

**PENGARUH TINGKAT KEBERSYUKURAN TERHADAP  
*PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA ANAK PANTI ASUHAN  
AL-MUSTAQIM KECAMATAN LAWANG**

**SKRIPSI**



**Oleh:**

**Zainur Rifky**

**NIM. 16410138**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
2021**

**HALAMAN JUDUL**

**PENGARUH KEBERSYUKURAN TERHADAP  
*PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* ANAK PANTI ASUHAN AL-  
MUSTAQIM KECAMATAN LAWANG**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana psikologi (S.Psi)

**Oleh:**

**Zainur Rifky**

**NIM 16410138**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**2021**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**PENGARUH KEBERSYUKURAN TERHADAP  
*PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA ANAK PANTI ASUHAN  
AL-MUSTAQIM KECAMATAN LAWANG**

**Oleh:**

**Zainur Rifky**

**NIM 16410138**

**Disetujui oleh:**

**Dosen Pembimbing**



**Dr Elok Halimatus Sa'diyah M.Si**

**NIP 1974051820052002**

**Mengetahui**

Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Sri Mahmudah, M.Si  
NIP. 19671029 199403 2 001

**PENGARUH KEBERSYUKURAN TERHADAP  
*PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA ANAK PANTI ASUHAN  
AL-MUSTAQIM KECAMATAN LAWANG**

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

Pada tanggal 12 April 2021

**Dosen Pembimbing**

**Penguji Utama**



**Dr Elok Halimatus Sa'diyah M. Si**

**NIP 1974051820052002**



**Muhammad Jamaluddin M. Si**

**NIP 198011082008011007**

**Ketua Penguji**



**Hilda Halida M. Psi**

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan memperoleh gelar

Sarjana Psikologi pada tanggal 12 April 2021

Mengesahkan,  
Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Siti Mahmudah, M. Si  
NIP. 19671029 199403 2 001

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama: Zainur Rifky

Nim: 16410138

Fakultas: Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **“Pengaruh Kebersyukuran terhadap *psychological well-being* anak Panti Asuhan Al-Mustaqim Kecamatan Lawang”** adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada klaim dari pihak lain bukan merupakan tanggungjawab Dosen pembimbing dan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 10 Maret 2021

Penulis



Zainur Rifky

NIM 16410138

## **MOTTO**

Bunga yang indah tidak akan tumbuh di kebun manapun  
hingga merasakan penderitaan dari hantaman hujan  
(Al Buhturi)

Tanpa yang pahit yang manis tidaklah manis.

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

Sepasang pelita yang telah menuntunku dari kehidupan yang gelap menuju kehidupan  
yang lebih berwarna

Sepasang matahari yang telah menunjukkan jalan dan segala warna-warni kehidupan  
ini.

Mereka tak lain yaitu kedua orang tua

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT yang selalu memberikan rahmat dan hidayah nya sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi yang berjudul “pengaruh kebersyukuran terhadap *psychological well-being* pada anak Panti Asuhan Al-Mustaqim Kecamatan Lawang”. Sholawat serta salam setinggi-tingginya kepada Rasulullah SAW yang telah membawa ajaran islam dan selalu kita nantikan syafaatnya di hari akhir kelak. Penulis menyadari bahwa skripsi yang disusun selama beberapa bulan ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari beberapa pihak, sehingga dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof Dr H Abdul Haris M. Ag selaku Rektor UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Dr Siti Mahmudah M. Si selaku Dekan Fakultas Psikologi yang tak henti-hentinya memberikan motivasi dan mengobarkan semangat kepada seluruh mahasiswanya
3. Dr Elok Halimatus Sa'diyah M. Si selaku dosen pembimbing di sela-sela kesibukannya bersedia diganggu waktunya untuk memberikan bimbingan, arahan, saran dan motivasi selama proses penyusunan skripsi
4. Dr Hj Rifa Hidayah M. Si selaku Dosen wali penulis yang selalu memberikan arahan selama penulis menjadi mahasiswa
5. Ibu Hilda Halida M. Psi dan Bapak M. Jamaludin M. Si selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dan saran terhadap skripsi ini
6. Seluruh sivitas akademik Fakultas psikologi yang telah memfasilitasi saya selama kuliah, terkhusus bapak dan ibu dosen terima kasih atas ilmu, motivasi serta inspirasi yang telah diberikan
7. Teman-teman Psikologi angkatan 2016 yang telah kebersamai penulis selama perkuliahan



8. Teman-teman dan kakak-kakak di UPKM Halaqah Ilmiah, komunitas Stiver DC, dan komunitas Jejak Pengabdian Indonesia Chapter Malang yang telah memberikanku ruang untuk berbagi dan memberikanku pengalaman yang luar biasa
9. Ibu Hj Ruhani selaku pengasuh Panti Asuhan Al-Mustaqim beserta keluarga yang telah memberikan izin penulis untuk melakukan penelitian ini, Kepada segenap pengurus yang telah mendampingi selama proses penelitian berlangsung, dan untuk seluruh adek-adek Panti Asuhan Al-Mustaqim yang telah bersedia dan meluangkan waktunya untuk menjadi responden dalam penelitian ini
10. Semua pihak yang telah membantu kelancaran proses penelitian ini yang tidak bisa saya sebutkan satu-persatu

Akhir kata, penulis menyadari bahwa karya tulis ini masih jauh dari kata sempurna. Kritik dan saran sangat dibutuhkan guna memperbaiki skripsi ini. Semoga dengan adanya penelitian yang sederhana ini dapat membantu semua pihak terkhusus bagi pemerhati anak dan bagi kemajuan ilmu pengetahuan. aamiin

Malang, 10 Maret 2021

Zainur Rifky

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	iv
MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR DIAGRAM .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
ABSTRAK.....	xvi
ABSTRACT.....	xvii
مختصرة نبذة .....	xviii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian .....	9
D. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II.....	11
KAJIAN PUSTAKA.....	11
A. <i>Psychological well-being</i> .....	11
1. Pengertian.....	11
2. Faktor Kesejahteraan Psikologis .....	13
3. Aspek Kesejahteraan Psikologis .....	15

B. Kebersyukuran .....	17
1. Pengertian.....	17
2. Aspek Kebersyukuran.....	19
C. Kebersyukuran dan <i>Psychological well-being</i> dalam Perspektif Islam .....	21
D. Pengaruh Kebersyukuran terhadap Kesejahteraan Psikologis .....	27
E. Hipotesis.....	29
BAB III.....	30
METODE PENELITIAN .....	30
A. Jenis Penelitian.....	30
B. Identifikasi Variabel .....	30
C. Responden Penelitian .....	31
D. Metode Pengumpulan Data.....	31
E. INSTRUMEN PENELITIAN.....	32
F. METODE ANALISA DATA .....	34
BAB IV.....	40
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	40
A. Lokasi dan Pelaksanaan Penelitian .....	40
1. Gambaran umum Lokasi Penelitian .....	40
2. Pelaksanaan Penelitian .....	40
B. Hasil Penelitian.....	41
1. Uji Linieritas .....	41
2. Uji Deskripsi .....	42
3. Aspek Pembentuk Utama .....	46
4. Uji Hipotesa.....	47
5. Hasil Uji Beda .....	48
6. Kontribusi Kebersyukuran terhadap <i>Psychological well-being</i> .....	50
C. Pembahasan.....	50
BAB V.....	56
PENUTUP.....	56
A. Kesimpulan.....	56

B. Saran .....	56
DAFTAR PUSTAKA .....	59

## DAFTAR TABEL

tabel 3.1 alternatif jawaban 1 .....	33
tabel 3.2 blueprint angket pwb 1.....	34
tabel 3.3 blueprint angket kebersyukuran 1.....	34
tabel 3.4 validitas kebersyukuran 1 .....	35
tabel 3.5 validitas PWB 1 .....	35
tabel 3.6 reliabilitas PWB 1 .....	36
tabel 3.7 reliabilitas kebersyukuran 1.....	37
tabel 4.1 uji linieritas 1.....	41
tabel 4.2 skor hipotetik 1 .....	42
tabel 4.3 deskriptif kebersyukuran 1 .....	43
tabel 4.4 deskriptif PWB 1 .....	44

tabel 4.5 pembentuk utama rasa syukur 1 .....	46
tabel 4.6 pembentuk utama PWB 1 .....	46
tabel 4.7 hasil R square 1 .....	47
tabel 4.8 hasil ANOVA 1 .....	48
tabel 4.9 hasil uji simultan 1 .....	48
tabel 4.10 hasil uji T 1 .....	49
tabel 4.11 kontribusi rasa syukur ke PWB 1 .....	50

## DAFTAR DIAGRAM

Diagram 4.1 deskriptif kebersyukuran 1.....	43
diagram 4.2 deskriptif PWB 1 .....	45

## DAFTAR LAMPIRAN

lampiran 1. angket 1 .....	64
lampiran 2 surat izin penelitian 1 .....	68
lampiran data responden penelitian 1.....	69
lampiran 4 data mentah 1.....	70
lampiran 5 uji reliabilitas 1.....	74
lampiran 6 uji deskripsi 1 .....	79
lampiran 7 uji normalitas 1 .....	80
lampiran 8 uji linieritas 1 .....	81
lampiran 9 uji beda 1 .....	82
lampiran 10 uji hipotesa 1 .....	84
lampiran 11 wawancara awal 1 .....	86

## ABSTRAK

Rifky, Zainur, 16410138, Pengaruh Kebersyukuran terhadap *Psychological well-being* pada anak Panti Asuhan Al-Mustaqim Kecamatan Lawang, *skripsi*, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2021

---

Pembimbing: Dr Elok Halimatus Sa'diyah M. Si

Kata kunci: kebersyukuran, kesejahteraan psikologis, anak panti asuhan

Kesejahteraan psikologis merupakan hal yang diinginkan oleh semua orang tidak terkecuali anak-anak yang tinggal di Panti Asuhan. Pentingnya kesejahteraan psikologis karena berhubungan dengan berjalannya kehidupan seseorang. Tinggi rendahnya kesejahteraan psikologis seseorang dipengaruhi oleh berbagai hal, salah satunya adalah tingkat rasa syukur.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui 1) tingkat kebersyukuran 2) tingkat kesejahteraan psikologis 3) apakah ada pengaruh kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis pada anak Panti Asuhan Al-Mustaqim. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis regresi sederhana. Hasil uji Validitas dan Reliabilitas skala kebersyukuran menghasilkan 15 item dari 18 item dinyatakan Valid dengan Reliabilitas 0,680, sedangkan untuk kesejahteraan psikologis 18 dari 27 item dinyatakan valid dengan Reliabilitas 0,627.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 15,5% responden memiliki tingkat kebersyukuran tinggi, 67,2% berada pada tingkat kebersyukuran sedang dan 17,2% memiliki tingkat kebersyukuran rendah. Pada kesejahteraan psikologis 12,1% responden memiliki tingkat kesejahteraan yang tinggi, 72,4% memiliki tingkat kesejahteraan sedang dan 15,5% memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah. Hasil uji hipotesa menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis sebesar 17,2% dengan signifikansi sebesar 0,001. Kesimpulan dari penelitian ini adalah kebersyukuran berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis pada anak Panti Asuhan Al-Mustaqim.



## **ABSTRACT**

Rifky, Zainur, 16410138, The Effect of Gratitude on Psychological well-being in Al-Mustaqim Orphanage, Lawang District, Thesis, Faculty of Psychology, Maulana Malik Ibrahim State Islamic University Malang, 2021

---

Advisor: Dr Elok Halimatus Sa'diyah M. Si

Keywords: gratitude, psychological well-being, orphanage children

Psychological well-being is what everyone wants, including the children who live in the orphanage. The importance of psychological well-being because it relates to the progress of a person's life. The level of psychological well-being of a person is influenced by various things, one of which is the level of gratitude.

This study aims to determine 1) the level of gratitude 2) the level of psychological well-being 3) whether there is an effect of gratitude on the psychological well-being of the Al-Mustaqim Orphanage. This study uses a quantitative approach with simple regression analysis techniques. The results of the validity and reliability test of the thanksgiving scale resulted in 15 items of 18 items declared valid with a reliability of 0.680, while for psychological well-being 18 out of 27 items were declared valid with a reliability of 0.627.

The results showed that 15.5% of respondents had a high level of gratitude, 67.2% were at a moderate level of gratitude and 17.2% had a low level of gratitude. In terms of psychological well-being, 12.1% of respondents have a high level of welfare, 72.4% have a moderate level of welfare and 15.5% have a low level of psychological well-being. The results of the hypothesis test show that there is an effect of gratitude with psychological well-being of 17.2% with a significance of 0.001. The conclusion of this study is that gratitude has a positive and significant effect on the psychological well-being of the Al-Mustaqim Orphanage.

### مختصرة نبذة

أطروحة ، لاوانج منطقة ، للأيتام المستقيم دار في النفسي الرفاه على الامتتان أثر ، 16410138 ، زينور ، ريفكي  
2021 ، الحكومية الإسلامية مالانج جامعة ، إبراهيم مالك مولانا ، النفس علم كلية ،

---

م سعدية حليماتوس إيلوك .د :المستشار

اليتامى اطفال ، النفسي الرفاه ، الامتتان :الاساسية المفردات

لأنها النفسية الرفاهية أهمية .الأيتام دار في يعيشون الذين الأطفال ذلك في بما ، الجميع يريده ما هو النفسي الرفاه  
الامتتان مستوى بينها من ، مختلفة بأشياء للإنسان النفسية الرفاهية مستوى يتأثر .الإنسان حياة بتقدم تتعلق

للامتتان تأثير هناك كان إذا ما (3 النفسية الرفاهية مستوى (2 الامتتان مستوى (1 تحديد إلى الدراسة هذه تهدف  
أسفرت .البسيطة الانحدار تحليل تقنيات مع كمياً نهجاً الدراسة هذه تستخدم .المستقيم أيتام لدار النفسية الحالة على  
صلاحيتها عن الإعلان تم عنصراً 18 من عنصراً 15 عن الشكر عيد لمقياس والموثوقية الصلاحية اختبار نتائج  
0.627. بمصادقية عنصراً 27 أصل من عنصراً 18 صحة عن الإعلان تم بينما ، 0.680 بمصادقية

من متوسط مستوى أبدوا 67.2% و ، الامتتان من عالية درجة أبدوا المبحوثين من 15.5% أن النتائج أظهرت  
من عال مستوى لديهم 12.1% ، النفسي الرفاه حيث من .الامتتان من منخفض مستوى أبدوا 17.2% و الامتتان  
النفسية الرفاهية من منخفض مستوى لديهم 15.5% و الرفاهية من متوسط مستوى لديهم 72.4% ، الرفاهية  
وخلصت .1.001 دلالة مع 17.2% بنسبة النفسية للصحة للامتتان تأثيراً هناك أن الفرضية اختبار نتائج أظهرت  
المستقي أيتام لدار النفسية الحالة على وهام إيجابي تأثير له الامتتان أن إلى الدراسة هذه

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Setiap individu pasti menginginkan mencapai kebahagiaan dengan hidup yang sejahtera. Sejahtera tidak hanya secara fisik namun juga sejahtera secara psikologis. Sejahtera secara psikologis ini dikenal dengan istilah *psychological well-being*.

Menurut Pinguart & Sorenson (2000), *Psychological well being* merupakan keadaan yang diperoleh dari lingkungan disekitar individu dengan perasaan yang menyenangkan. Kebahagiaan juga diartikan bentuk keadaan yang harmonis, sejahtera (*well being*) dan kepuasan hati, yaitu kepuasan yang diperoleh apabila kebutuhan yang diharapkan dapat terpenuhi.

Menurut Akhtar (2009) *psychological well-being* dapat membantu anak khususnya remaja untuk menumbuhkan emosi positif, merasakan kepuasan hidup dan kebahagiaan, mengurangi depresi dan perilaku negatif. Konsep *Psychological well-being* adalah kemampuan seseorang untuk menerima diri apa adanya, membentuk hubungan yang baik dengan orang lain, memiliki kemandirian dalam menghadapi lingkungan sosial, mengontrol lingkungan eksternal, menetapkan tujuan hidup dan merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu. Kemampuan tersebut dapat diupayakan dengan cara menfokuskan pada realisasi diri, pernyataan diri dan pengaktualisasian dirinya sehingga dapat berfungsi positif (Ryff, 1989).

*Psychological well-being* sangat penting dimiliki oleh semua orang tidak terkecuali mereka yang berusia remaja dan anak-anak. *Psychological well-being* dapat membantu menumbuhkan emosi positif, mengurangi depresi dan perilaku maladaptif (Fredrickson, 2001). Hal ini bermanfaat untuk mendukung gagasan, mempromosikan kekuatan dan kapabilitas individu serta terhindar dari gejala tekanan psikologis dan dapat mengoptimalkan prestasi belajarnya (Moe, 2012) Kurangnya kebahagiaan pada

usia anak dan remaja dikarenakan belum tercapainya *psychological well-being* sehingga dapat menimbulkan perilaku yang negatif seperti penyimpangan sosial, penyalahgunaan alkohol dan obat-obatan terlarang, terlibat aksi kriminalitas, kurangnya rasa empati, pergaulan bebas, hingga kegagalan dalam pendidikan (Suldo & Fever, 2015).

Pentingnya *psychological well-being* pada usia anak dan remaja ternyata tidak sejalan dengan realita yang ada di Indonesia. Remaja di Indonesia masih memiliki *psychological well-being* yang belum optimal dikarenakan tingkat kenakalan remaja di Indonesia ternyata masih cukup tinggi (Prabowo, 2017). Data yang diungkap oleh KPAI menunjukkan bahwa 26.954 kasus kenakalan yang melibatkan anak terjadi sekitar 7 tahun terakhir.

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well-being*, salah satunya adalah dukungan sosial dari lingkungan terdekat terutama keluarga. Keluarga merupakan unsur yang sangat utama yang melakukan sosialisasi nilai, norma, dan tujuan (Sabarsiman, 2015). Hal ini sangat membantu untuk menekan dan menangani perilaku kenakalan remaja.

Tidak semua anak ternyata beruntung tinggal bersama dengan keluarganya. Ada dari mereka yang justru harus dititipkan dalam lembaga Panti Asuhan karena adanya permasalahan dalam keluarga mereka. Banyak alasan yang membuat mereka harus tinggal di Panti Asuhan, seperti telah kehilangan salah satu dari orang tuanya bahkan keduanya. Secara psikologis mereka lebih rentan terhadap goncangan hidup karena telah ditinggal oleh orang tuanya, padahal mereka belum dewasa (Rozak 2009).

