

**HUBUNGAN ANTARA *GRATITUDE* DENGAN *HAPPINESS*
PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN MAMIYAI
AL ITTIHADIAH**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai
Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Universitas Medan Area

**OLEH
ANNA PUTRI AULIA
17.860.0301**



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2021**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 27/6/22

Access From (repository.uma.ac.id)27/6/22


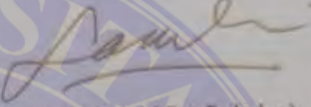
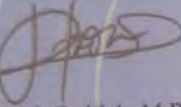

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI
HUBUNGAN ANTARA *GRATITUDE* DENGAN *HAPPINESS* PADA REMAJA
DI PANTI ASUHAN MAMIYAI AL ITTIHADYAH

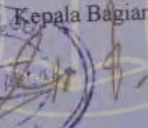
Dipersiapkan dan disusun oleh
Anna Putri Aulia
17.860.0301

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 08 Oktober 2021

Susunan Dewan Penguji

Ketua	Sekretaris
 (Dr. Suryani Hardjo, S.Psi, M.A, Psikolog)	 (Faadhil, S.Psi, M.Psi, Psikolog)
Pembimbing	Penguji Tamu
 (Dr. Risydah Fadilah, M.Psi, Psikolog)	 (Laili Alfita, S.Psi, M.M, M.Psi, Psikolog)

Skrripsi ini diterima sebagai salah satu
Persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana
Tanggal 08 Oktober 2021

Kepala Bagian

(Dinda Permatasari Harahap, M.Psi, Psikolog)

Mengetahui
Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

(Dr. Risydah Fadilah, M.Psi, Psikolog)

LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Anna Putri Aulia

NPM : 17.860.0301

Tahun terdaftar : 2017

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa dalam dokumen ilmiah skripsi ini tidak terdapat bagian karya ilmiah lain yang telah diajukan untuk memperoleh gelar akademik di suatu lembaga Pendidikan Tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang/lembaga lain, kecuali yang secara lengkap dalam daftar pustaka.

Dengan demikian saya menyatakan bahwa dokumen ilmiah ini bebas dari unsur-unsur plagiasi dan apabila dokumen ilmiah Skripsi ini dikemudian hari terbukti merupakan plagiasi dari hasil karya penulis lain dan/atau dengan sengaja mengajukan karya atau pendapat yang merupakan hasil karya penulis lain, maka penulis bersedia menerima sanksi akademik dan/atau sanksi hukum yang berlaku.

Medan, 08 Oktober 2021


Anna Putri Aulia

17.860.0301

HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

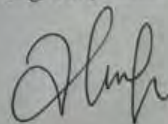
Nama : Anna Putri Aulia
NPM : 17.860.0301
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area *Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty Free Right)* atas karya ilmiah saya yang berjudul Hubungan Antara Gratitude dengan Happiness pada Remaja di Panti Asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah. Dengan hak bebas royalti noneksklusif ini, Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasi skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan

Pada Tanggal : 08 Oktober 2021

Yang menyatakan



(Anna Putri Aulia)

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA *GRATITUDE* DENGAN *HAPPINESS* PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN MAMIYAI AL ITTIHADYAH

OLEH

ANNA PUTRI AULIA

17.860.0301

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara *gratitude* dengan *happiness* pada remaja di Panti Asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah. Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Populasi penelitian ini sebanyak 59 orang dan sampel sebanyak 59 orang yang mana remaja awal berjumlah 36 orang dan remaja akhir berjumlah 23 orang, peneliti menggunakan teknik total sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara *gratitude* dengan *happiness* pada remaja awal dilihat dari nilai koefisien (R_{xy}) = 0.531 dengan $p = 0.000 < 0.050$, dan ada hubungan positif yang signifikan antara *gratitude* dengan *happiness* pada remaja akhir di panti asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah yang dilihat dari nilai koefisien (R_{xy}) = 0.809 dengan $p = 0.000 < 0.050$, artinya hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan positif dan signifikan *gratitude* dengan *happiness* diterima. Begitu juga dengan nilai koefisien determinan (R^2) pada remaja awal yang memiliki nilai 0.282, hal ini setara dengan 28.2%, artinya adalah bahwa *gratitude* pada remaja awal tersebut berkontribusi sebesar 28.2% (rendah) dan nilai koefisien determinan (R^2) pada remaja akhir yang memiliki nilai 0.655, hal ini setara dengan 65.5%, artinya adalah bahwa *gratitude* pada remaja akhir tersebut berkontribusi sebesar 65.5% (sedang) terhadap *happiness* pada remaja di Panti Asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah. *Gratitude* dan *Happiness* pada remaja di Panti Asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah tergolong tinggi, disebabkan oleh nilai mean empirik lebih besar dari nilai mean hipotetik.

Kata kunci : *Gratitude*, *Happiness*, Remaja

ABSTRACT

THE CORRELATION BETWEEN GRATITUDE WITH HAPPINESS IN ADOLESCENTS AT MAMIYAI AL ITTIHADIYAH'S ORPHANAGE

BY

ANNA PUTRI AULIA

17.860.0301

The purpose of this study was to determine the correlation between gratitude and happiness in adolescents at the Mamiyai Al Ittihadiyah Orphanage. This research method uses quantitative methods. The population of this study was 59 people and the sample was 59 people, where the early teens were 36 people and the late teens were 23 people, the researchers used a total sampling technique. The results showed that there was a significant positive relationship between gratitude and happiness in early adolescence seen from the coefficient value (R_{xy}) = 0.531 with $p = 0.000 < 0.050$, and there was a significant positive relationship between gratitude and happiness in late adolescence at the Mamiyai Al Orphanage. Ittihadiyah seen from the coefficient value (R_{xy}) = 0.809 with $p = 0.000 < 0.050$, meaning that the hypothesis which states that there is a positive and significant relationship between gratitude and happiness is accepted. Likewise with the value of the determinant coefficient (R^2) in early adolescence which has a value of 0.282, this is equivalent to 28.2%, meaning that the gratitude of the early adolescents contributes 28.2% (low) and the determinant coefficient value (R^2) in late teens who have a value of 0.655, this is equivalent to 65.5%, which means that gratitude in late teens contributes 65.5% (medium) to happiness in adolescents at the Mamiyai Al Ittihadiyah Orphanage. Gratitude and Happiness in adolescents at the Mamiyai Al Ittihadiyah Orphanage are relatively high, because the empirical mean is greater than the hypothetical mean.

Keywords :Gratitude, Happiness, Adolescent

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur tak lupa peneliti hadirkan dalam hati, karena hanya Allah lah peneliti dapat menyelesaikan karya sederhana ini dengan judul “Hubungan Antara *Gratitude* dengan *Happiness* pada Remaja di Panti Asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah”. Proposal ini disusun berdasarkan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Penulis menyadari bahwa proposal ini masih banyak kekurangannya, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati, penulis membuka diri untuk menerima saran maupun kritikan yang konstruktif dan membangun dari para pembaca demi penyempurnaannya dalam upaya menambah khasanah pengetahuan dan nilai dari proposal ini. Semoga proposal ini dapat bermanfaat, baik bagi perkembangan ilmu pengetahuan.

Medan, 08 Oktober 2021

Anna Putri Aulia

178600301

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN.....	i
LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
MOTTO.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK.....	xvi
ABSTRACT.....	xvii
BAB I – PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Batasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	8
1. Manfaat Teoritis.....	8
2. Manfaat Praktis.....	9
BAB II - TINJAUAN TEORI.....	10
A. <i>Happiness</i>	10
1. Pengertian <i>Happiness</i>	10
2. Karakteristik <i>Happiness</i>	12

3. Aspek-aspek <i>Happiness</i>	13
4. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi <i>Happiness</i>	15
B. <i>Gratitude</i>	17
1. Pengertian <i>Gratitude</i>	17
2. Aspek-aspek <i>Gratitude</i>	18
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Gratitude</i>	20
C. Masa Remaja.....	20
1. Pengertian Masa Remaja.....	20
2. Ciri-ciri Masa Remaja.....	23
3. Tugas-tugas Perkembangan Remaja.....	28
D. Hubungan Antara <i>Gratitude</i> dengan <i>Happiness</i> Pada Remaja di Panti Asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah.....	29
E. Kerangka Konseptual.....	30
F. Hipotesis.....	32
BAB III - METODE PENELITIAN.....	33
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	33
B. Definisi Operasional.....	34
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	34
1. Populasi.....	34
2. Sampel Penelitian.....	35
D. Teknik Pengambilan Sampel.....	35
E. Metode Pengumpulan Data.....	36
F. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas.....	38
1. Uji Validitas Alat Ukur.....	38
2. Uji Reliabilitas.....	39
G. Prosedur Penelitian.....	39
1. Tahap Persiapan.....	39
2. Tahap Pelaksanaan.....	40
3. Tahap Pengolahan Data.....	40
H. Teknis Analisis Data.....	41

1. Uji Normalitas.....	41
2. Uji Linearitas.....	42
BAB IV - HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	43
A. Orientasi Kacah.....	43
B. Persiapan Penelitian.....	43
C. Pelaksanaan Penelitian.....	47
1. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Happiness</i>	48
2. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Gratitude</i>	49
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	51
E. Uji Asumsi.....	51
1. Uji Normalitas.....	51
2. Uji Linearitas.....	52
F. Hasil Analisis Korelasional.....	53
G. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	54
H. Kriteria.....	55
I. Pembahasan.....	57
BAB V - SIMPULAN DAN SARAN.....	60
A. Simpulan.....	60
B. Saran.....	61
DAFTAR PUSTAKA.....	63
LAMPIRAN.....	66

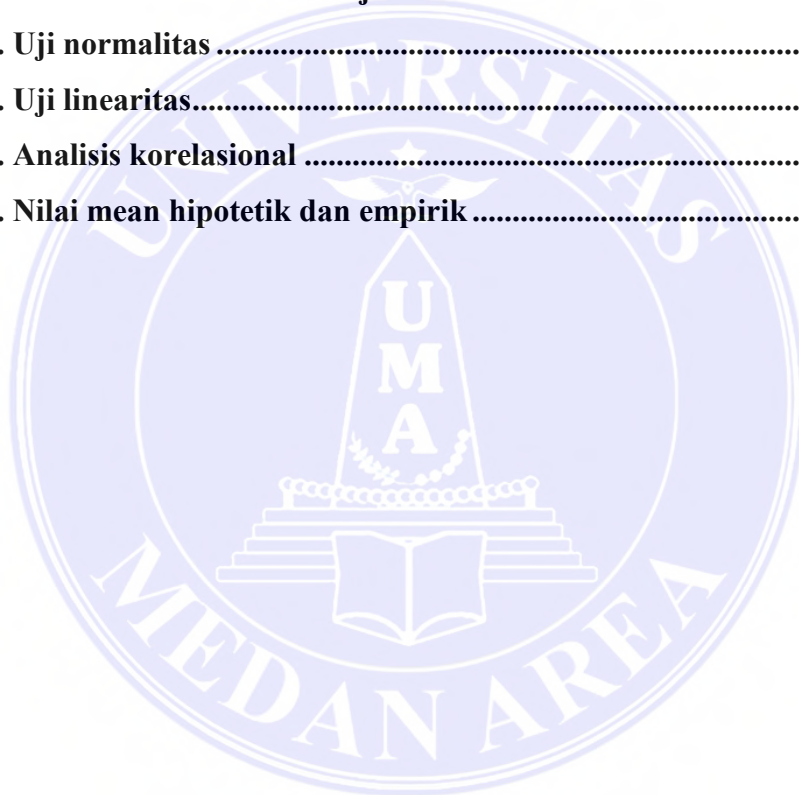
DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Konseptual.....	30
Gambar 2. Kurva normal variabel Gratitude.....	56
Gambar 3. Kurva normal variabel Happiness.....	57



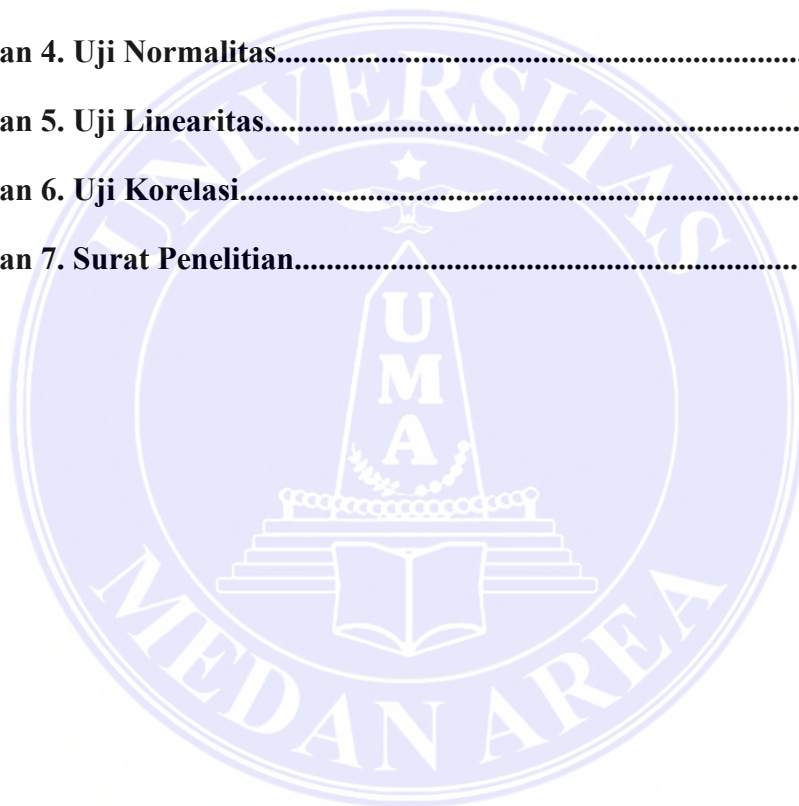
DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Penyebaran skala <i>Happiness</i>	45
Tabel 2. Penyebaran skala <i>Gratitude</i>.....	46
Tabel 3. Skala <i>Happiness</i> setelah uji validitas.....	48
Tabel 4. Skala <i>Gratitude</i> setelah uji validitas.....	50
Tabel 5. Uji normalitas	52
Tabel 6. Uji linearitas.....	53
Tabel 7. Analisis korelasional	54
Tabel 8. Nilai mean hipotetik dan empirik.....	56



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Data Mentah.....	66
Lampiran 2. Alat Ukur.....	77
Lampiran 3. Validitas dan Reliabilitas Penelitian.....	82
Lampiran 4. Uji Normalitas.....	87
Lampiran 5. Uji Linearitas.....	88
Lampiran 6. Uji Korelasi.....	90
Lampiran 7. Surat Penelitian.....	91



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja menjadi masa yang berat bagi para orang tua dan pengasuhnya, dikarenakan pada masa remaja keingintahuan anak tentang dunia luar menjadi lebih luas dan ditakutkan anak akan jatuh kedalam hal-hal yang tidak diinginkan yang membuat anak memiliki perilaku menyimpang jika tidak dibimbing dengan baik oleh orang tua atau pengasuhnya. Kenakalan yang banyak terjadi di lingkungan sosial disebabkan oleh para remaja yang tidak mendapatkan perhatian dari orang tuanya yang juga membuat anak merasa tidak bahagia.

