handayani<sup>1</sup>, Niken Widi Astuti<sup>2</sup>, & Willy Tasdin<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Sarjana Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta  
*Email: yuni.705190210@stu.untar.ac.id*

<sup>2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta  
*Email: nikenw@fpsi.untar.ac.id*

<sup>3</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta  
*Email: willyt@fpsi.untar.ac.id*

### ABSTRACT

*Gratitude is a feeling when we get support so that feelings of gratitude have a big impact on what we get from others. Everyone has gratitude, including children in childhood social development. Middle-aged children in orphanages also need guidance so they can understand gratitude in a positive environment that can shape children's behavior to understand gratitude well. This can be realized if guided by the right people such as family, teachers or friends. The purpose of this research is to be able to find out the description of gratitude in middle-aged children at X orphanage. This research is a qualitative research using the interview method. Participants in this study were middle-aged children aged 7-12 years and there were four male foster children. Data collection was carried out at the X orphanage. Based on the analysis conducted, there were two subjects who were close to the dimensions and characteristics of gratitude and there were two other subjects who did not feel gratitude in depth. The conclusion is that middle-aged children understand and understand gratitude with good guidance from the orphanage administrator. In this case the orphans can easily feel grateful for the limitations they have.*

**Keywords:** *Gratitude, middle childhood, orphanage*

### ABSTRAK

Rasa syukur adalah perasaan ketika kita mendapatkan sebuah dukungan sehingga perasaan syukur berdampak besar dari apa yang kita dapat dari orang lain. Setiap orang memiliki rasa syukur, termasuk anak-anak pada masa kanak-kanak perkembangan sosial. Anak dengan usia menengah di panti asuhan juga membutuhkan bimbingan agar dapat memahami rasa syukur dengan lingkungan yang positif dapat membentuk perilaku anak untuk mengerti rasa syukur dengan baik. Hal ini bisa diwujudkan jika dibimbing dengan orang yang tepat seperti keluarga, guru atau teman. Tujuan dari penelitian ini untuk dapat mengetahui gambaran dari rasa syukur pada anak usia menengah di panti asuhan X. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode wawancara. Partisipan pada penelitian ini anak usia menengah dengan usia 7-12 tahun dan berjumlah empat anak asuh laki-laki. Pengambilan data dilakukan di panti asuhan X. Berdasarkan analisis yang dilakukan terdapat dua subjek yang mendekati dengan dimensi dan karakteristik rasa syukur serta terdapat dua subjek lainnya yang tidak merasakan rasa syukur secara mendalam. Kesimpulannya bahwa anak usia menengah mengerti dan memahami akan rasa syukur dengan adanya bimbingan yang baik dari pengurus panti asuhan. Dalam hal ini anak panti dapat dengan mudah merasa bersyukur dengan keterbatasan yang dia miliki.

**Kata Kunci:** Rasa syukur, anak usia menengah, panti asuhan

### 1. PENDAHULUAN

Rasa syukur tampaknya penting untuk fungsi sosial dan kesehatan mental serta fisik (Froh et al., 2009). Setiap orang memiliki rasa syukur, termasuk anak-anak pada masa kanak-kanak perkembangan sosial sangat berpengaruh dari lingkungan sekitar hubungan anak-anak dengan keluarga, teman dan sekolah salah satu hal yang berpengaruh bagi anak-anak untuk membentuk perilaku sosialnya sehingga menjadi contoh yang diterapkan di lingkungan sosialnya yaitu bersikap sopan dengan orang yang membantunya seperti mengucapkan terima kasih sebagai bentuk dari rasa syukur. Hal ini bisa diwujudkan jika dibimbing dengan orang yang tepat seperti keluarga, guru atau teman (Eka Izzaty, 2008). Beda halnya dengan anak yang berada di panti asuhan yang tidak memiliki keluarga seperti anak yatim piatu atau anak terlantar yang berada di

panti asuhan untuk mewujudkan perilaku rasa syukur pada anak panti asuhan harus dibimbing oleh pengurus panti dan diawasi dalam perkembangan sosialnya. Maka dari itu, pentingnya pelayanan sosial seperti panti asuhan bagi anak terlantar dan yatim piatu untuk mengurus perkembangannya selain keluarga.

