

**PENINGKATAN PENGENDALIAN EMOSI ANAK PENYANDANG
TUNA GRAHITA MELALUI SPIRITUAL *MINDFULNESS* DI SEKOLAH
TERAPI MUTIARA ANAK BANGSA SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Dalam Program Strata Satu (S-1)
Pada Prodi Tasawuf dan Psikoterapi



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

Disusun Oleh :

Filza Rafif Maulana

NIM : 07040621111

**PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

2026

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini

NAMA : FILZA RAFIF MAULANA

NIM : 07040621111

PROGRAM STUDI : TASAWUF DAN PSIKOTERAPI

Angkatan : 2021

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil karya saya sendiri, kecuali pada bagian bagian yang dirujuk sumbernya.

Surabaya, 22 September 2025

Yang menyatakan



Filza Rafif Maulana

NIM. 07040621111

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Dengan ini skripsi dengan judul “Peningkatan Pengendalian Emosi Anak Penyandang Tuna Grahita Melalui Spiritual *Mindfulness* Di Sekolah Terapi Mutiara Anak Bangsa Surabaya” yang ditulis oleh Filza Rafif Maulana (07040621111) ini telah disetujui.

Surabaya, 22 September 2025
Dosen Pembimbing



Dr. Isa Anshori, M.Ag.
NIP. 197306042005011007

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi berjudul “PENINGKATAN PENGENDALIAN EMOSI ANAK PENYANDANG TUNA GRAHITA MELALUI SPIRITUAL *MINDFULNESS* DI SEKOLAH TERAPI MUTIARA ANAK BANGSA SURABAYA” yang ditulis oleh Filza Rafif Maulana ini telah diujikan dalam sidang skripsi di depan Tim Penguji pada Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Tim Penguji

Penguji I

Dr. Isa Anshori, M.Ag
NIP:197306042005011007

Penguji II

Dr. Iasmuji, M.Ag
NIP: 196209271992031005

Penguji III

Dr. Nasrudin, S.Pd, S.Th.I, MA
NIP: 197308032009011005

Penguji IV

Muhammad Nikmal Anas Alhadi,
S.Ag., M.A
NIP: 199307062022031001

Mengetahui,

Rekan Ushuluddin dan Filsafat



Abdul Radir Rivadi, Ph.D
NIP.197008132005011003



UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax. 031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Filza Rafif Maulana
NIM : 07040621111
Fakultas/Jurusan : Ushuluddin dan Filsafat / Tasawuf dan Psikoterapi
E-mail address : flzraff@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :

Peningkatan Pengendalian Emosi Anak Penyandang Tuna Grahita Melalui Spiritual Mindfulness

Di Sekolah Terapi Mutiara Anak Bangsa Surabaya

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 13 Januari 2026

Penulis

(FILZA RAFIF MAULANA)

nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Nama : Filza Rafif Maulana
NIM : 07040621111
Judul : Peningkatan Pengendalian Emosi Anak Penyandang Tuna Grahita Melalui Spiritual *Mindfulness* Di Sekolah Terapi Mutiara Anak Bangsa Surabaya
Dosen : Dr. Isa Anshori, M.Ag.
Pembimbing

