

RASA BERSYUKUR PADA GENERASI Z

SKRIPSI

Oleh:

Sweety Sintiani Limbong

201910515257



PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA

2024

LEMBAR PERSETUJUAN

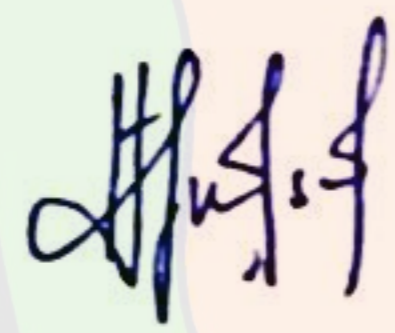
Judul Skripsi : Rasa Bersyukur Pada Generasi Z
Nama Mahasiswa : Sweety Sintiani Limbong
Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515257
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 25 Juli 2024

Jakarta, 25 Juli 2024

MENYETUJUI,

Pembimbing I

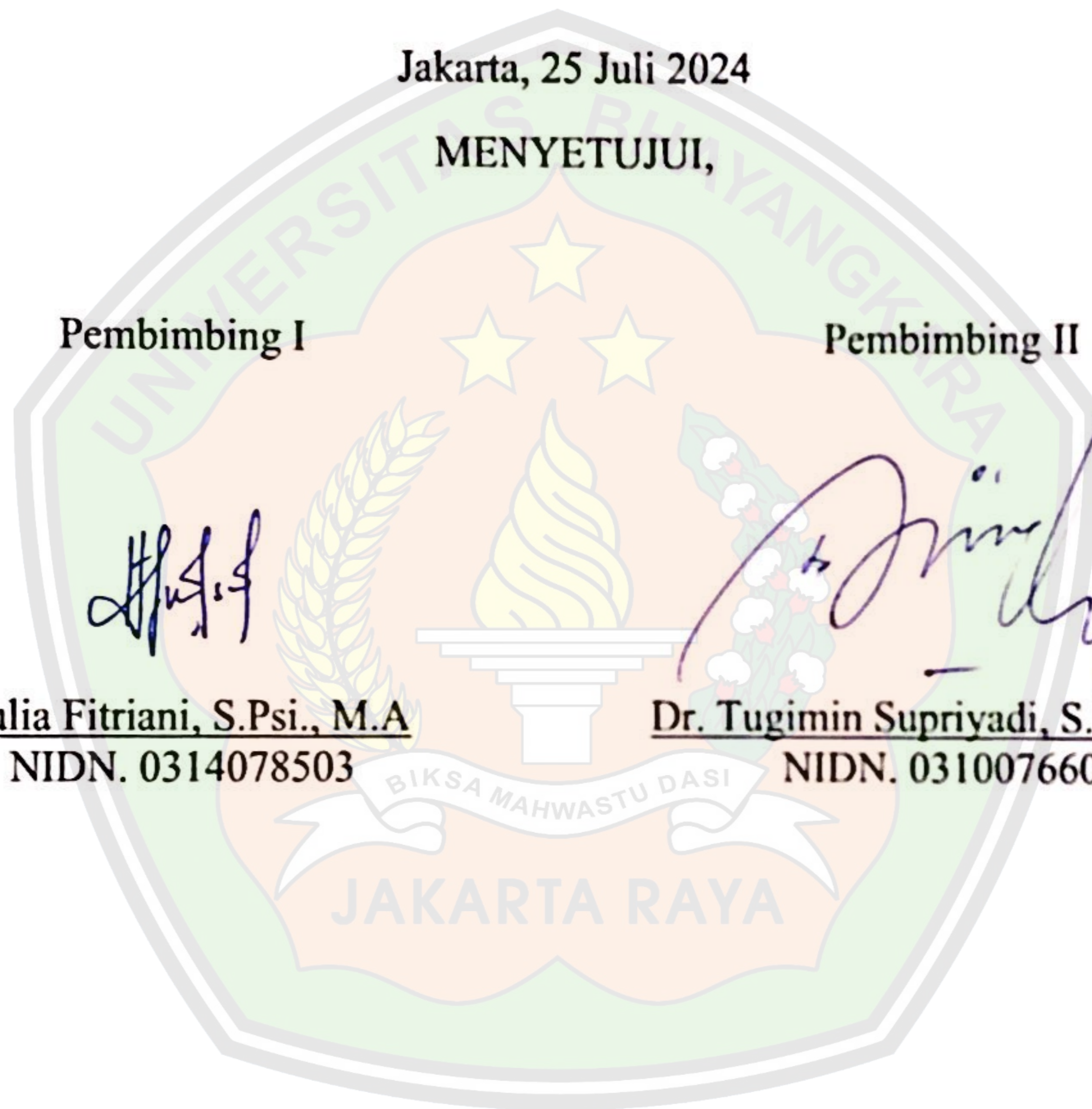
Pembimbing II



Yulia Fitriani, S.Psi., M.A
NIDN. 0314078503



Dr. Tugimin Supriyadi, S.Psi., MM