Seperti yang dikatakan oleh Papalia, Olds dan Feldman (2013), masa remaja ialah peralihan masa perkembangan yang berlangsung selama masa anak-anak yang melibatkan perubahan besar meliputi aspek fisik, kognitif dan psikososial yang saling berkaitan. Pada masa remaja, anak merasa tidak berada di bawah tingkatan orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama. Namun, kenyataannya remaja bersifat temperamental dan mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitarnya. Remaja diharapkan memiliki pemahaman yang benar tentang dirinya sendiri, hal tersebut sangat diperlukan bagi setiap individu untuk menjalani kehidupannya, sehingga di peroleh suatu gambaran yang jelas tentang dirinya dan agar remaja bisa menjalankan hal-hal baik yang sudah didapatkannya.

Begitu juga dengan para remaja yang ada di panti asuhan, banyaknya anak di dalam panti asuhan membuat pengasuh harus lebih ekstra dalam memberikan perhatian dan terkadang ada anak yang merasa terasingkan karena perhatian yang diberikan pengasuh tidak sepenuhnya untuknya. Maka dari itu, panti asuhan memberikan aturan-aturan yang ketat agar anak-anak tetap dalam pengawasannya. Saat remaja di panti asuhan merasa tertekan dengan aturan-aturan yang ada, acap kali mereka coba memberontak dengan cara berkelahi dengan teman sekamar untuk menarik perhatian pengasuhnya. Hal tersebut dilakukan oleh para remaja, baik di dalam panti asuhan ataupun di luar panti asuhan dikarenakan mereka merasa tidak bahagia, maka dari itu orang tua maupun pengasuh harus mampu memberikan perhatian kepada mereka.

Menurut Dewi (2016), kebahagiaan dibentuk melalui pikiran seseorang pada suatu kondisi eksternal. Namun demikian, kondisi atau latar belakang kehidupan seseorang akan mempengaruhinya dalam mempersepsikan kehidupan ini dan akan berlanjut pada konsep kebahagiaan yang dimilikinya. Sedangkan bagi remaja yang ada di panti asuhan, perasaan kekurangan dan tidak merasakan cinta seutuhnya membuat mereka merasa berbeda dan tidak bahagia.

Kebahagiaan ialah kondisi psikologis yang positif, seperti kegembiraan, ketenangan dan berkaitan dengan meningkatkan kesejahteraan dan kebahagiaan, mempertimbangkan emosi positif dan efektifitas positif maupun negatif, sifat dan ukuran kebahagiaan seseorang (Carr, 2004). Sedangkan menurut Veenhoven (2010), kebahagiaan ialah seluruh kenikmatan atau kepuasan hidup yang dirasakan oleh

individu secara menyeluruh. Hal tersebut meliputi penilaian afektif dan kognitif dari kehidupan individu sehingga dikenal dengan kebahagiaan yang seutuhnya.

Selain itu, Yudantara (2008) berpendapat bahwa kebahagiaan hanya dapat diwujudkan oleh individu jika individu tersebut mengakui apa adanya dan menerima yang semestinya. Kebahagiaan merupakan hal-hal yang dapat ditumbuhkan oleh setiap individu dan salah satu caranya yang bisa dilakukan ialah bersikap optimis terhadap segala hal yang dilakukan.

Fenomena yang terungkap pada remaja di panti asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah ialah remaja putra dan putri tetap merasakan kebahagiaan walaupun tinggal di panti asuhan dan berjauhan dari sanak keluarga. Mereka juga tidak merasa keberatan dengan segala peraturan yang ada di panti asuhan dan merasa tetap dapat bergaul dengan anak-anak di luar panti asuhan. Perilaku ini diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan dengan dua remaja di Panti Asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah:

“Saya tinggal disini sudah lumayan lama kak dan belum ada keluhan apapun sampai hari ini sih, senang-senang aja kak disini karena pun banyak temen kak, kalau lagi sedih ada yang nemani dan ngehibur gitu. Anak-anak luar juga ramah-ramah kak, kami sering juga main bola kalau sore (A). Ya sama kak, belum ada keluhan sejauh ini. Kadang kalau teringat orang tua ya kawan-kawan disini yang ngehibur. Terus engga merasa beda sih kak sama anak-anak lainnya, aku ngerasa kita semua sama lah. Senang-senang aja aku disini kak (R).”

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa kedua remaja bahagia tinggal di panti asuhan dikarenakan teman-teman yang selalu ada untuk mereka dan kedua remaja juga mengatakan bahwa mereka tidak merasa

berbeda dengan anak-anak lain di luar panti asuhan. Sementara itu, untuk hasil observasi kepada kedua remaja menunjukkan bahwa mereka tampak santai dan tidak memiliki keterpaksaan saat menjawab segala pertanyaan yang diajukan oleh peneliti, seperti A yang setiap menjawab menggunakan nada yang tegas dan sesekali tertawa. Begitu juga dengan R yang selalu tersenyum dan tidak menghindari kontak mata dengan peneliti.

Hal yang sama juga terungkap dari sudut pandang sekretaris yang sudah bekerja lebih dari empat puluh tahun di panti asuhan tersebut, beliau menyatakan bahwa anak-anak di panti asuhan bahagia karena memiliki banyak teman dan belajar ilmu agama dengan baik. Hal tersebut diperkuat dengan hasil wawancara dengan sekretaris panti asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah, sebagai berikut:

“Kalau menurut saya mereka disini senang-senang sajalah. Tak ada yang harus mereka sedihkan, soalnya disini mereka rame, tidak merasa sendiri. Makan sama-sama, mengaji sama-sama, belajar sama-sama, senang aja mereka disini. Itu yang saya lihat selama lebih dari empat puluh tahun saya jadi sekretaris di panti asuhan ini.”

Fuad (2015) mengatakan adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan ialah terpenuhinya kebutuhan fisiologis (sandang, papan dan pangan), terpenuhinya kebutuhan psikologis (emosional), terpenuhinya kebutuhan sosial (menjalin hubungan yang harmonis dengan orang-orang di sekelilingnya), dan terpenuhinya kebutuhan spiritual (bersyukur kepada pencipta-Nya).

Selain itu, McMahan (2006) mengatakan bahwa ada faktor-faktor eksternal yang dapat mendukung kebahagiaan pada manusia yaitu manusia harus menciptakan pikiran yang positif, menemukan alasan untuk bersyukur sebanyak mungkin dan

menemukan makna-makna positif yang ada dalam hidupnya. Setelah faktor-faktor eksternal terpenuhi, maka manusia akan merasakan kebahagiaan yang berasal dari pikiran-pikirannya.

Pengamatan yang dilakukan di panti asuhan dapat terlihat bahwa kebahagiaan adalah tujuan akhir dari segala upaya, perjuangan dalam kehidupan setiap individu. Kebahagiaan bersifat universal, kekal dan sebuah akhir yang dicari-cari setiap individu di dunia (Arif, 2016). Dan faktor kebahagiaan dari Seligman yaitu, kebijakan dan pengetahuan, keberanian, cinta dan kemanusiaan, keadilan, kesederhanaan dan transendensi.

Adapun faktor penting yang mempengaruhi kebahagiaan remaja ialah bersyukur kepada sang pencipta. Bersyukur merupakan sebuah respons positif akan situasi tertentu dan juga merupakan fenomena yang lebih kompleks tentang pentingnya kebahagiaan bagi manusia. Bersyukur mampu menjadikan seseorang lebih baik, bisa menjadi lebih bijaksana dalam menghadapi setiap permasalahan, juga mampu menciptakan keharmonisan antara dirinya dengan lingkungan dan komunitasnya (Emmons, 2007).

Menurut Watkins (2014), *Gratitude* berasal dari sebuah perhatian yang kemudian berkembang menjadi pemikiran yang menguntungkan, lalu merujuk pada keadaan emosional, ekspresi emosi, sifat karakter, bahkan sifat baik yang ada pada setiap individu. Sedangkan menurut McCullough, Emmons dan Tsang (2002), *Gratitude* atau rasa bersyukur merupakan kecenderungan umum untuk mengenali dan merespons dengan emosi bersyukur terhadap peran kebajikan orang lain dalam pengalaman positif dan hasil yang diperoleh seseorang.

Berdasarkan penelitian Agustina (2019), terdapat hubungan yang signifikan antara *Gratitude* dengan *Happiness* pada remaja di panti asuhan, yang artinya semakin tinggi tingkat rasa syukur maka semakin tinggi kebahagiaan remaja yang tinggal di panti asuhan. Begitu juga penelitian Pratama (2019), terdapat hubungan positif signifikan antara *Happiness* dengan *Gratitude* remaja di panti asuhan, yang artinya semakin tinggi *Happiness* maka semakin tinggi *Gratitude* pada remaja di panti asuhan.

Begitu juga dengan kedua remaja di panti asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah yang menyatakan bahwa setelah melakukan salat maghrib, mereka mendapatkan ceramah tentang agama dari pengasuhnya. Adapun cara bersyukur yang diajarkan oleh pengasuh mereka yaitu mensyukuri dan mendoakan kehidupan yang sekarang mereka dapatkan. Hal tersebut diperkuat dengan hasil wawancarnya sebagai berikut:

“Biasanya selesai shalat maghrib ada ceramah agama dari Abi, ya kayak bersyukur (A). Ya disini diajarkan bersyukur kak, kita mendoakan diri kita, orang tua terus juga orang-orang yang udah baik sama kita (R).”

Berdasarkan hasil wawancara dengan sekretaris dan kedua remaja di panti asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah, bersyukur merupakan hal yang memang seharusnya dimiliki oleh anak-anak di panti asuhan. Bersyukur adalah salah satu cara yang mereka lakukan untuk menikmati hidup yang diberikan oleh Allah SWT atas kesehatan, rezeki dan kebaikan-kebaikan lain yang mereka terima. Ketika anak-anak di panti asuhan membuat kebiasaan bersyukur, pihak panti asuhan seakan percaya bahwa itulah salah satu cara membuat mereka bahagia dan menjadi lebih sadar akan hal-hal baik yang terjadi pada mereka.

Berdasarkan fenomena diatas, peneliti tertarik untuk meneliti terkait *Happiness* remaja di Panti Asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah dengan *Gratitude* sebagai variabel bebasnya. Peneliti juga ingin mengetahui seberapa besar hubungan *Gratitude* terhadap *Happiness* pada remaja di Panti Asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah. Maka dari itu, peneliti melakukan penelitian dengan judul Hubungan antara *Gratitude* dengan *Happiness* pada remaja di Panti Asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah.

Dengan dilakukannya penelitian ini dapat memberikan informasi terkait hubungan antara *Gratitude* dengan *Happiness* pada remaja di Panti Asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah, karena peneliti percaya bahwa sikap bersyukur terhadap semua hal yang terjadi dalam kehidupan merupakan salah satu cara untuk mencapai kebahagiaan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka identifikasi masalah terkait *happiness* pada remaja di panti asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah ialah apakah remaja sungguh-sungguh sudah merasakan kebahagiaan selama tinggal di panti asuhan walaupun harus berpisah dari anggota keluarga yang tersisa serta tidak merasa iri saat melihat anak-anak lainnya yang memiliki keluarga utuh dan tidak terkekang dengan aturan-aturan yang ada di dalam panti asuhan. Sementara itu, mereka tetap bersyukur dalam keadaan apapun. Sehingga menggugah peneliti untuk meneliti lebih lanjut tentang fenomena ini tentang apakah rasa syukur akan membuat remaja di panti asuhan merasa bahagia.

C. Batasan Masalah

Adapun batasan masalah pada penelitian ini terletak pada *gratitude* serta *happiness* pada remaja di panti asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah yang terletak di jalan Mamiyai No. 1 Tegalsari III Kec. Medan Area.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, adapun rumusan masalah dari penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara *gratitude* dengan *happiness* pada remaja di panti asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah?

E. Tujuan Penelitian

Adapun yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *gratitude* dengan *happiness* pada remaja di Panti Asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi bidang keilmuan dan dijadikan sumber referensi pada bidang psikologi perkembangan, khususnya pada bagian *gratitude* dengan *happiness* pada remaja-remaja di panti asuhan.

2. Manfaat Praktis

a. Peneliti

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan menambah wawasan kepada peneliti maupun peneliti selanjutnya bahwa *gratitude* memiliki keterkaitan yang erat dengan *happiness* pada remaja yang ada di panti asuhan.

b. Remaja

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi remaja agar mengetahui betapa pentingnya dampak *gratitude* untuk memperoleh *happiness* selama tinggal di panti asuhan.

c. Pengasuh

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat serta masukan bagi para pengasuh di panti asuhan dalam membimbing serta mengasuh para remaja. Sehingga informasi dalam penelitian ini dapat memberikan gambaran tentang pentingnya *gratitude* untuk memberikan *happiness* pada remaja di panti asuhan.

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. *Happiness*

1. *Pengertian Happiness*

Kebahagiaan adalah sebuah tujuan akhir bagi semua individu dan merupakan suatu hal yang menyenangkan, menggembirakan, membawa suka cita serta memberikan kesenangan yang tak dapat diukur oleh apapun. Kebahagiaan pada tiap orang memang berbeda, karena kebahagiaan adalah hal yang subjektif. Kebahagiaan bagi setiap individu memanglah berbeda antara satu dengan lainnya meskipun mengalami kejadian yang sama. Kebahagiaan pada tiap individu tergantung pada pemaknaan dan bagaimana individu memahami kebahagiaan tersebut (Lukman, 2008). Hal berbeda disampaikan oleh Dewi (2016), kebahagiaan lebih banyak ditentukan oleh keadaan pikiran seseorang dari pada suatu kondisi eksternal. Namun demikian, situasi kondisi atau latar belakang kehidupan seseorang akan mempengaruhinya dalam mempersepsi kehidupan ini dan akan berlanjut pada konsep kebahagiaan yang dimilikinya.

Kebahagiaan terletak pada kemampuan individu untuk mengelaborasi dirinya secara optimal, serta mengaktualisasikan dirinya. Kebahagiaan merupakan pengalaman batin atau spiritual, di mana individu dapat menikmati setiap detik dengan penuh cinta, rasa syukurnya kepada Tuhan (Wahidin, 2017). Sedangkan menurut Yudiantara (2008), kebahagiaan hanya dapat diwujudkan oleh individu jika

individu tersebut mengakui apa adanya dan menerima yang semestinya. Kebahagiaan merupakan hal-hal yang dapat ditumbuhkan oleh setiap individu dan salah satu caranya yang bisa dilakukan ialah bersikap optimis terhadap segala hal yang dilakukan.

Kebahagiaan ialah keadaan psikologis yang positif, seperti kegembiraan, ketenangan dan berkaitan dengan meningkatkan kesejahteraan dan kebahagiaan, mempertimbangkan emosi positif dan efektifitas positif maupun negatif, sifat dan ukuran kebahagiaan seseorang (Carr, 2004). Sementara itu, Veenhoven (2010) mendefinisikan kebahagiaan sebagai seluruh kenikmatan atau kepuasan dari hidup individu secara menyeluruh. Hal tersebut meliputi penilaian afektif dan kognitif dari kehidupan individu sehingga dikenal dengan kebahagiaan yang seutuhnya.