Panti Asuhan adalah suatu lembaga usaha kesejahteraan sosial yang mempunyai tanggung jawab untuk memberikan pelayanan kesejahteraan sosial kepada anak – anak terlantar serta melaksanakan penyantunan dan pengentasan anak terlantar yang memberikan pelayanan pengganti atau perwalian anak dalam memenuhi kebutuhan fisik, mental dan sosial pada anak asuh, sehingga memperoleh kesempatan

yang luas, tepat dan memadai bagi perkembangan kepribadiannya sesuai dengan yang diharapkan (Depsos, 2005). Dalam UU no 4 tahun 1979 pasal 2 ayat 1 jelas bahwa anak-anak berhak untuk mendapatkan perawatan, asuhan, kesejahteraan dan bimbingan berdasarkan kasih sayang yang baik dalam keluarganya maupun tempat asuhan khusus untuk tumbuh dan berkembang secara wajar.

Di Panti Asuhan sendiri ternyata tidak hanya dihuni oleh anak yang tidak memiliki keluarga. Berbagai alasan yang menyebabkan mereka harus tinggal di Panti Asuhan, seperti ditelantarkan oleh kedua orang tuanya atau keterbatasan secara ekonomi. Menurut Hilfin (dalam Budiani & Lesmana, 2013) berbagai peristiwa yang dialami oleh anak maupun remaja tersebut akan mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka yang tinggal di Panti Asuhan.

Data yang dihimpun oleh kementerian sosial dan UNICEF pada tahun 2006 diketahui bahwa Panti Asuhan di Indonesia terdapat sekitar 5000 hingga 8000 lembaga yang dihuni sekitar setengah juta anak, namun hanya 6% anak yang benar-benar yatim piatu. Sisanya masih memiliki salah satu bahkan kedua orang tuanya. Anak-anak tersebut ditempatkan di Panti Asuhan kebanyakan karena keterbatasan ekonomi orang tua. Hal ini dilakukan agar memastikan si anak tersebut dapat mengakses pendidikan. Oleh karena itu mayoritas Panti Asuhan yang ada di Indonesia memberikan pelayanan pendidikan ke anak asuhnya, bukan pengasuhan (kemensos, 2008).

Beberapa penelitian sebelumnya menemukan bahwa perkembangan anak dan remaja yang diasuh dalam institusi pengasuhan menunjukkan permasalahan perilaku eksternal yang lebih tinggi seperti agresivitas, anti sosial, hiperaktivitas dan kesulitan emosional (Elish, Fisher, & Zaharie, 2004). Penyediaan lingkungan seperti rumah dan adanya peran keluarga dalam Panti Asuhan memiliki dampak positif terhadap perkembangan mental dan sosial anak (Lassid, Mahmud, Syed & Janjua, 2010).

Menurut Nawir (2008) pada kenyataannya kualitas pengasuhan dalam Panti Asuhan ditemukan sangat kurang. Hampir semua ditujukan kepada kebutuhan kolektif,

seperti kebutuhan sehari-hari. Sementara kebutuhan emosional dan pertumbuhan anak-anak kurang dipertimbangkan.

Hal ini juga dijelaskan dalam hasil penelitian Margareth (dalam Hurlock, 1999) yang menunjukkan bahwa perawatan anak di Panti Asuhan masih sangat kurang layak, karena anak dipandang sebagai makhluk biologis, bukan sebagai makhluk psikologis dan makhluk sosial. Selain pemenuhan kebutuhan fisiologis, anak juga membutuhkan kasih sayang untuk pemenuhan kebutuhan psikologisnya serta hubungan dengan lingkungannya sebagai kebutuhan sosial

Terkait penelitian *psychological well-being* pada anak Panti Asuhan dilakukan oleh Nita Septiani (2013) ditemukan bahwa terdapat 51,8% responden yang memiliki skor di bawah rata-rata skor kelompok berdasarkan persebaran skor *psychological well being*. Artinya responden dianggap memiliki penilaian yang negatif terhadap pengalaman dan kualitas hidupnya yang dilihat dari keenam dimensinya atau dapat juga disebabkan oleh beberapa faktor lainnya. Hal ini dimungkinkan terjadi karena kurangnya aspek pengasuhan yang memadai di Panti Asuhan. Hal ini dikarenakan mayoritas Panti Asuhan pelayanan utamanya adalah akses pendidikan bukan pengasuhan. Dalam situasi kesulitan ekonomi yang dialami orang tua, orang tua lebih memilih memasukkan anaknya ke dalam lembaga pengasuhan, namun banyak kasus anak di Panti Asuhan tidak mampu mempertahankan hubungan dengan keluarganya.

Hasil dari beberapa penelitian tersebut sangat relevan dengan hasil temuan peneliti di lapangan. Dari hasil temuan yang peneliti peroleh di salah satu Panti Asuhan yang berada di Kota Malang, didapatkan bahwa ada anak yang cenderung pasif dan selalu minder dengan teman-temannya yang tinggal di Panti tersebut. Selain itu, ada juga dari mereka yang mencari perhatian kepada orang disekitarnya bahkan orang yang berasal dari luar. Ada juga dari mereka yang mudah tersinggung dan marah sehingga sering memicu pertengkaran antar anak se-panti.

Hasil temuan tersebut juga senada dengan yang peneliti jumpai di Pantti Asuhan Al-Mustaqim Kecamatan Lawang. Menurut penuturan beberapa anak yang berbincang dengan peneliti ditemukan bahwa ada anak yang memiliki indikasi *psychological well-being* yang rendah. Hal ini terlihat dari sikapnya yang pasif, pendiam, dan cenderung menutup diri. Ada juga anak yang diketahui seringkali melakukan pelanggaran seperti tidak mengikuti sholat jamaah, tidak mengikuti kegiatan mengaji, tidak mengikuti diniyah, bahkan melarikan diri dari pantti tersebut.

Seperti ketika peneliti berbincang dengan salah satu anak pantti yang ketika ditanya oleh peneliti wajahnya terlihat murung dan nada bicaranya ditekan yang mengindikasikan anak tersebut menyimpan masalah (*hasil wawancara terlampir*).

Anak lain menuturkan bahwa ada 2 anak yang ketahuan melarikan diri dari pantti tersebut dikarenakan tidak kerasan. Itu artinya, tidak adanya keterbukaan dan kepercayaan dari anak Pantti Asuhan terhadap *peer* atau teman sebaya. Hal ini disebabkan karena anak tersebut tidak mampu membentuk hubungan yang positif dengan orang lain dan kurangnya penerimaan diri anak yang tinggal di Pantti Asuhan. Ketika anak tersebut ditanya tentang dirinya apakah memiliki niat melarikan diri anak tersebut menjawab bahwa dia sedang menuntut ilmu dan merasa senang karena banyak temannya. Seperti penuturannya berikut

“Disini banyak temannya kak. Bisa main rame-rame” (hasil wawancara tanggal 29 Juni 2020)

Ada juga anak yang menuturkan bahwa dirinya dan beberapa temannya seringkali mendapatkan hukuman karena beberapa pelanggaran yang mereka lakukan. Pelanggaran yang biasanya terjadi yaitu terlambat dan tidak mengikuti sholat jamaah, tidak mengikuti mengaji pagi dan kegiatan Diniyah. Seperti penuturan salah satu anak pantti berikut

“Aku sama temen-temen yang lain sering dapat hukuman kak. Soalnya kan disini kegiatan harus ikut semua dan gak boleh telat. Biasanya kena

hukuman karena telat sholat jamaah sama gak ikut jamaah. Ada juga yang gak ikut ngaji pagi”

“Biasanya hukumannya diapain?”

“Dihukum *gepuk*, dipukul gitu lho kak sama kayu. Beberapa kali tergantung kesalahannya.” (Hasil wawancara tanggal 29 Juni 2020)

Kebanyakan dari mereka memang sangat aktif. Mereka menceritakan sehari-hari mereka dihabiskan dengan bermain dengan teman-temannya ketika waktu senggang. Banyak kegiatan sehari-hari yang harus diikuti oleh anak-anak Panti Asuhan ini seperti sekolah, mengaji, dan Madrasah Diniyah. Sekolah tidak dilakukan tatap muka diakibatkan pandemi COVID-19. Untuk kegiatan Madrasah Diniyah dan mengaji tetap dilakukan seperti biasa. Seperti yang diungkapkan salah satu anak di panti berikut

“Biasanya kalo waktu senggang kayak gini main kak. Main bola, petak umpet atau polisi-polisian kak. Sekarang sekolahnya libur kak. Gatau masuknya kapan. Tapi kalo ngaji pagi sama sekolah diniyah nya tetap masuk”

“Kalo sekolah biasanya pulang jam berapa?”

“Jam 4 kak, itu kalo sekolah Diniyah masuknya jam setengah 2. Kalo sekolah pagi pulang nya jam 11, masuknya jam 7”

“Kalo malam kegiatannya ngapain?”

“Belajar kak. Habis itu tidur.” (Hasil wawancara tanggal 29 Juni 2020)

Peneliti juga sempat melakukan wawancara dengan salah satu pengurus Panti. Menurut penuturan salah satu pengurus dan data anak Di Panti Asuhan tersebut tidak semua dari anak-anak yang tinggal adalah anak yatim piatu. Ada pula dari mereka yang merupakan kaum dhuafa. Bahkan, ada juga dari anak-anak tersebut yang ditelantarkan oleh orang tuanya dan sengaja dititipkan di panti asuhan ini. Seperti kutipan jawaban salah satu pengurus sebagai berikut:

“Jadi disini tidak semua dari anak-anak disini yatim-piatu mas. Kebanyakan dari mereka berasal dari kaum Dhuafa. Dan anak-



anak disini berasal dari berbagai daerah, Mas. Setelah Hari Raya Idul Fitri kemarin baru masuk anak dari daerah Papua” (hasil wawancara dengan pengurus Panti Asuhan Al-Mustaqim tanggal 29 Juni 2020)

Setiap anak dan remaja pada dasarnya menginginkan semua kebutuhannya terpenuhi dengan baik. Terpenuhinya kebutuhan tersebut akan menimbulkan keseimbangan dan keutuhan pribadi. Sehingga mereka akan memperoleh kepuasan hidup, perasaan gembira, harmonis dan produktif. Jika kebutuhan mereka tidak terpenuhi mereka akan merasakan ketidak puasan, marah hingga frustrasi sehingga dapat merugikan diri sendiri dan orang lain. Hal ini dapat berpengaruh terhadap *psychological well-being* yang mereka miliki. Karena kondisi psikologi yang dikatakan sejahtera dan sehat mentalnya apabila individu merasa puas dalam mencapai keinginannya dan merasakan hal yang positif dalam dirinya.

Peran lembaga Panti Asuhan hanyalah sebagai pengganti fungsi orang tua, tidak bisa menjadi seperti peran orang tua seutuhnya. Dimana, apabila anak tinggal bersama orang tua kandung mereka, mereka akan mendapatkan perhatian, pengawasan dan kasih sayang secara utuh dari orang tua. Berbeda halnya dengan anak yang tinggal di Panti asuhan, mereka yang tinggal di panti asuhan dengan jumlah yang banyak yang hanya diasuh oleh beberapa pengasuh yang membuat perhatian, pengawasan dan kasih sayang yang diberikan oleh orang tua asuh tidaklah sama dengan perhatian yang diberikan oleh orang tua kandung. Dengan demikian artinya, anak yang tinggal di Panti asuhan itu kurang memiliki perhatian, pengawasan dan kasih sayang dari orang tua asuh mereka.

Setiap anak pasti membutuhkan pengembangan pada diri mereka. Pengembangan diri yang mereka lakukan akan bisa terwujud jika mereka mengenal diri mereka sendiri secara positif dan memiliki emosi yang positif. Emosi positif memiliki pengaruh yang meluas, membangun serta menetap. Emosi positif ini akan

membantu mereka memiliki perkembangan yang menggembirakan, baik bagi si anak maupun orang tuanya. Hal pertama dari 3 prinsip emosi positif adalah emosi tersebut dapat memperluas dan membangun kemampuan intelektual, sosial dan fisik. Ketiga hal tersebut merupakan hal yang penting bagi anak untuk berkembang lebih baik di masa depannya. Evolusi menjadi emosi positif ini sangatlah penting dalam pertumbuhan dan perkembangan seorang anak.

Dalam kondisi anak-anak Panti Asuhan yang kurang beruntung, sangat penting bagi mereka untuk menanamkan rasa bersyukur agar mereka dapat menerima diri mereka sendiri. Tingkat kebersyukuran ini akan membantu anak Panti Asuhan dalam membentuk identitas pada diri mereka. Hal ini karena setiap manusia terlahir tidak bisa memilih dari keluarga mana mereka terlahir, termasuk mereka. Mereka juga tidak ingin terlahir dalam keluarga yang tidak lengkap, *broken home*, dan keluarga yang bermasalah lainnya.

Syukur adalah bentuk rasa terima kasih seorang individu terhadap segala sesuatu yang terjadi dalam kehidupannya. Termasuk respon kegembiraan dan kecenderungan melihat kehidupannya sebagai anugerah. Kebersyukuran merupakan konstruksi kognitif, emosi dan perilaku (Emmons, 2007).

Salah satu hal yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah kebersyukuran. Menurut Hawort (1997) *psychological well-being* dapat ditingkatkan salah satunya melalui rasa Syukur. Hal ini dikarenakan bahwa tingkat kebersyukuran memiliki hubungan yang besar terhadap *psychological well-being* yaitu penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, penerimaan diri, hubungan positif dan tujuan hidup (Wood dkk, 2009). Korelasi ini menunjukkan bahwa rasa syukur merupakan prediktor penting dari *psychological well-being*. Dinamika antara kebersyukuran dan *psychological well-being* adalah semakin meningkatnya perasaan emosi positif dari seseorang (seperti sikap memaafkan, mendukung, dan bersyukur) maka individu juga

mampu mengembangkan hubungan interpersonal yang positif bagi orang lain dan lingkungannya (Bono, Emmons, & McCullough, 2012)

Hal ini ditunjukkan oleh penelitian yang dilakukan oleh McCullough & Emmons (2003) yang berjudul *counting blessings versus burdens: an experimental investigation of gratitude and subjective wellbeing* menunjukkan bahwa individu yang memiliki syukur yang tinggi akan memiliki kebahagiaan yang tinggi pula karena memiliki afeksi positif sehingga ada kecenderungan lebih puas dan optimis. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang berjudul “Hubungan tingkat Religiusitas dan tingkat Kebersyukuran terhadap *psychological well-being* pada Lansia di Pesantren Lansia Ketapang Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang” dapat diketahui bahwa ada hubungan positif antara tingkat kebersyukuran dengan *psychological well-being*. Demikian pula pada penelitian *psychological well-being* pada Remaja di Panti Asuhan X Bekasi” juga menunjukkan adanya hubungan positif antara kebersyukuran dengan *psychological well-being*.

Berdasarkan paparan diatas, peneliti ingin mengangkat penelitian skripsi yaitu **“Pengaruh tingkat kebersyukuran terhadap *psychological well-being* pada anak Panti Asuhan Al-Mustaqim Lawang”**.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat kebersyukuran pada anak Panti Asuhan Al-Mustaqim?
2. Bagaimana tingkat *psychological well-being* pada anak Panti Asuhan Al-Mustaqim?
3. Apakah Kebersyukuran memiliki pengaruh terhadap *psychological well-being* pada anak Panti Asuhan Al-Mustaqim?

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui tingkat kebersyukuran pada anak panti asuhan Al-Mustaqim
2. Mengetahui tingkat *psychological well-being* pada anak panti asuhan Al-Mustaqim
3. Mengetahui pengaruh tingkat kebersyukuran dan *psychological well-being* pada anak panti asuhan Al-Mustaqim

#### D. Manfaat Penelitian

##### 1. Manfaat teoritis

Menambah wawasan dalam Ilmu Psikologi, terutama Psikologi Positif dalam hal tingkat kebersyukuran dan tingkat *psychological well-being* pada anak Panti Asuhan yang tanggung jawab pengasuhannya berada dalam lembaga Panti Asuhan.

##### 2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi masukan, saran,serta informasi yang dapat membangkitkan semangat individu terutama anak-anak yang tinggal di Panti Asuhan. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan gambaran secara umum kepada masyarakat dan secara khusus bagi para pemerhati anak dan profesi terkait tentang kondisi anak-anak yang tinggal di Panti Asuhan terutama dalam hal kebersyukuran dan *psychological well-being*.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. *Psychological well-being*

##### 1. Pengertian

Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) merupakan integrasi teori perkembangan manusia, dan konsep mengenai kesehatan mental. Kesejahteraan Psikologis menurut Ryff (dalam Inawati, 2005) adalah hasil evaluasi atau penilaian seseorang terhadap dirinya yang diperoleh dari hasil evaluasi atas pengalaman hidupnya. Evaluasi terhadap pengalaman akan menyebabkan seseorang menjadi pasrah terhadap keadaan dan menyebabkan *psychological well-being*-nya menjadi rendah.

Ryff (Ninawati & Iriana, 2005) mendefinisikan *psychological well-being* adalah suatu kondisi seseorang bukan hanya terbebas dari tekanan atau masalah mental saja, tetapi kondisi seseorang itu sendiri maupun masa lalu (*self acceptance*), pengembangan atau pertumbuhan diri (*personal-growht*), keyakinan bahwa hidupnya bermakna dan memiliki tujuan (*purpose in life*), memiliki kualitas hubungan positif dengan orang lain (*positive relationship with others*), kapasitas untuk membangun kehidupannya dan lingkungan secara efektif (*environmental mastery*), dan kemampuan untuk menentukan tindakan sendiri (*autonomy*). Menurut Corsini ( dalam Solihin, 2006), *psychological well being* adalah suatu keadaan individu yang baik termasuk kebahagiaan, *self esteem* dan kenyamanan serta kepuasan dalam hidup. Batram & Boniwell (2007) mengungkapkan bahwa *psychological well-being* berhubungan dengan kepuasan pribadi, *engagement*, rasa syukur, harapan, suasana hati, pemaknaan terhadap diri sendiri, harga diri, kegembiraan, kepuasan dan optimisme termasuk juga mengenali kekuatan dan mengembangkan bakat dan minat yang dimiliki. Menurut Doyne, Hanks dan MacDonald (1998) *psychological well-being* sebagai bentuk refleksi dari *happiness*, *emotional well-being*, dan *positive mental*

*health*. Menurut Huppert (2009) *psychological wellbeing* adalah mengenai hidup yang berjalan baik, yang merupakan gabungan dari hidup yang berjalan baik dan bagaimana individu berfungsi secara efektif (Purwanto, 2015).

