

**HUBUNGAN ANTARA *GRATITUDE* DENGAN
HAPPINESS PADA PRIA DEWASA YANG MELAJANG**

SKRIPSI

Oleh :

Yolanda Dwi Setyorini

NPM 202010515037



PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA

2024

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan antara Gratitude dengan Happiness pada Pria Dewasa yang Melajang
Nama Mahasiswa : Yolanda Dwi Setyorini
Nomor Pokok Mahasiswa : 202010515037
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 23 Januari 2024

Jakarta, 02 Februari 2024

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Dr. Sulistiasih, M.Si

NIDN: 0330086105

Penguji I : Timorora Sandha Perdhana, S.Psi., M.Si

NIDN: 0324048801

Penguji II : Budi Sarasati, S.KM., M.Si

NIDN: 0420106702

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi

Yulia Fitriani, S.Psi., M.A.

NIDN : 0314078503

Prof. Adi Fahrudin, Ph.D.

NIDN : 0012016608

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan antara Gratitude dengan Happiness pada
Pria Dewasa yang Melajang
Nama Mahasiswa : Yolanda Dwi Setyorini
Nomor Pokok Mahasiswa : 202010515037
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 23 Januari 2024

Jakarta, 30 Januari 2024

MENYETUJUI,

Pembimbing I

Pembimbing II



Timorora Sandha Perdhana, S.Psi., M.Si

NIDN: 0324048801



Budi Sarasati, S.KM., M.Si

NIDN: 0420106702

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi saya yang berjudul “Hubungan antara Gratitude dengan Happiness pada Pria Dewasa yang Melajang” ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain, kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjam dan di fotocopy melalui Perpustakaan Bhayangkara Jakarta Raya.

Saya memberikan izin kepada Perpustakaan Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikannya melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Jakarta, 02 Februari 2024

Yang membuat pernyataan,



Yolanda Dwi Setyorini

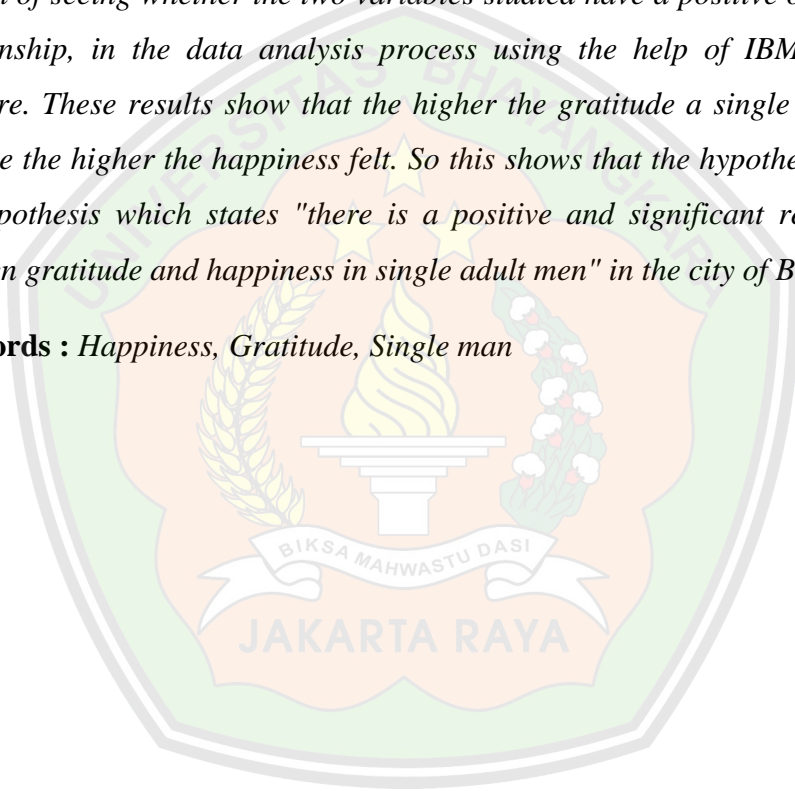
NPM: 202010515037

ABSTRACT

Yolanda Dwi Setyorini. 202010515037. *The Relationship between Gratitude and Happiness in Single Adult Men.*