Menurut La Taille (dalam de Lucca Freitas et al., 2011) mengungkapkan bahwa anak yang mengucapkan terimakasih kepada orang yang membantunya termasuk tata cara yang dipahami anak-anak untuk menghargai bantuan orang lain sehingga Baumgarten-Tarmer, 1938 mengungkapkan bahwa perasaan syukur meningkat seiringnya waktu pada anak usia menengah dengan perkembangan dari anak menuju dewasa. Tetapi pada penelitian yang dilakukan oleh (Froh et al., 2009) pada remaja awal lebih bersyukur daripada remaja akhir karena lingkungan yang positif mendorong individu untuk merasa bersyukur dibandingkan dengan usia bayi atau anak usia dini belum mengetahui rasa bersyukur kemungkinan rasa syukur muncul pada anak usia menengah walaupun anak-anak hanya mengucapkan terima kasih kepada orang yang lain tanpa mengetahui arti rasa syukur tersebut.

## 2. METODE PENELITIAN

Partisipan pada penelitian ini adalah anak usia menengah yaitu anak kelas satu sampai tiga sekolah dasar yang berjumlah delapan orang diantaranya tujuh orang laki-laki dan satu orang perempuan. Pengambilan data dengan wawancara secara langsung di Panti X. Peneliti akan memilih partisipan yang sesuai dengan kriteria partisipan sebagai sampel. Kriteria partisipan dari usia, jenis kelamin, dll.

Pengambilan data ditentukan antara peneliti dan partisipan yaitu dilakukan langsung di Panti X. Peralatan yang dibutuhkan yaitu informed consent, pedoman wawancara, buku dan alat tulis atau menggunakan media seperti perekam suara untuk mencatat jawaban narasumber secara detail dan jelas.

Pertama yang dilakukan untuk wawancara narasumber yaitu dengan meminta izin dengan pengurus panti untuk melakukan wawancara dengan anak-anak panti serta memberikan informed consent yang bertujuan untuk memberikan izin untuk diwawancara sebagai informasi untuk penelitian ini dengan sukarela tidak adanya paksaan dari pihak manapun.

**Tabel 1**

*Gambaran dan Profil Subjek Penelitian*

Keterangan	Subjek 1	Subjek 2	Subjek 3	Subjek 4
Inisial	S	F	K	N
Jenis Kelamin	Laki-laki	Laki-laki	Laki-laki	Laki-laki
Usia	12	7	10	10

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil wawancara yang dilakukan, rasa syukur terbentuk adanya pemicu pada keadaan tertentu (Wiener, 1985, dalam Emmons & McCullough, 2004). K masih belum memahami apa arti bersyukur tetapi bisa memberikan contoh dari rasa syukur dengan menerima apa yang diberikan oleh orang lain.

*“eee... aku nggak tau apa ya oh kalo misalnya kita di kasih makanannya (melihat ke atas) nasi ama tempe jadi kita tetep nerima dan bersyukur”*

Beda dengan S merasakan rasa syukur dengan baik yaitu menempatkan rasa syukur di setiap kehidupannya.

*“Bersyukur atas nikmat yang diberikan Allah (menggerakkan badan ke depan dan ke belakang) contohnya setiap hari sehat dan mengucapkan Alhamdulillah”*

Dengan adanya dukungan dari orang lain yang membantu K akan menumbuhkan perasaan syukur dengan menghargai pemberian dari orang lain. Sama dengan F dan N dalam memberikan contoh rasa syukur masih berputar apa yang subjek dapatkan untuk kebutuhan fisik. Ia belum bisa menempatkan rasa syukur di setiap aspek kehidupan sehingga contoh yang diberikan hanya apa yang diterima tidak yang mereka berikan.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada keempat subjek bahwa subjek membantu orang lain dengan kemauannya sendiri. Hal ini sesuai dengan Emmons & McCullough, (2004) Mendapatkan hadiah atau sesuatu dari orang lain secara tulus dan memiliki tujuan yang baik.