Kebahagiaan menurut Arif (2016) adalah tujuan akhir dari segala upaya, perjuangan dalam kehidupan setiap individu. Kebahagiaan bersifat universal dan kekal yang umumnya menjadi pokok bahasan berbagai agama serta spiritualitas dan filsafat sebagai akhir yang dicari-cari setiap individu di dunia.

Berdasarkan paparan di atas, dapat disimpulkan bahwa *happiness* adalah sebuah kesenangan, kegembiraan, suka cita serta dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis sehingga individu merasakan kepuasan dalam hidupnya. Yang mana individu menjadi lebih positif secara emosional dan kebahagiaan juga dikatakan sebagai tujuan akhir yang diinginkan semua individu yang terhindar dari kesakitan dan segala penderitaan.

2. Karakteristik *Happiness*

Adapun beberapa karakteristik kebahagiaan menurut Myers (Sarmadi, 2018) ialah sebagai berikut:

1. Menghargai diri sendiri. Individu yang bahagia akan menyukai dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan diri yang cukup tinggi.
2. Optimis. Individu yang optimis percaya bahwa hal-hal baik memiliki sifat yang kekal sedangkan hal-hal buruk bersifat sementara, sehingga individu akan berusaha untuk lebih keras pada setiap kesempatan agar dapat mendapatkan hal-hal baik dalam hidupnya.
3. Terbuka. Individu yang bahagia biasanya lebih terbuka terhadap banyak hal dan orang lain.
4. Mampu mengendalikan diri. Individu yang bahagia pada umumnya memiliki kontrol pada hidupnya, memiliki kekuatan atau kelebihan sehingga dapat melakukan yang terbaik dalam banyak hal baik dalam lingkungan rumah maupun lingkungan sekolah atau pekerjaan.

Sementara itu, Aristoteles (Hamim, 2016) mengungkapkan ada lima karakteristik yang membuat individu dikatakan memiliki kebahagiaan yang sempurna, yaitu:

1. Kebahagiaan yang didapat dari sehat badan dan ilmu pengetahuan
2. Kebahagiaan yang didapat dari teman yang baik
3. Kebahagiaan karena dikenal sebagai orang yang baik

4. Kebahagiaan karena sukses dalam berbagai hal
5. Kebahagiaan yang didapat dari pola pikir yang baik dan punya keyakinan yang teguh

Berdasarkan dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa karakteristik dari *happiness* ialah individu yang mampu menghargai dirinya sendiri, memiliki sifat optimis, terbuka dengan orang lain, mampu mengendalikan diri, memiliki badan yang sehat, teman-teman yang baik dan memiliki pola pikir yang baik.

3. Aspek-aspek *Happiness*

Menurut Seligman (2002) dalam penelitian internasional, terdapat enam aspek kebahagiaan pada setiap individu, yaitu:

a. Kebijakan dan Pengetahuan

Kebijakan diperlukan pengetahuan dari perkembangan yang paling dasar tentang keingintahuan hingga yang paling matang yaitu perspektif.

b. Keberanian

Keberanian muncul saat menghadapi kesulitan yang besar. Keberanian dikagumi secara universal dan setiap budaya memiliki pahlawan dengan penuh keberanian.

c. Cinta dan Kemanusiaan

Berinteraksi positif dengan sosial. misalnya teman, kenalan, keluarga dan juga orang asing.

d. Keadilan

Keadilan muncul dalam bermasyarakat melalui bagaimana individu berhubungan dengan kelompok yang lebih luas, seperti keluarga, komunitas, bangsa dan dunia.

e. Kesederhanaan

Kesederhanaan mengacu akan ekspresi yang sesuai dengan keinginan. Individu yang baik tidak akan memaksakan orang lain, tetapi menunggu kesempatan untuk waktu yang tepat sehingga tidak menyakiti diri sendiri.

f. Transendensi

Transendensi menghubungkan sesuatu yang lebih besar dan lebih permanen terhadap orang lain, masa depan, evolusi, Ilahi atau dengan alam semesta.

Menurut Bastaman (Fuad, 2015), individu yang bahagia ditandai dengan adanya aspek-aspek sebagai berikut:

- a. Hubungan antar pribadi yang harmonis, saling menghormati, dan saling menyayangi;
- b. Kegiatan-kegiatan yang disukai dan menghasilkan karya-karya yang bermanfaat buat orang lain;
- c. Kemampuan mengatasi berbagai kendala kehidupan dan menganggap kendala ini bukan sebagai masalah, tetapi sebagai peluang dan tantangan;
- d. Tujuan hidup yang jelas sebagai pedoman dan arahan kegiatan yang dilandasi oleh keimanan yang mantap;
- e. Memiliki rasa humor yang tinggi, yaitu mampu melihat secara humoristis pengalaman-pengalaman sendiri, termasuk pengalaman hidup yang tragis;

- f. Secara sadar berusaha meningkatkan taraf berpikir;
- g. Bertindak positif, mengembangkan potensi diri, yang meliputi fisik, mental, emosi, sosial, dan spiritual, secara seimbang, untuk meningkatkan kualitas hidup yang lebih baik dan meraih citra diri yang diidam-idamkan; dan
- h. Melandasi semua hal yang di atas dengan do'a, ibadah, dan niat yang suci.

Berdasarkan paparan diatas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dari *happiness* ialah memiliki hubungan yang baik antar orang lain, saling mencintai, memiliki keberanian, memiliki tujuan hidup yang jelas, bertindak positif dan beribadah kepada Tuhan.

4. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi *Happiness*

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan ialah sebagai berikut, (Mustofa, 2008) :

- a. Kekayaan, ialah banyaknya harta yang dimiliki yang berupa materi sehingga segala kebutuhan materi dan kepuasan diri dapat terpenuhi.
- b. Jabatan dan posisi, ialah potensi strata sosial yang dimiliki yang terkait dengan jabatan yang dapat meningkatkan kewibawaan dan pandangan yang lebih dari orang lain.
- c. Prestasi dalam bidang tertentu, ialah hal yang dapat menumbuhkan semangat baru dan dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- d. Penerimaan yang positif oleh lingkungan, ialah penerimaan dimana tempat tinggal dapat memberi tempat dan posisi yang baik.

Fuad (2015) mengatakan adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan ialah terpenuhinya kebutuhan fisiologis (sandang, papan dan pangan), terpenuhinya kebutuhan psikologis (emosional), terpenuhinya kebutuhan sosial (menjalin hubungan yang harmonis dengan orang-orang di sekelilingnya), dan terpenuhinya kebutuhan spiritual (bersyukur kepada sang pencipta).

Selain itu, McMahan (2006) mengatakan bahwa ada faktor-faktor eksternal yang dapat mendukung kebahagiaan pada manusia yaitu manusia harus menciptakan pikiran yang positif, menemukan alasan untuk bersyukur sebanyak mungkin dan menemukan makna-makna positif yang ada dalam hidupnya. Setelah faktor-faktor eksternal terpenuhi, maka manusia akan merasakan kebahagiaan yang berasal dari pikiran-pikirannya.

Sedangkan Herbyanti (2009), mengatakan ada dua faktor penting yang mempengaruhi kebahagiaan pada remaja, yaitu :

- a. Faktor Internal ialah sikap optimis dan selalu berusaha keras, keinginan untuk membanggakan orang tua serta kesehatan yang dimiliki.
- b. Faktor Eksternal ialah kebersamaan dan dukungan dari orang lain yaitu dari orang tua, keluarga serta teman dekat.

Berdasarkan paparan diatas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *happiness* ialah berasal dari faktor-faktor internal dan eksternal. Pada faktor internal ialah bersikap optimis dan memiliki keinginan untuk membanggakan diri sendiri, sedangkan faktor eksternal ialah mendapatkan dukungan dari orang lain dan menjalin hubungan yang harmonis dengan orang-orang di sekelilingnya.

B. *Gratitude*

1. Pengertian *Gratitude*

Gratitude berasal dari bahasa Latin yaitu *gratia*, yang berarti rahmat, keanggunan, atau rasa terima kasih. Dapat disimpulkan sebagai sesuatu yang dilakukan atas kebaikan, kemurahan hati, indahnya memberi dan menerima, atau mendapatkan sesuatu tanpa imbalan. Sebagai kondisi psikologis, *gratitude* adalah perasaan syukur dan penghargaan untuk hidup. Dapat diekspresikan kepada orang lain, alam raya, Tuhan, hewan dan diri sendiri (Emmons & Shelton, 2002). Sementara itu, Seligman (2002) mengungkapkan bahwa rasa bersyukur merupakan salah satu dari bagian kajian psikologi positif yang berarti mengucapkan terima kasih atau bersyukur atas anugerah yang diberikan kepada setiap individu.

Gratitude ialah mengakui tentang adanya sumber dari luar yang berperan besar untuk memberikan pengalaman dan membuat individu memiliki rasa bersyukur akan segala hal. Oleh karena itu *gratitude* dapat mendorong seseorang untuk mengekspresikan ungkapan rasa syukur dengan mengucapkan pujian atau berterima kasih kepada orang-orang yang memberinya atau dengan menyalurkan kebaikan pada pihak lain (Akmal & Masyhuri, 2018).

Menurut Emmons (2016), bersyukur merupakan suatu perasaan khas yang berwujud rasa terima kasih yang muncul saat individu menyadari bahwa setiap individu menerima kebaikan, manfaat atau bantuan altruistik dari orang lain, seperti hal-hal yang seharusnya tidak dapat diterima karena bukan disebabkan oleh usaha diri sendiri. Sedangkan menurut Prabowo (2017), mengatakan bahwa bersyukur memang

sebuah keadaan di mana individu merasa kagum, berterimakasih, dan menghargai segala sesuatu yang diterima.

Menurut Watkins (2014), *gratitude* berasal dari sebuah perhatian yang kemudian berkembang menjadi pemikiran yang menguntungkan, lalu merujuk pada keadaan emosional, ekspresi emosi, sifat karakter, bahkan sifat baik yang ada pada setiap individu. Kemudian, menurut Arif (2016) *gratitude* sebagai emosi positif ialah perasaan menyenangkan yang khas yang dapat membangkitkan perasaan dan motivasi tertentu ketika menerima sebuah kebaikan dari orang lain secara tulus.

Berdasarkan paparan diatas, dapat disimpulkan bahwa *gratitude* adalah sebuah perasaan bersyukur dan berterima kasih muncul ketika individu yang berada dalam keadaan yang positif, baik secara emosi sehingga dapat memunculkan afek positif dalam diri individu karena menerima banyak hal baik dari orang lain.

2. Aspek-aspek *Gratitude*

Menurut McCullough, Emmons dan Tsang (2002), ada empat aspek dalam rasa bersyukur, yaitu :

- a. *Intensity*, bersyukur ketika mengalami peristiwa positif kepada dirinya;
- b. *Frequency*, bersyukur setiap harinya dan rasa bersyukur ini dapat menimbulkan kebaikan sederhana yang positif.
- c. *Span*, bersyukur atas keluarga, pekerjaan, kesehatan yang dimilikinya.
- d. *Density*, bersyukur dan berterima kasih kepada orang tua, keluarga, teman, maupun orang lain.

Dari penelitian internasional yang dikemukakan oleh Anas, dkk (2016) mengatakan ada lima aspek dalam rasa bersyukur, yaitu :

- a. Aspek Kehidupan yang Diinginkan: Situasi di mana orang tersebut dapat memperoleh rasa terima kasih kepada orang-orang yang memiliki hasil yang diinginkan atas tindakan mereka atau memberikan penguatan setelah mencapai kesuksesan.
- b. Sifat Timbal Balik Syukur: Ini adalah pertukaran emosi positif. Seseorang melakukan tindakan syukur untuk orang lain, dan pada gilirannya, orang itu mungkin didorong untuk melakukan sesuatu yang baik untuk orang itu, atau bertahan dalam kebaikan untuk orang yang tidak dikenal.
- c. Syukur Terhadap Orang Lain: Syukur dapat diungkapkan dengan mempromosikan aktivitas kemanusiaan, dan melayani orang yang membutuhkan.
- d. Mengalami Syukur: Seseorang mengalami rasa syukur setelah mendapatkan pahala dan kesuksesan dan juga menunjukkan rasa syukur kepada Tuhan setelah membaca kitab suci. Rasa syukur yang lebih tinggi dari pengalaman yang lebih tinggi.
- e. Aktivitas Terkait Syukur: Ini bertujuan untuk memelihara kebenaran dan ketertiban. Seseorang dapat mengungkapkan rasa syukur dengan terlibat dalam penyembahan keyakinan agamanya.

Berdasarkan paparan diatas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dari *gratitude* ialah bersyukur atas kehidupan, bersyukur atas diri sendiri, bersyukur atas orang lain dan bersyukur kepada Allah SWT.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Gratitude*

McCullough, Emmons dan Tsang (2002), menyatakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi *gratitude* pada setiap individu yaitu :

- a. *Emotionality*, yaitu suatu keadaan di mana seseorang merasa emosional dalam menilai kepuasan hidupnya.
- b. *Prosociality*, yaitu kecenderungan seseorang untuk diterima di lingkungan sosial.
- c. *Religiousness*, yaitu sesuatu yang berkaitan dengan nilai-nilai transendental, keagamaan dan keimanan seseorang.

Berdasarkan paparan diatas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *gratitude* ialah *emotionality*, *prosociality* dan *religiousness*.

C. Masa Remaja

1. Pengertian Masa Remaja

Masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju remaja disebut sebagai masa pendewasaan atau *coming of age*. Sebuah perjalanan dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan ditandai dengan banyaknya peristiwa atau periode panjang yang disebut masa remaja. Masa remaja awal dimulai dari usia 10 atau 11 sampai 14 tahun, sedangkan masa remaja akhir sekitar usia 20 awal. Masa remaja adalah masa terjadinya perubahan fisik, kognitif, sosial, otonomi, harga diri dan keintiman. Secara umum, masa remaja ditandai dengan munculnya masa pubertas yang mana akan menghasilkan kematangan seksual atau kemampuan untuk melakukan reproduksi. Banyak remaja berfikir bahwa mereka sudah dapat menentukan jalan hidupnya tanpa

bantuan orang tua, maka dari itu masa remaja juga dinamakan masa yang memiliki banyak risiko (Papalia, Olds, & Feldman, 2009).

Fakhrurrazi (2019), berpendapat bahwa masa remaja adalah masa untuk mencari jati diri. Remaja ingin mendapat pengakuan tentang apa yang telah ia lakukan untuk orang lain. Apabila remaja berhasil dalam masa ini maka akan diperoleh suatu kondisi yang disebut *identity reputation* (memperoleh identitas). Apabila remaja mengalami kegagalan, mereka akan mengalami *identity diffusion* (kekaburan identitas). Masa remaja juga disebut sebagai masa yang sangat menentukan karena pada masa ini anak-anak yang beralih ke remaja akan mengalami banyak perubahan pada psikis dan fisiknya.

Masa remaja merupakan masa dalam kehidupan manusia yang banyak mengalami perubahan seperti masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Masa remaja juga dikenal sebagai masa tanpa batasan usia yang jelas. Sulit untuk menentukan usia remaja di sebabkan adanya perbedaan kultur pada tiap-tiap masyarakat di dunia (Azizah, 2013). Kemudian, King (2014) berpendapat bahwa masa remaja ialah masa perkembangan yang merupakan masa perubahan antara anak-anak menuju dewasa, di mana masa ini dimulai pada usia 10 hingga 12 tahun dan berakhir pada usia 18 hingga 21 tahun.