This research explains the relationship between gratitude and happiness in single adult men. This research aims to find out empirically whether there is a relationship between gratitude and happiness in single adult men in the city of Bekasi. This research used 100 single adult men from the city of Bekasi. This research is a quantitative research using the correlation analysis method with the aim of seeing whether the two variables studied have a positive or negative relationship, in the data analysis process using the help of IBM SPSS 27 software. These results show that the higher the gratitude a single adult man has, the the higher the happiness felt. So this shows that the hypothesis used is the hypothesis which states "there is a positive and significant relationship between gratitude and happiness in single adult men" in the city of Bekasi.

Keywords : *Happiness, Gratitude, Single man*



ABSTRAK

Yolanda Dwi Setyorini. 202010515037. Hubungan antara *Gratitude* dengan *Happiness* pada Pria Dewasa yang Melajang.

Penelitian ini menjelaskan tentang hubungan antara gratitude dengan happiness pada pria dewasa yang melajang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empirik apakah terdapat hubungan antara gratitude (kebersyukuran) dengan happiness (kebahagiaan) pada pria dewasa lajang di kota Bekasi. Penelitian ini menggunakan 100 pria dewasa lajang yang berasal dari kota Bekasi. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode analisis korelasi dengan tujuan melihat apakah kedua variabel yang diteliti memiliki hubungan yang positif atau negatif, dalam proses analisis data menggunakan bantuan *software* IBM SPSS 27. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi gratitude yang dimiliki oleh pria dewasa lajang maka semakin tinggi happiness yang dirasakan. Sehingga hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang digunakan adalah hipotesis yang berbunyi “terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara gratitude dan happiness pada pria dewasa lajang” yang berada di kota Bekasi.

Kata Kunci : *Kebahagiaan, Kebersyukuran, Pria lajang*

KATA PENGANTAR

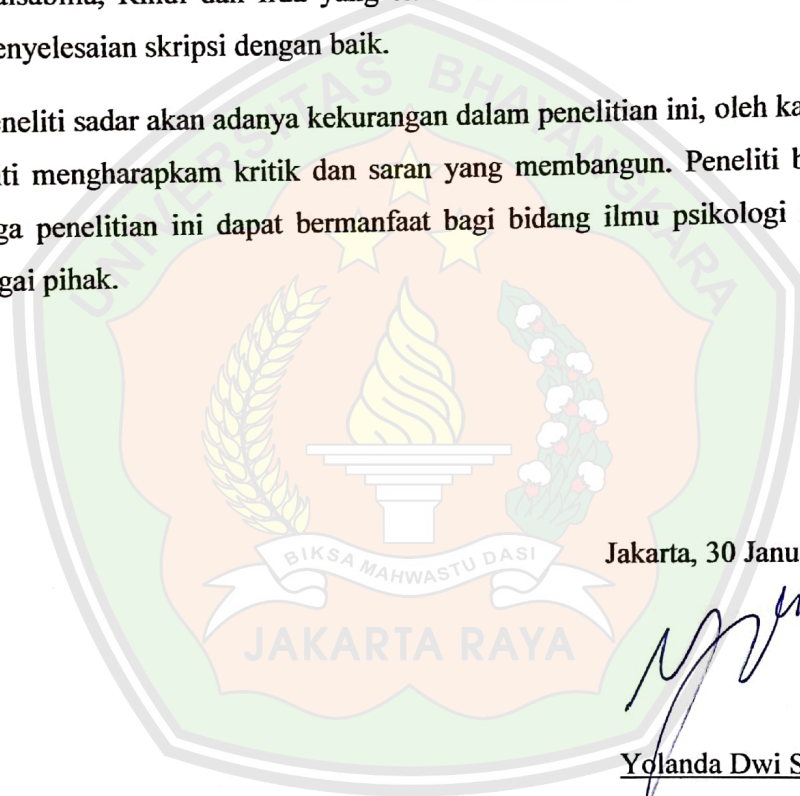
Puji syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa oleh karena dengan Rahmat-Nya peneliti mampu untuk menyelesaikan penelitian ini dengan baik dan di waktu yang tepat dengan judul “Hubungan antara *Gratitude* dengan *Happiness* pada Pria Dewasa yang Melajang” untuk memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Dalam penyusunan skripsi ini banyak hal yang dialami dan dihadapi oleh peneliti, oleh karena itu peneliti dengan sepenuhnya menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari segala dukungan, bantuan, bimbingan serta nasehat dari berbagai pihak. Maka pada kesempatan ini peneliti menyampaikan terimakasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa, karena telah menganugerahkan saya kelancaran dan kesehatan baik secara psikis maupun fisik sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Prof. Adi Fahrudin, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya dan ibu Yulia Fitriani, S.Psi., M.A selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
3. Ibu Timorora Sandha Perdhana, S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing skripsi yang telah berjasa meluangkan waktu untuk membimbing, membantu, serta membagikan ilmu dengan sabar dalam menyelesaikan skripsi ini, saya ucapkan banyak terima kasih.
4. Ibu Dr. Netty Merdiaty, M.M., M.Si selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Budi Sarasati, S.KM., M.Si selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan saran dan kritik yang membangun terhadap skripsi ini sehingga dapat menjadikan skripsi ini lebih baik.

6. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah membagikan ilmunya serta seluruh staf Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah membantu dalam pengurusan administrasi dan akademik selama perkuliahan.
7. Kedua orang tua saya yaitu mama Renny, bapak Setyo dan kakak saya Nanda, yang telah memberikan doa dan dukungan secara finansial dalam menyelesaikan perkuliahan sejak awal memulai perkuliahan sampai dengan penyelesaian tugas akhir skripsi dengan baik.
8. Terimakasih kepada teman-teman saya yaitu Allsyah, kak Aci, Fadlan, Salsabilla, Rindi dan Irda yang telah menemani dan mendukung proses penyelesaian skripsi dengan baik.

Peneliti sadar akan adanya kekurangan dalam penelitian ini, oleh karena itu peneliti mengharapkam kritik dan saran yang membangun. Peneliti berharap semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi bidang ilmu psikologi maupun berbagai pihak.



Jakarta, 30 Januari 2024

Yolanda Dwi Setyorini

NPM: 202010515037

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian	10
1.3 Tujuan Penelitian.....	13
1.4 Manfaat Penelitian.....	13
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	13
1.4.2. Manfaat Praktis	13
BAB II	15
TINJAUAN PUSTAKA	15
2.1 Uraian Variabel	15
2.1.1 Definisi <i>Happiness</i> (Kebahagiaan)	15
2.1.1.1 Aspek-Aspek <i>Happiness</i> (Kebahagiaan)	16
2.1.1.2 Faktor-Faktor <i>Happiness</i> (Kebahagiaan).....	17

2.1.1.3 Karakteristik <i>Happiness</i> (Kebahagiaan)	20
2.1.1.4 Alat Ukur Yang Digunakan	21
2.1.2 Definisi <i>Gratitude</i> (Kebersyukuran)	21
2.1.1.1 Aspek-Aspek <i>Gratitude</i> (Kebersyukuran)	22
2.1.1.2 Faktor-Faktor <i>Gratitude</i> (Kebersyukuran)	23
2.1.1.3 Karakteristik <i>Gratitude</i> (Kebersyukuran)	24
2.1.1.4 Alat Ukur Yang Digunakan	24
2.2 Hubungan Antar Variabel	25
2.3 Hipotesis	27
2.4 Kerangka Berfikir Penelitian	27
BAB III	28
METODE PENELITIAN	28
3.1. Tipe penelitian	28
3.2 Identifikasi Variabel-Variabel Penelitian	28
3.3 Definisi Operasional Variabel-Variabel Penelitian	28
3.3.1 Definisi Operasional <i>Happiness</i>	28
3.3.2 Definisi Operasional <i>Gratitude</i>	29
3.4 Populasi dan Sampel penelitian	29
3.4.1 Populasi	29
3.4.2 Sampel Penelitian	29
3.4.3 Teknik Pengambilan Sampel	30
3.5 Teknik Pengumpulan Data	30
3.5.1 Instrumen penelitian	31
3.5.2 Validitas dan Reliabilitas Instrumen penelitian	34
3.6 Analisa Data	35
BAB IV	36