*“Aku pernah bantuin temen, terus karena mau sendiri (melihat kesamping) enak aja gitu kak kalo bantuin orang lain. Seneng aja gitu. Soalnya aku udah kebiasaan disini suruh bantu yang lain juga” Mau nggak mau sih bantuinnya (tertawa) biarin aja kayak aku kesel bantuinnya karena pasti dia juga bakal iseng lagi kalo udah sembuh”*

Subjek merasa senang dengan membantu orang lain membantu sesama sudah menjadi kebiasaan yang diajarkan di panti sehingga mengembangkan rasa kepedulian pada anak panti. Sedangkan F dengan memilih orang yang ingin ia bantu dan dilihat dari masa lalu orang tersebut hal tersebut dapat berpengaruh negatif dalam kehidupan F.

*“Nggak mau tolongin (tertawa) soalnya dia jahat sering ngeledek kalo sakit kan dia jadinya diem nggak ngeledek lagi”*

Dari wawancara yang dilakukan kepada empat subjek, merasa senang dengan pemberian dari orang lain tetapi beberapa subjek juga merasa kaget dengan pemberian dari orang lain ketika ia pertama kali masuk panti asuhan. Hal itu menciptakan emosi yang positif bagi subjek yaitu merasa senang dengan apa yang mereka terima.

*“Perasaannya aku seneng, pas itu apa ya eee... (berpikir) kayaknya uang sama donatur terus tempat pensil jadi nya seneng dapat itu. Kaget (senyum) pertamanya karena bingung boleh diambil atau nggak tapi karena disuruh ambil yaudah ambil aja buat jajan atau disipen uangnya. Aku juga mau”*

Dari wawancara yang dilakukan dengan keempat subjek, memiliki kebaikan dengan memaafkan teman dan tidak merasa kesal ketika temannya tidak membantu. K juga mengingat perkataan dari pengasuh untuk tidak bertengkar sehingga hal ini mencegah subjek untuk berkelahi dengan temannya.

*“Ada aku maafin temen yang suka iseng kak ngeledekin terus ya udah aku maafin karena karena dia emang begitu orangnya udah biasa juga dia sering ngeledekin. Aku juga nggak begitu dekat sama dia kayak main biasa aja jadi aku maafin aja nanti juga lupa. Terus kata abi juga nggak boleh marahan sama temen jadi harus akur. Ya kalo aku biarin dia begitu nanti juga di marahin ama abi dan umi yang penting akunya nggak begitu”*

Rasa syukur mendorong perubahan sikap individu dan kualitas agar tetap muda (Solomon, 2004, dalam Emmons & McCullough, 2004). Subjek tidak kesal dengan temannya ketika tidak bisa menolongnya dan subjek juga selalu mengikuti perkataan pengurus sehingga membentuk sikap subjek menjadi lebih baik.

Dari wawancara yang dilakukan, Rasa syukur sebagai membalas dengan sikap yang positif atas bantuan yang didapatkan dari orang lain (McCullough et al., 2002). N menerima apapun yang

diberikan dan berbagi dengan orang lain. N memberikan sikap positif dengan mengucapkan terimakasih dan membantu orang lain. N juga tidak meminta lebih atau merasa kurang dengan apa yang ia terima.

*“Kalau ada yang kasih aku terima aja soalnya jarang yang kasih (menutup mulut) biasanya kan kalo jajan, eee.... jajan sendiri aja jadi kalo di kasih terima aja.pernah kadang kasih makanan kadang kasih minum juga kalo lagi jajan atau kalo ada makanan dari donatur juga berbagi (senyum) biasa aja nggak kurang”*

K membalas apa yang diterimanya dengan membantu temannya yang sudah bersikap baik kepadanya tetapi tidak dengan orang yang sudah menyakitinya. Subjek masih merasa dendam dengan temannya sehingga tidak ingin membantu temannya walaupun sedang kesulitan.

*“Aku sih kalo dia bantu aku bantuin juga kalau yang pernah isengin aku dia minta bantuan kadang bercanda kak (menunduk) malah aku di isengin lagi kalo bantuin dia (menggaruk kaki). jadi aku males bantuinnnya.*

Dari hasil wawancara yang dilakukan, K mendapatkan dukungan dari lingkungan sosialnya yang sudah mengetahui kehidupan K dan tanpa membedakan ataupun mencela.