Tercapainya Kesejahteraan Psikologis sama halnya dengan kesehatan mental yang dimana individu mampu menyesuaikan dengan diri sendiri orang lain maupun lingkungannya. Untuk dapat menyesuaikan dengan diri sendiri hendaknya individu mengenal dan menerima dirinya sebelum mengenal dan menerima orang lain. Individu yang dikatakan sehat secara mentalnya adalah individu yang menguasai segala faktor dalam hidupnya. Sehingga mereka dapat menghilangkan tekanan-tekanan perasaan dan hal yang membawa frustrasi. Adapun definisi lain mengenai kesehatan mental yaitu mencakup pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan dan memanfaatkan segala potensi, bakat dan pembawaan yang ada semaksimal mungkin sehingga membawa kebahagiaan bagi individu yang bersangkutan maupun orang lain (Ardani, 2012).

Ryff (1989) memberikan gambaran tentang karakteristik orang yang memiliki kesejahteraan psikologis merujuk pada konsep Maslow mengenai aktualisasi diri, pandangan Rogers mengenai individu yang dapat berfungsi secara penuh, pandangan Jung mengenai formulasi individuasi, dan pandangan dari Allport mengenai kematangan individu. Pandangan yang lain juga ada pada konsep Erickson yaitu pada individu yang mencapai *integration vs despair*, pencapaian kehidupan oleh Buhler, dan teori mengenai perubahan kepribadian pada lanjut usia.

Dari beberapa definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) adalah kemampuan seseorang dalam bersikap positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain, dapat membuat keputusan sendiri untuk kehidupannya, dapat mengatur tingkah lakunya sehingga memberi efek kepada lingkungannya yang sesuai dengan kebutuhannya, dapat membuat hidupnya lebih bermakna, mengembangkan diri, memiliki sikap optimis dalam menghadapi masalah.

*Psychological well-being* pada anak dan remaja merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kesejahteraan keluarga, yang berkaitan dengan dengan dengan kesehatan mental individu. Pada usia anak, mereka yang tinggal bersama orang tua kandung akan memiliki *psychological well-being* yang baik, karena mereka mendapatkan kasih sayang yang penuh dari orang tuanya. Berbeda dengan anak dan remaja yang struktur keluarga yang tidak utuh dan yang tidak mempunyai keluarga mereka beresiko tinggi mengalami problem kesehatan mental seperti depresi dan gangguan penyesuaian.

## **2. Faktor Kesejahteraan Psikologis**

Ryff (dalam Rahayu, 2008), *psychological well being* dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu:

### **a. Usia.**

Ryff menjelaskan bahwa dimensi penerimaan diri dan hubungan positif terhadap sesama tidak menunjukkan adanya perbedaan seiring dengan bertambahnya usia (Rahayu, 2008). Semakin bertambahnya usia individu tersebut ia semakin mengetahui kondisi yang terbaik bagi dirinya. Oleh karena itu individu juga semakin dapat mengatur lingkungannya menjadi yang terbaik dan sesuai dengan keadaan dirinya. Individu yang berada pada usia dewasa madya akan memiliki Nilai lebih pada dimensi tujuan hidup dan otonomi daripada dewasa awal dan dewasa akhir. Pada dimensi pengembangan pribadi usia dewasa awal memiliki Nilai yang tinggi dan akan terus menurun seiring memasuki fase dewasa madya dan dewasa akhir

### **b. Jenis Kelamin.**

Ryff (dalam Rahayu. 2008) berpendapat bahwa laki-laki berbeda signifikan dengan perempuan dalam dimensi hubungan positif terhadap orang lain. Stereotipe gender telah ditanamkan sejak dini baik dalam diri anak laki-laki maupun perempuan (Papalia, 2009). Tingkat *psychological well-being* secara

umum hampir sama namun wanita lebih tinggi pada hubungan positif dengan orang lain. Kelima dimensi lainnya tidak menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara pria dan wanita.

c. Status Sosial Ekonomi.

Individu yang memiliki status sosial ekonomi yang rendah akan cenderung suka membandingkan dirinya dengan orang lain yang memiliki status sosial ekonomi yang lebih tinggi dengan dirinya. Pada dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi kelompok dengan pendidikan yang lebih tinggi memiliki Nilai yang lebih tinggi pula. Hal ini juga terjadi ketika seseorang mendapatkan pekerjaan yang cukup layak bahkan tinggi.

d. Stres/ Kepribadian.

Stres pada seorang individu akan mempengaruhi tinggi rendahnya *psychological well being* pada seseorang (Rathi & Rastogi, 2007).

e. Budaya

Dimensi penerimaan diri lebih banyak terdapat pada budaya barat daripada budaya timur (Rahayu.2008). Sedangkan dimensi yang berorientasi pada orang lain seperti hubungan positif dengan orang lain lebih menonjol pada budaya timur.

f. Dukungan Sosial

Seseorang yang memiliki *psychological well being* yang tinggi dan positif sering dicirikan dengan sikap seseorang yang penuh kasih sayang, perhatian, rasa nyaman dan penghargaan diri dari orang lain. Dukungan sosial membantu perkembangan individu secara positif ataupun membantu individu dalam menyelesaikan masalah sehari-hari.



### 3. Aspek Kesejahteraan Psikologis

Dimensi kesejahteraan psikologis menurut Ryff (dalam Ryff dan Singer, 2008)

ada 6 yaitu:

a. Penerimaan diri (*Self-acceptance*),

Seseorang yang memiliki penerimaan diri ditunjukkan adanya karakteristik: memiliki sikap positif terhadap dirinya, mengakui dan menerima berbagai aspek yang ada dalam dirinya baik yang bersifat baik maupun buruk. Sedangkan seseorang yang tidak memiliki penerimaan diri dapat ditunjukkan dengan karakteristik: merasa tidak puas dengan dirinya, dan kecewa terhadap apa yang telah terjadi di masa lalu. Dimensi ini merupakan dimensi utama dari kesehatan mental.

b. Hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*),

Dimensi ini adalah cerminan dari kemampuan individu dalam menjalin hubungan yang hangat, saling percaya dan saling peduli akan kebutuhan individu lain. Kemampuan individu untuk mencintai dipandang sebagai hal yang utama dalam kondisi mental yang sehat. teori aktualisasi diri mengatakan konsep hubungan positif dengan orang-lain sebagai perasaan empati dan afeksiserta membina hubungan yang mendalam. salah satu ciri dari kriteria kematangan adalah menjalin hubungan yang hangat dengan orang lain. Teori perkembangan juga menekankan *intimacy* dan *generativity* sebagai tugas individu yang paling utama yang harus dicapai dalam tahap perkembangan tertentu. Individu yang memiliki hubungan positif dengan orang lain memiliki karakteristik: mempunyai kehangatan dan kepuasan, sedangkan yang tidak memiliki hubungan positif dengan orang lain mempunyai karakteristik: memiliki sedikit hubungan yang akrab dan saling percaya dengan orang lain, sulit terbuka, dan tidak peduli dengan orang lain.

c. Kemandirian (*autonomy*).

Otonomi adalah individu yang mandiri, yaitu individu yang dapat menentukan hal terbaik bagi dirinya sendiri. Setiap individu mempunyai *internal locus of evaluation* yaitu tidak mencari persetujuan dari individu lain akan tetapi mengevaluasi diri dengan standar yang telah ditetapkan. Pada dimensi ini Ryff menjelaskan tentang kemandirian, kemampuan menentukan diri sendiri dan kemampuan untuk mengontrol tingkah laku. Individu yang mencerminkan otonomi menunjukkan karakteristik: mampu mandiri dan tidak menunjukkan ketergantungan. Sedangkan individu yang belum memiliki otonomi ditunjukkan dengan karakteristik: seseorang yang tergantung pada harapan dan evaluasi orang lain.

d. Penguasaan terhadap lingkungan (*environmental mastery*).

Dimensi ini menggambarkan adanya suatu perasaan kompeten dan penguasaan dalam mengatur lingkungannya, memiliki minat yang kuat terhadap hal-hal yang diluarkannya dan berpartisipasi dalam berbagai aktivitas dan mampu mengendalikannya. Individu yang mampu menunjukkan penguasaan lingkungan: merasa mampu untuk mengatur lingkungannya. Sedangkan individu yang belum memiliki penguasaan pada lingkungan memiliki karakteristik: merasa kesulitan dalam mengatur hidupnya sehari-hari, kurangnya perhatian akan kesempatan yang ada di sekitarnya.

e. Tujuan hidup (*purpose in life*).

Tujuan hidup merupakan kondisi sehat mental sehingga memungkinkan individu untuk menyadari bahwa seseorang menyadari bahwa seseorang memiliki tujuan dalam kehidupan yang dijalannya serta mampu memberikan makna pada hidup yang dijalani.. Individu yang memiliki tujuan dalam hidup: memiliki tujuan dan perasaan terarah dalam hidupnya, merasa bahwa terdapat makna di kehidupan sekarang dan kehidupan yang telah lalu. Sedangkan seseorang yang tidak memiliki tujuan hidup: merasa kekurangan bermaknaan dalam hidup, tidak memiliki tujuan.

f. Pertumbuhan dan pengembangan pribadi (*personal growth*).

Dimensi ini merupakan *optimal psychological functioning* tidak hanya bermakna pada pencapaian pada karakteristik tertentu, tetapi bagaimana individu terus mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya, bertumbuh dan meningkatkan kualitasnya. Kebutuhan akan aktualisasi diri dan menyadari potensi diri merupakan perspektif utama dalam dimensi ini. Teori perkembangan juga menekankan pada pentingnya manusia untuk tumbuh dan menghadapi tantangan baru dalam setiap periode pada tahap perkembangan. Karakteristik yang menggambarkan pertumbuhan pribadi: memiliki perasaan akan perkembangan yang terus berlanjut, mampu melihat diri sebagai individu yang tumbuh dan berkembang. Adapun karakter yang tidak mewakili adanya pertumbuhan pribadi: adanya perasaan yang terhenti (*stagnation*), kurangnya keinginan untuk terus tumbuh dan berkembang, merasa bosan.

## **B. Kebersyukuran**

### **1. Pengertian**

Kebersyukuran (*Gratitude*) berasal dari bahasa latin *Gratia* yang berarti kelembutan, kebaikan hati atau terima kasih (Emmons & McCullough, dalam Lopez, Jenifer & Snyder, 2015). Pemikiran ini berkaitan dengan kebaikan, kemurahan hati, hadiah, keindahan sebuah pemberian dan penerimaan (Pruyser, dalam Lopez, Jenifer, & Snyder, 2005).

Syukur atau *Gratitude* adalah sebuah perasaan terima kasih dan rasa senang atas suatu respon penerimaan hadiah. Hadiah tersebut memberikan manfaat kepada seseorang atau kejadian yang membuat kedamaian (Peterson & Seligman, 2004, dalam Ishak:3).

Dalam Kamus Kontemporer Arab-Indonesia memiliki arti berterima kasih. Kata syukur berasal dari kata dasar *Syakara* yang berarti membuka nikmat. Lawan dari kata *kafara* yang berarti menutup. Membuka nikmat berarti menggunakannya pada tempat dan sesuai denganyang dikehendaki pemiliknya, juga menyebut nikmat dan pemberinya dengan lidah (Quraish Shihab, 2007).

Menurut Al Ghazali (Shohibah, 2013) Syukur merupakan sebuah konsep yang aktif, yang dilakukan secara total melalui lisan, hati, dan anggota badan. Syukur tidak hanya dengan kata-kata saja, tetapi juga berkesan dalam diri manusia.

Syukur adalah sebuah bentuk emosi, yang berkembang menjadi sebuah sikap, moral yang baik, kebiasaan, kepribadian, dan akhirnya mempengaruhi seseorang untuk menanggapi sesuatu hal yang terjadi (McCullog & Emmons, 2003)

Menurut Emmons (2007), Syukur adalah sifat atau kondisi berterima kasih, apresiasi sebuah kecenderungan atau keinginan membalas kebaikan. Rasa syukur memiliki kecenderungan untuk menghargai dan menikmati setiap kejadian dan pengalaman sehari-hari. Memiliki rasa syukur dapat mengubah seseorang menjadi lebih bijaksana, lebih baik, dan menciptakan keharmonisan antara dirinya dan lingkungan.

McCullog (2004) mendefinisikan kebersyukuran sebagai pengalaman seseorang ketika menerima sesuatu yang berharga, dan ungkapan seseorang ketika menerima perlakuan baik dari orang lain. Kebersyukuran juga merupakan konstruksi kognitif, emosi, dan perilaku (Emmons, 2007). Kebersyukuran sebagai konstruksi kognitif ditunjukkan melalui pengakuan kebaikan yang diterima dan fokus terhadap hal positif yang ada dalam diri individu. Sebagai konstruksi emosi, ditunjukkan melalui kemampuan individu mengubah emosi sebuah peristiwa menjadi lebih bermakna (Rosenberg dalam McCullog, Tsang & Emmons, 2004). Emosi syukur melibatkan rasa takjub, kebahagiaan, terima kasih dan kebahagiaan atas berkah yang diberikan dalam kehidupan individu. Sedangkan sebagai konstruksi perilaku yaitu perbuatan individu membalas kebaikan dan anugerah yang diterima.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa kebersyukuran dalam islam sebenarnya yaitu mengungkapkan dengan pujian secara lisan, mengakui dengan hati dan mempergunakan anugerah tersebut sesuai dengan kehendak sang pemberi anugerah. Menurut konsep barat, rasa syukur merupakan

konstruksi kognitif, emosi, dan perilaku. Rasa syukur bukan hanya sekedar kesadaran, ucapan dan perasaan terima kasih namun juga mampu mendorong seseorang untuk berbuat baik kepada orang lain. Kebersyukuran merupakan bentuk emosi atau perasaan yang berkembang menjadi sifat, sikap moral yang baik, kebiasaan, sifat kepribadian yang akhirnya akan mempengaruhi reaksi seseorang terhadap sesuatu dan memotivasi seseorang untuk berbuat kebaikan.

## **2. Aspek Kebersyukuran**

McCullog (2004) berpendapat bahwa ada 4 aspek yang ada dalam kebersyukuran yaitu

### *a) Intensity*

Orang yang bersyukur akan merasakan rasa syukur yang lebih kuat ketika diberikan peristiwa positif dibanding yang rasa syukurnya rendah. Seperti ketika diberikan kesehatan, kehidupan yang layak dan dapat membantu orang lain.

### *b) Frequency*

Orang yang bersyukur akan merasakan perasaan syukur sepanjang waktu dalam satu hari. Seseorang yang memiliki kecenderungan bersyukur akan merasakan banyak perasaan syukur setiap harinya.

### *c) Span*

Orang-orang yang bersyukur akan mensyukuri berbagai keadaan dalam kehidupannya atas waktu yang telah diberikan. Dari peristiwa-peristiwa kehidupan bisa membuat individu merasa bersyukur, Seperti bersyukur atas keluarga, kesehatan, pekerjaan dll.

### *d) Density*

Orang yang bersyukur akan merasakan syukur untuk banyak orang atas suatu akibat positif. Seperti terima kasih atas hal positif.

Imam Al Ghazali (2009) menjelaskan bahwa rasa syukur tersusun atas 3 perkara yaitu:

a) Ilmu

Yaitu pengetahuan antara nikmat dan pemberinya serta meyakini bahwa nikmat hanya berasal dari Allah. Sedangkan yang lain hanya perantara untuk sampainya nikmat, sehingga akan selalu memuji Allah.

b) Keadaan

Karena keadaan dan keyakinan melahirkan jiwa yang tenteram. Sehingga akan merasa tenang dan selalu mencintai yang memberi nikmat dalam bentuk ketundukan dan kepatuhan. Mensyukuri nikmat bukan hanya menyenangkan nikmat tetapi mencintai sang pemberi nikmat.

c) Amal Perbuatan

Ini berkaitan dengan hati, lisan dan anggota badan. Yaitu hati yang berkeinginan untuk melakukan kebaikan. Lisan yang menampakkan dengan pujian kepada Allah. Dan anggota badan menggunakan nikmat dengan menjalankan perintah dan menjauhi larangan Allah

Sedangkan menurut Quraish Shihab (2007) syukur mencakup 3 sisi yaitu:

1) Syukur dengan hati

Kepuasan batin adalah anugerah. Syukur dengan hati dilakukan dengan kesadaran bahwa nikmat yang diperoleh merupakan anugerah dari ilahi.

2) Syukur dengan lidah

Mengakui anugerah dan memuji pemberinya. Syukur dengan lidah adalah mengakui anugerah melalui ucapan bahwa sumber anugerah adalah Allah.

3) Syukur dengan perbuatan

Memanfaatkan anugerah sesuai dengan tujuan penganugerahannya

Berbagai aspek dalam kebersyukuran telah dipaparkan. Namun, peneliti akan menggunakan aspek kebersyukuran yang dikemukakan McCullough, karena berhubungan dengan variabel yang lain.

### **C. Kebersyukuran dan *Psychological well-being* dalam Perspektif Islam**

#### **1. *Psychological well-being***

Dalam kehidupan sehari-hari *psychological well-being* biasa disebut dengan istilah kebahagiaan. Menurut Kasturi (2016) bahwa konsep *psychological well-being* dikembangkan oleh para ahli dari konsep kebahagiaan. Dalam islam pun istilah *psychological well-being* disebut sebagai *as-sa'adah* yang berarti kebahagiaan. Ibnu Maskawaih (dalam Kasturi,2016) menyebutkan bahwa kebahagiaan dibagi menjadi 2 yaitu kebahagiaan materi dan kebahagiaan psikologis. Kebahagiaan materi individu didasarkan pada hal-hal material saja sedangkan kebahagiaan psikologis adalah kebahagiaan yang membawa individu pada derajat yang lebih tinggi.

Pembahasan tentang *psychological well-being* terdapat dalam Q.S Ar-Ra'du ayat 28.

Artinya: “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tentram” (Q.S Ar-Ra'du: 28).<sup>9</sup>

Ayat di atas menunjukkan bahwa *psychological well-being* memiliki arti hati yang tentram, yang mana manusia akan merasakan ketentraman hati hanya dengan mengingat tuhan, yaitu Allah SWT. dapat diambil kesimpulan dari ayat di atas bahwasanya segala sesuatu ketika dihadapi dengan nama Allah maka segala sesuatu akan terasa mudah dan tenang. Sebagaimana definisi *psychological well-being* bahwasanya ada yang mengatakan bahwa *psychological well-being* di refleksikan

dengan rasa bahagia, rasa bahagia dalam al-Quran juga digambarkan dalam ketenangan hati atau ketentraman hati.

Q.S Ar-Ra'du ayat 28 di atas memiliki hubungan dengan pengertian *psychological well-being* yang juga telah dipaparkan di atas, dimana *psychological well-being* menurut Q.S Ar-Ra'du diartikan sebagai ketentraman hati. Jadi dapat diambil kesimpulan bahwa untuk mencapai ketentraman hati tersebut maka seorang remaja haruslah memiliki kemampuan untuk menerima dirinya apa adanya, membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial, mengontrol lingkungan eksternal, memiliki tujuan dalam hidupnya serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara kontinu sebagaimana telah di jelaskan dalam pengertian *psychological well-being* di atas.