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena hambatan pengendalian emosi pada anak penyandang tuna grahita, yang sering kali bermanifestasi dalam bentuk tantrum, agresivitas, dan kesulitan regulasi diri. Kondisi ini menuntut adanya intervensi yang tidak hanya menyentuh aspek kognitif-perilaku, tetapi juga aspek spiritual. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas metode *Spiritual Mindfulness* dalam meningkatkan kemampuan pengendalian emosi anak tuna grahita di Sekolah Terapi Mutiara Anak Bangsa Surabaya. Metode penelitian yang digunakan adalah metode campuran (*Mixed Methods*) dengan desain *Sequential Explanatory*. Pendekatan kuantitatif menggunakan desain *Pre-Experimental (One-Group Pretest-Posttest)* terhadap subjek penelitian untuk mengukur skor pengendalian emosi sebelum dan sesudah intervensi. Pendekatan kualitatif dilakukan melalui observasi partisipatif dan wawancara mendalam kepada terapis serta orang tua untuk memperkuat data kuantitatif. Teknik analisis data kuantitatif menggunakan uji statistik non-parametrik, sedangkan data kualitatif dianalisis melalui reduksi data dan penyajian data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan *Spiritual Mindfulness* memberikan dampak positif yang signifikan. Secara kuantitatif, terdapat penurunan frekuensi perilaku emosional negatif dan peningkatan skor pengendalian emosi subjek setelah diberikan perlakuan. Secara kualitatif, ditemukan bahwa teknik pernapasan yang dipadukan dengan zikir/kesadaran spiritual membantu anak menjadi lebih tenang, lebih mampu mengomunikasikan keinginannya tanpa marah berlebih, serta lebih mudah diarahkan oleh terapis. Kesimpulan dari penelitian ini adalah metode *Spiritual Mindfulness* efektif dalam meningkatkan pengendalian emosi anak penyandang tuna grahita di Sekolah Terapi Mutiara Anak Bangsa Surabaya. Integrasi nilai spiritual dalam latihan kesadaran (*mindfulness*) terbukti mempermudah subjek dalam mencapai ketenangan batin yang berdampak pada stabilitas emosi sehari-hari. Penelitian ini menyarankan penggunaan metode ini sebagai salah satu alternatif terapi komplementer dalam pendidikan luar biasa.

Kata Kunci: *Spiritual Mindfulness*, Pengendalian Emosi, Tuna Grahita, *Mixed Methods*.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
PENGESAHAN SKRIPSI	ii
PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
MOTTO	iii
PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	9
E. Kajian Terdahulu.....	10
F. Metode Penelitian.....	16
G. Sistematika Penulisan Skripsi	25
BAB II SPIRITUAL <i>MINDFULNESS</i> DAN ANAK TUNA GRAHITA	28
A. Mindfulness.....	28
B. Spiritual Mindfulness	32
C. Pendekatan <i>Mixed Methods</i> dalam Penelitian Intervensi Terapeutik	35
D. Tuna Grahita.....	37
E. Terapi dan Pendidikan bagi Anak Penyandang Tuna Grahita	41
F. Pendekatan Pendidikan untuk Tuna Grahita: Kurikulum Khusus dan Strategi Multisensori	42
G. Integrasi Spiritual Dalam Terapi	44
H. Penerapan Spiritual <i>Mindfulness</i> dalam Pendidikan Anak Penyandang Tuna Grahita.....	46

BAB III GAMBARAN UMUM LOKASI DAN OPERASIONALISASI PENELITIAN	50
A. Profil Sekolah Terapi Mutiara Anak Bangsa Surabaya	50
B. Populasi dan Sampel Penelitian	57
C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	58
D. Teknik Pengumpulan Data.....	60
E. Teknik Analisis Data.....	62
F. Keabsahan Data.....	63
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	65
A. Hasil Analisis Kuantitatif: Perubahan Skor Pengendalian Emosi.....	65
B. Hasil Analisis Kualitatif: Proses Implementasi dan Dinamika Perubahan Perilaku.....	70
C. Integrasi Data Kuantitatif dan Kualitatif: Triangulasi Temuan	78
D. Faktor Pendukung dan Penghambat Penerapan Spiritual <i>Mindfulness</i>	81
E. Diskusi Kritis: Hubungan Temuan dengan Teori dan Penelitian Terdahulu	87
BAB V PENUTUP.....	91
A. KESIMPULAN.....	91
B. SARAN	92
DAFTAR PUSTAKA	93
LAMPIRAN.....	99