NIDN. 0310076603



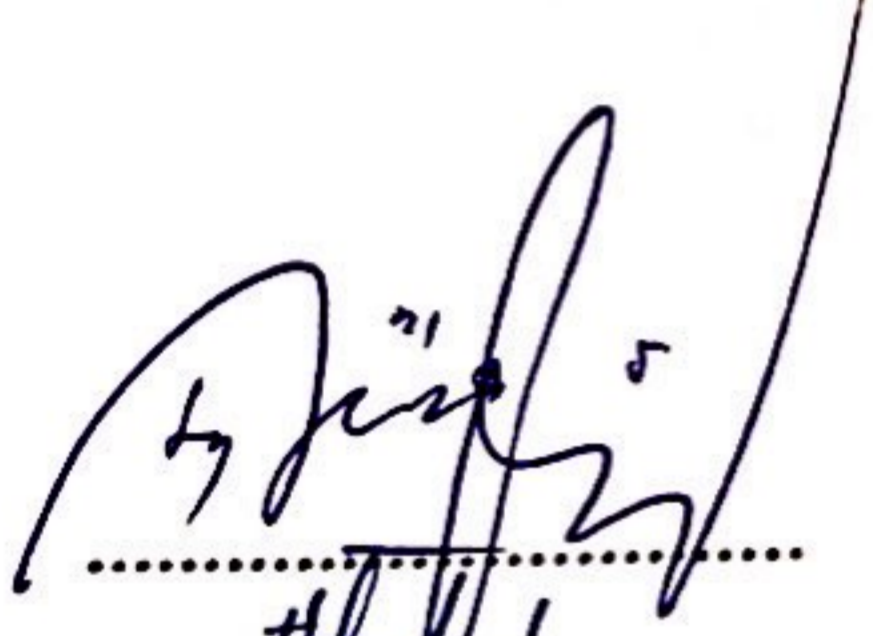
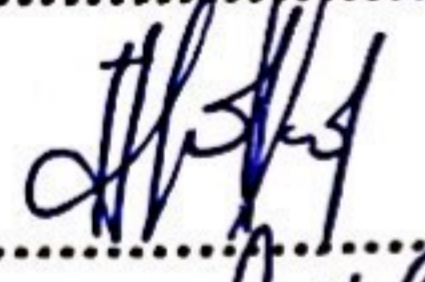

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Rasa Bersyukur pada Generasi Z
Nama Mahasiswa : Sweety Sintiani Limbong
Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515257
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 25 Juli 2024

Jakarta, 25 Juli 2024

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Dr. Tugimin Supriyadi, S.Psi., MM
NIDN. 0310076603
Penguji I : Yulia Fitriani, S.Psi., MA
NIDN. 0314078503
Penguji II : Nurwahyuni Nasir, M.Psi., Psikolog
NIDN. 0331038702



.....

.....

.....