*“Nggak malu kalo ada yang ngeledak kalo aku tinggal di panti jadi biasa aja temenan biasa. aku mah diemin aja kalo begitu. Aku nggak malu karena temen-temen aku di sekolah juga udah tahu kalo aku tinggal di panti dia juga mau temenin aku jadi aku nggak malu mereka juga nggak ngeledekin gara-gara aku tinggal di panti jadi aku nggak malu”*

F merasa cemburu atau iri dengan apa yang dimiliki temannya lebih bagus dan sesuai dengan apa yang dia inginkan. Sehingga F tidak Sesuai dengan *emotion and well being* yang dimana adanya pemberian orang lain untuk membantu individu bisa meningkatkan rasa kepercayaan diri dan individu merasa dihargai dengan pemberian dari orang lain.

*“Aku kadang cemburu kalo ada yang punya barang yang aku suka eee kayak kalo dia ada gambar di tempat pensilnya yang aku suka terus paling aku minta gantian eee... kadang dianya nggak mau jadinya aku kesel sih”*

Berdasarkan wawancara yang dilakukan dua subjek tidak bisa yaitu F dan K membantu dengan memberikan sesuatu kepada orang yang lebih membutuhkan mereka merasa masih terlalu kecil sehingga tidak bisa memberikan bantuan.

*“Sedih lihatnya, tapi aku masih kecil jadi aku nggak tau ngasih apa (senyum) aku juga nggak punya banyak uang buat ngasih bantuan”*

Tetapi dalam membantu orang lain K memiliki banyak pertimbangan. Aspek *prosociality* tidak peduli dalam kekayaan karena tidak sesuai dengan rasa syukur ya menerima besar kecilnya bantuan atau manfaat dari orang lain. S memiliki rasa peduli yang besar dengan memberikan bantuan kepada orang yang lebih membutuhkan walaupun seadanya tetapi dengan bantuan tersebut berdampak besar bagi orang lain.

*“Lihat kalo ada yang eee.. (berpikir) sama kayak aku tapi dia nggak bisa main terus malah jualan jadi sedih kayak mau membantu. Pernah membantu dikasih duit terus udah gitu bantuin dengan kasih uang seadanya”*

*Spiritually*

Subjek menempatkan Tuhan di atas segala-galanya dan lebih utama dengan berterima kasih kepada Tuhan dengan apa yang diberikan. Hal ini membuat *spiritually* setiap subjek kuat dengan mengingat Tuhan.

*“Iya aku berterima kasih juga sama Allah kalo kata aa yang ngajarin agama karena udah di kasih rezeki ama nikmat yang dikasih”*

Dari wawancara yang dilakukan, subjek menerapkan apa yang diajarkan oleh pengurus panti dengan menjaga sopan santun kepada orang lain. K juga mengucapkan terima kasih kepada orang lain yang membantunya.

*(senyum) apa ya eee... aku bilang makasih sama doain donaturnya terus bersyukur”*

Kegiatan psikologi positif yang dilakukan di panti berhasil sehingga subjek menerapkan sikap yang baik kepada orang lain.

Dari wawancara yang dilakukan, S apa yang diajarkan oleh guru agamanya dan direalisasikan dalam kehidupannya.

*“Jangan menyia-nyiakan nikmat Allah (menggaruk tangan). eee... apalagi ya (berpikir) udah kayaknya itu aja (tersenyum) abis itu jangan lupa bersyukur juga sama apa tu yang di kasih”*

Subjek menyerap ilmu yang diberikan kepada guru agama dan di terapkan dengan baik di kehidupannya.

Dari wawancara yang dilakukan, K tidak keberatan dengan apa yang diberikan oleh orang lain dan menerima hal tersebut.

*“(senyum) apa ya eee... aku bilang makasih sama doain donaturnya terus bersyukur”*

F juga tidak merasa kurang karena apa yang diberikan sama banyak dan tidak mengharapkan orang lain memberikan bantuan kepadanya sesuai dengan pernyataan F yaitu

*“Biasa aja, tunggu aja soalnya kalo di kasih nggak papa kalo nggak juga nggak papa.*

Dalam berperilaku yang baik S membantu donatur dengan bersikap sopan dan tertib. Sesuai dengan pernyataan S

*“Beradab (berpikir) duduk rapi, salim (menepuk tangan) sopan, ama bilang terimakasih udah”*

Subjek memiliki perilaku yang baik kepada orang yang lain yang sudah membantunya dan mengetahui cara bersikap di depan orang lain dengan sopan.