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	58
Tabel 2. Rangkuman Hasil Perbandingan Skor pada Keempat Dimensi.....	69
Tabel 3. Perbandingan Skor Pengendalian Emosi Pre-test dan Post-test.....	99
Tabel 4. Kategori Tingkat Pengendalian Emosi Berdasarkan Rentang Skor.....	99
Tabel 5. Perhitungan Effect Size (Cohen's d)	100
Tabel 6. Perubahan Perilaku Emosional per Sesi (Observasi Mingguan)	100
Tabel 7. Tema-Tema Perubahan Perilaku Berdasarkan Analisis Tematik	101
Tabel 8. Faktor Pendukung dan Penghambat Implementasi Spiritual Mindfulness	102
Tabel 9. Triangulasi Data: Konvergensi Temuan Kuantitatif dan Kualitatif.....	104
Tabel 10. Perbandingan dengan Penelitian Terdahulu.....	105
Tabel 11. Indikator Keberhasilan Intervensi Berdasarkan Multiple Data Sources	106
Tabel 12. Jadwal Implementasi Spiritual Mindfulness (7 Minggu).....	106
Tabel 13. Interpretasi Effect Size per Dimensi	107
Tabel 14. Persentase Pencapaian terhadap Skor Maksimal	107
Tabel 15. Data Mentah Pre-test.....	109
Tabel 16. Ringkasan Skor Pre-test per Dimensi	110
Tabel 17. Data Mentah Post-test.....	110
Tabel 18. Ringkasan Skor Post-test per Dimensi.....	111
Tabel 19. Komparasi Skor per Butir	112
Tabel 20. Komparasi per Dimensi	113
Tabel 21. Data View	114
Tabel 22. Hasil Paired Sample T-Test	114

DAFTAR GAMBAR

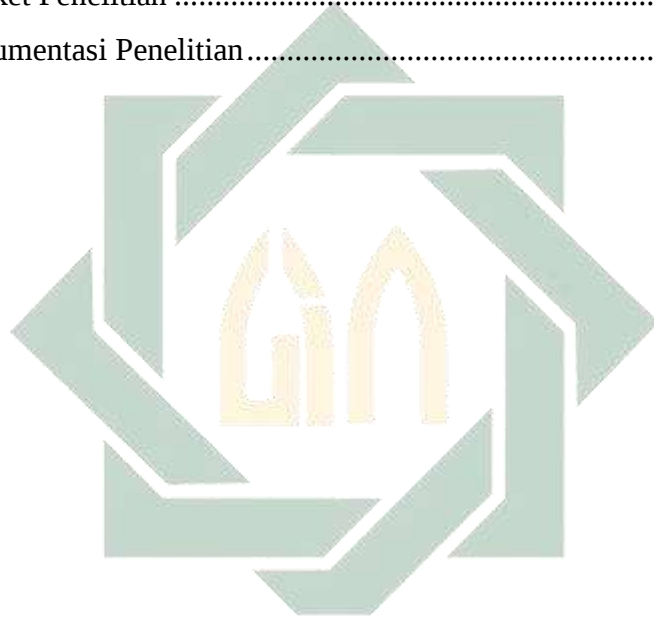
Gambar 1. Alur Desain Convergent Parallel Mixed Methods	17
Gambar 2. Sturktur Organisasi Sekolah dan pusat terapi Mutiara Anak Bangsa Surabaya.....	51
Gambar 3. Hasil Pemeriksaan Psikologi.....	54
Gambar 4. Proses Mindfulness	127
Gambar 5. Sesi Foto Bersama dengan Anak Penyandang Tuna Grahita.....	127
Gambar 6. Sesi Wawancara dengan Orang Tua.....	128
Gambar 7. Sesi Wawancara dengan Terapis.....	128
Gambar 8. Sesi Foto Bersama Terapis.....	128



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Tabulasi Data Kuantitatif.....	99
Lampiran 2. Tabulasi Data Kualitatif.....	101
Lampiran 3. Tabulasi Data Effect Size dan Signifikansi Praktis.....	107
Lampiran 4. Skala Pengendalian Emosi Anak Penyandang Tuna Grahita	108
Lampiran 5. Format Data Sebelum Input SPSS.....	114
Lampiran 6. Angket Penelitian	115
Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian.....	127