Sementara itu, Nashori (2005) berpendapat bahwa masa remaja atau disebut dengan fase amrad adalah masa persiapan bagi manusia untuk melakukan perannya

sebagai pemimpin di dunia untuk menyebarkan kebaikan dan menghindari kejahatan. Masa amrad dimulai dari usia 10 hingga 15 tahun.

Santrock (Rizkyta & Fardana, 2017) mengatakan bahwa masa remaja adalah masa yang identik akan tantangan dan krisis. Para remaja perlu memiliki penyesuaian diri terhadap perubahan-perubahan yang melibatkan 3 aspek, yaitu perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Perubahan biologis pada remaja meliputi perubahan pada fisik individu, perubahan kognitif meliputi pikiran dan intelegensi pada remaja dan perubahan sosioemosional meliputi perubahan dalam hubungan individu dengan orang lain, perubahan emosi, kepribadian, serta peran dalam sosial.

Masa remaja juga dikenal sebagai masa yang khas dikarenakan remaja membangun interaksi sesama teman sebayanya dengan cara berkumpul untuk melakukan aktivitas bersama dengan membentuk semacam geng. Interaksi antar anggota dalam suatu geng dikenal sangat intens serta memiliki solidaritas yang tinggi. Pada masa ini, remaja biasanya membutuhkan teman-temannya untuk melawan otoritas atau melakukan perbuatan yang tidak baik atau bahkan melakukan kejahatan bersama (Ali & Asrori, 2010).

Maka dapat disimpulkan bahwa masa remaja adalah masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa yang penuh dengan tantangan. Remaja merasa mereka sudah setara dengan orang dewasa dan berhak mengambil keputusan tanpa persetujuan orang yang lebih tua. Namun, kenyataannya remaja masih labil dan mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitarnya.

2. Ciri-ciri Masa Remaja

Jatmika (Putro, 2017) mengatakan adapun ciri-ciri remaja ialah sebagai berikut:

- a. Remaja mulai menyampaikan kebebasan dan hak untuk mengemukakan pendapatnya. Tidak dipungkiri bahwa hal ini dapat menciptakan ketegangan dan perselisihan serta menjauhkan remaja dari keluarganya.
- b. Remaja lebih mudah dipengaruhi oleh lingkungan, yang mana menunjukkan bahwa pengaruh orang tua menjadi semakin lemah. Remaja berperilaku dan mempunyai kesenangan yang berbeda bahkan bertentangan dengan perilaku dan kesenangan orang tua. Seperti dalam hal berpakaian, potongan rambut, kesenangan akan musik dan budaya luar.
- c. Remaja mengalami perubahan fisik yang luar biasa, baik pertumbuhannya maupun seksualitasnya. Perasaan seksual yang mulai muncul bisa menakutkan, membingungkan dan menjadi sumber perasaan salah dan frustrasi.
- d. Remaja sering menjadi terlalu percaya diri yang bersamaan dengan emosinya yang biasanya meningkat, mengakibatkan sulit menerima nasihat dan arahan orang tua.

Sementara itu, Zulkifli (Fakhrurrazi, 2019) menambahkan adapun ciri-ciri pada masa remaja, ialah:

- a. Pertumbuhan fisik

Remaja mengalami pertumbuhan fisik yang lebih cepat dibandingkan dengan masa anak-anak dan masa dewasa. Pada fase ini, remaja memerlukan asupan

gizi yang lebih banyak agar pertumbuhan bisa berjalan secara optimal. Perkembangan fisik remaja jelas terlihat pada tungkai dan tangan, tulang kaki dan tangan, serta otot-otot tubuh berkembang pesat.

b. Perkembangan seksual

Tanda-tanda perkembangan seksual pada anak laki-laki diantaranya alat reproduksi spermanya mulai memproduksi, ia mengalami masa mimpi yang pertama, sedangkan pada anak perempuan sudah mendapatkan menstruasi pertama.

c. Cara berfikir kausalitas

Remaja mulai berfikir kritis sehingga ia akan melawan bila orang tua, guru atau orang lain masih menganggapnya sebagai anak kecil. Mereka tidak akan terima jika dilarang melakukan sesuatu oleh orang yang lebih tua tanpa diberikan penjelasan yang logis. Seperti makan di depan pintu, kemudian orang tua melarangnya sambil berkata “pantang”. maka remaja akan menanyakan mengapa hal itu tidak boleh dilakukan dan jika orang tua tidak bisa memberikan jawaban yang memuaskan maka dia akan tetap melakukannya. Pada masa ini, idealnya para remaja sudah memiliki pola pikir dalam memecahkan masalah-masalah yang kompleks dan abstrak. Kemampuan berpikir para remaja berkembang sedemikian rupa sehingga mereka dengan mudah dapat membayangkan banyak alternatif pemecahan masalah beserta kemungkinan akibat atau hasilnya. Kapasitas berpikir secara logis dan abstrak mereka berkembang sehingga mereka mampu berpikir multidimensi seperti ilmuwan. Para remaja tidak lagi menerima informasi apa

adanya, tetapi mereka akan memproses informasi itu serta mengadaptasikannya dengan pemikiran mereka sendiri. Mereka juga mampu mengintegrasikan pengalaman masa lalu dan sekarang untuk ditransformasikan menjadi konklusi, prediksi, dan rencana untuk masa depan. Dengan kemampuan operasional formal ini, para remaja mampu mengadaptasikan diri dengan lingkungan sekitar mereka.

Pada kenyataan, di Indonesia masih sangat banyak remaja bahkan orang dewasa yang belum mampu mencapai tahap perkembangan kognitif operasional formal ini. Sebagian masih tertinggal pada tahap perkembangan sebelumnya, yaitu operasional konkrit, di mana pola pikir yang digunakan masih sangat sederhana dan belum mampu melihat masalah dari berbagai dimensi. Hal ini bisa saja diakibatkan sistem pendidikan di Indonesia yang tidak banyak menggunakan metode belajar-mengajar satu arah dan kurangnya perhatian pada pengembangan cara berpikir anak. penyebab lainnya bisa juga diakibatkan oleh pola asuh orangtua yang cenderung masih memperlakukan remaja sebagai anak-anak, sehingga anak tidak memiliki keleluasan dalam memenuhi tugas perkembangan sesuai dengan usia dan mentalnya. Semestinya, seorang remaja sudah harus mampu mencapai tahap pemikiran abstrak supaya saat mereka lulus sekolah menengah, sudah terbiasa berpikir kritis dan mampu untuk menganalisis masalah dan mencari solusi terbaik.

d. Emosi yang meluap-meluap.

Emosi pada remaja masih labil dikarenakan dengan keadaan hormon. Remaja belum bisa mengontrol emosi dengan baik. Di satu waktu remaja akan terlihat

sangat senang sekali tetapi tiba-tiba bisa menjadi sedih atau marah, seperti pada remaja yang baru putus cinta. Emosi remaja lebih kuat dan lebih menguasai diri daripada pikiran yang realistis. Saat melakukan sesuatu remaja hanya menuruti ego dalam diri tanpa memikirkan risiko yang akan terjadi.

e. Perkembangan Sosial.

Keterampilan sosial dan kemampuan penyesuaian diri menjadi sangat penting saat anak sudah menginjak masa remaja. Hal ini disebabkan karena pada masa remaja sudah memasuki dunia pergaulan yang lebih luas di mana pengaruh teman-teman dan lingkungan sosial akan sangat menentukan. Kegagalan remaja dalam menguasai keterampilan-keterampilan sosial akan menyebabkan remaja sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya sehingga dapat menyebabkan rasa rendah diri, dikucilkan dari pergaulan, cenderung berperilaku yang kurang normatif seperti asosial ataupun anti sosial, bahkan dalam perkembangan yang lebih ekstrim bisa menyebabkan terjadinya gangguan jiwa, kenakalan remaja, tindakan kriminal, tindakan kekerasan, dsb.

f. Perkembangan Moral

Masa remaja adalah masa di mana anak mulai bertanya-tanya mengenai berbagai fenomena yang terjadi di lingkungan sekitarnya sebagai dasar bagi pembentukan nilai diri mereka. Remaja akan mengamati dan membandingkannya dengan hal-hal yang selama ini diajarkan dan ditanamkan kepadanya. Sebagian besar para remaja mulai melihat adanya kenyataan lain di luar dari yang selama ini diketahui dan dipercayainya. remaja akan melihat bahwa ada banyak aspek dalam melihat hidup dan beragam jenis pemikiran

yang lain. Baginya dunia menjadi lebih luas dan seringkali membingungkan, terutama jika remaja terbiasa dididik dalam suatu lingkungan tertentu saja selama masa kanak-kanak.

Kemampuan berpikir dalam dimensi moral pada remaja berkembang karena remaja mulai melihat adanya kejanggalan dan ketidakseimbangan antara yang remaja percayai dahulu dengan kenyataan yang ada di sekitarnya, seperti sejak kecil seorang anak diterapkan sebuah nilai moral yang mengatakan bahwa korupsi itu tidak baik. Pada masa remaja ia akan mempertanyakan mengapa dunia sekelilingnya membiarkan korupsi itu tumbuh subur bahkan sangat mungkin korupsi itu dinilai baik dalam suatu kondisi tertentu. Hal ini tentu saja akan menimbulkan konflik nilai bagi sang remaja. Konflik nilai dalam diri remaja ini lambat laun akan menjadi sebuah masalah besar, jika remaja tidak menemukan jalan keluarnya.

g. Perkembangan Kepribadian

Secara umum penampilan sering disangkutpautkan dengan kepribadian seseorang, namun sebenarnya tidak ada hubungan antara kedua hal tersebut karena apa yang tampil tidak selalu menggambarkan pribadi yang sebenarnya. Dalam hal ini, remaja diharapkan untuk tidak menilai seseorang berdasarkan penampilannya, sehingga orang yang memiliki penampilan tidak menarik cenderung dikucilkan.

3. Tugas-tugas Perkembangan Remaja

Adapun tugas-tugas perkembangan masa remaja menurut Havighurst (Gunarsa & Gunarsa, 2001), sebagai berikut:

- a. Menerima kenyataan terjadinya perubahan fisik dan dapat melakukan peran sesuai dengan jenisnya secara efektif dan merasa puas terhadap keadaan tersebut.
- b. Belajar memiliki peranan sosial dengan teman sebaya, baik teman sejenis maupun lawan jenis sesuai dengan jenis kelamin masing-masing.
- c. Mencapai kebebasan dari ketergantungan terhadap orangtua dan orang dewasa lainnya.
- d. Mengembangkan kecakapan intelektual dan konsep-konsep tentang kehidupan bermasyarakat.
- e. Mencari jaminan bahwa suatu saat harus mampu berdiri sendiri dalam bidang ekonomi guna mencapai kebebasan ekonomi.
- f. Mempersiapkan diri untuk menentukan suatu pekerjaan yang sesuai dengan bakat dan kesanggupannya.
- g. Memahami dan mampu bertindak laku yang dapat dipertanggungjawabkan sesuai dengan norma-norma dan nilai-nilai yang berlaku.
- h. Memperoleh informasi tentang pernikahan dan mempersiapkan diri untuk berkeluarga.
- i. Mendapatkan penilaian bahwa dirinya mampu bersikap tepat sesuai dengan pandangan ilmiah.

D. Hubungan Antara *Gratitude* dengan *Happiness* Pada Remaja di Panti Asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah

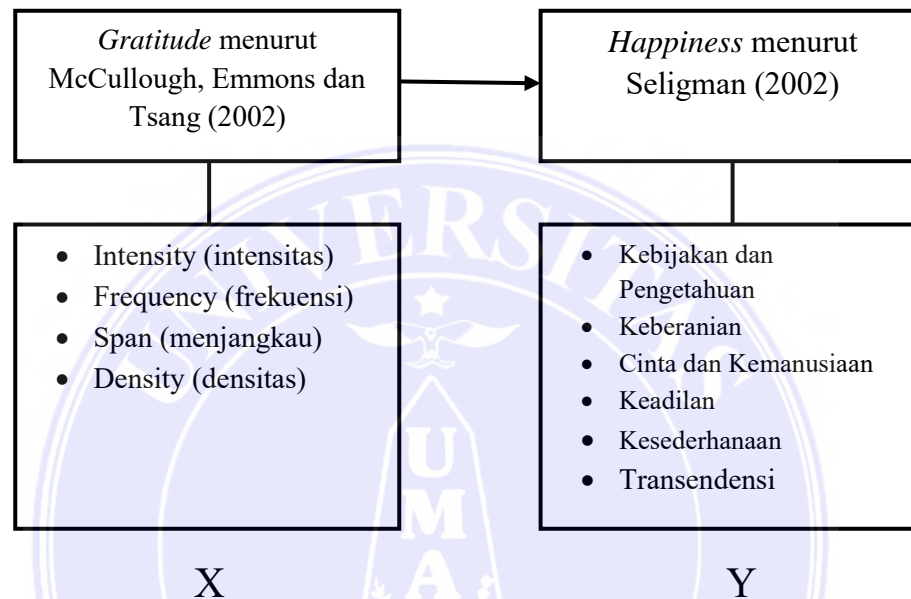
Bersyukur merupakan salah satu kunci untuk membuka pintu kebahagiaan. Bersyukur juga dapat dikatakan sebagai perilaku atau sikap batin yang sangat penting karena dapat membangkitkan emosi positif yang sangat kuat, serta dapat memberikan perubahan dan perkembangan positif yang luar biasa bagi individu yang akhirnya hal tersebut memiliki kontribusi penting terhadap kebahagiaan (Arif, 2016). Rasa syukur muncul dari dalam diri individu dan tercermin dalam pola pikir dan perilaku individu sehari-hari guna tercapainya kebahagiaan (Zulfiana, 2017).

Seperti yang dikatakan oleh McMahon (2006), bahwa ada faktor-faktor eksternal yang dapat mendukung kebahagiaan pada manusia yaitu manusia harus menciptakan pikiran yang positif, menemukan alasan untuk bersyukur sebanyak mungkin dan menemukan makna-makna positif yang ada dalam hidupnya.

Dari penjelasan diatas, peneliti menyimpulkan bahwa *gratitude* memiliki hubungan yang sangat erat dengan *happiness* dan begitu sebaliknya, *happiness* tercipta saat individu memiliki rasa *gratitude* yang tinggi. Seperti dalam penelitian Agustina (2019), terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *gratitude* dengan *happiness* pada remaja panti asuhan Nirmala di Kota Banda Aceh dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,632$.

E. Kerangka Konseptual

Berdasarkan tinjauan teori di atas, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *gratitude* dengan *happiness* pada remaja di Panti Asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah. Hal ini digambarkan dengan kerangka konseptual sebagai berikut :



Gambar 1. Kerangka Konseptual

Tidak semua anak memiliki keberuntungan untuk tinggal bersama dengan kedua orang tuanya. Ada penyebab-penyebab lain yang membuat anak harus berpisah dengan orang tuanya yang disebabkan oleh bencana, kematian, perpisahan maupun alasan lainnya yang membuat beberapa anak tidak merasakan keutuhan di dalam keluarganya. Beberapa anak yang kurang beruntung memilih tinggal di jalanan dan tidak sedikit yang memilih tinggal di panti asuhan untuk mencari sosok pengganti dari orang tuanya. Panti asuhan merupakan suatu lembaga sosial yang bertanggung jawab memberikan pelayanan kesejahteraan fisik, mental dan sosial bagi anak-anak yang kurang beruntung sehingga mereka dapat mengembangkan dirinya sebaik mungkin. Banyak dari anak-anak hingga remaja yang tinggal di panti asuhan merasa

bahagia dikarenakan dapat bermain dengan teman-teman lainnya dan mendapatkan asuhan yang baik dari pengasuhnya.