S juga tidak merasa iri atau cemburu dengan orang lain dan merasa bahwa apa yang diterimanya di panti sudah cukup.

*“Nggak iri paling minjem doang punya temen (berpikir) kalo dia punya yang beda paling liat doang (memukul paha) biasanya dikasihnya samaan paling beda warna (berpikir) paling kalo dia beli sesuatu doang sih pernah minjem. Kalo tentang prakarya aku nggak iri karena aku ngerjainnya suka terus kalo direcokin ama adek-adek yang lain ya kasih aja karena kasihan walaupun prakarya aku jadinya nggak bagus dan hancur”.*

*sense of abundance* yaitu rasa kelimpahan dimana individu merasakan kelimpahan yang diberikan dari orang lain seperti memberikan yang dibutuhkan, membantu sesama dan memiliki kepedulian terhadap sosial. Tetapi salah satu F kurang dengan apa yang diberikan orang lain ketika dalam kegiatan membuat karya dan tidak menikmati dengan baik apa yang dikerjakannya.

*“Kalo merasa kurang kayaknya nggak eee... pas belajar baca sama kakak aku pengen kayak yang lain belajarnya bikin eee... kayak yang tanah liat gitu jadi kadang kalo pas bawa prakaryanya kayak kurang nggak kayak yang lain bikinnya” (tertawa).*

Bisa disimpulkan bahwa F tidak memiliki rasa kelimpahan yang merasa dirinya selalu kurang dalam berbagai hal.

Dari hasil wawancara yang dilakukan, K kurang mengapresiasi apa yang yang diberikan oleh orang lain dengan tidak menghabiskan makanan yang dikasih dan menghilangkan barang yang dikasih oleh donatur karena merasa tidak membutuhkannya.

*“Aku simpen barangnya terus kalo dikasih makanan aku ambil terus aku makan sampe habis disuruh apa kakak pengasuh tapi kadang aku udah kenyang jadi kebuang aja nggak aku makan lagi udah kenyang soalnya”*

N tidak menjaga pemberian yang diberikan dengan baik sehingga hilang dan tidak ditemukan. Sehingga subjek tidak menghargai apa yang diberikan oleh orang lain kepadanya yaitu tidak menjaga pemberian orang lain dengan baik.

*“Barang yang di kasih sama donatur di simpen di tempat yang bagus terus kalo ada yang minjem barang aku tanpa izin eee.... aku marahin sih kak soalnya nggak bilang jadinya aku nyari-nyariin. Tapi barang nya udah ilang sekarang aku nggak tau kemana soalnya aku juga nggak pake aku juga udah punya yang sama pas itu aku tempat pensil hilang jadi nggak tau deh yang hilang kemana”*

*Simple appreciation*

Dari hasil wawancara yang dilakukan, S mengapresiasi setiap hal kecil seperti bertemu dengan keluarga, bermain dengan teman dan berkumpul bersama di panti membuat mereka bahagia.

*“Saat kalo lagi (berpikir) ketemu keluarga (memajukan badan). Karena udah lama nggak ketemu juga jadi seneng kalo lagi (berpikir) ketemu keluarga (memajukan badan). Karena udah lama nggak ketemu juga jadi seneng”*

Memperlihatkan bahwa dengan bermain dan berkumpul dengan teman-teman di panti merasa senang. K menganggap teman-teman di panti sebagai keluarga.

*Kalo di panti kita kumpul-kumpul kayak main apa aja petak umpet terus baca buku ama cerita-cerita disambung gitu atau nggak eee itu apa mainan muka -muka jelek jadinya ketawa deh”*

Subjek merasa berkumpul dengan teman di panti menjadi hal yang membahagiakan dan menyenangkan bagi subjek tanpa perlu berikan hal lain. Hal ini menjadikan subjek mengapresiasi hal kecil di setiap hidupnya.

*Expressing of gratitude*

Berdasarkan wawancara yang dilakukan, F merasa bingung dan tidak tahu untuk mengungkapkan rasa terimakasih.

*“eee... apa ya (berpikir) Baik sama orang lain terus eee... ngebantu orang lain gitu udah kayaknya aku nggak tau”*

F membantu orang lain dengan adanya imbalan yang didapatnya walaupun subjek berbagi dengan orang lain tetapi tidak membantu dengan sepenuh hati dan sesuai keinginannya.