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, Saiful, dan Mustofa Zain. "Integration of Mindfulness and Tasawuf in Holistic Therapy for Children with Special Needs." *Journal of Islamic Psychology* 5, no. 3 (Desember 2021): 45–56.
- Aisyiyah, Balqis, dan Veronika Suprapti. "Pengaruh Mindfulness terhadap Psychological Well-Being pada Emerging Adulthood." *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)* 1, no. 1 (Maret 2021): 362.
- Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya Ulumuddin*. Jilid 3. Diterjemahkan oleh Ismail Yakub. Jakarta: Faizan, 1979.
- Alimuddin, Tuty Alawiyah. "Pengaruh Spiritual Mindfulness Based On Breathing Exercise terhadap Kecemasan, Kadar Glukosa Darah, dan Tekanan Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2." *Jurnal Pendidikan dan Teknologi Kesehatan* 4, no. 1 (Januari 2021): 1–19. <https://doi.org/10.56467/jptk.v4i1.19>.
- Altmaier, Elizabeth, dan Raelynn Maloney. "An Initial Evaluation of a Mindful Parenting Program." *Journal of Clinical Psychology* 63, no. 12 (Desember 2007): 1231–1238. <https://doi.org/10.1002/jclp.20395>.
- American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-5*. Edisi ke-5. Washington: American Psychiatric Association, 2013.
- Anggraeni, Fathima Luki. "Pengaruh Mindfulness Therapy terhadap Peningkatan Regulasi Emosi pada Masyarakat di Masa Pandemi." Vol. 3 (2021).
- Arifudin, Nanang, et al. "Rancang Bangun Aplikasi Media Pembelajaran Berbasis Android untuk Siswa Tunagrahita Sekolah Luar Biasa." *Journal of Internet and Software Engineering* 5, no. 2 (November 2024): 122. <https://doi.org/10.22146/jise.v5i2.10250>.
- Atuna, Nur Yusriyyah, et al. "Penerapan Metode Multisensori Dalam Peningkatan Kemampuan Membaca Pada Anak ABK di Sekolah Inklusi." Vol. 10 (n.d.).
- Aziz, A. "Sufi Practices and Emotional Regulation: Implications for Therapeutic Applications." *International Journal of Spiritual Therapy* 12, no. 1 (Desember 2020): 67–85.
- Azwar, Saifuddin. *Penyusunan Skala Psikologi*. Edisi ke-2. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012.
- Baer, Ruth A. "Mindfulness Training as a Clinical Intervention: A Conceptual and Empirical Review." *Clinical Psychology: Science and Practice* 10, no. 2 (Juli 2003): 125–145.
- Bandura, Albert. *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall, 1977.

- Bishop, Scott R., et al. "Mindfulness: A Proposed Operational Definition." *Clinical Psychology: Science and Practice* 11, no. 3 (2004): 230–241.
- Burke, Christine A. "Mindfulness-Based Approaches with Children and Adolescents: A Preliminary Review of Current Research in an Emergent Field." *Journal of Child and Family Studies* 19, no. 2 (April 2010): 133–144. <https://doi.org/10.1007/s10826-009-9282-x>.
- Cohen, Jacob. *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences*. Edisi ke-2. New York: Routledge, 1988.
- Creswell, John W., dan J. David Creswell. *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Edisi ke-5. Thousand Oaks: SAGE Publications, 2018.
- Creswell, John W., dan Vicki L. Plano Clark. *Designing and Conducting Mixed Methods Research*. Edisi ke-3. Thousand Oaks: SAGE Publications, 2018.
- Farb, Norman A. S., et al. "Attending to the Present: Mindfulness Meditation Reveals Distinct Neural Modes of Self-Reference." *Social Cognitive and Affective Neuroscience* 2, no. 4 (Desember 2007): 313–322.
- Field, Andy. *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics*. Edisi ke-5. London: SAGE Publications, 2018.
- Fitriana, Eni. "Terapi Okupasi Dengan Teknik Kolase Terhadap Kemampuan Motorik Halus Anak Autis Di Slb Pgri Plosoklaten Kediri." n.d.
- Flyvbjerg, Bent. "Five Misunderstandings About Case-Study Research." *Qualitative Inquiry* 12, no. 2 (2006): 219–245.
- Gross, James J. "Emotion Regulation: Affective, Cognitive, and Social Consequences." *Psychophysiology* 39, no. 3 (2002): 281–291.
- Grossman, P., et al. "Mindfulness-Based Stress Reduction and Health Benefits: A Meta-Analysis." *Focus on Alternative and Complementary Therapies* 8, no. 4 (Desember 2003): 500–514.
- Handayani. "Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR) for Children with Disabilities: A Study in Indonesia." *Journal of Disability Studies* 7, no. 2 (April 2020): 98–111.
- Hasiah. "Peranan Ikhlas Dalam Perspektif Al-Qur'an." *Jurnal Darul 'Ilmi* no. 1 (2013): 22.
- Hendra, Jhoni. "Meningkatkan Kemampuan Operasi Hitung Penjumlahan Dengan Pembelajaran Matematika Realistik Pada Anak Tunagrahita Sedang." Vol. 1 (2012): 213–214.
- Jati, Panggah Wasita. "Implementasi Kurikulum Khusus Di Sma Taruna Nusantara Kabupaten Magelang." n.d.