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi


Yulia Fitriani, S.Psi., M.A.
NIDN. 0314078503


Dr. Wustari L. Mangundjaya, M.org., Psy., S.E., Psikolog
NIDK. 8957830022

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul Rasa Bersyukur pada Generasi Z 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 difoto copy melalui Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

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

Jakarta, 25 Juli 2024

Yang Membuat Pernyataan,



METERAI
TEMPEL
CFB552AKX822765884

Sweety Sintiani Limbong

NPM. 201910515257

ABSTRAK
Sweety Sintiani Limbong 201910515138

RASA BERSYUKUR PADA GENERASI Z

Generasi Z terkenal dengan sifat yang serba instan dan tidak sabar. Oleh karena itu, muncul pandangan bahwa mereka membutuhkan kemampuan untuk bersyukur agar dapat mengatasi tantangan unik dalam kehidupan mereka. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis rasa bersyukur pada generasi Z. Metode yang digunakan ialah pendekatan kuantitatif dengan teknik *non-probability sampling*, melibatkan 70 responden dengan karakteristik usia 18-25 tahun. Hasil analisis data menunjukkan adanya keterkaitan signifikan antara rasa bersyukur dan Generasi Z, dengan nilai signifikansi berkisar 0.305 hingga 0.769 yang melebihi ambang batas signifikansi sebesar 0.3. Koefisien korelasi sebesar 0.957 mengindikasikan adanya hubungan yang sangat kuat antara rasa bersyukur dan Generasi Z. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, 57 responden dengan persentase 67.5% memiliki tingkat rasa syukur yang sangat tinggi. Fenomena ini didasari beberapa faktor seperti tekanan sosial yang tinggi, ekspektasi yang sangat besar, serta dampak negatif dan berkontribusi meningkatkan rasa bersyukur di kalangan Generasi Z. Implikasi penelitian ini menyoroti pentingnya mengintegrasikan praktik syukur ke dalam pendidikan dan lingkungan kerja mereka untuk meningkatkan kesejahteraan dan menghadapi tantangan hidup dengan sikap positif. Saran dari peneliti untuk meningkatkan rasa syukur pada Generasi Z antara lain seperti mengurangi penggunaan media sosial, bergabung dengan komunitas positif dan menerapkan kebiasaan bermanfaat.

Kata kunci : Rasa bersyukur, Generasi Z

ABSTRACT

Sweety Sintiani Limbong 201910515138

GRATITUDE IN GENERATION Z

Generation Z is famous for its instant and impatient nature. Hence, the view arises that they need the ability to be grateful in order to overcome the unique challenges in their lives. This study aims to analyze gratitude in Generation Z. The method used is a quantitative approach with non-probability sampling technique, involving 70 respondents with age characteristics of 18-25 years. The results of data analysis showed a significant correlation between gratitude and Generation Z, with significance values ranging from 0.305 to 0.769 which exceeded the significance threshold of 0.3. A correlation coefficient of 0.957 indicates a very strong relationship between gratitude and Generation Z. The results showed that, 57 respondents with a percentage of 67.5% had a very high level of gratitude. This phenomenon is based on several factors such as high social pressure, huge expectations, and negative impacts and contributes to increasing gratitude among Generation Z. The implications of this study highlight the importance of integrating the practice of gratitude into their education and work environment to improve well-being and face life's challenges with a positive attitude. Suggestions from researchers to increase gratitude in Generation Z include reducing social media use, joining positive communities and implementing beneficial habits.