Sama halnya dengan para remaja yang tinggal di Panti Asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah, mereka dapat merasakan kebahagiaan selama tinggal di panti asuhan bertahun-tahun lamanya. Mereka hidup bersama dengan penghuni panti lainnya dengan mematuhi aturan yang sudah ditetapkan di panti asuhan tanpa merasa terbebani. Saat para remaja berada dalam beberapa situasi diantaranya bergaul dengan anak-anak lain di luar panti asuhan, mereka tidak merasakan adanya perasaan iri maupun menganggap mereka berbeda dengan yang lainnya.

Ada beberapa hal yang dapat dilihat dari kemampuan yang dimiliki remaja yang tinggal di panti asuhan, diantaranya rasa syukur (*gratitude*) dan kebahagiaan (*happiness*). Adapun, aspek-aspek pada *gratitude* yaitu : *intensity* (bersyukur akan segala hal positif yang terjadi pada dirinya), *frequency* (bersyukur setiap hari), *span* (bersyukur dengan apa yang dimiliki), dan *density* (bersyukur dan berterima kasih kepada orang tua, keluarga, teman, maupun orang lain). Sedangkan, aspek-aspek pada *happiness* yaitu : kebijakan dan pengetahuan (pengetahuan dari perkembangan yang paling dasar tentang keingintahuan hingga yang paling matang yaitu perspektif), keberanian (muncul saat menghadapi kesulitan yang besar), cinta dan kemanusiaan (berinteraksi positif dengan sosial. misalnya teman, kenalan, keluarga dan juga orang asing), keadilan (muncul dalam bermasyarakat melalui bagaimana individu berhubungan dengan kelompok yang lebih luas), kesederhanaan (mengacu akan

ekspresi yang sesuai dengan keinginan) dan transendensi (menghubungkan sesuatu yang lebih besar dan lebih permanen).

Tujuan dari penelitian ini untuk melihat kebahagiaan dengan rasa syukur yang dimiliki oleh remaja di Panti Asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah.

F. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dari penelitian ini adalah adanya hubungan positif yang signifikan antara *gratitude* dengan *happiness* pada remaja di panti asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah, yang artinya semakin tinggi rasa bersyukur yang dimilikinya, maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan pada remaja di panti asuhan tersebut. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah rasa bersyukur yang dimiliki, maka semakin rendah pula tingkat kebahagiaan pada remaja di panti asuhan tersebut.

BAB III

METODE PENELITIAN

Metode penelitian sangat menentukan suatu penelitian karena menyangkut cara yang benar dalam pengumpulan data, analisa data, dan pengambilan kesimpulan hasil penelitian (Hadi, 2001). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode korelasional. Penelitian korelasional bertujuan untuk mengetahui kekuatan atau bentuk arah hubungan antara dua variabel atau lebih, yang merupakan hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat (Siregar, 2013).

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2018). Untuk dapat menguji hipotesa, terlebih dahulu dilakukan identifikasi variabel-variabel yang ada pada penelitian ini. Dalam penelitian ini variabel-variabel yang terlibat adalah:

- a. Variabel Independen (X) : *Gratitude*
- b. Variabel Dependen (Y) : *Happiness*

B. Definisi Operasional

1. *Happiness*

Happiness adalah sebuah kesenangan, kegembiraan, suka cita serta dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis sehingga individu merasakan kepuasan dalam hidupnya. Yang mana individu menjadi lebih positif secara emosional dan kebahagiaan juga dikatakan sebagai tujuan akhir yang diinginkan semua individu yang terhindar dari kesakitan dan segala penderitaan. Aspek dari *happiness* menurut Seligman (2002), yaitu kebijakan dan pengetahuan, keberanian, cinta dan kemanusiaan, keadilan, kesederhanaan dan transendensi.

2. *Gratitude*

Gratitude adalah sebuah perasaan bersyukur dan berterima kasih muncul ketika individu yang berada dalam keadaan yang positif, baik secara emosi sehingga dapat memunculkan afek positif dalam diri individu karena menerima banyak hal baik dari orang lain. Aspek dari *gratitude* menurut McCullough, Emmons dan Tsang (2002) adalah *intensity, frequency, span* dan *density*.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi merupakan salah satu hal yang esensial dan ketika peneliti ingin menyimpulkan suatu hasil yang dapat dipercaya dan tepat untuk menentukan objek penelitiannya, atau juga diartikan sebagai totalitas semua nilai-nilai dari karakteristik

sejumlah objek yang ingin dipelajari sifatnya (Yusuf, 2014). Populasi dari penelitian ini adalah seluruh remaja di panti asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah dengan jumlah 59 orang yang mana remaja awal berjumlah 36 orang dan remaja akhir berjumlah 23 orang.

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah sebagian dari populasi yang terpilih dan mewakili populasi tersebut. Seandainya populasi mempunyai sepuluh karakteristik atau ciri tertentu, maka sebagian akan mewakili dalam hal ini yang hendaklah mencakup karakteristik yang sudah ditentukan tersebut dan dari masing-masing karakteristik diambil sebagian kecil sesuai dengan peraturan yang berlaku dalam menentukan besarnya ukuran sampel (Yusuf, 2014). Dari populasi yang ada, peneliti mengambil seluruh populasi untuk dijadikan sebagai sampel penelitian, karena menurut Sugiyono (2018) jika jumlah populasi kurang dari 100, maka seluruh populasi dapat dijadikan sebagai sampel penelitian.

Sampel dari penelitian ini adalah seluruh populasi yaitu remaja di panti asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah dengan jumlah 59 orang yang mana remaja awal berjumlah 36 orang dan remaja akhir berjumlah 23 orang.

D. Teknik Pengambilan Sampel

Metode atau teknik pengambilan sampel adalah cara yang digunakan untuk mengambil sampel dari populasi dengan menggunakan prosedur tertentu dengan

jumlah yang sesuai, dengan memperhatikan sifat-sifat dan penyebaran populasi agar diperoleh sampel yang benar-benar dapat mewakili populasi (Hadi, 2001). Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Teknik Total Sampling*. Teknik total sampling adalah teknik yang menjadikan seluruh populasi menjadi sampel penelitian.

E. Metode Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, alat ukur yang digunakan adalah berupa skala. Skala membantu peneliti dalam mengumpulkan data karena memiliki validitas yang tinggi, reliabilitas yang andal dan utilitas yang baik (Yusuf, 2014). Penelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala *happiness* dan skala *gratitude*.

1. Skala *Happiness*

Skala *Happiness* disusun berdasarkan aspek-aspek *happiness* dari Seligman (2002), yaitu kebijakan dan pengetahuan, keberanian, cinta dan kemanusiaan, keadilan, kesederhanaan dan transendensi. Bentuk skala yang digunakan ialah model skala Likert, dimana masing-masing aitem berbentuk favourable dan unfavourable. Skala ini dimodifikasi dengan pilihan jawaban yang disediakan ada empat, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Dalam jawaban ini ditiadakan jawaban di tengah, yaitu Netral (N).

2. Skala *Gratitude*

Skala *Gratitude* disusun berdasarkan aspek-aspek *Gratitude* dari McCullough, Emmons dan Tsang (2002) adalah *intensity, frequency, span* dan *density*. Bentuk skala yang digunakan ialah model skala Likert, dimana masing-masing aitem berbentuk *favourable* dan *unfavourable*. Skala ini dimodifikasi dengan pilihan jawaban yang disediakan ada empat, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Dalam jawaban ini ditiadakan jawaban di tengah, yaitu Netral (N).

Untuk aitem *favourable*, skor bergerak dari 4 untuk Sangat Sesuai (SS), 3 untuk Sesuai (S), 2 untuk Tidak Sesuai (TS), dan 1 untuk Sangat Tidak Sesuai (STS). Demikian juga untuk item *unfavourable*, skor 1 untuk Sangat Sesuai (SS), 2 untuk Sesuai (S), 3 untuk Tidak Sesuai (TS), 4 untuk Sangat Tidak Sesuai (STS). Tidak ada skor 0 (nol) karena sifat jawaban tidak mutlak Ya atau Tidak.

Untuk aitem *favourable*, skor bergerak dari 4 untuk Sangat Sesuai (SS), 3 untuk Sesuai (S), 2 untuk Tidak Sesuai (TS), dan 1 untuk Sangat Tidak Sesuai (STS). Demikian juga untuk item *unfavourable*, skor 1 untuk Sangat Sesuai (SS), 2 untuk Sesuai (S), 3 untuk Tidak Sesuai (TS), 4 untuk Sangat Tidak Sesuai (STS). Tidak ada skor 0 (nol) karena sifat jawaban tidak mutlak Ya atau Tidak.

F. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas

1. Uji Validitas Alat Ukur

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu instrumen pengukuran dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes atau penelitian dapat dikatakan memiliki validitas yang tinggi apabila dapat menjalankan fungsi ukurnya atau mampu memberi hasil ukur yang tepat dan akurat sesuai maksud dikenakannya tes tersebut (Azwar, 2015).

Dalam penelitian ini, validitas alat ukur akan dipenuhi dengan validitas isi. Validitas isi merupakan modal dasar dalam suatu instrumen penelitian, sebab kesahihan isi akan menyatakan keterwakilan aspek yang diukur dalam instrumen. Validitas isi dipandang dari segi isi instrumen yang diberikan. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa validitas isi lebih menekankan pada keabsahan instrumen yang disusun dan dikaitkan dengan dominan yang ingin diukur dan haruslah tergambar dengan jelas dan tuntas (Yusuf, 2014).

Teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur dalam penelitian ini adalah dengan analisis product moment dari Karl Pearson sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{N\sum x^2 - (\sum x)^2\}\{N\sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan:

- r_{xy} : Koefisien korelasi skor item (X) dan skor total item (Y)
- $\sum XY$: Jumlah dari hasil perkalian antara variabel X dengan variabel Y
- $\sum X$: Jumlah skor seluruh subjek setiap item
- $\sum Y$: Jumlah skor seluruh item
- $\sum x^2$: Jumlah kuadrat skor X
- $\sum y^2$: Jumlah kuadrat skor Y

N : Jumlah subjek

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas berasal dari kata *reliability* yang diterjemahkan. Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi maksudnya adalah pengukuran yang dapat menghasilkan data yang reliable. Ide pokok dalam konsep reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Hasil ukur dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama (Azwar, 2015).

Pada umumnya, reliabilitas dianggap memuaskan bila koefisiennya mencapai minimal $r_{xx'} = 0.900$. Uji reliabilitas alat ukur ini menggunakan pendekatan konsistensi internal yaitu formula Alpha (Azwar, 2015). Menggunakan rumus sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan:

r_{11} : Reliabilitas instrument

k : Banyaknya butir pernyataan atau butir soal

$\sum \sigma_b^2$: Jumlah varians butir

σ_t^2 : Jumlah Varians

G. Prosedur Penelitian

1. Tahap Persiapan

Yang perlu disiapkan dari tahap pertama adalah :

- a. Penyusunan alat ukur dan penyusunan administrasi, penyusunan alat ukur dibimbing oleh dosen pembimbing, jika terjadi kesalahan alat ukur akan diperbaiki sehingga menghasilkan data yang valid.
- b. Pengurusan administrasi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area untuk mendapatkan surat penelitian yang nantinya akan dibawa dan ditunjukkan di lokasi penelitian.

2. Tahap Pelaksanaan

Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2021, dengan dibantu oleh sekretaris yang sudah menjabat lebih dari empat puluh tahun di panti asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah. Pelaksanaan penelitian dilakukan dengan cara klasik, yaitu dengan menyebarkan kuesioner kepada remaja di panti asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah.

3. Tahap Pengolahan Data

Sebelum memasuki tahap analisis data, terlebih dahulu dilakukan oleh pengolahan data yang sudah didapatkan pada tahap pelaksanaan penelitian. Pada tahap pengolahan data dilakukan sebagai berikut :

- a. Mengumpulkan dan mengecek kembali kuesioner yang sudah disebar.
- b. Memberikan score terhadap jawaban yang sudah diisi responden.
- c. Membuat tabulasi data dari score jawaban dengan rapi dan mudah untuk dianalisis.
- d. Melihat kembali kesamaan data yang di tabulasi dengan score yang ada di kuesioner.

- e. Menganalisis data menggunakan aplikasi *SPSS Versi 22.00 for Windows*.

H. Teknis Analisis Data

Metode atau teknik analisa data yang digunakan untuk melihat apakah adanya hubungan antara *gratitude* dengan *happiness* yang menggunakan teknik analisis *correlational* dengan taraf kesalahan 5%. Penelitian ini berjenis penelitian kuantitatif, di mana prosedur yang digunakan dalam penelitian ini adalah model korelasional (Neuman, 2013). Penelitian korelasi product moment adalah penelitian untuk melihat hubungan antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y). Penelitian ini menggunakan analisis statistik yang dibantu dengan program *SPSS Versi 22.00 for Windows*. Sebelum melakukan analisa data, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi :

1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengkaji apakah data sampel dari populasi mengikuti suatu distribusi normal statistik (Santoso, 2010). Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan statistic uji *Kolmogorov-Smirnov Goodness*. Menggunakan rumus sebagai berikut:

$$x^2 = \sum_{i=1}^k \frac{(O_i - E_i)^2}{E_i}$$

Keterangan :

O_i = frekuensi hasil pengamatan pada klasifikasi ke i

E_i = frekuensi yang diharapkan pada klasifikasi ke i

2. Uji Linearitas

Uji yang digunakan untuk mengetahui apakah dua variabel secara signifikan mempunyai hubungan yang linier atau tidak. Dua variabel akan dikatakan mempunyai hubungan linier bila nilai signifikansi linieritas diatas 0,05 (Gunawan, 2015).



BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan diuraikan simpulan dan saran-saran sehubungan dengan hasil yang diperoleh dari penelitian ini. Pada bagian pertama akan dijabarkan simpulan dari penelitian ini dan pada bagian berikutnya akan dikemukakan saran-saran yang dapat digunakan bagi para pihak terkait.

A. Simpulan

1. Berdasarkan hasil analisis data menggunakan metode analisis korelasional, maka hal-hal yang dapat peneliti simpulkan bahwa berdasarkan hasil analisis penelitian di Panti Asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah, diketahui bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara *Gratitude* dengan *Happiness* pada remaja awal dilihat dari nilai koefisien (R_{xy}) yang memiliki nilai 0.531 dengan p atau signifikansinya $0.001 < 0.050$ dan juga diketahui bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara *Gratitude* dengan *Happiness* pada remaja akhir dilihat dari nilai koefisien (R_{xy}) yang memiliki nilai 0.809 dengan p atau signifikansinya $0.000 < 0.050$ yang artinya hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara *gratitude* dengan *happiness* diterima.
2. Begitu juga dengan nilai koefisien determinan (R^2) pada remaja awal yang memiliki nilai 0.282, hal ini setara dengan 28.2%, artinya adalah bahwa *gratitude* pada remaja awal tersebut berkontribusi sebesar 28.2% (rendah) dan nilai

koefisien determinan (R^2) pada remaja akhir yang memiliki nilai 0.655, hal ini setara dengan 65.5%, artinya adalah bahwa *gratitude* pada remaja akhir tersebut berkontribusi sebesar 65.5% (sedang) terhadap *happiness* pada remaja di Panti Asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah.