- Johnson, R. Burke, dan Anthony J. Onwuegbuzie. "Mixed Methods Research: A Research Paradigm Whose Time Has Come." *Educational Researcher* 33, no. 7 (Oktober 2004): 14–26.
- Kabat-Zinn, Jon. "Mindfulness-Based Interventions in Context: Past, Present, and Future." *Clinical Psychology: Science and Practice* 10, no. 2 (2003): 144–156. <https://doi.org/10.1093/clipsy.bpg016>.
- . *Wherever You Go, There You Are: Mindfulness Meditation in Everyday Life*. New York: Hyperion, 1994.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI. *Pedoman Penyelenggaraan Program Paket A, B, C untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus*. Jakarta: Direktorat Pembinaan Pendidikan Keaksaraan dan Kesetaraan, 2020.
- Kvale, Steinar, dan Svend Brinkmann. *InterViews: Learning the Craft of Qualitative Research Interviewing*. Edisi ke-3. Thousand Oaks: SAGE Publications, 2015.
- Kwee, Maurits. "Wherever You Go, There You Are: Mindfulness Meditation in Everyday Life." *Behaviour Research and Therapy* 33, no. 8 (November 1995): 996. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(95\)90133-7](https://doi.org/10.1016/0005-7967(95)90133-7).
- Latifah, Nur, Rizal Mahfudz, dan Muhibbin Syah. "Spiritual Practices for Emotional Regulation in Children with Intellectual Disabilities: A Qualitative Study." *Journal of Special Needs Education* 10, no. 1 (Oktober 2019): 70–83.
- Lestari, Yuni Puji, dan Fitrio Deviantony. "Efektivitas Terapi Mindfulness Dengan Pendekatan Spiritual Pada Pasien Waham Di Ruang Kasuari RSJ Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang." *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada* (Januari 2023): 99.
- Lieberman, Matthew D., et al. "Putting Feelings Into Words: Affect Labeling Disrupts Amygdala Activity in Response to Affective Stimuli." *Psychological Science* 18, no. 5 (Mei 2007): 421.
- Lincoln, Yvonna S., dan Egon G. Guba. *Naturalistic Inquiry*. Beverly Hills: SAGE Publications, 1985.
- Mansur, M. *Spiritualitas Dalam Pendidikan Inklusi: Pengalaman Di Indonesia*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2020.
- Maulidi, Snayatul Mafarrihah Rahmah, dan Nova Estu Harsiwi. "Analisis Kesadaran Orang Tua Terhadap Anak Penyandang Tunagrahita." Vol. 2 (2024): 158–159.
- Mekari Jurnal. "Strategi Komunikasi Bisnis Tertulis untuk Melakukan Promosi." Diakses 19 Januari 2024. <https://www.jurnal.id/blog/strategi-komunikasi-bisnis-tertulis-untuk-melakukan-promosi/>.