*“Manfaat eee... apa ya pas itu aku bantuin ibu terus aku di kasih makan enak terus sama di kasih uang jajan terus karena gitu aku jadi suka bantuin orang lain. Terus aku juga sering berbagi sama temen-temen yang lain kayak kasih permen atau jajan gitu. Kalo nggak dapet duit aku males kak kadang bantuinnya tapi karena takut dimarahin aku nurut aja”*

K merasa bingung untuk mengungkapkan rasa terima kasihnya.

*“Gimana ya eeee.... aku berterima kasih berdoa sama Allah terus juga jangan bikin susah pengasuh yang ada disini”*

F dan K masih bingung untuk mengungkapkan rasa terima kasih dengan apa yang diterimanya dari orang lain sehingga subjek tidak memiliki *expressing of gratitude*.

Dari hasil wawancara yang dilakukan, K menyimpan dan mengingat hal kecil yang diberikan oleh donatur kepada subjek. Hal tersebut memberikan sesuatu yang berdampak positif bagi kehidupan subjek.

*“Barang yang disimpen itu ada apa ya (berpikir) sepatu futsal, tempat pensil, buku cerita udah”*

F tidak mengingat apa yang diberikan oleh donatur sehingga tidak menyimpan barang tersebut dengan baik. Sesuai dengan pernyataan F yaitu

*“Kalo kata abi dikasih barang dari donatur jangan dibuang tapi disimpen. Barang yang disimpen eee... buku cerita biar aku bisa lancar bacanya terus sama tempat pensil eee... iya udah itu. Bukunya disimpen di tempat ngaji sih tetapi selain buku eeee... apa ya aku lupa dapet apa udah pada hilangan juga soalnya”*

F tidak menghargai apa yang diberikan oleh orang lain sehingga tidak mengingat apa yang diberikan oleh donatur yang membantunya.

Memiliki tujuan yang baik kepada orang lain

Dari hasil wawancara yang dilakukan, N membantu orang lain yang kesusahan dan peduli dengan teman panti yang sakit atau terkena musibah.

*“Bantuin kalo temen lagi susah paling aku bantuin temen yang jatuh kalo lagi main terus kalo misalnya aku nggak sengaja jatohin temen lagi main aku bantuin dia. Soalnya pas itu dia juga bantuin aku pas eee... lagi jatuh.”*

Subjek memiliki tujuan yang baik dengan membantu orang lain yang terkena masalah dengan peduli dengan lingkungan sekitar.

Melakukan perilaku yang baik

Dari hasil wawancara yang dilakukan, N membalas kebaikan yang diberikan oleh panti dan pengurus panti dengan membantu dan mengerjakan kegiatan di panti seperti piket. Sesuai dengan pernyataan N yaitu

*“Bantu bersihin panti kan udah ada piketnya udah itu aja kalo ada yang dateng nganter paket paling diambil paketnya gitu”*

N membantu pengurus panti orang yang tekah membantunya dengan memberikan timbal balik atas kebaikan orang lain sehingga ia membalas dengan hal positif dan tidak merasa malas di panti.

Berdasarkan hasil wawancara, K memiliki sifat positif yaitu kepedulian dengan orang lain terutama dengan teman sebayanya dengan mengajak main dan memberikan bantuan.

*“Peduli, kayak kasian kalo didiemin aja nanti aku juga didiemin soalnya kan harus saling membantu juga jadi harus peduli dengan orang lain”*

Rasa syukur meningkatkan kepedulian sehingga subjek mendapatkan manfaat dari rasa syukur dengan merasa peduli dengan lingkungan sekitarnya.

Kesehatan dan kualitas tidur

Dari hasil wawancara yang dilakukan, S merasakan manfaat dari rasa syukur yaitu tidak mudah sakit dan bisa tidur dengan nyenyak karena bersyukur bisa mendapatkan tempat tidur dengan nyaman.

*“Manfaatnya aku sih jarang sakit ya karena aku juga dapet banyak makanan terus juga seneng tinggal disini ama teman, nggak iri juga tapi pas itu pernah sakit sekali doang kayak sakit eee.. pusing gitu doang karena kecapean kayaknya (melihat ke atas). bisa tidur nyenyak, iya aku bersyukur karena udah punya kasur sendiri jadinya bisa tidur enak”*

Dengan meningkatnya rasa syukur pada subjek sehingga memiliki kesehatan dan kualitas tidur yang baik dengan pikiran yang tenang karena berada di panti yang memenuhi kebutuhan subjek.