3. Dalam penelitian ini *gratitude* pada remaja di panti asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah tergolong tinggi, berdasarkan pada nilai rata-rata empirik yang diperoleh (203.68) lebih besar dari nilai rata-rata hipotetik (107.5). Selanjutnya diketahui bahwa *happiness* pada remaja di panti asuhan Mamiyai Al Ittihadiyah tergolong tinggi juga, hal tersebut berdasarkan pada nilai rata-rata empirik yang diperoleh (429.81) lebih besar dari nilai rata-rata hipotetik (127.5).

B. Saran

Berdasarkan dengan kesimpulan di atas, maka berikut dapat diberikan beberapa saran diantaranya :

1. Bagi Remaja di Panti Asuhan

Diharapkan bagi remaja di panti asuhan untuk mencari minat dan kemampuan guna mengembangkan bakat yang akan mendatangkan kebahagiaan serta berhenti membandingkan diri dengan kehidupan anak-anak diluar panti asuhan karena setiap kehidupan yang dijalani oleh setiap manusia adalah kehidupan yang baik yang telah Allah SWT tetapkan untuknya.

2. Bagi Pengurus di Panti Asuhan

Diharapkan bagi pengurus panti asuhan lebih memperhatikan hal-hal yang menyangkut tentang kebahagiaan pada remaja di panti asuhan, seperti mendorong minat yang mereka miliki dan tidak membatasi mereka dalam mengembangkan minatnya, serta membimbing untuk terus berada di jalan Allah SWT agar hidupnya menjadi lebih bahagia. Kebahagiaan yang dirasakan oleh remaja akan membuat kualitas hidup remaja di panti asuhan menjadi lebih baik. Jika remaja tidak bahagia selama tinggal di panti asuhan, maka remaja akan sulit bersyukur atas hidupnya. Oleh karena itu, pengurus panti asuhan harus menunjukkan perilaku bersyukur yang baik dan memperhatikan kebahagiaan remaja di panti asuhan agar kualitas hidup mereka membaik.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti dengan variabel independen lain yang berkontribusi pada *happiness* pada remaja di panti asuhan karena kontribusi *gratitude* terhadap *happiness* pada remaja awal sebesar 28.2% dan remaja akhir sebesar 65.5%.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, R. (2019). *Hubungan antara Gratitude dengan Happiness pada Remaja Panti Asuhan Nirmala di Kota Banda Aceh*. Banda Aceh: Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.
- Akmal, & Masyhuri. (2018). Konsep Syukur (Gratefulnes): (Kajian Empiris Makna Syukur bagi Guru Pon-Pes Daarunnahdhah Thawalib Bangkinang Seberang, Kampar, Riau). *Jurnal Komunikasi dan Pendidikan Islam*, 1-22.
- Ali, M., & Asrori, M. (2010). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Anas, M., Husain, A., Khan, S. M., & Aijaz, A. (2016). Development and Standardization of the Gratitude Scale. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 1-14.
- Arif, I. S. (2016). *Psikologi Positif*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Azizah. (2013). Kebahagiaan dan Permasalahan di Usia Remaja. *KONSELING RELIGI: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 295-316.
- Azwar, S. (2015). *Tes Prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Carr, A. (2004). *Positive Psychology: The science of happiness and human strengths*. New York: Brunner-Routledge.
- Dewi, E. P. (2016). Konsep Kebahagiaan Pada Remaja Yang Tinggal Di Jalanan, Panti Asuhan Dan Pesantren. *INQUIRY Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1-8.
- Emmons, R. A. (2007). *Thanks!: How the New Science of Gratitude Can Make You Happier*. New York: Houghton Mifflin Company.
- Emmons, R. A. (2016). *The Little of Gratitude*. London: Gaia Books.
- Emmons, R. A., & Shelton, C. M. (2002). Gratitude and the Science of Positive Psychology. In C. R. Snyder, & S. J. Lopez, *Handbook of Positive Psychology* (p. 460). New York: Oxford University Press.
- Fakhrurrazi. (2019). Karakteristik Anak Usia Murahiqah (Perkembangan Kognitif, Afektif dan Psikomotorik). *Al-Ikhtibar: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 573-579.

- Fuad, M. (2015). Psikologi Kebahagiaan Manusia. *Jurnal Komunika*, 112-130.
- Gunarsa, S. D., & Gunarsa, Y. S. (2001). *Psikologi Praktis: Anak, Remaja dan Keluarga*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Gunawan, M. A. (2015). *Statistik Penelitian Bidang Pendidikan, Psikologi dan Sosial*. Yogyakarta: Parama Publishing.
- Hamim, K. (2016). Kebahagiaan dalam Perspektif Al-Qur'an dan Filsafat. *Tasamuh*, 127-149.
- Hadi, S. (2001). *Metodologi Research Jilid 2*. Yogyakarta: ANDI.
- Herbyanti, D. (2009). Kebahagiaan (Happiness) pada Remaja di Daerah Abrasi. *Indigenous, Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, 60-73.
- King, L. A. (2014). *Psikologi Umum*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Lukman, M. E. (2008). *Bahagia Tanpa Menunggu Kaya*. Jawa Timur: Kanzun Book.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. (2002). The Grateful Disposition: A Conceptual and Empirical Topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 112-127.
- McMahon, D. M. (2006). *Happiness : A History*. New York: Atlantic Monthly Press.
- Mustofa, B. (2008). *Quantum Kebahagiaan*. Surakarta: Indiva Media Kreasi.
- Nashori, F. (2005). *Potensi-Potensi Manusia*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Neuman, W. L. (2013). *Metodologi Penelitian Sosial Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif Edisi 7*. Jakarta: Indeks.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development*. Jakarta Selatan: Salemba Empat.
- Prabowo, A. (2017). Gratitude dan Psychological Well-Being pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 260-270.
- Pratama, F. F. (2019). *Hubungan antara Happiness dengan Gratitude remaja Panti Asuhan Kecamatan GunungPati Kota Semarang*. Kota Semarang: Universitas Negeri Semarang.

- Putro, K. Z. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *APLIKASIA: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*, 25-32.
- Riadi, E. (2016). *Statistika Penelitian, Analisis Manual dan IBM SPSS*. CV. Andi Offset.
- Rizkyta, D. P., & Fardana, N. A. (2017). Hubungan antara Persepsi Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan dan Kematangan Emosi pada Remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 1-12.
- Santoso, S. (2010). *Statistik Multivariat*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Sarmadi, S. (2018). *Psikologi Positif*. Yogyakarta: Titah Surga.
- Seligman, M. E. (2002). *Authentic Happiness: Using The New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. New York: The Free Press.
- Siregar, S. (2013). *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D cetakan ke-27*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Sujarweni, V. W. (2014). *Metode Penelitian: Lengkap, Praktis dan Mudah Dipahami*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Veenhoven, R. (2010). Greater Happiness for a Greater Number: Is that Possible and Desirable? *Journal of Happiness Studies*, 605-629.
- Wahidin. (2017). Spiritualitas dan Happiness pada Remaja Akhir serta Implikasinya dalam Layanan Bimbingan dan Konseling. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 57-66.
- Watkins, P. C. (2014). *Gratitude and The Good Life: Toward a Psychology of Appreciation*. London: Springer Science+Business Media.
- Yudiantara, K. G. (2008). *Semestinya Hidup itu Bahagia*. Jakarta: Praninta Aksara.
- Yusuf, M. (2014). *Metode Penelitian*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Zulfiana, U. (2017). Menulis Gratitude Letter untuk Meningkatkan Happiness pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). *Happiness*, 23-30.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Data Mentah

a. Data Mentah Happiness

N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	
1	3	4	4	2	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
2	3	4	3	1	1	3	4	1	3	4	3	4	1	4	3	2	4	4	3	1	1	4	1	4	3	1	3	1	1	2	3	1	1	3	
3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4
4	3	3	1	1	2	2	4	3	2	3	3	3	2	4	1	2	3	4	1	1	2	1	2	3	2	3	3	1	2	2	3	3	4	1	
5	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	1	4	4	3	2	4	
6	3	4	3	1	3	3	4	4	2	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	
7	4	4	4	1	3	4	4	3	2	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	1	3	4	2	4	1	4	4	3	
8	3	4	3	2	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
9	3	4	3	2	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	2	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	
10	1	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	1	3	3	1	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2		
11	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	
12	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	4	2	3	
13	4	4	2	2	4	2	4	3	3	3	4	3	1	3	4	2	2	1	3	2	2	1	3	1	3	1	2	4	4	1	3	4	3	3	
14	3	4	3	1	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	
15	3	3	4	2	3	2	4	2	3	3	3	4	1	4	1	3	3	4	2	3	2	4	3	2	1	2	4	3	2	1	3	2	1	3	
16	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	
17	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	2	1	3	4	3	3	4	3	4	3	3	
18	1	3	3	2	4	3	1	4	2	3	2	4	1	4	4	2	1	1	4	4	2	4	2	3	1	1	3	4	4	3	3	4	1	3	
19	4	4	3	3	1	3	1	2	2	2	1	3	1	4	4	4	4	2	1	3	3	4	3	3	4	4	2	2	1	1	2	1	3	3	

20	4	4	2	1	2	3	4	3	2	1	2	1	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	1	2	1	3	2	1	3	2	2	1	2			
21	2	3	3	2	3	4	4	3	3	2	3	3	4	4	3	2	3	3	3	2	2	3	2	4	3	3	3	2	3	2	3	2	2			
22	3	4	4	3	3	2	4	4	2	3	3	3	3	2	1	3	4	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	2	3	2				
23	4	4	3	1	3	3	4	3	1	4	2	4	4	3	3	1	4	2	3	3	1	3	1	3	2	4	3	2	3	2	3	4	2	4		
24	3	4	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	4	2	3	4	3	4	3	3	3			
25	4	4	3	3	3	3	4	4	2	3	4	3	1	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	2	4	2	3	3	3	4	4	4		
26	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3		
27	3	3	3	2	1	3	4	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	4	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3		
28	4	4	3	3	3	4	4	4	2	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	1	3	3	4	3	2	4	3	2	4	4	4	3	3		
29	4	4	4	3	2	2	4	1	1	3	4	4	3	2	1	2	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	1	1	2	1	2	2		
30	3	3	1	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	4	3	4	2	2	1	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	4	2		
31	3	3	3	2	3	3	3	3	1	4	1	4	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2		
32	3	3	2	2	1	3	3	2	2	2	2	1	2	2	1	2	3	3	4	4	4	4	3	1	2	2	1	3	3	3	3	4	3	2		
33	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3		
34	4	4	4	2	3	3	4	3	1	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	
35	3	4	3	2	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	
36	4	4	3	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	
37	3	4	4	1	4	4	4	1	1	1	1	4	1	1	1	4	1	4	1	4	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	4	1	1	4	1	4
38	1	2	3	1	2	1	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	3	4	1	3	3	3	2	4	2	3	3	4	3	2	2		
39	3	4	2	2	1	4	4	3	2	2	2	2	4	3	3	2	1	4	2	2	1	3	2	2	4	1	2	1	2	3	1	2	2	3		
40	3	4	3	2	2	2	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3		
41	4	4	4	4	4	3	4	4	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3		
42	4	4	3	1	2	3	4	1	3	2	3	3	1	4	4	3	2	3	3	1	2	1	4	1	3	4	4	2	1	4	1	3	4	3		
43	1	3	3	3	2	2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	2	1	2	2	4	2	1	4	3	4	3	3	
44	3	3	4	4	3	2	2	2	2	3	1	1	2	2	2	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	2	2	2	2	1	1	4	4		

45	2	4	3	2	3	3	4	1	1	3	1	2	2	4	2	4	3	3	2	4	2	3	3	4	1	1	2	1	1	2	3	1	1	3	
46	3	3	3	3	3	2	4	2	2	2	2	2	1	3	3	4	4	2	3	3	2	2	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	
47	3	2	3	3	3	1	2	3	2	2	3	2	4	2	3	3	3	2	3	3	3	4	1	4	2	3	2	3	1	3	1	3	3	3	
48	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	
49	4	4	3	3	3	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	
50	3	3	4	2	2	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	
51	1	2	2	2	2	2	4	2	2	3	3	4	2	2	1	4	2	3	1	3	3	4	3	4	2	1	3	2	2	4	1	3	1	2	
52	3	3	3	1	1	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	1	3	2	1
53	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	
54	3	4	3	3	1	1	3	3	2	2	2	3	4	2	3	3	3	1	3	4	3	2	4	2	3	2	2	1	4	3	3	2	2	2	
55	4	4	3	1	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	3	4	4	2	3	2	4	4	3	4	4	
56	3	3	1	1	2	4	3	1	4	1	2	2	1	1	2	3	1	1	4	4	3	1	4	3	4	4	1	1	2	1	2	1	4	4	
57	3	3	4	2	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	
58	3	4	2	1	3	3	4	1	4	3	3	1	1	3	4	2	4	2	3	3	3	4	4	1	4	2	3	4	2	4	4	4	4	3	
59	1	2	4	1	2	2	4	2	3	1	1	2	2	2	1	1	1	3	1	3	1	2	3	4	2	2	3	3	2	3	3	1	3	4	

35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	JUMLAH
3	4	3	3	4	3	3	4	2	4	3	4	3	3	3	3	3	163
1	2	3	3	3	3	4	4	1	1	2	4	3	3	1	1	4	128
4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	3	2	1	3	178
1	4	4	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	1	1	1	119
3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	185
3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	172
2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	2	4	4	175

3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	1	3	3	3	149
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	151
2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	127
4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	184
4	3	2	4	4	4	3	4	3	4	3	3	2	1	3	3	3	167
2	2	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	3	4	3	1	1	144
3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	4	3	3	3	3	158
3	3	2	2	1	2	2	3	2	1	3	4	3	3	3	2	3	132
2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	135
3	3	2	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	163
3	3	2	4	3	2	2	2	2	4	3	3	4	4	3	3	3	141
3	2	3	3	1	3	4	2	2	4	4	4	3	2	2	4	4	138
2	3	2	3	4	3	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	113
3	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	2	1	3	3	3	145
4	3	2	2	2	4	2	4	3	4	3	4	4	4	4	3	2	154
2	3	3	4	4	3	2	4	3	4	3	4	4	4	4	2	3	152
4	3	2	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	2	2	3	152
1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	174
3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	133
3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	140
2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	2	3	163
2	2	3	4	3	4	1	3	1	2	3	2	1	3	2	2	3	136
2	3	1	3	3	3	1	3	3	4	2	2	3	1	2	3	2	128
2	3	3	2	2	3	2	4	3	1	3	3	1	3	1	1	4	131
2	2	4	2	2	3	1	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	131