Al Ghazali (dalam Kasturi, 2016) menyatakan bahwa kebahagiaan atau kesejahteraan psikologis terletak pada transformasi diri dan terletak pada pemahaman dirinya. Hal itu disebabkan karena pemahaman diri adalah cerminan dari pengalaman di masa lalu, masa sekarang dan gambarannya pada masa depan. Kebahagiaan yang hakiki baru akan didapat di akhirat yaitu berupa syurga yang nikmatnya tidak akan pernah putus. Sebagaimana yang terdapat dalam surat Hud ayat 105 “*di kala datang hari itu tidak seorang pun berbicara melainkan dengan izinnya. Maka diantara mereka ada yang celaka dan berbahagia*”

Al Kindi berpendapat kebahagiaan tidak dicapai melalui hasrat indrawi, tetapi hasrat yang bersifat rasional dalam memikirkan, membedakan dan mengenal hakikatnya (Khalil, 2007). Berdasarkan pendapat dari tokoh islam diatas mengenai kebahagiaan yang identik dengan *psychological well-being*, dapat disimpulkan bahwa dalam konsep islam kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) adalah sebuah kebahagiaan yang bersifat ruhani dan individual, dalam arti setiap individu memiliki tingkatan kesejahteraan psikologis yang berbeda bergantung



kepada pemahaman mereka masing-masing, namun terlepas pandangan dari islam maupun psikologi positif setiap individu pasti menginginkan dan berusaha untuk mencapai kesejahteraan psikologis.

Menurut Ar-Razi (Dalam Syarif, 1985) kebahagiaan adalah kembalinya apa yang telah tersingkir oleh kemadharatan. Ibarat orang kembali ke tempat yang rindang dan sejuk setelah berada di tempat yang terik. Ali Bin Abi Thalib (Dalam Muskinul Fuad, 2016) berpendapat bahwa hidup yang tenang (bahagia) adalah rasa tenang dan sabar atas berapapun dan apapun yang diberikan oleh Allah dan tidak merasa gelisah.

Jalaluddin Rumi (Dalam Muskinul Fuad, 2016) menyatakan bahwa capaian kebahagiaan yang sesungguhnya merupakan sifat manusia yang sempurna. Hal ini merefleksikan sifat Tuhan yang tercermin dalam *asma'ul husna*. Kesempurnaan manusia merupakan takdir bawaan manusia yang memerlukan hubungan harmonis antara kesadaran diri dan Rahmat Ilahi.

Makna bahagia dapat dipahami secara harfiah dari kata *al-insan* (manusia) itu sendiri yang dalam Al-Quran disebut 65 kali. Menurut Quraish Shihab sebagaimana terdapat dalam QS Al-Alaq ayat 3, 5 dan QS Al-Ashr ayat 2, kata *al-insan* berasal dari akar kata yang berarti jinak, harmonis, gerak / dinamis, lupa, dan merasa bahagia / senang. Ketiga arti ini menggambarkan sebagian dari sifat manusia yaitu ia bergerak dan dinamis, memiliki sifat lupa dan melupakan kesalahan orang lain, merasa bahagia dan senang bila bertemudengan sejenisnya, bahkan idealnya selalu memberikan kebahagiaan kepada diri sendiri dan makhluk lainnya. Hal ini juga berarti manusia juga berpotensi selalu merasa senang, bahagia dan membahagiakan orang lain (Muskinul Fuad, 2016).

Kesejahteraan dalam pandangan islam didasarkan pada kebahagiaan dunia dan akhirat serta kehidupan yang lebih terhormat. Nabi Muhammad SAW dengan segala tugas kenabian yang dibawanya adalah bentuk pembebasan rasional manusia

dari kungkungan ajaran paganisme yang menyesatkan. Pembebasan ini terapkan dalam bentuk perubahan konsep-konsep secara mendasar yang kemudian mengantarkan umat manusia untuk menemukan cara berpikir rasional dengan ruh spiritual Al-Quran. Sistem berfikir seperti inilah yang kemudian melahirkan sebuah pandangan hidup yang sesuai dengan fitrah manusia, yang selaras dengan hukum penciptaan, memberi dampak positif pada kebahagiaan fisik dan ruhani (Muslich, 2017).

Kebahagiaan juga disebut dengan istilah *falah* (kemakmuran) yang mencakup 3 pengertian yaitu kelangsungan hidup, kebebasan dari kemiskinan, serta kekuatan dan kehormatan. Sementara untuk kehidupan akhirat *falah* mencakup pengertian kelangsungan hidup yang abadi, kesejahteraan abadi, kemuliaan abadi, dan pengetahuan yang bebas dari segala kebodohan (Anto, 2003).

## 2. Kebersyukuran

Secara bahasa, syukur artinya terima kasih. Menurut Imam Ar-Raghib syukur nikmat merupakan mengingat dan mengungkapkan nikmat tersebut dengan cara menggunakan nikmat tersebut dengan bentuk yang diridhai Allah. Sebaliknya, kufur nikmat yaitu melupakan atau menutup nikmat.

Kalimat syukur banyak disebutkan dalam ayat-ayat al-Qur'an, menurut Shihab (1996) sebanyak 64 kali disebut. Sebagaimana dalam surah Ibrahim ayat 7 yang artinya, *"Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti kami akan menambah (nikmatan)." Surat An-Nisa ayat 147, "Mengapa Allah akan menyiksamu, jika kamu bersyukur dan beriman?"*, surah Ali Imron ayat 145, *"dan Kami akan memberi balasan kepada orang-orang yang bersyukur."* Syukur merupakan hal wajib yang harus dilakukan manusia, karena syukur merupakan perintah Allah yang tersirat dalam surah Al-Baqoroh ayat 152, *"Bersyukurlah kepada-Ku dan janganlah kamu mengingkari nikmatKu."* Ayat ini menunjukkan bahwa syukur

sebagai wujud perintah kepada manusia untuk selalu mengingat Allah tanpa melupakan dan patuh kepadaNya tanpa menodai dengan kedurhakaan.

Imam Al Ghazali mengungkapkan bahwa salah satu keutamaan syukur adalah Allah menyebut istilah syukur beriringan dengan dzikir seperti yang dijelaskan dalam surah Al Ankabut ayat 45: *“bacalah apa yang telah diwahyukan kepadamu yaitu Al-Kitab (Al-Quran) dan dirikanlah sholat. Sesungguhnya shalat itu mencegah dari perbuatan keji dan mungkar. Dan sesungguhnya mengingat Allah (shalat) adalah lebih besar (keutamaannya dari ibadah-ibadah yang lain). Dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan.”* Terdapat pula Firman Allah tentang syukur yaitu QS Saba ayat 15: *“Sesungguhnya bagi kaum Saba ada tanda (kekuasaan tuhan) di tempat kediaman mereka yaitu dua buah kebun di sebelah kanan dan sebelah kiri. (kepada mereka dikatakan): makanlah olehmu dari rezeki yang (dianugerahkan) tuhanmu dan bersyukurlah kamu kepadanya. (Negerimu) adalah negeri yang baik dan (tuhanmu) adalah tuhan yang maha pengampun.”*

Syukur akan membuat pelakunya mendapatkan kenikmatan tambahan. Sebaliknya, akan mendapatkan kesulitan jika tidak dilakukan, yang tertulis dalam surah Ibrahim ayat 7. *“Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu memaklumkan, ‘Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmatKu), maka pasti azab-Ku sangat berat.’”*

Syukur menjadi indikator bahwa pelakunya berada dalam jalan kehidupan yang lurus atau baik, tercatat dalam surah Al A'raf ayat 6-7. *“(Iblis) menjawab, ‘Karena Engkau telah menyesatkan aku, pasti aku akan selalu menghalangi mereka dari jalan-Mu yang lurus, kemudian pasti aku akan mendatangi mereka dari depan, dari belakang, dari kanan dan dari kiri mereka. Dan Engkau tidak akan mendapati kebanyakan mereka bersyukur.’”*

Melalui pesan Nabi Muhammad yang tersurat dalam sunah, syukur direkam dalam beberapa riwayat hadis, salah satunya pada hadis riwayat Muslim no. 2999.

*“Sungguh menakjubkan keadaan seorang mukmin. Seluruhnya urusannya itu baik. Ini tidaklah didapati kecuali pada seorang mukmin. Jika mendapatkan kesenangan, maka ia bersyukur. Itu baik baginya. Jika mendapatkan kesusahan, maka ia bersabar. Itu pun baik baginya.”*

Hadis ini menggambarkan syukur bersama dengan sabar sebagai indikator kebaikan atau keutamaan orang Islam yang melakukannya. Menurut al-Ghazali (1998) sendiri, kebersyukuran lebih tinggi kedudukannya dari ketakwaan kepada Allah. Sebab perilaku takwa adalah bentuk syukur.

Pada riwayat yang lain, syukur direkam dalam hadis riwayat Abu Daud no. 4811. *“Belum bersyukur kepada Allah orang yang belum bersyukur kepada manusia.” (HR Abu Daud No. 4811)* Melalui hadis tersebut di atas, syukur dijadikan sebagai petunjuk dalam berperilaku terhadap sesama manusia, yang kemudian menjadi perantara dalam bersyukur kepada Allah. Berbagai riwayat yang bersumber dari Alquran dan sunah di atas menjelaskan bahwa bagi pelaku kebersyukuran, maka akan diberikan kemudahan dan kenikmatan dalam kehidupan di dunia hingga di akhirat. Secara rasional, kondisi ini memiliki hubungan terhadap kesejahteraan manusia secara umum

Mengungkapkan rasa syukur tidak hanya kepada Sang Pemberi, Allah SWT. Melainkan juga kepada manusia yang menjadi perantara kehadiran nikmat Allah. Terdapat salah satu riwayat yang mengatakan bahwa barangsiapa yang tidak bersyukur kepada manusia, berarti ia tidak bersyukur kepada Allah. Hal ini dengan jelas menggambarkan bahwa orang yang bersyukur akan memiliki perilaku sosial yang baik. Tidak hanya pada sesuatu yang menyenangkan saja kita manusia harus bersyukur, karena penderitaan dunia pun harus disyukuri. Ketika penderitaan dunia disyukuri maka, akan mendatangkan manfaat besar dan pahala melimpah, sehingga

apabila dibandingkan dengan penggantinya tersebut maka penderitaan yang dialami tiada berarti. Orang yang tidak bersyukur disebut dengan dengan kufur, menurut Al-Ghazali kufur merupakan salah satu penyakit hati, karena hatinya tenggelam dalam hawa nafsu sehingga akan mendapatkan laknat serta hatinya akan terbolak-balik seolah tidak pernah beriman (tidak tenang). Ketika penyakit hati tidak dapat dikendalikan maka akan terjerumus kepada kecintaan dunia dan melakukan hal-hal yang dari luar nampaknya ibadah tetapi hakikatnya dilakukan hanya untuk pamer.

#### **D. Pengaruh Kebersyukuran terhadap Kesejahteraan Psikologis**

Panti Asuhan merupakan sebuah lembaga yang didirikan untuk memberikan hak anak yang yatim piatu dan anak terlantar. Lembaga ini bertujuan untuk memberikan pelayanan kesejahteraan pada anak seperti pelayanan pengasuhan, memenuhi kebutuhan fisik mental dan sosial anak. Dalam Panti Asuhan dapat menampung anak dari berbagai usia mulai bayi hingga remaja. Mereka akan mendapatkan fasilitas seperti makanan, pakaian, akses pendidikan, aturan dan tugas, pengasuh sebagai pengganti orang tua dan teman sepanti.

Dari hasil penelitian yang dilakukan ditemukan bahwa perkembangan anak dan remaja yang diasuh dalam institusi pengasuhan menunjukkan masalah perilaku eksternal yang lebih tinggi. Durasi perawatan di Panti Asuhan berkorelasi positif dengan masalah perilaku. Anak yang menghabiskan waktu lebih lama di lembaga pengasuhan menunjukkan tingkat masalah perilaku yang lebih tinggi.

Anak Panti Asuhan mempunyai tuntutan untuk melaksanakan tugas perkembangannya. Mereka juga dituntut untuk bertanggung jawab dan mandiri seiring bertambahnya usia mereka. Salah satu tuntutan yang dihadapi yaitu tuntutan di sekolah maupun tuntutan di Panti Asuhan. Tuntutan di sekolah yaitu tuntutan berprestasi dan mengembangkan diri. Sedangkan tuntutan di Panti Asuhan mengharuskan mereka menjadi pribadi yang bertanggung jawab dalam mengerjakan segala pekerjaan yang diberikan kepada mereka. Mereka yang dapat menjalani segala tuntutan tanpa rasa

terbebani adalah individu yang bertanggung jawab atas dirinya sendiri dan mensyukuri atas apapun yang terjadi dalam kehidupannya.

Individu yang dapat mengenali kebaikan yang terjadi dalam kehidupannya dan mendapatkan penghayatan positif terhadap dirinya dapat dikatakan individu yang bersyukur. Bersyukur merupakan suatu sikap menghargai setiap kehidupan sebagai karunia dan menyadari pentingnya mengungkapkan penghargaan tersebut. Kebersyukuran memiliki 4 aspek yaitu *intensity, frequency, span, density*. Anak-anak Panti Asuhan yang mensyukuri keberadaan mereka di lembaga tersebut akan menjalani kehidupannya tanpa merasa kekurangan dan merasa perlu mengapresiasi kebaikan yang diterimanya dalam kehidupan sehari-hari. Individu yang menghargai kebaikan dan pemberian akan memiliki efek positif yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang tidak menampilkan *gratitude* (syukur) sama sekali.

Emmons dan McCullog (2003) menyatakan bahwa rasa syukur merupakan prediktor penting dari *psychological well-being*. *Psychological well-being* sendiri menurut Ryff (1989) merupakan penilaian dan individu atas pengalaman dalam kehidupannya. Ada 6 aspek yang ada dalam *psychological well-being* yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, *autonomy, environmental mastery*, tujuan hidup dan pengembangan pribadi.

Wood, Joseph, dan Maltby (2009) menunjukkan bahwa aspek *gratitude* memiliki hubungan positif dengan aspek *psychological well-being* dan merupakan kekuatan positif yang paling memberikan keuntungan bagi individu. Penelitian yang dilakukan oleh McCullogh & Emmons (2003) yang berjudul *counting blessings versus burdens: an experimental investigations of gratitude and subjective wellbeing* menunjukkan bahwa individu yang memiliki syukur yang tinggi akan memiliki kebahagiaan yang tinggi pula karena memiliki afeksi positif sehingga ada kecenderungan lebih puas dan optimis.

Hal tersebut juga didukung oleh hasil penelitian yang berjudul “Hubungan rasa syukur terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Lansia” menunjukkan bahwa rasa syukur memberikan sumbangan sebesar 39,31% pada kesejahteraan psikologis. Sedangkan sisanya dipengaruhi oleh hal lain yang tidak diteliti dalam penelitian tersebut. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh hasil korelasi antara variabel kebersyukuran dan *psychological well-being* sebesar 0,627 dan p sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan adanya korelasi positif yang signifikan antara kebersyukuran dan *psychological well-being*. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang berjudul “Hubungan tingkat Religiusitas dan tingkat Kebersyukuran terhadap *psychological well-being* pada Lansia di Pesantren Lansia Ketapang Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang” dapat diketahui bahwa ada hubungan positif antara tingkat kebersyukuran dengan *psychological well-being*. Demikian pula pada penelitian yang berjudul “Hubungan antara *forgiveness* dan kebersyukuran dengan *psychological well-being* pada Remaja di Panti Asuhan X Bekasi” juga menunjukkan adanya hubungan positif antara kebersyukuran dengan *psychological well-being*.

#### **E. Hipotesis**

Berdasarkan uraian diatas, peneliti mengajukan hipotesis yaitu

Adanya pengaruh positif dan signifikan antara kebersyukuran terhadap *psychological well-being* pada anak Panti Asuhan Al-Mustaqim.

## BAB III

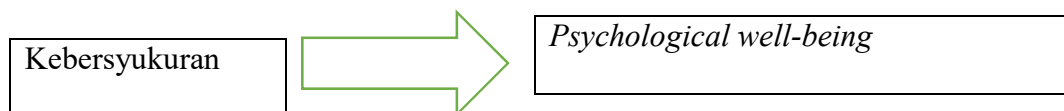
### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang banyak menggunakan angka dalam prosesnya, mulai dari pengumpulan, penafsiran dan penampilan data dari instrument formal, standard dan bersifat mengukur (Sukmadinata, 2007).

Azwar (2004) mengungkapkan bahwa pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya menggunakan angka (*numerical*) yang diolah menggunakan data statistika. Pada dasarnya pendekatan kuantitatif digunakan dalam penelitian inferensial (dalam rangka pengujian hipotesis) dan menyandarkan kesimpulannya pada suatu probabilitas kesalahan penolakan hipotesis nihil.

Penelitian ini bertujuan untuk menggeneralisasikan hasil temuan sehingga dapat digunakan untuk memprediksi situasi yang sama pada populasi lain. Metode pendekatan ini juga digunakan untuk mencari hubungan dan mencari sebab-sebab perubahan dalam kondisi sosial yang terukur (Sukmadinata, 2007)



#### B. Identifikasi Variabel

Variabel dalam penelitian ini didefinisikan secara operasional sebagai berikut:

##### 1. Kebersyukuran

Kebersyukuran merupakan sebuah konstruksi kognitif, yaitu mengakui kebaikan orang lain. Sebagai konstruksi emosi yaitu ungkapan perasaan seseorang yang menerima kebaikan dari orang lain. Dan sebagai konstruksi perilaku yaitu tindakan balasan kepada orang lain atas kebaikan yang diberikan.

##### 2. Kesejahteraan psikologis



Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) adalah suatu keadaan nyaman, damai, tentram, bahagia, dapat menerima keadaan dirinya baik masa lalu maupun masa kini dengan sikap positif.

### **C. Responden Penelitian**

#### **1. Populasi Penelitian**

Populasi adalah jumlah keseluruhan dari responden penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua subjek yang berada dalam wilayah penelitian maka penelitian tersebut merupakan penelitian populasi (Arikunto, 2006).

Populasi dalam penelitian ini adalah anak-anak yang tinggal di Panti Asuhan Al-Mustaqim Kec Lawang yang berjumlah sekitar 100 anak yang berusia mulai bayi hingga usia Sekolah Menengah Atas. Namun dalam penelitian ini, peneliti akan lebih fokus kepada anak panti yang berusia 11-18 tahun.