Kepercayaan diri

Dari hasil wawancara yang dilakukan, K merasa kurang percaya diri ketika di sekolah dan merasa rendah diri ketika melihat teman yang mempunyai nilai yang lebih bagus darinya.

*“Bisa main basket atau raket. Aku juga biasa-biasa aja nggak dapet rangking tinggi juga rendah juga nggak. Aku orangnya nggak pede banget sih kak soalnya kalo main basket atau raket ya nggak jago banget terus aku juga nggak begitu pinter di sekolah jadi biasa”*

*aja. Soalnya banyak temen aku yang lebih jago main basket, raket terus juga banyak yang pintar”*

Rasa syukur meningkatkan kepercayaan diri individu sehingga S, F dan N memiliki kepercayaan diri yang tinggi dengan bisa mengetahui apa yang bisa di banggakan dari dirinya. K tidak merasakan manfaat dari rasa syukur sehingga kurang percaya diri akan dirinya.

S percaya diri dengan bisa bersosialisasi dengan mudah sehingga mempunyai banyak teman.

*“ Cepet kenalan, soalnya udah nggak online lagi sekolahnya jadi harus kenalan sama temen di sekolah. Gampang kenal orang lain”*

Keempat subjek dapat bersosialisasi dengan cepat karena di panti subjek bertemu dengan banyak orang dan memiliki banyak teman baru dalam waktu singkat sehingga subjek dapat bersosialisasi dengan mudah.

#### **4. KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan analisis dalam keempat subjek, diketahui bahwa dua subjek memiliki rasa syukur yang berbeda yaitu memahami rasa syukur dengan baik dan bisa memahami rasa syukur dengan diterapkan di dalam kehidupannya, berbeda dengan dua subjek lainnya hanya merasa syukur dengan apa yang diterimanya tetapi juga meningkatkan rasa syukur dengan berbagi kepada orang lain. Sehingga dua subjek tersebut tidak sesuai dengan dimensi, faktor, aspek dan karakteristik rasa syukur. Dengan begitu, harus diberikan ajaran yang baik sehingga anak-anak panti dapat menjadikan pribadi yang baik dan rasa syukur selalu berada dalam kehidupannya tanpa perlu diingatkan oleh pengurus panti ataupun orang lain. Saran bagi penelitian selanjutnya dapat disiapkan untuk memiliki pertanyaan yang banyak dan menyederhanakan pertanyaannya sehingga mudah dipahami oleh anak-anak. Penulis menyarankan agar membentuk kelekatan atau keakraban pada anak-anak sebelum diwawancarai dapat mempermudah untuk menjawab pertanyaan. Saran praktis bagi partisipan memberikan pemahaman tentang rasa syukur dan merasakan rasa syukur di setiap kehidupan partisipan sehingga mendapatkan manfaat yang baik bagi partisipan dan selalu mengingat orang yang telah membantu partisipan.

#### **Ucapan Terima Kasih (Acknowledgement)**

Peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada pembimbing yang memberikan dukungan sehingga bisa menyelesaikan jurnal ini. Peneliti juga berterima kasih yang sebesar-besarnya kepada Panti X yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di panti serta narasumber yang telah memberikan informasi dan bekerja sama dengan baik selama penelitian.

#### **REFERENSI**

- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2004). *The psychology of gratitude*. Oxford University Press.
- Freitas, L. B. D. L., Pieta, M. A. M., & Tudge, J. R. H. (2011). Beyond politeness: The expression of gratitude in children and adolescents. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 24, 757-764. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722011000400016>.
- Froh, J. J., Kashdan, T. B., Ozimkowski, K. M., & Miller, N. (2009). Who benefits the most from a gratitude intervention in children and adolescents? Examining positive affect as a moderator. *The Journal of Positive Psychology*, 4(5), 408-422. <https://doi.org/10.1080/17439760902992464>.
- Izzaty, R. E. (2008). Perkembangan anak usia 7-12 tahun. *Jurnal Pendidikan*, 1-11.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112-127. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.112>.