4	4	3	3	3	3	3	4	2	3	4	4	3	4	3	3	3	164
3	3	3	3	4	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	162
3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	142
2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	143
1	4	4	1	1	4	4	4	1	4	4	1	2	1	3	4	2	117
2	2	3	4	2	3	4	1	1	4	3	1	2	1	3	2	2	120
3	2	2	1	1	3	1	1	1	3	4	1	3	1	1	3	4	116
3	3	3	3	3	3	3	1	4	2	3	2	3	3	3	3	3	143
3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	174
4	2	4	1	4	4	1	4	4	4	3	3	2	2	4	3	4	144
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	147
4	1	3	4	4	4	4	3	4	4	2	3	3	4	4	4	2	152
1	3	1	3	2	4	3	4	4	3	3	2	2	3	3	2	3	127
1	3	3	3	1	2	2	3	2	3	3	2	2	4	2	2	3	128
3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	128
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	165
2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	153
2	3	4	4	4	4	2	3	2	4	3	1	2	4	3	2	4	147
1	2	3	2	4	1	2	4	4	2	2	2	3	2	4	3	2	125
2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	2	3	1	120
3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	137
3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	136
4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	184
3	4	4	3	3	2	2	1	2	1	2	2	2	1	3	3	2	119
2	2	3	3	4	4	1	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	141

2	3	1	2	1	2	4	3	3	2	3	1	1	4	1	1	3	137
3	3	3	2	1	1	1	4	3	3	3	2	1	2	2	3	3	115

b. Data Mentah Gratitude

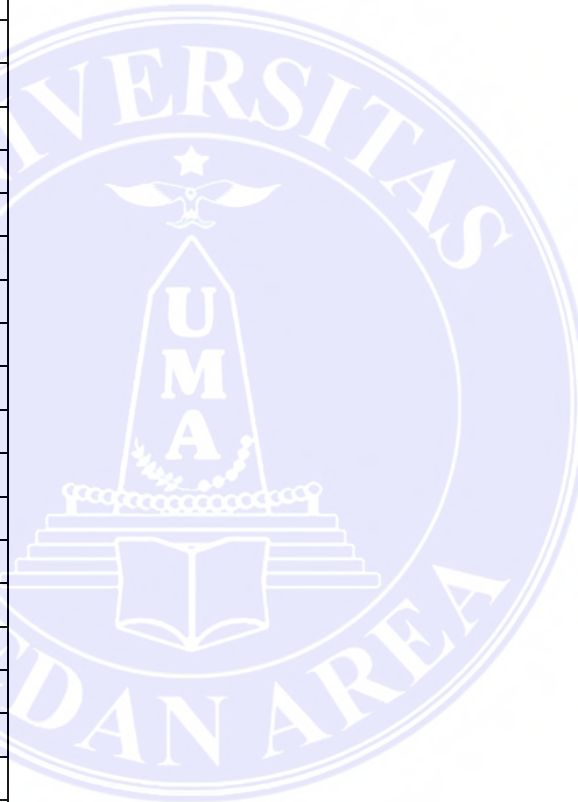
N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	
1	3	3	1	3	3	3	4	3	3	2	4	4	3	4	4	1	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	2	4	4	3	3	
2	3	3	3	2	3	2	4	4	4	3	3	2	3	3	3	2	4	3	4	4	4	4	4	3	2	3	2	2	2	4	3	2	3	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	
4	2	3	3	2	4	2	4	4	2	1	3	1	4	2	3	3	2	2	2	3	2	4	1	4	1	3	3	3	3	3	1	1	3	
5	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	3	4	3	4	3	1	2	
6	3	3	4	3	3	4	4	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	
7	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	2	4	4	3	1	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	3	1	4
8	2	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	4	2	3	3	2	4	2	4	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	
9	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	2	3	3	2	3	3	4	3	2	1	
10	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	4	2	4	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	
11	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	2	4	4	4	4	3	4	3	4	3	
12	4	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	4	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	
13	1	3	2	4	3	4	2	2	4	2	3	3	1	3	4	2	1	4	3	3	4	3	2	4	2	2	4	3	4	1	4	1		
14	3	2	2	3	4	2	4	2	4	4	4	4	2	4	4	2	4	3	3	4	4	4	4	2	2	4	3	4	4	4	4	3	2	
15	3	3	3	3	4	1	3	1	2	3	2	4	2	2	3	3	3	1	1	3	1	3	1	2	4	4	3	3	2	3	3	1	2	
16	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	1	3	
17	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	
18	4	3	2	3	2	3	2	3	1	2	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	2	2	4	3	2	2	
19	3	3	3	1	3	2	4	4	4	2	1	3	4	3	2	1	2	4	3	3	4	2	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	

20	1	2	4	2	2	2	3	2	3	2	4	2	2	4	3	2	4	1	2	4	1	2	2	3	3	2	2	3	3	4	3	2	3
21	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	2	3	4	3	4	2	4	4	4	3	3	4	2	3	3	4	3	4	2	2	3
22	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	
23	4	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	2	2	3	3	3	3	4	3	2	3
24	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	2	4	4	4	3	2	2
25	3	2	3	3	3	2	4	3	1	2	3	3	2	3	3	2	4	4	4	4	4	4	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	
26	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3
27	3	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3
28	1	3	3	2	3	3	4	3	1	2	3	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	2	4	2
29	2	3	3	2	2	2	3	4	2	4	2	1	2	3	2	2	4	3	1	2	2	2	4	1	3	1	2	2	4	3	3	3	4
30	1	2	1	2	2	3	3	1	2	2	4	4	2	2	2	3	3	1	2	2	2	4	1	3	2	3	4	2	3	2	2	2	1
31	4	2	4	4	3	4	3	2	4	2	2	1	2	4	1	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2
32	3	3	4	3	3	2	4	2	3	2	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	2	2	4	3	3
33	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	2
34	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3
35	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2
36	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2
37	2	1	3	1	4	3	4	3	3	2	1	2	3	2	4	2	2	1	1	4	1	3	2	1	3	4	1	4	2	4	4	2	3
38	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	3	2	4	3	3	2	3	2
39	3	4	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	1	2	2	3	3	2	1	2	1	3	3	1	3
40	3	2	2	3	3	2	4	2	2	2	3	3	2	2	4	3	4	2	2	4	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	2	2	2
41	1	3	2	3	3	2	4	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	1	3	3	3	4	3	4	3	3	3
42	3	3	3	3	3	2	3	1	3	2	2	3	2	3	3	2	3	1	3	4	3	3	4	1	3	2	2	4	2	4	2	1	2
43	3	3	1	1	4	2	3	2	1	1	3	2	1	1	4	3	3	2	3	4	4	4	4	1	3	4	2	1	1	4	4	2	3
44	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	2	2	4	4	4	3	3	4	4	4	4	2	3	3	3	4	2	4	4	4	3

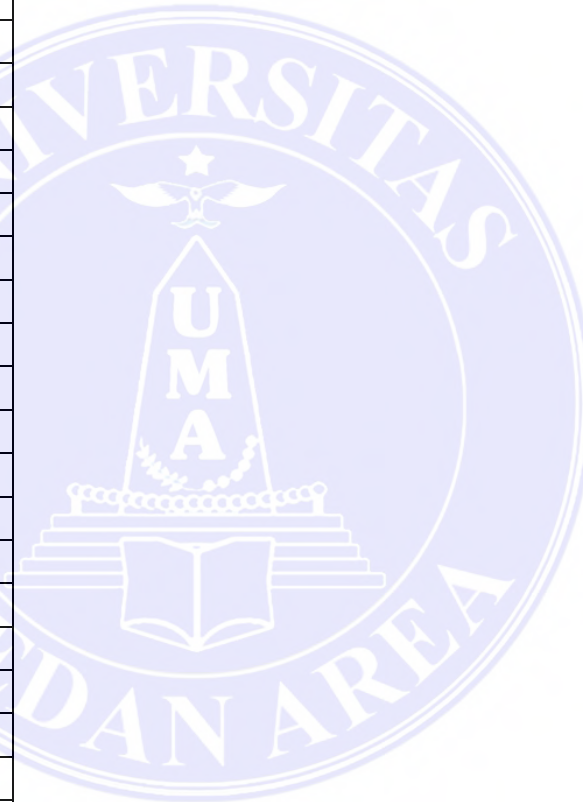
45	2	2	3	3	3	3	4	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	4	4	4	4	2	2	3	3	4	1	3	3	1	3		
46	3	4	4	4	3	2	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	1	2	3	2	1	3	3	1	3	2	2				
47	3	3	3	3	2	1	4	1	2	3	3	2	2	3	3	2	3	4	2	4	3	3	4	1	3	2	2	3	3	4	3	1	2		
48	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4		
49	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3		
50	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	2	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2
51	3	4	3	3	3	1	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	1	2	2	1	3	3	1	4	2	2	1	2	1	
52	3	2	3	2	3	3	4	3	2	2	2	2	1	2	3	1	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4	2	2	
53	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
54	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2		
55	2	4	2	3	3	4	1	4	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	4	2	4	3	2	2	2	1	3	4	2	1	2		
56	3	2	1	1	2	2	3	3	1	1	3	2	1	2	3	2	2	1	1	4	2	3	3	1	3	3	3	2	2	3	3	1	1		
57	1	1	1	2	2	2	3	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	4	1	3	1	1	2	1	3	3	1	2	1	1	1		
58	3	2	1	1	1	2	4	1	1	1	3	2	2	2	2	2	2	1	1	4	2	3	4	1	3	2	3	2	2	1	2	1	1		
59	2	2	1	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	1	3	1	2	1	1	4	1	4	4	1	3	2	3	3	2	3	1	1	1		

34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	JLH
4	3	4	4	4	3	3	3	2	3	139
1	3	3	3	3	3	4	4	1	4	129
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	131
4	3	3	4	3	3	3	2	4	1	114
4	3	4	4	3	4	4	4	2	1	150
4	3	4	3	4	4	3	2	3	1	130
3	4	1	2	4	2	4	2	3	4	142

3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	123
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	127
3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	114
4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	151
4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	136
4	3	3	3	4	3	3	3	2	1	120
4	2	4	4	4	3	4	3	4	4	144
3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	111
3	3	3	2	2	3	4	3	2	3	109
4	2	4	4	4	4	4	3	2	3	145
3	2	3	3	1	2	2	4	2	4	125
2	1	4	1	2	3	4	3	1	4	119
3	1	2	3	2	3	4	3	1	3	109
3	3	4	4	4	4	3	3	1	4	139
4	2	4	4	4	3	3	3	3	4	137
4	3	4	4	3	4	3	2	2	4	132
3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	123
4	3	4	3	4	4	3	2	3	1	126
3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	113
3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	119
3	3	2	4	3	4	4	2	2	3	129
2	2	1	2	3	3	4	3	3	4	110
1	3	3	3	2	4	3	1	2	1	98
3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	112
4	3	4	4	3	3	2	3	2	4	129



3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	142
3	3	3	3	1	3	4	3	3	4	137
3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	112
2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	120
4	4	4	4	3	3	1	4	1	2	112
1	1	2	1	2	2	1	2	1	1	98
2	1	3	1	1	3	1	3	1	1	101
4	2	4	3	3	3	3	3	2	3	121
4	3	3	3	3	3	4	3	2	1	128
4	2	4	1	3	4	4	1	4	2	114
4	2	3	3	3	4	3	3	2	1	112
4	3	4	4	4	4	3	4	2	4	141
3	3	4	3	3	4	4	3	2	3	122
2	1	1	2	2	2	4	3	2	2	120
3	3	3	4	2	4	3	3	2	4	118
4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	159
4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	130
4	2	4	3	3	3	3	3	2	4	134
3	3	4	3	1	2	2	2	1	4	108
3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	113
3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	129
3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	111
2	2	2	4	1	2	1	1	2	3	103
3	1	1	1	2	3	1	3	2	2	89
3	3	1	1	1	3	1	2	1	1	71



3	2	1	1	2	3	1	3	2	2	85
3	2	2	1	1	3	1	3	3	2	86



Lampiran 2. Alat Ukur

IDENTITAS RESPONDEN

INISIAL :

USIA :

PETUNJUK PENGISIAN

Saudara diminta mengisi pernyataan yang sesuai dengan saudara sekalian, dengan cara memberikan tanda silang (X) pada kolom yang sudah disediakan dibawah ini. Setiap jawaban saudara tidak mewujudkan salah atau benar.

BENTUK PERNYATAAN

SS : SANGAT SETUJU

S : SETUJU

TS : TIDAK SETUJU

STS : SANGAT TIDAK SETUJU

Contoh pengisian kuesioner :

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya tidak bahagia tinggal di panti asuhan				X
2	Saya memiliki teman yang banyak di panti asuhan		X		

Kuesioner *Gratitude*

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya terpaksa tinggal di panti asuhan ini				
2	Saya sering merasa putus asa				
3	Saya iri dengan kehidupan teman-teman di luar panti asuhan				
4	Saya sulit memaafkan diri sendiri				
5	Saya telah berdamai dengan diri saya				
6	Saya mengharapkan bantuan untuk bisa makan enak				
7	Saya berpikir setiap bantuan datangnya dari Allah				
8	Saya sering menunda pekerjaan				
9	Saya tidak suka dibangunkan saat saya sedang tidur pulas				
10	Terkadang saya merasa hal yang saya lakukan sia-sia				
11	Saya sering bolos dari kegiatan panti asuhan				
12	Saya orang yang disiplin akan waktu				
13	Saya lambat dalam mengambil keputusan				
14	Saya lebih suka mengobrol dengan teman daripada mengerjakan tugas				
15	Saat ada masalah, saya mencoba menyelesaikannya sebaik mungkin				
16	Saya tidak percaya diri				
17	Saya bangga dengan diri saya sendiri				
18	Saya mengikuti orang lain dalam mengambil keputusan				
19	Saya sering merasa tidak berguna				
20	Saya bersyukur telah dilahirkan oleh ibu saya				
21	Saya menyalahkan keluarga saya karena telah meninggalkan saya di panti asuhan ini				
22	Saya mendoakan keluarga saya setiap hari				
23	Saya tidak merindukan keluarga saya				
24	Saya sedih dengan keadaan saya yang sekarang				
25	Saya sering berolahraga untuk menjaga kesehatan				
26	Saya makan teratur				
27	Saya sering menunda makan				
28	Saya merasa begitu banyak hal dalam hidup untuk disyukuri				
29	Saat saya melihat dunia, saya tidak melihat banyak hal untuk disyukuri				
30	Saya merasa Allah tidak adil				
31	Saya senang bercerita dengan teman saya setiap ada masalah				

32	Saya hanya bermain dengan orang yang saya sukai saja				
33	Saya tidak suka jika teman saya memakan makanan saya				
34	Saya berterima kasih kepada abi dan umi				
35	Saya sering dimarahi oleh ibu panti asuhan				
36	Saya menganggap umi dan abi sebagai pengganti kedua orang tua saya				
37	Para pengasuh telah memberikan banyak bantuan, namun saya rasa itu masih kurang				
38	Saya merasa abi dan umi pilih kasih				
39	Saya senang mendapatkan pembelajaran baru di panti asuhan				
40	Saya tidak membutuhkan siapapun untuk bahagia di dunia ini				
41	Saya menemukan banyak orang baik di sekeliling saya				
42	Saya sulit mempercayai orang lain				
43	Saya tidak nyaman berada di panti asuhan ini				