#### **2. Sampel Penelitian**

Suharsimi Arikunto (2002) menjelaskan sampel yaitu sebagian atau wakil dari populasi. Menurut Sugiyono (2012) sampel merupakan bagian dari jumlah atau karakter yang dimiliki oleh kelompok tersebut. Berdasarkan uraian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa sampel merupakan wakil dari populasi yang ingin diteliti. Dikarenakan anak yang berusia 11 tahun hingga 18 tahun tidak sampai 100 maka populasi diambil semua.

#### **3. Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian bertempat di Panti Asuhan Al-Mustaqim yang beralamat di Jl Ketindan No 215 RT 04 RW 04 Desa Ketindan Kecamatan Lawang.

### **D. Metode Pengumpulan Data**

#### **1. Angket**

Angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pernyataan atau pertanyaan kepada responden untuk

dijawab sesuai dengan keadaan responden. Angket biasanya digunakan untuk mengukur sikap dan minat (Zuriah, 2005). Dalam penelitian ini terdapat 2 angket yang akan digunakan, yaitu angket kebersyukuran dan angket *psychological well-being*.

Skala yang digunakan adalah skala likert. Dengan menggunakan skala ini peneliti ingin mengetahui pengaruh tingkat kebersyukuran terhadap *psychological well-being*. Dalam skala yang digunakan terdapat 4 kategori pilihan jawaban yaitu sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai dan sangat tidak sesuai. Kriteria pemberian Nilai bergerak 4, 3, 2, 1 untuk pernyataan *favorable*. Dan bergerak 1, 2, 3, 4 untuk pernyataan *unfavorable*.

## **2. Wawancara**

Wawancara merupakan kegiatan Tanya jawab secara langsung kepada subjek terkait hal penelitian. Wawancara dilakukan sebagai pra penelitian sebagai sarana untuk mengetahui hal yang ingin diteliti yaitu *psychological well-being*. Wawancara dilakukan kepada pihak pengasuhan, dan beberapa anak-anak Panti.

## **E. INSTRUMEN PENELITIAN**

Peneliti menggunakan angket yang berisi beberapa pernyataan untuk menggali data. Responden diminta memilih satu diantara 4 pilihan jawaban yang tersedia. Pilihan jawaban tersebut merupakan bentuk sesuai ataupun ketidak sesuai-an pernyataan dengan kondisi responden yang sesungguhnya. Dengan 4 pilihan jawaban atau respon yaitu Sangat Sesuai, Sesuai, Tidak Sesuai, Sangat Tidak Sesuai

TABEL 3.1 Alternatif Jawaban

no	pilihan	<i>favorable</i>	<i>unfavorable</i>
1	Sangat sesuai	4	1
2	Sesuai	3	2
3	Tidak sesuai	2	3
4	Sangat tidak sesuai	1	4

tabel 3.1 alternatif jawaban 1

### 1. Kesejahteraan Psikologis

Alat ukur kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) mengacu pada dimensi yang dikemukakan oleh Ryff. Skala merupakan adaptasi dari penelitian sebelumnya yang dikembangkan dari *psychological well-being Ryff scale*. Disusun dengan mengacu 6 dimensi *psychological well-being* yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, pengembangan diri, tujuan hidup, pengembangan lingkungan dan kemandirian. Skala *psychological well-being* terdiri dari 27 item yang terdiri dari 13 item *favorable* dan 14 item *unfavorable*. Kisi-kisi skala *psychological well-being* akan dipaparkan pada tabel dibawah ini

TABEL 3.2 *blueprint psychological well-being*

no	dimensi	<i>favorable</i>	<i>unfavorable</i>
1	Penerimaan diri	13	17,25
2	Hubungan positif dengan orang lain	6,11,23,24	7,4,22
3	Pengembangan diri	19,21	27
4	Tujuan hidup	2,10,16	—
5	Penguasaan lingkungan	1	3,8,12,15,20,26
6	Kemandirian	9,14	5,18

tabel 3.2 blueprint angket pwb 1

## 2. Kebersyukuran

Alat Ukur Kebersyukuran mengacu pada dimensi yang dikemukakan oleh McCullogh. Skala ini merupakan adaptasi dari Skala penelitian sebelumnya yang mengacu dari Dimensi yang dikemukakan oleh McCullogh yaitu *intensity*, *frequency*, *span*, *density*. Skala ini terdiri dari 18 item dengan 12 item *favorable* dan 6 item *unfavorable*

TABEL 3.3 blueprint kebersyukuran

no	dimensi	<i>favorable</i>	<i>unfavorable</i>
1	<i>Intensity</i>	–	3,6
2	<i>Frequency</i>	1,4,7,11,14	12
3	<i>Span</i>	5,8,9,15	2,10,13
4	<i>density</i>	16,17,18	–

tabel 3.3 blueprint angket kebersyukuran 1

## F. METODE ANALISA DATA

### 1. Uji Validitas

Uji Validitas dimaksudkan untuk mengukur valid atau tidaknya instrument yang akan digunakan. Instrument yang valid akan menghasilkan data yang juga valid. Validitas berarti instrument tersebut dapat digunakan untuk mengukur hal yang ingin diukur (Sugiyono, 2011).

Sehingga Uji Validitas sangat penting untuk dilakukan dalam sebuah penelitian. Hal ini dilakukan agar dapat mengetahui tingkat kevalidan sebuah instrument alat ukur yang akan digunakan. Dalam Uji Validitas ini peneliti menggunakan software *SPSS 16.0 for windows*.

Dalam penelitian ini Uji Validitas menggunakan metode korelasi *bivariate pearson*. Dasar pengambilan keputusan mengacu pada *US Department of labor*

yang dikutip Azwar (2012). Dasar pengambilan keputusan valid atau tidaknya sebuah item dalam instrument adalah  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel.

Dari hasil Uji Validitas yang dilakukan untuk skala kebersyukuran dari 18 item 3 item dinyatakan tidak valid. Sedangkan untuk skala PWB dari 27 item 9 item dinyatakan tidak valid.

**Table 3.4 Uji validitas skala kebersyukuran**

aspek	Item valid	Item gugur	Jumlah item valid
<i>Intensity</i>	3,6	–	2
<i>Frequency</i>	4,7,14,12	1,11	4
<i>Span</i>	2,5,8,9,10,13,15	–	7
<i>Density</i>	16,17	18	2

*tabel 3.4 validitas kebersyukuran 1*

**Tabel 3.5 Hasil uji validitas skala PWB**

Aspek	Item valid	Item gugur	Jumlah item valid
Penerimaan diri	13	17,25	1
Hubungan positif dengan orang lain	6,11	23,24	2
Pengembangan diri	19,27	21	2
Tujuan hidup	2,10,16		3
Penguasaan lingkungan	1,3,15,26	8,12,20	4
Kemandirian	5,9,18	14	3

*tabel 3.5 validitas PWB 1*

## 2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas berguna untuk mengetahui apakah alat ukur yang dipakai dapat digunakan lebih dari 1 kali. Uji Reliabilitas untuk pilihan jawaban lebih dari 2 menggunakan uji *cronbach alpha*, dan nilainya dibandingkan dengan Nilai koefisien reliabilitas yang bisa diterima. Jika Nilai *cronbach alpha*  $> 0,6$  instrumen alat ukur dinyatakan reliable. Sebaliknya jika nilainya  $< 0,6$  dinyatakan tidak reliable (Ghozali, 2011).

Uji reliabilitas menggunakan rumus *cronbach alpha* dimana koefisien *alpha cronbach* dapat diartikan sebagai hubungan positif antara item 1 dengan item yang lain.

**Tabel 3.6 Uji Reliabilitas *psychological well-being***

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.627	.610	28

*tabel 3.6 reliabilitas PWB 1*

**Table 3.7 Uji Reliabilitas Kebersyukuran**

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.680	19

tabel 3.7 reliabilitas kebersyukuran 1

Dari hasil uji reliabilitas kedua variabel, dapat diketahui bahwa Nilai *Cronbach Alpha* untuk variabel Kebersyukuran sebesar 0,680 dan variabel *psychological well-being* sebesar 0,627. Nilai *Cronbach alpha* >0,6

### 3. Analisa Deskripsi

Analisa ini bertujuan untuk memaparkan hasil penelitian. Adapun data yang diperoleh dianalisa sebagai berikut

#### a. *mean* hipotetik

Mencari Nilai *mean* Hipotetik dapat menggunakan rumus berikut

$$\frac{1}{2}(I \max + I \min) \times \sum item$$

Keterangan:

I max: nilai tertinggi

I min: Nilai terendah

$\sum item$ : jumlah item dalam skala

#### b. *mean* empiric

Mencari Nilai *mean* empiric dapat menggunakan rumus sebagai berikut:

$$m = \sum skor \ subjek \times \sum subjek$$

Keterangan:

M= *mean* empiric

$\sum subjek$  = jumlahsubyek penelitian

$\sum skor$  = jumlah skor total semua subyek

c. standar deviasi

Setelah mencari *mean* selanjutnya mencari Nilai standar deviasi dengan menggunakan rumus

$$SD = \frac{1}{6} (i \text{ max} - i \text{ min})$$

Keterangan:

SD: standar deviasi

I max: skor tertinggi subjek

I min: skor terendah subjek

#### **4. Uji Asumsi**

##### **a. Uji Normalitas**

Uji Normalitas dilakukan untuk mengetahui normal tidaknya sebaran skor variabel kebersyukuran dan *psychological well-being*. Uji normalitas pada penelitian ini dianalisis dengan model komolgrov smirnov. Dasar pengambilan keputusan uji normalitas yaitu jika signifikansinya lebih dari 0,05 maka data tersebut normal dan sebaliknya (nisfiannor, 2009)

##### **b. Uji Linieritas**

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel x dan variabel y bersifat linier (garis lurus). Hasil yang diperoleh akan menentukan



anareg yang akan digunakan. Dasar pengambilan keputusan uji linearitas jika Nilai signifikansinya lebih dari 0,05 maka data tersebut linear begitupun sebaliknya.

## **5. Uji Hipotesis**

### **a. Uji Regresi Sederhana**

Uji regresi sederhana digunakan untuk menguji dan mengukur hubungan fungsional antar 2 variabel. Uji regresi sederhana didasarkan pada hubungan fungsional ataupun kausal 1 variabel X dan 1 variabel Y (Sugiyono, 1997). Pemilihan analisis regresi ini karena ada 1 variabel X (kebersyukuran) dan 1 variabel Y (PWB). Untuk menghindari kesalahan penghitungan manual, peneliti menggunakan bantuan *software SPSS*.

Adapun rumus persamaannya yaitu:

$$Y = a + bX$$

Y = nilai variabel Y

A = Nilai variabel X

BX = koefisien regresi

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Lokasi dan Pelaksanaan Penelitian**

##### **1. Gambaran umum Lokasi Penelitian**

Panti Asuhan Al-Mustaqim beralamat di Jl Ketindan no 215 RT 04 RW 04 Desa Ketindan Kec Lawang. Panti Asuhan ini juga merupakan sebuah Lembaga Pondok Pesantren yang khusus untuk anak yatim, piatu, yatim-piatu, anak terlantar dan kaum dhuafa. Panti Asuhan ini berdiri pada tahun 2000 dan mendapat legalitas pada tahun 2006 dengan Akta Notaris no 5 tanggal 15 Januari 2006. Panti Asuhan Al-Mustaqim dikelola oleh keluarga pendiri yayasan yaitu Keluarga Alm K. H Mustaqim. Saat ini Panti Asuhan Al-Mustaqim diasuh oleh Ibu Hj Ruhani yang tidak lain merupakan istri dari pendiri Yayasan.

Selain memiliki fasilitas asrama sebagai tempat tinggal, Panti Asuhan Al-Mustaqim juga memiliki fasilitas layanan pendidikan formal berupa Sekolah mulai jenjang Sekolah Dasar hingga Sekolah Menengah Atas. Tidak ketinggalan fasilitas Madrasah Diniyah dan TPQ dengan ciri khas Pondok Pesantren.

Panti Asuhan Al-Mustaqim dihuni sekitar 100 anak dari berbagai usia, mulai usia Balita hingga usia Remaja. Kebanyakan anak yang tinggal di Panti Asuhan ini merupakan mereka yang berasal dari golongan tidak mampu. Namun, ada juga beberapa dari mereka yang sudah tidak memiliki keluarga seperti kedua Orang Tuanya telah meninggal, ditinggalkan dan ditelantarkan oleh kedua Orang Tuanya. Anak yang tinggal di Panti Asuhan Al-Mustaqim ini berasal dari berbagai wilayah di Indonesia.

##### **2. Pelaksanaan Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan selama 3 hari yaitu tanggal 29 Juni dan 6 Juli 2020 untuk pengambilan data pendahuluan dan tanggal 8 November 2020 untuk menyebarkan angket kepada responden. Responden yang mengisi angket

penelitian ini berjumlah 58 anak yang berusia 11-18 tahun, terdiri dari 29 anak Laki-laki dan 29 anak Perempuan.

## B. Hasil Penelitian

### 1. Uji Linieritas

Uji linieritas adalah suatu prosedur yang dilakukan untuk mengetahui apakah variabel bebas memiliki hubungan yang linier atau tidak dengan variabel terikat (Riduwan, 2008). Hasil yang diperoleh merupakan suatu syarat untuk analisa data dapat menggunakan non-parametrik atau tidak. Jika hasil menunjukkan signifikansi 0,05 maka data dapat diartikan memiliki hubungan yang linear.

Table 4.1 Hasil uji linieritas

ANOVA Table

tabel 4.1 uji linieritas 1

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
pwb_2	* Between Groups	(Combined)	546.453	19	28.761	1.295	.242
kebersyukuran_2		Linearity	239.166	1	239.166	10.773	.002
		Deviation from Linearity	307.287	18	17.071	.769	.720
	Within Groups		843.633	38	22.201		
	Total		1390.086	57			

Berdasarkan hasil dari uji linieritas menggunakan rumus ANOVA diketahui bahwa Nilai pada kolom *deviation from linearity* sebesar 0,720. Disimpulkan bahwa antara kebersyukuran memiliki hubungan dengan *psychological well-being* dan dapat menggunakan analisis non-parametrik.

## 2. Uji Deskripsi

Uji deskripsi merupakan teknik analisis yang digunakan untuk mendeskripsikan data yang telah dikumpulkan tanpa bermaksud menarik kesimpulan untuk menggeneralisasikan ( Sugiyono, 2013).

Analisis deskriptif ini dilakukan untuk mengetahui deskripsi data dari variabel kebersyukuran dan *psychological well-being* pada anak Panti Asuhan Al-Mustaqim. Perhitungan pada uji deskriptif ini didasarkan pada mean hipotetik dan standar deviasi yang berguna dalam pengelompokan data yang tinggi, rendah, maupun sedang.

Sebelum mendeskripsikan tingkatan pada data kebersyukuran dan *psychological well-being* diperlukan skor hipotetik yang didalamnya terdapat *mean* dan standar deviasi yang disajikan dalam table berikut:

Table 4.2 Skor hipotetik

skala	Skor maks	Skor min	<i>Means</i>	Standar Deviasi
kebersyukuran	60	36	47,12	6,18
<i>Psychological well-being</i>	69	46	55,22	4,94

tabel 4.2 skor hipotetik 1

Dari data tabel diatas dapat diketahui bahwa skor means dan standar deviasi dari masing-masing variabel. Skor inilah yang dijadikan patokan untuk mengkategorikan data sebagai tinggi, sedang atau rendah. Analisis deskriptif masing-masing variabel dijelaskan dibawah ini:

Table 4.3 Hasil analisis deskriptif kebersyukuran

kategori	kriteria	frekuensi	presentase
Tinggi	$X \geq 53,3$	9	15,5%
Sedang	$40,94 \leq X < 53,3$	39	67,2%
Rendah	$X < 40,94$	10	17,2%

tabel 4.3 deskriptif kebersyukuran 1

Diagram 4.1

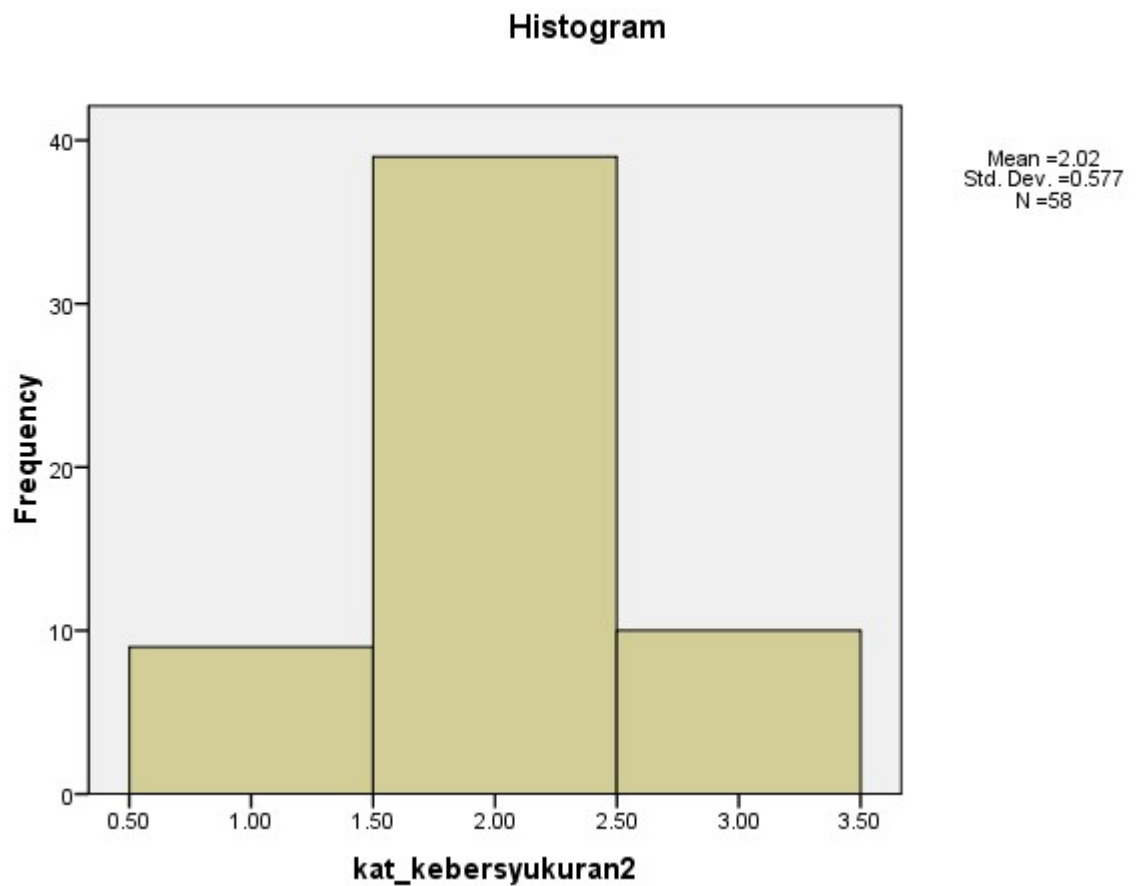


Diagram 4.1 deskriptif kebersyukuran 1

Dari tabel dan diagram yang menggambarkan Variabel kebersyukuran dapat diketahui bahwa 9 anak memiliki kebersyukuran yang tinggi, 10 anak memiliki kebersyukuran rendah dan 39 anak memiliki kategori sedang.