- Merriam, Sharan B., dan Elizabeth J. Tisdell. *Qualitative Research: A Guide to Design and Implementation*. Edisi ke-4. San Francisco: Jossey-Bass, 2016.
- Miles, Matthew B., dan A. Michael Huberman. *Analisis Data Kualitatif*. Jakarta: UI Press, 2014.
- Miles, Matthew B., A. Michael Huberman, dan Johnny Saldaña. *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*. Edisi ke-3. Thousand Oaks: SAGE Publications, 2014.
- Mubarok, Hasan, dan Arif Rohman. "Sufism in Special Needs Education: A Case Study of Children with Disabilities in Islamic Boarding School." *Journal of Islamic Education* 11, no. 3 (Februari 2020): 95–110.
- Murniati. "Penerapan Mindfulness Untuk Menjaga Kesehatan Mental." *TAUJIHAT: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*.
- Napoli, Maria, Paul Rock Krech, dan Lynn C. Holley. "Mindfulness Training for Elementary School Students: The Attention Academy." *Journal of Applied School Psychology* 21, no. 1 (September 2005): 99–125.
- Nasr, Seyyed Hossein. *The Garden of Truth: The Vision and Promise of Sufism, Islam's Mystical Tradition*. San Francisco: HarperOne, 2007.
- Nur, Asriani. "Kemampuan Berbicara Anak Berkebutuhan Khusus: Studi Kasus Anak Tunagrahita di SLB PK & PLK." *Jurnal Ilmiah Multidisiplin AMSIR*, n.d.
- Nurhidayati. "Spiritual-Based Therapy for Children with Special Needs: A Case Study in East Java." *International Journal of Islamic Therapy* 9, no. 4 (Juli 2021): 150–164.
- Nurhayati, Citra. "Sejarah Pendirian Sekolah Terapi Mutiara Anak Bangsa." Dalam *Buku Profil Kelembagaan*, 12–15. Surabaya: Yayasan Cipta Daya Anak Negeri, 2023.
- Peneliti. "Observasi Langsung Kegiatan Terapi One-on-One." 4 November 2024 – 17 Desember 2024.
- Permadi, Komang Satya, et al. "Pengembangan Kecerdasan Spiritual Anak Sekolah Dasar." *Edukasi: Jurnal Pendidikan Dasar* 1, no. 2 (Desember 2020): 189. <https://doi.org/10.55115/edukasi.v1i2.923>.
- Pramita, Ni Kadek Laksmi Pradnya, et al. "Pengaruh Pemberian Terapi Okupasi Membuat Handcraft Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia Di Banjar Denbantas." *Jurnal Keperawatan Sriwijaya* 10, no. 2 (Februari 2024): 22. <https://doi.org/10.32539/jks.v10i1.195>.
- Pratama, Giandra Ogy. "Peran Regulasi Emosi Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas VIII SMP." *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application* 8, no. 2 (Desember 2019): 120–121. <https://doi.org/10.15294/ijgc.v8i2.19693>.