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	36
4.1 Profil Responden Penelitian	36
4.2 Pelaksanaan Penelitian	39
4.2.1. Persiapan Penelitian	39
4.2.2. Pelaksanaan Penelitian	40
4.2.3. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian	41
4.3 Hasil Penelitian.....	44
4.3.1 Profil Demografis.....	44
4.3.2 Uji Asumsi Penelitian	48
4.3.3 Kategorisasi penelitian.....	49
4.3.4 Uji Hipotesis	60
4.4 Diskusi dan Pembahasan	61
BAB V.....	67
KESIMPULAN DAN SARAN	67
5.1 Kesimpulan.....	67
5.2 Saran	67
DAFTAR PUSTAKA.....	69

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Badan Pusat Statistik	1
Gambar 2.1 Kerangka Berpikir Penelitian	27
Gambar 4.1 Kategorisasi Nilai <i>Happiness</i>	52
Gambar 4.2 Kategorisasi Nilai <i>Gratitude</i>	54



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 Pendoman Wawancara Terhadap Responden.....	78
LAMPIRAN 2 Hasil Wawancara.....	80
LAMPIRAN 3 Hasil Survei awal g-form.....	89
LAMPIRAN 4 Blueprint.....	91
LAMPIRAN 5 Permintaan adopsi alat ukur.....	93
LAMPIRAN 6 Surat Pengantar Kuesioner dan Skala Kuesioner.....	94
LAMPIRAN 7 Bukti Penyebaran Kuesioner.....	99
LAMPIRAN 8 Surat Izin Riset Mahasiswa.....	100
LAMPIRAN 9 Hasil Perhitungan Spss.....	101
LAMPIRAN 10 Data Mentah Variabel <i>Gratitude</i> dan <i>Happiness</i>	124
LAMPIRAN 11 Hasil Cek Plagiarized.....	137



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 blueprint skala <i>happiness</i>	31
Tabel 3.2 skala <i>likert</i> pada skala <i>happiness</i>	32
Tabel 3.3 blueprint skala <i>gratitude</i>	33
Tabel 3.4 skala <i>likert</i> pada skala <i>gratitude</i>	34
Tabel 4.1 Usia.....	36
Tabel 4.2 Pekerjaan	36
Tabel 4.3 Kecamatan.....	37
Tabel 4.4 Pendidikan.....	38
Tabel 4.5 Suku.....	38
Tabel 4.6 Tempat Tinggal	38
Tabel 4.7 Validitas Skala Happiness dan Gratitude	41
Tabel 4.8 Reliabilitas skala Happiness dan Gratitude	42
Tabel 4.9 Sebaran item skala happiness	43
Tabel 4.10 Sebaran item skala gratitude	44
Tabel 4.11 Variabel Demografis	45
Tabel 4.12 Hasil Hitung Signifikansi Berdasarkan Karakteristik Responden ..	45
Tabel 4.13 Uji Normalitas	48
Tabel 4.14 Hasil Uji Linearitas	49
Tabel 4.15 Perhitungan ME, MH, SDH dan Kategori pada skala happiness....	51
Tabel 4.16 Perhitungan ME, MH, SDH dan Kategori pada skala gratitude	54
Tabel 4.17 Kategorisasi Data Penelitian berdasarkan usia.....	55
Tabel 4.18 Kategorisasi Data Penelitian Berdasarkan Pekerjaan.....	56
Tabel 4.19 Kategorisasi Data Penelitian Berdasarkan Kecamatan	56
Tabel 4.20 Kategorisasi Data Penelitian Berdasarkan Pendidikan	58

Tabel 4.21 Kategorisasi Data Penelitian Berdasarkan Suku	58
Tabel 4.22 Kategorisasi Data Penelitian Berdasarkan Tempat Tinggal.....	59
Tabel 4.23 Interpretasi Korelasi	60
Tabel 4.24 Hasil Uji Hipotesis	61