Table 4.4 Hasil analisis deskriptif *psychological well-being*

kategori	kriteria	frekuensi	presentase
Tinggi	$X \geq 60,16$	7	12,1%
Sedang	$50,28 \leq X < 60,16$	42	72,4%
Rendah	$X < 50,28$	9	15,5%

tabel 4.4 deskriptif PWB 1

Diagram 4.2

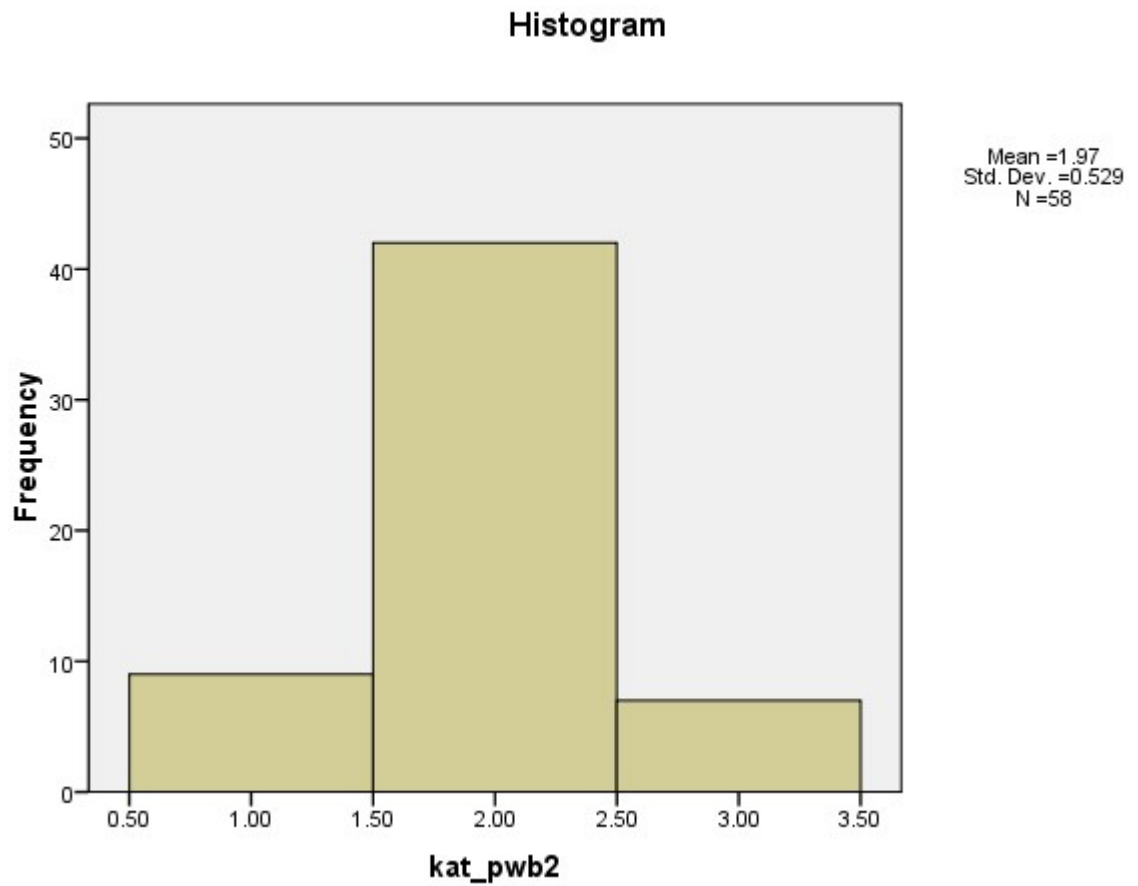


diagram 4.2 deskriptif PWB 1

Dari tabel dan diagram diatas dapat diketahui bahwa 7 anak memiliki tingkat *psychological well-being* yang tinggi, 42 anak berkategori sedang dan 9 anak berkategori rendah.

### 3. Aspek Pembentuk Utama

Dalam penelitian ini, peneliti juga mencari tahu aspek pembentuk utama dari setiap variabel. Pengaruh tiap aspek masing-masing variabel dijelaskan sebagai berikut:

**Table 4.5 Aspek pembentuk utama variabel Kebersyukuran**

Aspek	korelasi
<i>Intensity</i>	0,540
<i>frequency</i>	0,830
<i>span</i>	0,677
<i>density</i>	0,596

*tabel 4.5 pembentuk utama rasa syukur 1*

Analisis ini menggunakan teknik korelasi berganda. Dasar pengambilan keputusannya adalah jika Nilai korelasi semakin tinggi maka aspek tersebut merupakan aspek pembentuk utama kebersyukuran. Dalam tabel diatas terlihat bahwa Nilai korelasi yang paling tinggi ada pada aspek *frequency* yaitu 0,830.

**Table 4.6 Aspek pembentuk utama *psychological well-being***

aspek	korelasi
Penerimaan Diri	0,314
Hubungan positif dengan orang lain	0,653
Pengembangan diri	0,418
Tujuan hidup	0,494
Penguasaan lingkungan	0,544
kemandirian	0,593

*tabel 4.6 pembentuk utama PWB 1*

Analisis ini menggunakan teknik korelasi berganda. Dasar pengambilan keputusannya adalah jika Nilai korelasi semakin kuat maka aspek tersebut merupakan aspek pembentuk utama *psychological well-being*. Dari hasil yang tertera di table dapat



diketahui bahwa aspek hubungan positif dengan orang lain memiliki korelasi yang paling tinggi yaitu 0,653. Dengan kata lain aspek hubungan positif dengan orang lain merupakan aspek pementuk utama *psychological well-being*.

### Uji Hipotesa

Dari hasil uji hipotesa yang telah dilakukan dengan menggunakan rumus regresi linear diketahui bahwa Nilai signifikansi sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ) dan koefisien regresi sebesar 0,302. Dan menunjukkan bahwa variabel Kebersyukuran mempengaruhi secara signifikan variabel *psychological well-being* secara positif. Sedangkan *R Square* diketahui sebesar 0,172. Dengan demikian kebersyukuran mempengaruhi sebesar 17,2 % terhadap *psychological well-being*. Sedangkan 83,8% sisanya dipengaruhi oleh variabel selain kebersyukuran. Dengan demikian hipotesis yang diajukan peneliti dapat diterima.

Table 4.7 hasil R square

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.415 <sup>a</sup>	.172	.157	4.53345	.172	11.637	1	56	.001

a. Predictors: (Constant), kebersyukuran\_2

tabel 4.7 hasil R square 1

Table 4.8 hasil uji ANOVA

**ANOVA<sup>b</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	239.166	1	239.166	11.637	.001 <sup>a</sup>
	Residual	1150.920	56	20.552		
	Total	1390.086	57			

a. Predictors: (Constant), kebersyukuran\_2

b. Dependent Variable: pwb\_2

*tabel 4.8 hasil ANOVA 1*

Table 4.9 hasil uji simultan

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	39.603	4.618		8.576	.000
	kebersyukuran_2	.332	.097	.415	3.411	.001

a. Dependent Variable: pwb\_2

*tabel 4.9 hasil uji simultan 1*

#### 4. Hasil Uji Beda

Uji Beda atau Uji T digunakan untuk mengetahui apakah responden Laki-Laki dan perempuan memiliki rata-rata yang berbeda untuk variabel X dan Y. Jika Nilai signifikansi kurang dari 0,05 maka 2 kelompok memiliki varian yang berbeda, begitupun sebaliknya.

Table 4.10 Hasil Uji Beda

variabel	signifikansi	mean	kesimpulan
kebersyukuran	0,404	Lk: 38,000 Pr: 37,069	Anak Laki-laki dan Perempuan tidak memiliki perbedaan yang signifikan dalam hal kebersyukuran.
PWB	0,207	Lk: 45,90 Pr: 44,45	Anak laki-laki dan perempuan tidak memiliki perbedaan yang signifikan dalam hal <i>psychological well-being</i> .

tabel 4.10 hasil uji T 1

Dari hasil uji beda yang ditampilkan pada tabel diketahui bahwa kedua kelompok tidak memiliki perbedaan yang signifikan pada kedua variabel. Hal ini ditunjukkan bahwa Nilai signifikansi kedua variabel yang lebih dari 0, 05.

## 5. Kontribusi Kebersyukuran terhadap *Psychological well-being*

Peran kebersyukuran terhadap *psychological well-being* secara keseluruhan maupun per aspek dalam memberikan kontribusi munculnya *psychological well-being* dijelaskan dalam tabel berikut:

Table 4.11 kontribusi kebersyukuran terhadap *psychological well-being*

aspek	R	R Squared	signifikansi	korelasi
<i>intensity</i>	0,229	0,052	0,084	0,229
<i>frequency</i>	0,335	0,112	0,010	0,335
<i>span</i>	0,225	0,065	0,053	0,255
<i>density</i>	0,376	0,141	0,004	0,376

tabel 4.11 kontribusi rasa syukur ke PWB 1

Dari hasil yang tertera diatas diketahui bahwa dari 4 aspek kebersyukuran aspek *density* yang mempunyai pengaruh paling tinggi terhadap *psychological well-being* yaitu berkorelasi sebesar 0,376 dan berpengaruh sebesar 14,1%. Dan aspek yang berpengaruh paling rendah yaitu aspek *intensity* yang berkorelasi sebesar 0,229 dan berpengaruh sebesar 5,2%.

### C. Pembahasan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisa data yang telah dilakukan secara bertahap, didapatkan beberapa temuan. Adapun hasilnya akan dipaparkan sebagai berikut:

#### 1. Tingkat Kebersyukuran

Tingkat kebersyukuran pada anak Panti Asuhan Al-Mustaqim tergolong sedang. Sebanyak 67,2% anak memiliki tingkat kebersyukuran yang sedang. Dan 15,5% dari anak memiliki tingkat kebersyukuran yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah anak telah mensyukuri dan berusaha mensyukuri akan

kehidupannya. Namun, ada 17,2% dari anak Panti Asuhan ini memiliki tingkat kebersyukuran yang rendah.

Dalam penelitian ini, aspek yang memiliki pengaruh paling kuat terhadap kebersyukuran yaitu aspek *frequency*. Aspek ini menunjukkan bahwa individu yang bersyukur akan merasakan syukur sepanjang harinya atas nikmat yang diberikan dan mendukungnya untuk berbuat baik. Hal ini menunjukkan bahwa anak Panti Asuhan Al-Mustaqim akan merasa senang ketika mendapatkan rezeki dan mendukung untuk berbuat baik. Namun, untuk aspek yang lain juga memiliki pengaruh yang cukup signifikan terhadap pembentukan rasa syukur pada anak-anak Panti Asuhan Al-Mustaqim.

Hasil kategorisasi data terkait tingkat kebersyukuran ternyata tidak senada dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Tiaradika Pridayati dan Erdina Indrawati (2019) yang dilakukan di Panti Asuhan An-Nuriyyah Bekasi yang menyatakan bahwa tingkat kebersyukuran pada anak Panti Asuhan tersebut tergolong tinggi. Dari 103 responden penelitian, hampir 100 anak memiliki skor yang sangat tinggi. Hal ini juga tidak senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Masruri Yusuf (2016) yang dilakukan di Panti Asuhan Darussalam Singosari yang menunjukkan bahwa 97% anak yang tinggal di Panti Asuhan tersebut memiliki skor Kebersyukuran dengan kategori tinggi. Dalam penelitian tersebut tidak ada yang memiliki kategori rendah.

Menurut Hawort (1997) salah satu cara untuk meningkatkan *psychological well-being* adalah rasa syukur. Hal itu dikarenakan rasa syukur merupakan sebuah emosi positif dalam mengekspresikan rasa bahagia dan terima kasih atas kebaikan yang diterima (Seligman & Prabowo, 2017)

Individu yang bersyukur akan menunjukkan sikap menerima apapun yang terjadi pada dirinya (Amawidyawati & Utami, 2006). Hal ini sejalan dengan salah satu aspek *psychological well-being* yaitu penerimaan diri. Individu yang memiliki

penerimaan diri yang tinggi adalah individu yang memiliki sikap positif kepada diri sendiri, orang lain dan lingkungannya.

Menurut McCulloch ada 3 faktor yang mempengaruhi rasa syukur pada individu yaitu kesejahteraan emosi, prososial, dan rasa hangat. Rasa syukur pada individu bisa memberikan Kepercayaan diri, lebih sering bersyukur atas dengan apa yang dimiliki, tenang dalam menjalani kehidupan sehari-hari, tidak mudah mengeluh dan selalu berbuat baik.

Individu yang memiliki rasa syukur yang tinggi akan berusaha memahami bahwa dirinya menerima banyak sekali pemberian dan kebaikan dari Tuhan dan orang lain. Sehingga individu akan dapat meningkatkan motivasi dalam dirinya untuk terus berbuat baik dan membalas kebaikan yang diperoleh. Hal ini menciptakan Hubungan yang baik dengan orang-orang di sekitar individu.

## 2. Tingkat *Psychological well-being*

Tingkat *psychological well-being* anak Panti Asuhan Al-Mustaqim berada pada tingkatan sedang, yaitu sebanyak 42 anak atau 72,4 %. Sedangkan, untuk 7 anak atau 12,1% memiliki tingkat *psychological well-being* yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat *psychological well-being* anak Panti Asuhan Al-Mustaqim cukup baik. Namun, 9 anak atau 15,5% memiliki tingkat *psychological well-being* yang rendah.

Dalam penelitian ini, aspek yang memiliki pengaruh paling tinggi terhadap pembentukan *psychological well-being* adalah aspek hubungan positif dengan orang lain. Aspek ini menjelaskan bahwa individu dapat menjalin hubungan yang akrab dengan orang lain, memiliki rasa empati dan memiliki Kepercayaan. Hal ini terjalin dalam berbagai hal mulai pertemanan hingga masalah percintaan, Hubungan itu akan terjalin sangat erat. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara anak Panti Asuhan Al-Mustaqim seperti tolong-menolong dan Kepercayaan antar sesama cukup bagus. Namun, untuk aspek lain selain hubungan positif dengan

orang lain juga ikut andil dalam pembentukan *psychological well-being* pada anak Panti Asuhan Al-Mustaqim.

Namun, hasil kategorisasi data *psychological well-being* tidak senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Tiaradika Pridayati dan Erdina Indrawati (2019) yang dilakukan di Panti Asuhan An-Nuriyyah Bekasi yang menyatakan bahwa tingkat *psychological well-being* yang berada dalam kategori tinggi yaitu sekitar 90 anak dari 103 anak yang mengikuti penelitian tersebut. Hasil penelitian ini juga tidak senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Dwi Arti Mustikasari (2019) yang dilakukan di Panti Asuhan Muhammadiyah Solo. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 66 % anak Panti Asuhan tersebut memiliki *psychological well-being* dengan kategori tinggi.

### 3. Pengaruh Kebersyukuran terhadap *Psychological well-being*

Berdasarkan hasil uji hipotesa yang telah dilakukan, diketahui bahwa hipotesa yang berbunyi “adanya pengaruh yang signifikan antara variabel X terhadap variabel Y” dapat diterima. Hasil uji hipotesa menunjukkan bahwa Nilai signifikansi sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ) dan Nilai R squared sebesar 0,172. Hal ini menunjukkan bahwa variabel Kebersyukuran berpengaruh sebesar 17,2% terhadap *psychological well-being*.

Adanya pengaruh kebersyukuran terhadap *psychological well-being* disebabkan oleh berbagai faktor. Hawort (1997) mengemukakan bahwa *psychological well-being* dapat ditingkatkan salah satunya melalui rasa Syukur. Emmons dan McCullog (2003) menyatakan bahwa rasa syukur merupakan prediktor penting dari *psychological well-being*. Hal ini juga senada dengan yang diungkapkan oleh Wood, Joseph, dan Maltby (2009) menunjukkan bahwa aspek *gratitude* (kebersyukuran) memiliki hubungan positif dengan aspek *psychological well-being* dan merupakan kekuatan positif yang paling memberikan keuntungan bagi individu.

Memiliki rasa syukur dan *psychological well-being* menjadi sangat penting bagi anak Panti Asuhan. Hal ini dikarenakan setiap individu yang lahir tidak bisa memilih terlahir dari keluarga yang seperti apa. Setiap individu juga tidak menginginkan berada dalam keluarga yang tidak lengkap atau memiliki masalah lainnya. Dalam situasi tersebut sangat penting untuk menumbuhkan emosi positif dalam diri mereka. Hal ini bertujuan agar mereka dapat mengembangkan dan mengenal diri mereka masing-masing. Emosi positif memiliki pengaruh yang meluas, membangun serta menetap. Emosi positif ini akan membantu mereka memiliki perkembangan yang menggembirakan.

Penelitian yang dilakukan oleh McCulloch & Emmons (2003) yang berjudul *counting blessings versus burdens: an experimental investigation of gratitude and subjective wellbeing* menunjukkan bahwa individu yang memiliki syukur yang tinggi akan memiliki kebahagiaan yang tinggi pula karena memiliki afeksi positif sehingga ada kecenderungan lebih puas dan optimis.

Hal senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Tiaradika Pridayati dan Erdina Indrawati (2019) yang dilakukan di Panti Asuhan An-Nuriyyah Bekasi yang menyatakan bahwa kebersyukuran juga memiliki pengaruh terhadap *psychological well-being* sebesar 25,5%.

Selanjutnya, aspek kebrsyukuran yang memiliki pengaruh paling tinggi terhadap *psychological well-being* adalah aspek *density* atau masa jenis. Aspek ini menjelaskan bahwa orang yang memiliki rasa syukur akan berterima kasih kepada orang yang memberi nikmat tersebut. Hal ini ditunjukkan hasil uji regresi dan korelasi berganda yang menunjukkan bahwa Nilai korelasi dan R square menunjukkan aspek masa jenis memiliki Nilai paling tinggi.