Keywords: *gratitude, Generation Z*

KATA PENGANTAR

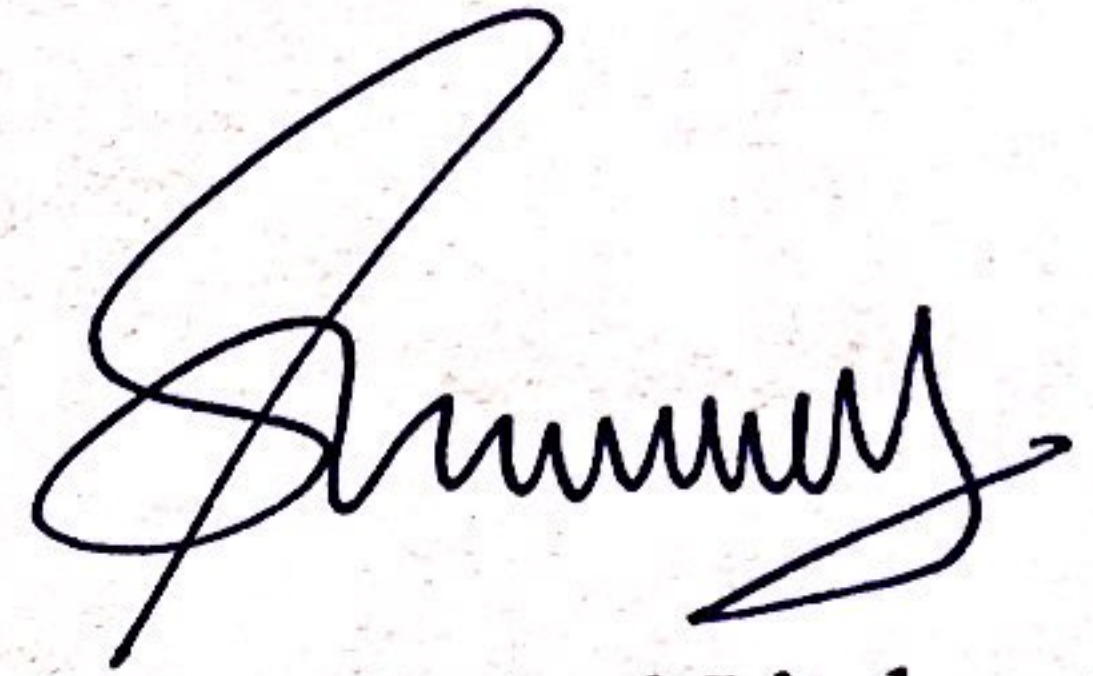
Puji Syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena hanya atas karunianya penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan judul "Rasa Bersyukur Pada Generasi Z". Penulisan skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar sarjana strata satu (S1) pada Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak maka skripsi ini tidak dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Dr. Wustari L. Mangundjaya, M.Org., Psy., S.E., Psikolog dan Ibu Yulia Fitriani, S.Psi., M.A selaku Dekan dan Kaprodi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
2. Kepada Ibu Yulia Fitriani, S. Psi., M.A selaku dosen pembimbing skripsi saya yang sangat sabar membimbing saya, yang selalu bilang "Ayo satu langkah lagi, Semangat bisa " , serta membantu saya dalam menyusun tugasakhir ini.
3. Untuk orang tua ku tercinta, Mama dan Papa yang selalu bertanya "kapan Selesai?" "jangan nambah semester lagi ya" jujur sedih juga tapi itu adalah cara mereka untuk mengingatkan agar tidak berlarut-larut sedih dan bangkit lagi untuk menyelesaikan karya tulis ini. Orang tua saya juga tidak pernah putus mendoakan, mendukung, serta memahami kondisi saya dari awal hingga akhir masa perkuliahan saya. Mereka orang tua hebat, yang terus berusaha untuk menjadikan saya dan anak anaknya menjadi anak yang hebat dan kuat. Terima kasih atas kasih sayang, doa, nasehat yang selalu mengiringi saya dan sabar dalam menantikan kelulusan saya. Maafkan saya mah,pah jika sudah telat Lulus. Akan selalu kuusahakan kelulusan ini, seperti kalian selalu mengsuahakan untukku.
4. Kepada Seluruh responden penelitian yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner penelitian saya sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik
5. *Last but not least*, kepada diri saya sendiri karena tetap berusaha dikit demi sedikit untuk melawan ketakutan, kepanikan, kekhawatiran, malas untuk