Kuesioner *Happiness*

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa dunia itu kejam				
2	Saya mempunyai tujuan di masa depan				
3	Saya akan berusaha mencintai ibu panti yang akan menggantikan peran ibu selama di panti asuhan				
4	Saya merasa teman-teman di kampung lebih menyenangkan daripada teman-teman di panti asuhan				
5	Saya merasa kesal saat disuruh-suruh oleh pengurus panti asuhan				
6	Saya merasa teman-teman iri pada kepintaran saya				
7	Saya ingin menjadi orang yang sukses				
8	Bagi saya, mendengarkan penjelasan guru adalah hal yang membosankan				
9	Saya sulit memberikan saran saat teman bercerita				
10	Saya selalu tepat waktu dalam mengerjakan tugas				
11	Saya lebih suka menghabiskan waktu untuk bermain daripada belajar				
12	Saya mematuhi peraturan yang ada di panti asuhan				
13	Saya merasa tertekan berada di panti asuhan				
14	Saya selalu menepati janji				
15	Saya sering berbohong kepada teman-teman saya di panti asuhan				
16	Saya tidak pernah menambahkan bahkan mengurangi perkataan saat sedang bercerita				
17	Saya membantu teman secara sukarela				
18	Saya membersihkan kasur tanpa disuruh				
19	Saya sering bolos piket kebersihan				
20	Saya peduli terhadap hal kecil apapun				
21	Saya sulit menyukai orang baru				
22	Saya mudah bergaul dengan siapa saja				
23	Saya belum mencintai diri sendiri				
24	Saya senang dipeluk oleh teman-teman saat saya sedang sedih				
25	Saya merasa teman-teman di panti asuhan terpaksa berteman dengan saya				
26	Saya merasa tidak ada yang pantas mencintai saya				
27	Saat saya mengerjakan sesuatu, saya tidak akan setengah-setengah dalam mengerjakannya				
28	Saya sulit berbaur dalam kegiatan kelompok				
29	Bagi saya, mengatur kelompok adalah hal yang ribet				
30	Saat saya menjadi pemimpin, saya hanya menyuruh-				

	nyuruh saja tanpa ikut andil				
31	Saya dapat mengontrol emosi saya				
32	Saya melampiaskan amarah saya ke teman yang tak bersalah				
33	Saya terkadang membuat keputusan yang buruk dalam pertemanan dan hubungan				
34	Saya memiliki keterampilan bicara yang baik di depan umum				
35	Saya orang yang ceroboh				
36	Saat saya melakukan kesalahan, saya meminta maaf				
37	Saya tidak suka membicarakan keburukan orang lain				
38	Saya menghasut teman saya agar membenci orang yang saya benci				
39	Saya meminta imbalan saat menolong orang lain				
40	Saya lebih suka keadaan kamar yang berantakan, karena menurut saya itu juga termasuk seni				
41	Saat saya sedang sedih, saya akan mendengarkan lagu				
42	Saya selalu mengatakan terima kasih walaupun kepada hal kecil				
43	Saya orang yang perhitungan akan semua hal				
44	Saya sering menyalahkan Allah atas keadaan saya sekarang ini				
45	Saya senang bertemu dengan keluarga baru di panti asuhan ini				
46	Saat saya gagal, saya terus mencobanya sampai saya berhasil				
47	Saat saya memiliki keinginan, saya berusaha sekeras mungkin untuk mendapatkannya				
48	Saya merasa hidup saya di dunia tidak ada artinya				
49	Saya selalu berusaha membalaskan dendam				
50	Saya sulit memaafkan orang yang sudah menyakiti saya				
51	Saya adalah orang yang semangat				

Lampiran 3. Validitas dan Reliabilitas Penelitian

1. Validitas dan Reliabilitas *Happiness*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,901	51

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3,05	,879	59
VAR00002	3,51	,626	59
VAR00003	3,00	,743	59
VAR00004	2,10	,845	59
VAR00005	2,68	,860	59
VAR00006	2,85	,761	59
VAR00007	3,59	,746	59
VAR00008	2,83	,894	59
VAR00009	2,32	,753	59
VAR00010	2,71	,767	59
VAR00011	2,78	,892	59
VAR00012	3,00	,851	59
VAR00013	2,61	1,017	59
VAR00014	2,86	,776	59
VAR00015	2,76	,935	59
VAR00016	2,83	,834	59
VAR00017	2,97	,850	59
VAR00018	2,92	,877	59
VAR00019	2,83	,854	59
VAR00020	2,97	,787	59
VAR00021	2,58	,875	59
VAR00022	2,81	,955	59
VAR00023	2,81	,819	59
VAR00024	2,86	,973	59
VAR00025	2,92	,857	59
VAR00026	2,69	,969	59
VAR00027	2,90	,803	59
VAR00028	2,61	,871	59
VAR00029	2,37	,908	59
VAR00030	2,88	,873	59
VAR00031	2,69	,836	59
VAR00032	2,85	,979	59
VAR00033	2,69	,915	59
VAR00034	2,86	,753	59
VAR00035	2,59	,893	59
VAR00036	2,98	,707	59
VAR00037	2,90	,824	59
VAR00038	3,02	,820	59
VAR00039	2,97	,999	59

VAR00040	3,15	,761	59
VAR00041	2,66	,958	59
VAR00042	3,07	,907	59
VAR00043	2,68	,899	59
VAR00044	3,15	,943	59
VAR00045	2,92	,677	59
VAR00046	2,90	,941	59
VAR00047	2,88	,853	59
VAR00048	2,81	,973	59
VAR00049	2,85	,906	59
VAR00050	2,71	,872	59
VAR00051	2,92	,816	59

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	426,76	1033,012	,440	,899
VAR00002	426,31	1042,216	,397	,900
VAR00003	426,81	1041,189	,353	,900
VAR00004	427,71	1038,726	,353	,900
VAR00005	427,14	1029,843	,509	,899
VAR00006	426,97	1040,137	,366	,900
VAR00007	426,22	1047,899	,212	,901
VAR00008	426,98	1027,396	,532	,899
VAR00009	427,49	1042,634	,318	,900
VAR00010	427,10	1034,714	,474	,899
VAR00011	427,03	1022,964	,612	,898
VAR00012	426,81	1033,534	,446	,899
VAR00013	427,20	1030,889	,409	,899
VAR00014	426,95	1042,946	,302	,900
VAR00015	427,05	1027,842	,500	,899
VAR00016	426,98	1040,810	,319	,900
VAR00017	426,85	1035,442	,411	,899
VAR00018	426,90	1039,093	,333	,900
VAR00019	426,98	1031,224	,487	,899
VAR00020	426,85	1040,338	,349	,900
VAR00021	427,00	1036,345	,348	,900
VAR00022	427,00	1035,000	,436	,899
VAR00023	426,95	1036,428	,340	,900
VAR00024	426,90	1039,472	,334	,900
VAR00025	427,12	1032,831	,400	,899
VAR00026	426,92	1036,734	,412	,900
VAR00027	427,20	1037,441	,365	,900
VAR00028	427,44	1036,251	,370	,900
VAR00029	426,93	1037,306	,367	,900
VAR00030	427,12	1034,796	,431	,899
VAR00031	426,97	1028,861	,459	,899
VAR00032	427,12	1037,279	,349	,900
VAR00033	426,95	1036,497	,445	,899
VAR00034	427,22	1031,347	,463	,899
VAR00035	426,83	1041,660	,362	,900
VAR00036	426,92	1040,872	,322	,900

VAR00037	426,80	1029,579	,540	,899
VAR00038	426,85	1024,476	,519	,899
VAR00039	426,66	1034,780	,476	,899
VAR00040	427,15	1031,925	,420	,899
VAR00041	426,75	1038,158	,337	,900
VAR00042	427,14	1038,430	,335	,900
VAR00043	426,66	1025,607	,532	,899
VAR00044	426,90	1044,231	,320	,900
VAR00045	426,92	1024,838	,547	,899
VAR00046	426,93	1031,892	,476	,899
VAR00047	427,00	1038,172	,312	,900
VAR00048	426,97	1031,654	,450	,899
VAR00049	427,10	1039,817	,322	,900
VAR00050	426,90	1040,438	,334	,900
VAR00051	426,66	1025,607	,532	,899

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
429,81	1058,672	32,537	51

2. Validitas dan Reliabilitas *Gratitude*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,905	43

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	2,81	,840	59
VAR00002	2,83	,699	59
VAR00003	2,73	,925	59
VAR00004	2,66	,801	59
VAR00005	2,92	,596	59
VAR00006	2,63	,786	59
VAR00007	3,46	,652	59
VAR00008	2,68	,860	59
VAR00009	2,66	,940	59
VAR00010	2,39	,743	59
VAR00011	2,93	,716	59
VAR00012	2,71	,832	59
VAR00013	2,56	,794	59
VAR00014	2,85	,867	59
VAR00015	3,10	,662	59

VAR00016	2,66	,863	59
VAR00017	2,98	,707	59
VAR00018	2,58	,969	59
VAR00019	2,61	,831	59
VAR00020	3,51	,653	59
VAR00021	2,97	,982	59
VAR00022	3,27	,739	59
VAR00023	3,19	,955	59
VAR00024	2,34	,883	59
VAR00025	2,85	,690	59
VAR00026	2,85	,784	59
VAR00027	2,66	,710	59
VAR00028	3,12	,790	59
VAR00029	2,64	,713	59
VAR00030	3,29	,832	59
VAR00031	2,76	,817	59
VAR00032	2,27	,925	59
VAR00033	2,47	,817	59
VAR00034	3,17	,813	59
VAR00035	2,58	,747	59
VAR00036	3,02	,956	59
VAR00037	2,80	,996	59
VAR00038	2,75	,921	59
VAR00039	3,12	,618	59
VAR00040	2,93	,998	59
VAR00041	2,85	,715	59
VAR00042	2,34	,822	59
VAR00043	2,73	1,096	59

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	200,86	426,568	,409	,903
VAR00002	200,85	431,649	,321	,904
VAR00003	200,95	425,325	,400	,904
VAR00004	201,02	426,431	,435	,903
VAR00005	200,76	429,977	,451	,904
VAR00006	201,05	430,946	,304	,904
VAR00007	200,22	429,037	,444	,903
VAR00008	201,00	426,621	,397	,904
VAR00009	201,02	423,741	,435	,903
VAR00010	201,29	423,933	,555	,902
VAR00011	200,75	429,848	,374	,904
VAR00012	200,97	424,999	,460	,903
VAR00013	201,12	430,313	,319	,904
VAR00014	200,83	419,764	,589	,902
VAR00015	200,58	426,455	,533	,903
VAR00016	201,02	427,810	,361	,904
VAR00017	200,69	428,423	,429	,903
VAR00018	201,10	426,817	,343	,904
VAR00019	201,07	419,961	,611	,902
VAR00020	200,17	431,350	,357	,904
VAR00021	200,71	415,726	,619	,901

VAR00022	200,41	427,866	,427	,903
VAR00023	200,49	425,427	,384	,904
VAR00024	201,34	425,607	,414	,903
VAR00025	200,83	431,557	,329	,904
VAR00026	200,83	423,660	,533	,902
VAR00027	201,02	430,189	,366	,904
VAR00028	200,56	427,182	,418	,903
VAR00029	201,03	429,826	,376	,904
VAR00030	200,39	424,001	,490	,903
VAR00031	200,92	422,700	,539	,902
VAR00032	201,41	421,970	,490	,903
VAR00033	201,20	424,613	,481	,903
VAR00034	200,51	425,668	,451	,903
VAR00035	201,10	429,783	,359	,904
VAR00036	200,66	420,780	,504	,902
VAR00037	200,88	414,899	,630	,901
VAR00038	200,93	416,513	,641	,901
VAR00039	200,56	432,596	,330	,904
VAR00040	200,75	415,124	,623	,901
VAR00041	200,83	430,212	,362	,904
VAR00042	201,34	430,504	,301	,904
VAR00043	200,95	421,739	,412	,903

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
203,68	441,463	21,011	43

Lampiran 4. Uji Normalitas

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
<i>Happiness</i>	59	429,81	32,537	362	502
<i>Gratitude</i>	59	203,68	21,011	145	243

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		<i>Happiness</i>	<i>Gratitude</i>
N		59	59
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	429,81	203,68
	Std. Deviation	32,537	21,011
	Most Extreme Differences		
	Absolute	,096	,078
	Positive	,096	,065
	Negative	-,066	-,078
Test Statistic		,096	,078
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200^{c,d}	,200^{c,d}

Lampiran 5. Uji Linearitas

1. Uji Linearitas Remaja Awal

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
<i>Happiness * Gratitude</i>	36	100.0%	0	0.0%	36	100.0%

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig
<i>Happiness * Gratitude</i>	Between Groups	(Combined)	40039.139	28	1429.969	2.260	.133
		Linearity	12537.298	1	12537.298	19.814	.003
		Deviation from Linearity	27501.841	27	1018.587	1.610	.266
	Within Groups		4429.167	7	632.738		
	Total		44468.306	35			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
<i>Happiness * Gratitude</i>	.531	.282	.949	.900

2. Uji Linearitas Remaja Akhir

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
<i>Happiness * Gratitude</i>	23	100.0%	0	0.0%	23	100.0%

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig
<i>Happiness * Gratitude</i>	Between Groups	(Combined)	13495.435	20	674.772	1.047	.598
		Linearity	9679.415	1	9679.415	15.018	.001
		Deviation from Linearity	3816.020	19	200.843	.312	.937
	Within Groups		1289.000	2	644.500		
	Total		14784.435	22			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
<i>Happiness * Gratitude</i>	.809	.655	.955	.913

Lampiran 6. Uji Korelasi

1. Uji Korelasi Remaja Awal

Correlations


		Happiness	Gratitude
Happiness	Pearson Correlation	1	.531**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	36	36
Gratitude	Pearson Correlation	.531**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	36	36

2. Uji Korelasi Remaja Akhir

Correlations

		Happiness	Gratitude
Happiness	Pearson Correlation	1	.809**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	23	23
Gratitude	Pearson Correlation	.809**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	23	23

Lampiran 7. Surat Penelitian

 **UNIVERSITAS MEDAN AREA**
FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
 Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122
 Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : *S3* /FPSI/01.10/V/2021
 Lampiran : -
 Hal : Pengambilan Data

Medan, 20 Mei 2021

Yth. Ketua Panti Asuhan Mamiyai Medan
 Di
 Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:


Nama : Anna Putri Aulia
 NPM : 178600301
 Program Studi : Ilmu Psikologi
 Fakultas : Psikologi

Untuk melaksanakan pengambilan data di Panti Asuhan Mamiyai Medan, Jl. Bromo No.1 Medan, Sumatera Utara guna penyusunan skripsi yang berjudul "*Hubungan Antara Gratitude Dengan Happiness Pada Remaja Di Panti Asuhan Mamiyai*".





Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan, dan apabila telah selesai melakukan penelitian maka kami harapkan Bapak/Ibu dapat mengeluarkan **Surat Keterangan** yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data di Panti Asuhan yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Wakil Bidang Akademik,

Lailli Aulia, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan
 - Mahasiswa Ybs
 - Arsip



UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 27/6/22

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)27/6/22