Aspek *density* menggambarkan bahwa orang yang memiliki rasa syukur yang bagus akan berterima kasih kepada sang pemberi nikmat, menggunakan nikmat tersebut dengan sebaik-baiknya, dan berkeinginan untuk melakukan kebaikan seperti



berbagi. Dapat dikatakan bahwa seseorang yang mensyukuri nikmat dan rezeki apapun yang diperolehnya akan lebih nyaman dan tenteram. Seseorang akan lebih menghargai diri sendiri dan orang lain. Dengan begitu, seseorang akan mendapatkan kesejahteraan.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah dipaparkan diperoleh beberapa kesimpulan yaitu:

- Tingkat kebersyukuran anak Panti Asuhan Al-Mustaqim sebagian besar berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 67,2%. Untuk 15,5% berkategori tinggi dan 17,2% sisanya berkategori rendah.
- Aspek *frequency* merupakan aspek pembentuk utama kebersyukuran dengan Nilai korelasi sebesar 0,830. Artinya anak di Panti Asuhan Al-Mustaqim yang memiliki tingkat rasa syukur semakin tinggi akan memiliki durasi rasa syukur yang lama.
- Tingkat *psychological well-being* anak Panti Asuhan Al-Mustaqim sebagian besar pada kategori sedang yaitu sebanyak 72,4%. Sedangkan untuk yang berkategori tinggi sebanyak 12,1 % dan 15,5% sisanya berkategori rendah.
- Aspek hubungan positif dengan orang lain menjadi aspek pembentuk utama *psychological well-being* dengan korelasi sebesar 0,653. Artinya semakin tinggi tingkat *psychological well-being* yang dimiliki oleh anak-anak Panti Asuhan Al-Mustaqim akan mampu menjalin hubungan yang baik dengan orang disekitarnya, baik teman, para pengurus, ustad-ustadzah hingga pengasuh.
- Dari hasil uji regresi antara kebersyukuran dan *psychological well-being* menyebutkan bahwa kebersyukuran berpengaruh signifikan terhadap *psychological well-being*. Dan kebersyukuran berpengaruh sebesar 17,2% terhadap *psychological well-being*. Aspek yang berkontribusi paling besar terhadap *psychological well-being* yaitu aspek *density*.

#### B. Saran

Dari hasil penelitian, maka didapatkan beberapa saran dan anjuran antara lain:

1. Bagi anak Panti Asuhan Al-Mustaqim

- Berdasarkan hasil Uji Hipotesa yang telah dilakukan diketahui bahwa rasa syukur berpengaruh positif terhadap *psychological well-being*. Maka, perlu bagi anak Panti Asuhan Al-Mustaqim diharapkan dapat menambah rasa syukur agar dapat menambah kesejahteraan secara psikologis.
- Dikarenakan aspek pembentuk utama variabel kebersyukuran merupakan aspek frekuensi rasa syukur, maka anak Panti Asuhan Al-Mustaqim diharapkan dapat belajar untuk bisa merasakan dan mempertahankan rasa syukur setiap harinya dengan banyak melihat sisi positif yang ada pada dirinya.
- Dikarenakan aspek pembentuk utama kesejahteraan psikologis adalah aspek hubungan positif dengan orang lain, diharapkan anak Panti Asuhan Al-Mustaqim mulai belajar untuk menjalin hubungan yang hangat, saling percaya dan saling peduli terhadap orang sekitar baik kepada sesama anak Panti, para pengurus, ustad-ustadzah dan pengasuh.
- Bagi anak-anak yang belum mampu untuk menjalin hubungan baik dengan orang lain mulai untuk menumbuhkan sikap peduli dan percaya kepada orang disekitarnya.
- Dikarenakan aspek *density* adalah aspek Kebersyukuran yang berpengaruh paling tinggi terhadap *Psychological well-being*, diharapkan kepada anak Panti Asuhan Al-Mustaqim untuk dapat menggunakan segala sesuatu yang didapatnya dengan sebaik mungkin agar dapat memaksimalkan Kesejahteraan Psikologis yang dimiliki.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang berminat untuk meneliti variabel *psychological well-being* yang khususnya bagi usia anak dan remaja disarankan menggunakan variabel lain yang dapat mempengaruhi tingkat *psychological well-being* dari eksternal seperti pola asuh, dukungan sosial dan lain sebagainya. Dikarenakan

kebersyukuran dalam penelitian ini hanya mempengaruhi 17, 2%. Sedangkan 83, 8% sisanya dipengaruhi oleh variabel selain kebersyukuran.

### 3. Bagi Pihak Terkait

Bagi pihak terkait seperti pemerhati anak, akademisi dan profesi yang sejenis diharapkan dapat membantu dan bekerjasama dengan pihak Panti Asuhan Al-Mustaqim dalam meningkatkan rasa syukur dan *psychological well-being* anak-anak Panti Asuhan tersebut.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, A. & Rohmatun, C. (2018). *rasa syukur kaitannya dengan kesejahteraan psikologis pada guru honorer sekolah dasar*. Jurnal Psikologi Unissula. Vol. 13 no.2, 10
- Al Ghazali, Imam (2009) *ihya ulumuddin* cetakan ke 30. Semarang: CV Asy Syfa
- Al Rahmah, Iffah Afifah Dayyanah & Lisnawati (2018). *Kesejahteraan psikologis ditinjau dari spiritualitas siswa di Lembaga Pendidikan berbasis agama pesantren dan non pesantren* jurnal psikologi Vol 6 no 2
- Ali Mohammad & Mohammad Anshori (2006) *psikologi Remaja, perkembangan peserta didik* Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Anjaina, N. & Farida, C. (2018). *hubungan gratitude dengan psychological well-being pada atlet disabilitas di NPCI kota bandung*. Jurnal Prosiding Psikologi. Vol. 4 no. 1, 133
- Ardani, Tristiadi Ardi (2012) *kesehatan mental islami*. Bandung: Karya Putra Darwati
- Azwar (2012). *Penyusunan skala psikologi edisi ke 2*. Jakarta : Pustaka belajar
- Batram, D & Boniwell, L (2007), *the science of happiness: achieving sustained psychological well being positive psychology in practice* 472-482
- Departemen Sosial RI, (1997) *Prosedur pelaksanaan pembinaan kesejahteraan sosial anak melalui panti asuhan anak* Jakarta: Departemen Sosial RI
- Departemen Sosial RI (2004) *petunjuk pelaksanaan pelayanan sosial anak terlantar diPanti* Jakarta: Departemen Sosial.
- Fuad, Muskinul (2016). *Psikologi kebahagiaan dalam Al-Quran (Tafsir Tematik atas Ayat-ayat Alquran tentang kebahagiaan)*, Lembaga penelitian dan pengabdian masyarakat, IAIN Purwokerto.
- Huppert, F. A (2009) *psychological wellbeing evidence regarding its causes and consequences, applied psychology health and wellbeing*1 (2) 137-164
- Ishak, Fivin Fadhliyah, *hubungan antara rasa syukur dan kesejahteraan psikologis pada lanjut usia*. (tanpa tahun), Hal 1-12, Malang: Universitas Brawijaya
- Iriana,F & Ninawati (2005), *gambaran kesejahteraan psikologis pada dewasa muda ditinjau dari pola attachment*, jurnal psikologi 3(1) 44-64

- Kementerian Sosial (2008) *kurangnya pengasuhan di Panti Asuhan* diakses dari [www.kemsos.go.id](http://www.kemsos.go.id)
- Laila, Dita Rizky Nur (2019) *pengaruh religiusitas terhadap psychological well-being pada santri hafidzah PPQ Nurul Huda Singosari*, Skripsi Fakultas Psikologi: UIN Maulana Malik Ibrahim
- Lopez, S.J, Jennifer, T.P, & Snyder (2015) *handbook positive psychology* Third Edition. Los Angeles: SAGE Publication
- Masruroh, Dian (2018) *pengaruh kecerdasan emosi dan dukungan sosial terhadap psychological well-being remaja di SMP Hidayatul Muftadi'in Singosari*, Skripsi Fakultas Psikologi: UIN Maulana Malik Ibrahim.
- McCullough & Emmons, (2003) *counting blessings versus burdens: An experimental investigation in gratitude and subjective wellbeing in daily life*, journal of personality and social psychology. Vol 84(2)
- McCullough, Tsang & Emmons (2004), *Gratitude in intermediate affective trait: links of grateful moods to individual differences and daily emotional experience*, *journal of personality and social psychology*, 86(2), American psychological associations.
- Mitasari, Rizda Armi, (2017) *strategi pembentukan identitas diri pada remaja di panti asuhan putri aisyiyah Malang*, Skripsi, Fakultas Psikologi: UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
- Mujib, Abdul (2019) *pengaruh kebersyukuran terhadap kebermaknaan hidup pada janda di Kelurahan Merjosari Kota Malang*, Skripsi, Fakultas Psikologi: UIN Maulana Malik Ibrahim.
- Mustikasari, Dwi Arti (2019) *Hubungan efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis pada remaja panti asuhan* Skripsi: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Nikmah, Siti Naharotun (2017) *Hubungan Religiusitas dan kebersyukuran terhadap psychological well-being pada lansia di pondok pesantren lansia PPAI Ketapang Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang* Skripsi Fakultas Psikologi: UIN Maulana Malik Ibrahim
- Nisfiannor, M 2009, *pendekatan statistika modern untuk ilmu sosial* Jakarta: salemba humanika.
- Okti, Rera (2019). *Psychological well-being remaja di Panti Asuhan Bintang Terampil Kota Bengkulu*, Skripsi Bimbingan Konseling Islam: IAIN Bengkulu

- Purwanto, Evanthe (2015) *pengaruh bibliography psychological wellbeing perempuan lajang*, jurnal ilmiah mahasiswa Universitas Surabaya Vol 4 No 1
- Puspitasari, Putri, Sri Maslihah, Anastasia Wulandari (2020) *pengaruh kelekatan terhadap kesejahteraan psikologis yang dimediasi oleh resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai*, jurnal psikologi insight Vol 4 no 1
- Piaradati, Tiaradika & Erdina Indrawati (2019) *hubungan antara forgiveness dan gratitude dengan psychological well-being pada remaja di panti asuhan X Bekasi*, Jurnal IKRA-ITH vol 3.
- Prabowo, A. (2017). *Gratitude dan Psychological Wellbeing pada Remaja*. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, 05(02), 260–270
- Rachmawati, Noormala, Eben Ezer Nainggolan, Amherstia Pasca Rina (2019), *Psychological Well Being Ditinjau Dari Keberadaan Orang Tua Pada Remaja Yang Tinggal Di Panti Asuhan*, Jurnal Psikologi Universitas 17 Agustus
- Rahayu, M. A (2008) *psychological wellbeing pada wanita dewasa muda sebagai istri kedua dalam pernikahan pologami* Skripsi Jakarta: Fakultas Psikologi UI
- Ramadhani, T., Djunaedi., A. Sismiati. (2016). “*Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well- Being) Siswa yang Orang Tuanya Bercerai (Studi Deskriptif yang Dilakukan pada Siswa di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta)*”. Jurnal Bimbingan Konseling, 108-115.
- Ramadhan, Yoga Achmad (2012). *Kesejahteraan psikologis pada remaja santri penghafal Al-Quran*, psikologika Volume 1 nomor 17
- Rathi, N., & Rastogi, R (2007). *Meaning in life and psychological well-being in preadolescents and adolescents*. Journal of the indian academy of applied psychology, 33(1), 31-38.
- Rohmiani, Alfiani (2018) *pengaruh kecerdasan intrapersonal dan interpersonal terhadap kesejahteraan psikologis remaja di MTsN 6 Tulungagung*, Skripsi Fakultas Psikologi: UIN Maulana Malik Ibrahim.
- Ryff C.D & Singer B. H (2008) *know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being*. Journal of happiness studies, 4(9), 13-39
- Ryff, C, D (2009) *Happines is everything, or is it explorations of the meanimg of psychological well-being*. Journal of personality and Social Psychology
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development*. (N. I. Sallama, Ed.) (13th ed.). Jakarta: Penerbit Erlangga

- Santrock, J, W (2003) *Adolesence perkembangan Remaja* (edisi 6), Jakarta, Erlangga.
- Santrock, J,W (2007) *Remaja* (edisi 11), Jakarta: Erlangga.
- Septiani Nita & Dharmayanti B Utomo (2013) *Gambaran psychological well-being pada anak panti asuhan*, Fakultas Psikologi Universitas Indonesia
- Setyawan, D. (2018). *Komisi Perlindungan Anak Indonesia.*, from <https://www.kpai.go.id>
- Shihab, Muhammad Quraish, (20007) *Wawasan Al Quran: tafsir maudhui atas berbagai persoalan umat*. Bandung: Mizan
- Sholichah, Jam'iyatus (2017) *hubungan konsep diri dan dukungan social terhadap penyesuaian sosial remaja panti asuhan Kecamatan Sukun Kota Malang*, Skripsi Fakultas Psikologi: UIN Maulana Malik Ibrahim.
- Shobihah, Ida Fitri, (2013) *Dinamika syukur pada ulama Yogyakarta, Jurnal skripsi*, Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga.
- Sugiyono, Muslikah, Eni Rini Antika, Ulung Giri Sutikno (2019) *profil psychological well-being pada siswa kelas X SMA Negeri 12 Semarang*, vol 4 ISSN 2477-3638
- Sugiyono (2013), *metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta
- Wangsa, Ciputra (2016). *Deskripsi Tingkat kesejahteraan psikologis remaja di Balai Pelayanan Sosial Asuhan Anak "Wiloso Muda-Mudi" Purwokerto*", skripsi Bimbingan Konseling Universitas Sanata Darma.
- Yusuf, Masruri (2016) *Tingkat kebersyukuran pada anak yatim*, Skripsi Fakultas Psikologi: UIN Maulana Malik Ibrahim.



## LAMPIRAN

## Angket

*lampiran 1. angket 1*

Nama:

Usia:

Jenis kelamin: laki-laki / perempuan

### Petunjuk pengisian

Dibawah ini terdapat beberapa pernyataan yang diikuti oleh 4 pilihan jawaban. Bacalah pernyataan tersebut dengan teliti kemudian berilah tanda centang (V) pada salah satu dari 4 kolom yang berada disampingnya. Pilihlah jawaban yang sesuai dengan keadaan adek-adek saat ini dan pastikan tidak ada yang tidak terisi. jawaban yang adek-adek berikan tidak ada yang salah dan benar. Jawaban yang benar adalah jawaban yang sesuai dengan diri adek. Atas kesediaan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

### **BAGIAN I (PWB)**

no	Pernyataan	Sangat Sesuai	Sesuai	Tidak Sesuai	Sangat Tidak Sesuai
1	Ketika waktu luang, saya memanfaatkan waktu untuk hal yang positif				
2	Saya memiliki cita-cita di masa depan				
3	Ketika belajar, saya sulit untuk konsentrasi				
4	Saya merasa kesulitan ketika berkomunikasi dengan orang lain				
5	Saya sering merasa khawatir tentang pemikiran orang lain tentang saya				
6	Saya membantu teman yang sedang dalam kesulitan				
7	Saya sering merasa kesepian				
8	Saya nyaman ketika bersama teman-teman saya				
9	Saya mampu melaksanakan tanggung jawab saya				
10	Saya tahu apa yang ingin saya capai				
11	Saya senang berbagi dengan teman				

12	Saya sering mengikuti keinginan teman walaupun saya tidak suka				
13	Saya senang dengan keadaan saya saat ini				
14	Saya percaya dengan pendapat sendiri, meskipun berbeda dengan pendapat orang sekitar				
15	Saya sering merasa kesulitan dalam melaksanakan tanggung jawab yang diberikan				
16	Saya berusaha mewujudkan cita-cita saya				
17	Saya merasa kecewa ketika mengalami kegagalan				
18	Saya kesulitan mengutarakan pendapat yang berbeda dengan orang lain				
19	Saya yakin dengan kemampuan diri sendiri				
20	Saya kesulitan menyesuaikan diri di tempat baru				
21	Saya berusaha menjadi lebih baik				
22	Saya jarang memiliki hubungan yang nyaman dan saling percaya dengan orang lain				
23	Saya percaya dengan teman-teman saya				
24	Teman-teman saya mempercayai saya				
25	Orang lain lebih banyak mendapatkan hal menyenangkan daripada saya				
26	Saya sering merasa tidak cocok dengan orang-orang di lingkungan sekitar				
27	Kegiatan sehari-hari saya terlihat sepele				

## BAGIAN II (KEBERSYUKURAN)

No	Pernyataan	Sangat Sesuai	sesuai	Tidak Sesuai	Sangat Tidak Sesuai

1	Saya ikut senang melihat teman saya senang				
2	Saya merasa tidak mendapat kesenangan seperti yang lain				
3	Hidup saya banyak mengalami tekanan				
4	Banyak yang peduli dengan saya				
5	Saya senang dengan kemampuan yang saya punya				
6	Saya dipandang remeh oleh orang di sekitar saya				
7	Hari-hari saya terasa menyenangkan				
8	Saya tidak mudah mengeluh ketika ada kesulitan				
9	Saya cerita kepada teman ketika mempunyai masalah				
10	Saya sering mengeluh dengan kondisi saya				
11	Saya bangga dengan diri saya				
12	Saya terkadang merasa tertekan dengan tugas yang harus saya kerjakan				
13	Saya merasa kehidupan ini tidak adil				
14	Saya mensyukuri kehidupan saya saat ini				
15	Hasil yang saya capai juga hasil bantuan orang terdekat saya.				
16	Teman saya peduli dengan saya				

17	Orang sekitar saya bisa memahami saya				
18	Saya senang ketika mendapat rezeki				

## Surat izin penelitian skripsi

*lampiran 2 surat izin penelitian 1*

*surat izin penelitian 1*



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
FAKULTAS PSIKOLOGI

Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fpsi.uin-malang.ac.id

No. : 095 /Fpsi.1/PP.009/11/2020  
Perihal : IZIN PENELITIAN SKRIPSI

04 November 2020

Kepada Yth.  
**Pengasuh Panti Asuhan Al-Mustaqim**  
di  
Malang

Dengan hormat,  
Dalam rangka pengembangan keilmuan bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian skripsi kepada:

Nama / NIM	: ZAINUR RIFKY / 16410138
Tempat Penelitian	: Panti Asuhan Al-Mustaqim
Judul Skripsi	: Pengaruh Kebersyukuran terhadap Psychological Well-Being Anak Panti Asuhan Al-Mustaqim.
Dosen Pembimbing	: 1. Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si. 2. Dr. Yulia Sholichatun, M.Si.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

a.n. Dekan,  
Wakil Dekan Bidang Akademik,



Tembusan:  
1. Dekan;  
2. Para Wakil Dekan;  
3. Ketua Jurusan;  
4. Arsip.