- Puspitasari, Triara, dan Boko Susilo. "Implementasi Metode Dempster-Shafer Dalam Sistem Pakar Diagnosa Anak Tunagrahita Berbasis Web." Vol. 4 (2016): 2–3.
- Putri, Ratna, dan Mustika Darwis. "Spiritual Therapy for Children with Intellectual Disabilities: The Role of Islamic Practices." *Journal of Islamic Spiritual Therapy* 8, no. 1 (September 2022): 39–52.
- Rahmania, Farra Anisa, dkk. "Hubungan Syukur dan Sabar terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Remaja." Vol. 24 (2019): 157–158.
- Rahmayanti, Ismi. "Guru PAI dan Kecerdasan Spiritual Anak Tunagrahita." *IQ (Ilmu Al-qur'an): Jurnal Pendidikan Islam* 1, no. 01 (Juli 2018): 28. <https://doi.org/10.37542/iq.v1i01.4>.
- Rahmawati, Laras. "The Effect of Mindfulness on Emotional and Social Development in Children with Intellectual Disabilities." *Journal of Disability and Mindfulness* 9, no. 1 (Maret 2023): 30–45.
- Reigada, Amelia, dan Nuria Cortada. "Member Checking in Qualitative Research: A Practical Guide." *International Journal of Qualitative Methods* 19 (2020): 1–10.
- Ridderinkhof, El, de Bruin, dan Ae Speckens. "Mindfulness-Based Interventions for Autism Spectrum Disorder: A Review of the Literature." *Journal of Clinical Psychology* 66, no. 4 (Januari 2020): 465–481.
- Sari, Nababan, dan Daulay. "Pengaruh Meditasi Mindfulness terhadap Perubahan Cemas / The Effect of Mindfulness Meditation on Anxiety Changes." 21–23.
- Sekolah Terapi Mutiara Anak Bangsa. Bagian Administrasi. "Data Jumlah Siswa Tunagrahita per Oktober 2024."
- . "Data Program Outing Class dari Kalender Akademik Tahun Ajaran 2024/2026."
- . "Profil Sekolah dan Dokumen Konfirmasi Wawancara Kepala Sekolah." 15 November 2024.
- Semple, Randy J., et al. "A Randomized Trial of Mindfulness-Based Cognitive Therapy for Children: Promoting Mindful Attention to Enhance Social-Emotional Resiliency in Children." *Journal of Child and Family Studies* 19, no. 2 (April 2010): 218–229. <https://doi.org/10.1007/s10826-009-9301-y>.
- Shita (Terapis Senior). Wawancara oleh Peneliti. Surabaya, 15 Januari 2025.
- Singh, Nirbhay N., et al. "Mindfulness Training for Parents and Their Children With ADHD Increases the Children's Compliance." *Journal of Child and Family Studies* 19, no. 2 (April 2010): 157–166. <https://doi.org/10.1007/s10826-009-9272-z>.

- Solihin, Mansur. "Penerapan Mindfulness Pada Anak Berkebutuhan Khusus: Pendekatan Dan Strategi." *Jurnal Pendidikan Inklusi* 4, no. 2 (Maret 2021): 123–135.
- Spradley, James P. *Participant Observation*. New York: Holt, Rinehart and Winston, 1980.
- Tashakkori, Abbas, dan Charles Teddlie. *Mixed Methodology: Combining Qualitative and Quantitative Approaches*. Thousand Oaks: SAGE Publications, 1998.
- Totsika, Vasiliki, dkk. "Mental Health Problems in Children with Intellectual Disability." *Lancet Child Adolesc Health* 6, no. 6 (April 2022): 432–444.
- Vitani, Raimonda Amayu Ida, Martha Gita Ongebele, dan Niken Setyaningrum. "Tinjauan Literatur: Terapi Spiritual (Doa Dan Relaksasi) Untuk Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2." *Jurnal Perawat Indonesia* 4, no. 3 (Desember 2020): 492. <https://doi.org/10.32584/jpi.v4i3.808>.
- Wulandari, Dyah Retno. "Strategi Pengembangan Perilaku Adaptif Anak Tunagrahita Melalui Model Pembelajaran Langsung." *journal.uny.*: 52–53.
- Yayasan Cipta Daya Anak Negeri. *Visi, Misi, dan Program Kerja Sekolah Terapi Mutiara Anak Bangsa*. Surabaya: Dokumen Internal, 2024.
- Yin, Robert K. *Case Study Research and Applications: Design and Methods*. Edisi ke-6. Thousand Oaks: SAGE Publications, 2018.
- Zylowska, Lidia, et al. "Mindfulness Meditation Training in Adults and Adolescents With ADHD: A Feasibility Study." *Journal of Attention Disorders* 11, no. 6 (Mei 2008): 737–746. <https://doi.org/10.1177/1087054707308502>.