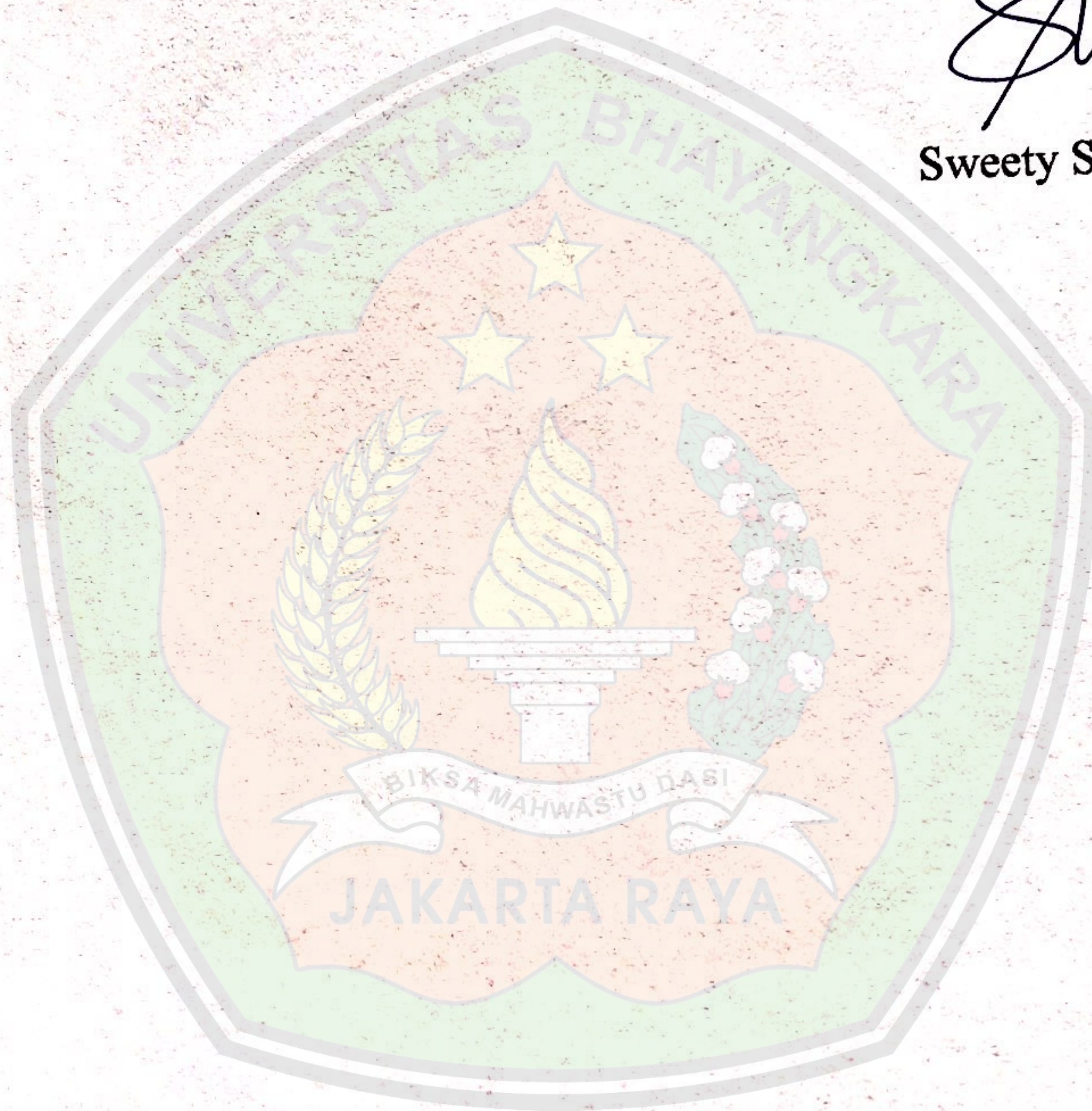
kembali bekerja keras melanjutkan tanggung jawab yang harus diselesaikan, karena apa yang sudah kita mulai, kita juga harus menyelesaikannya walaupun banyak mengeluh. *Dear Sweety, We did it girl!!!*