## Data responden penelitian

*lampiran data responden penelitian 1*

*lampiran 2 responden penelitian 1*

Adi	laki-laki	13
Aji	laki-laki	15
Alu	laki-laki	16
Ardiansyah	laki-laki	14
Arianto saputra	laki-laki	14
Athena	laki-laki	14
Bang jago	laki-laki	18
Bintang	laki-laki	
Dani	laki-laki	14
Dayu bahtiar	laki-laki	15
Elang	laki-laki	12
Hasbi	laki-laki	15
Hendra	laki-laki	15
Hendri	laki-laki	16
Imron rosyadi	laki-laki	16
Iqbal	laki-laki	16
Junaidi	laki-laki	12
Nasihul amin	laki-laki	16
Raihan	laki-laki	14
Rayza	laki-laki	15
Rehan rahmansyah	laki-laki	13
Rendra	laki-laki	11
Rendri	laki-laki	11
Sutomo	laki-laki	18
Syahru	laki-laki	15
Syansyita	laki-laki	16
Wahri adi santoso	laki-laki	14
Wijaya	laki-laki	12
Wisnu tri wijaya	laki-laki	11
Aliaturrohimah	perempuan	13
Andini	perempuan	15
Aulia sevani	perempuan	13

Chika may sandra	perempuan	13
Citra ayu dia rahma dani	perempuan	13
Dian hidayatul	perempuan	13
Diana silvia	perempuan	15
Fitri	perempuan	17
Habibatun nazila	perempuan	12
Habibatus saadah	perempuan	14
Ibni fitriani	perempuan	11
Imroatus soviyah	perempuan	14
Intan permata sari	perempuan	16
Khikmatul rizkia	perempuan	11
Marinten nawarti	perempuan	18
Maulidita zalirani	perempuan	12
Mawadah	perempuan	15
Nabila fatarani	perempuan	15
Narista putri	perempuan	16
Nur aini	perempuan	14
Qurrotul aini	perempuan	11
Rizkiyatul mufaroha	perempuan	15
Savira haryati	perempuan	13
Shakira balini	perempuan	12
Siti mukaromah	perempuan	14
Suci dwi amelia	perempuan	13
Sulfa tamara	perempuan	18
Susi susanti	perempuan	15
Syafira surya ningsih	perempuan	14

### Tabulasi skor

*lampiran 4 data mentah 1*

*lampiran 3 data mentah 1*

### Kebersyukuran

4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	4	66
4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	4	1	1	4	1	4	4	4	57
4	1	1	4	4	1	4	4	4	1	4	1	1	4	4	4	4	4	54
1	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	60
4	4	4	4	4	4	4	2	1	4	4	2	3	4	2	1	3	4	58



4	2	2	3	4	1	3	4	4	2	4	2	2	4	4	3	4	4	56
3	3	3	4	4	3	4	3	4	1	4	3	3	4	4	4	4	3	61
4	1	2	2	4	2	4	3	2	1	3	3	1	4	3	4	3	4	50
4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	1	3	4	4	4	3	63
4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	69
4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	1	2	3	4	1	3	60
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	66
4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	3	4	4	2	1	4	2	58
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	2	1	4	4	4	64
4	2	3	3	3	2	4	4	4	3	4	2	2	4	4	3	3	4	58
4	4	4	4	4	4	2	3	2	3	2	3	3	2	1	2	4	4	55
4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	63
4	3	1	3	4	3	2	4	4	3	3	2	2	4	4	4	3	4	57
4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	3	4	1	4	4	4	65
4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	69
4	1	1	4	4	1	4	4	4	1	4	1	1	4	4	4	4	4	54
4	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	54
1	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	4	51
2	3	3	2	2	3	2	3	4	1	4	1	1	4	4	4	4	4	51
4	1	2	4	4	4	4	4	4	1	4	1	1	4	4	4	4	4	58
1	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	60
3	3	2	1	4	2	2	4	2	2	4	3	2	4	3	3	2	3	49
4	2	4	2	4	2	4	3	2	3	3	2	3	4	4	3	4	4	57
4	4	3	4	4	1	4	4	2	4	2	4	3	1	2	1	2	4	53
4	4	3	2	2	4	4	2	2	3	4	2	4	4	1	2	2	2	51
4	1	1	4	4	1	1	4	4	4	4	4	1	4	1	4	1	4	51
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	55
2	4	4	4	2	4	4	2	4	2	4	4	4	2	4	4	2	4	60
4	4	4	2	2	4	2	3	2	4	1	4	3	1	2	2	2	4	50
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	53
4	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	2	4	4	1	3	2	4	55
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	66
4	1	2	1	4	2	2	4	3	1	3	1	4	1	2	3	3	4	45
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	69
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	53
4	2	2	2	4	2	3	3	3	4	4	2	2	3	1	3	3	4	51
4	3	4	3	4	3	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	63
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	72

4	2	2	2	4	2	4	3	3	2	4	2	4	3	2	3	2	4	52
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54
4	3	3	3	4	2	4	4	3	3	4	3	3	4	2	3	3	4	59
4	1	1	1	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	1	4	1	4	51
4	2	2	2	4	2	3	3	3	3	4	2	2	3	2	3	3	4	51
4	3	4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	1	2	4	2	3	4	59
2	4	4	2	2	3	2	3	4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	58
4	3	3	1	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	61
4	4	4	2	2	4	2	2	2	4	1	4	3	1	2	2	2	4	49
4	1	3	4	3	1	2	2	3	4	4	2	3	3	1	3	4	2	49
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	72
1	4	3	1	4	4	1	1	4	3	2	4	4	2	1	1	2	4	46
4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	65
4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	54
3	4	3	3	4	4	2	3	4	2	4	3	4	4	3	4	4	4	62

## PWB

3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	1	3	2	4	3	3	2	3	4	4	2	3	3	3	4	3	83
4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	90
4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	1	4	3	4	2	1	1	3	4	4	2	2	1	3	2	4	82
3	4	2	3	2	3	1	3	4	3	3	2	2	4	3	4	4	3	4	2	4	2	2	2	2	4	4	79
3	2	1	3	1	2	4	4	3	4	3	3	3	3	2	2	4	3	4	2	4	4	3	4	3	4	3	81
3	4	2	1	1	3	3	4	3	4	4	1	4	4	2	4	2	3	4	1	4	2	3	3	1	2	2	74
3	3	3	4	1	4	1	4	4	4	3	2	3	3	2	3	1	2	2	4	1	3	4	3	1	1	4	73
3	4	2	1	2	3	3	4	3	2	3	2	4	3	3	4	3	2	4	1	3	2	3	4	2	1	1	72
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	1	2	1	2	4	1	4	4	89
3	4	2	3	2	3	3	4	4	4	3	4	4	1	4	4	1	2	4	1	4	2	4	4	3	4	4	85
3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	1	4	4	1	4	1	4	3	2	4	2	3	4	4	4	2	84
4	3	4	3	2	4	1	4	4	3	4	3	3	4	4	3	1	3	1	1	4	3	3	4	4	3	1	81
4	4	2	1	4	4	4	4	3	1	4	3	3	2	4	3	1	1	4	2	4	4	4	2	2	4	1	79
4	4	4	4	1	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	1	1	4	2	4	4	4	3	3	3	4	88
3	4	2	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	4	2	4	2	3	3	3	2	2	79
3	4	2	1	2	3	3	4	4	4	3	2	3	4	2	4	2	2	4	2	4	2	3	2	2	2	3	76
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	3	2	4	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	4	80
3	4	3	3	1	3	2	3	3	4	4	3	2	4	2	4	1	3	4	1	4	2	3	3	3	2	3	77
4	4	4	3	1	4	4	4	4	4	4	2	4	1	1	4	4	3	1	1	4	4	1	4	4	4	3	85
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	1	4	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	90
2	3	2	4	4	4	1	4	3	4	3	2	3	4	3	4	2	1	4	1	4	2	3	3	2	2	4	78

3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	2	4	3	2	2	2	3	3	84	
2	3	2	4	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	74	
3	3	3	4	1	4	1	4	4	4	3	2	3	3	2	3	2	1	4	1	4	1	4	4	1	1	1	71	
3	4	2	3	2	4	3	4	4	4	3	3	4	3	2	4	2	2	3	3	4	2	3	3	1	2	3	80	
3	4	2	3	2	3	1	3	4	3	3	2	2	4	3	4	4	3	4	2	4	2	2	2	2	4	4	79	
3	4	3	3	2	3	3	4	3	4	4	2	3	3	2	4	3	3	4	2	4	2	3	2	3	3	2	81	
3	4	2	3	4	3	3	4	3	4	3	2	4	4	2	3	2	1	4	2	3	2	4	2	2	4	4	81	
3	4	4	3	3	3	1	4	4	4	1	1	4	2	4	3	3	1	4	1	3	4	4	4	2	1	1	76	
3	4	3	2	2	3	2	3	4	1	4	1	3	4	3	4	1	3	4	3	3	2	3	4	3	4	2	78	
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	2	1	2	3	77
2	3	3	3	2	3	4	4	2	1	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	72	
4	4	4	3	1	4	4	4	4	4	3	4	3	3	2	3	2	3	4	4	4	2	3	3	2	2	2	85	
3	4	3	3	1	3	3	3	4	3	3	3	4	3	1	3	2	3	3	2	4	2	2	3	3	3	3	77	
3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	87	
3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	2	1	1	3	1	3	1	2	4	1	3	4	3	2	2	71	
4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	4	4	3	4	4	1	3	3	3	4	86	
4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	2	2	4	2	3	1	3	4	3	3	1	2	3	2	3	1	78	
3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	80	
4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	1	3	3	92	
4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	80	
3	4	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	78	
4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	2	95	
3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	4	1	3	3	2	4	3	3	3	2	3	4	84	
4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	82	
3	4	3	3	2	4	3	3	3	4	4	1	3	2	3	4	1	2	4	2	4	2	3	4	2	3	3	79	
2	4	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	4	3	2	74	
3	4	3	3	2	4	2	4	3	3	4	3	3	3	2	4	3	2	3	3	4	3	3	2	2	3	3	81	
3	4	3	2	1	2	2	4	3	4	4	1	3	4	3	4	3	2	4	3	4	3	3	3	1	3	2	78	
3	4	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	2	3	3	77	
4	4	3	4	3	4	2	4	4	4	4	4	2	4	2	4	2	1	4	2	4	2	2	3	2	3	4	85	
3	4	3	4	4	3	2	3	4	4	3	3	4	3	1	3	2	3	4	2	4	2	2	3	3	3	3	82	
4	4	2	2	3	4	4	4	2	2	2	3	3	2	3	4	3	3	2	1	4	2	4	2	3	3	1	76	
4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	2	4	3	2	4	2	2	4	2	4	3	3	3	2	3	3	85	
3	2	3	4	3	2	1	3	4	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	79	
4	4	3	4	2	4	3	4	3	4	4	4	2	3	4	4	2	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	92	
3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	2	4	4	3	3	2	3	3	83	
2	4	2	2	1	4	3	4	4	3	4	3	4	4	1	4	1	2	4	3	4	4	3	2	4	4	4	84	

## Uji reliabilitas

*lampiran 5 uji reliabilitas 1*

*lampiran 4 uji reliabilitas 1*

kebersyukuran

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	58	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	58	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.680	19

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	111.3103	168.113	.110	.679
VAR00002	111.8276	159.970	.365	.663
VAR00003	111.7931	157.816	.489	.656
VAR00004	111.7241	156.379	.553	.653
VAR00005	111.3448	167.107	.184	.676
VAR00006	111.9138	160.221	.345	.664
VAR00007	111.5000	159.377	.495	.659
VAR00008	111.6724	163.557	.306	.669
VAR00014	111.5345	162.358	.336	.667
VAR00013	112.0172	163.456	.223	.672
VAR00009	111.6379	163.463	.283	.670
VAR00012	112.1379	160.963	.325	.666
VAR00011	111.5345	169.446	.038	.684
VAR00017	111.6897	158.288	.510	.657
VAR00019	57.4483	42.848	1.000	.610
VAR00018	111.2069	168.939	.135	.679
VAR00016	111.7759	162.633	.282	.669
VAR00015	112.2241	164.352	.171	.676
VAR00010	111.8448	165.397	.162	.676

PWB

### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	58	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	58	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.627	.610	28

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	158.4138	111.089	.532	.	.604
VAR00002	157.9138	115.273	.240	.	.619
VAR00003	158.7931	113.956	.226	.	.617
VAR00004	158.5517	112.497	.284	.	.613
VAR00005	159.2069	113.325	.194	.	.618
VAR00006	158.2931	113.755	.311	.	.615
VAR00007	158.8793	113.336	.189	.	.618
VAR00008	158.0517	116.822	.106	.	.625
VAR00009	158.2069	113.535	.338	.	.614
VAR00010	158.3448	113.739	.216	.	.617
VAR00011	158.2931	112.000	.407	.	.609
VAR00012	159.2586	115.985	.066	.	.627
VAR00013	158.4828	115.272	.178	.	.621
VAR00014	158.7414	120.511	-.160	.	.642
VAR00015	158.9828	112.859	.210	.	.617
VAR00016	158.1379	114.753	.240	.	.618
VAR00017	159.3448	118.511	-.062	.	.638
VAR00018	159.0862	114.185	.178	.	.620
VAR00019	158.2931	114.281	.181	.	.620
VAR00020	159.3276	115.207	.104	.	.625
VAR00021	158.0000	115.860	.150	.	.622
VAR00022	159.1379	114.402	.171	.	.620
VAR00023	158.7241	117.186	.035	.	.628
VAR00024	158.6552	115.633	.118	.	.624
VAR00025	159.1897	114.963	.134	.	.623
VAR00026	158.7414	109.669	.430	.	.603
VAR00027	158.8103	111.700	.278	.	.612

VAR00028	80.8276	29.549	1.000	.	.433
----------	---------	--------	-------	---	------



## Uji deskripsi

*lampiran 6 uji deskripsi 1*

*lampiran 5 uji deskripsi 1*

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
kat_kebersyukuran2	58	1.00	3.00	2.0172	.57709
Valid N (listwise)	58				

## Kategorisasi Data

### Kebersyukuran

#### kat\_kebersyukuran2

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid rendah	9	15.5	15.5	15.5
sedang	39	67.2	67.2	82.8
tinggi	10	17.2	17.2	100.0
Total	58	100.0	100.0	

## PWB

**kat\_pwb2**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	9	15.5	15.5	15.5
	sedang	42	72.4	72.4	87.9
	tinggi	7	12.1	12.1	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

## Uji Normalitas

*lampiran 7 uji normalitas 1*

*lampiran 6 uji normalitas 1*

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

			Unstandardized Residual
N			58
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean		.0000000
	Std. Deviation		4.49350412
Most Extreme Differences	Absolute		.069
	Positive		.069
	Negative		-.037
Kolmogorov-Smirnov Z			.522
Asymp. Sig. (2-tailed)			.948
a. Test distribution is Normal.			

### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		58
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.49350412
Most Extreme Differences	Absolute	.069
	Positive	.069
	Negative	-.037
Kolmogorov-Smirnov Z		.522
Asymp. Sig. (2-tailed)		.948

### Uji Linieritas

*lampiran 8 uji linieritas 1*

*lampiran 7 uji linieritas 1*

**ANOVA Table**

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
pwb_2 *	Between	(Combined)	546.453	19	28.761	1.295	.242
kebersyukuran_2	Groups	Linearity	239.166	1	239.166	10.773	.002
		Deviation from Linearity	307.287	18	17.071	.769	.720
	Within Groups		843.633	38	22.201		
	Total		1390.086	57			

**Uji beda**

*lampiran 9 uji beda 1*

*lampiran 8 uji beda 1*

# Kebersyukuran

## Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2- tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
kebersyukuran Equal variances assumed	.708	.404	.622	56	.537	.9310	1.4979	-2.0696	3.9317
Equal variances not assumed			.622	54.346	.537	.9310	1.4979	-2.0716	3.9337

PWB

### Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
pwb Equal variances assumed	1.628	.207	-.457	56	.649	-.55172	1.20644	-2.96851	1.86506
Equal variances not assumed			-.457	50.564	.649	-.55172	1.20644	-2.97426	1.87081

### Uji Hipotesa

*lampiran 10 uji hipotesa 1*

*lampiran 9 uji hipotesa 1*

### Variables Entered/Removed<sup>b</sup>

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	kebersyukuran_ 2 <sup>a</sup>		. Enter

a. All requested variables entered.

**Variables Entered/Removed<sup>b</sup>**

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	kebersyukuran_ 2 <sup>a</sup>		Enter

b. Dependent Variable: pwb\_2

**Model Summary<sup>b</sup>**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.415 <sup>a</sup>	.172	.157	4.53345	.172	11.637	1	56	.001

a. Predictors: (Constant), kebersyukuran\_2

b. Dependent Variable: pwb\_2

**ANOVA<sup>b</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	239.166	1	239.166	11.637	.001 <sup>a</sup>
	Residual	1150.920	56	20.552		
	Total	1390.086	57			

a. Predictors: (Constant), kebersyukuran\_2

b. Dependent Variable: pwb\_2

## Hasil wawancara data awal

*lampiran 11 wawancara awal 1*

*lampiran 10 wawancara awal 1*

“Adek udah lama tinggal disini?”

“Iya kak.”

“Udah berapa lama?”

“Eh.. ya udah lama kak gak tau mulai kapan. Mulai aku kecil udah disini”

“Kelas berapa sekarang kalau boleh tau?”

“Kelas 5 MI kak.”

“Senang tinggal disini?”

“Eh..senang sih kak” (*terlihat murung dengan nada bicara yang ditekan*)

“Adek kenapa?”

“Gapapa kak”

“Adek kok murung?”

“Gapapa kok kak”

“Beneran gapapa? Adek sepertinya ada sesuatu yang disembunyikan”

“Iya kak, gapapa kok” (hasil wawancara tanggal 6 juli 2020)

“Udah lama tinggal disini dek?”

“Lumayan kak. Lumayan lama disini”

“Kelas berapa kalo boleh tau?”

“Kelas 2 MI kak”

“Sekamar temannya berapa orang?”

“10 orang kak”



“Denger-denger temannya ada yang kabur?”

“Iya kak, udah beberapa hari yang lalu sih”

“Adek dekat gak sama yang kabur itu?”

“Enggak kak. Soalnya aku gak kenal sama yang kabur.”

“Berapa anak?”

“2 anak”

“Kamu tau gak kenapa mereka kabur?”

“Sepertinya sih gak kerasan disini.”

“Kalo adek sendiri, pernah gak ada keinginan mau kabur gitu?”

“Enggak kak”

“Kenapa?”

“Aku disini cari ilmu kak”

“Kamu senang gak tinggal disini?”

“Senang”

“Yang buat kamu senang tinggal disini itu apa?”

“Disini banyak temennya. Bisa main rame-rame.” (hasil wawancara tanggal 29 Juni 2020)