Jakarta, 25 Juli 2024

Penulis,



Sweety Sintiani Limbong



DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	12
1.3 Tujuan Penelitian	14
1.4 Manfaat Penelitian	14
BAB II	15
TINJAUAN PUSTAKA	15
2.1 Uraian Variabel	15
2.1.1 Rasa Bersyukur	15
2.1.1.1 Definisi Rasa Bersyukur	15
2.1.1.2 Aspek – aspek Rasa Bersyukur	15
2.1.1.3 Faktor – Faktor Yang Dipengaruhi Rasa Bersyukur	17
2.1.1.4 Alat Ukur Rasa Bersyukur	19
2.2 Hubungan Antara Rasa Bersyukur Terhadap Generasi Z	19
2.3 Hipotesis Penelitian	20
2.4 Model atau Kerangka Berpikir Penelitian	20
BAB III	21
METODOLOGI PENELITIAN	21
3.1 Tipe Penelitian	21
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian	21
3.3 Definisi Operasional	21
3.3.1 Definisi Operasional Rasa Bersyukur	21
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian	22
3.4.1 Populasi	22
3.4.2 Sampel dan Sampling	22
3.4.3 Teknik Pengambilan Sampling	22
3.5 Teknik Pengambilan Data	23

3.5.1 Instrumen Penelitian.....	23
3.5.1.1 Skala Rasa Bersyukur	24
3.5.2 Validitas dan Reabilitas.....	25
3.5.2.1 Validitas	25
3.5.2.2 Reliabilitas	27
3.6 Analisis Data	27
BAB IV	28
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	28
4.1 Profil Responden Penelitian	28
4.2 Pelaksanaan Penelitian	29
4.2.1 Persiapan Penelitian	29
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	30
4.3 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian	30
4.3.1 Uji Validitas Isi.....	30
4.3.2 Uji Reliabilitas	33
4.3 Hasil Penelitian.....	33
4.3.1 Profil Demografis	33
4.3.2 Kategorisasi Penelitian.....	34
4.3.2.1 Kategorisasi Rasa Bersyukur.....	34
4.4 Diskusi dan Pembahasan	35
BAB V.....	41
KESIMPULAN DAN SARAN	41
5.1 Kesimpulan	41
5.2 Saran.....	42
DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN.....	47

DAFTAR TABEL

Tabel 3 1 - Penilaian Pernyataan Favorable dan Unfavorbale	23
Tabel 3 2 - Blueprint Skala Rasa Bersyukur	24
Tabel 3 3 - Klasifikasi Indeks Daya Beda Aitem	26
Tabel 3 4 - Klasifikasi Skor Reliabilitas	27
Tabel 4 1 - Profil Responden Penelitian	28
Tabel 4 2 - Hasil Hitung Signifikan Berdasarkan Jenis Kelamin	28
Tabel 4 3 - Blueprint Skala Rasa Bersyukur Sebelum Diuji	30
Tabel 4 4 - Blueprint Skala Rasa Bersyukur Sesudah Diuji.....	31
Tabel 4 5 - Uji Reliabilitas.....	33
Tabel 4 6 - Uji Demografis	33
Tabel 4 7 - Kategorisasi Skor Rasa Bersyukur	35



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2 1 - Kerangka Berfikir Penelitian..... 20



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 - Pertanyaan dan Jawaban Wawancara	48
Lampiran 2 - Kuesioner	59
Lampiran 3 - Aitem Rasa Bersyukur	61
Lampiran 4 - Output Kuesioner.....	64
Lampiran 5 - Turnitin.....	67
Lampiran 6 - Profil Demografis.....	67
Lampiran 7 - Uji Vaiditas & Uji Reliabilitas.....	69

