

**HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DENGAN
KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF PADA PEKERJA
SILEM (PENCARI KERANG)
DI TAMBAK MUYO
SEMARANG**

SKRIPSI

Untuk memenuhi sebagian persyaratan
memperoleh derajat Sarjana Psikologi



Oleh :

Riyana Muftiyani Yustika
(30701601952)

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG**

2022

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

**HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DENGAN
KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF PADA PEKERJA
SILEM (PENCARI KERANG)
DI TAMBAK MULYO
SEMARANG**

**Dipersiapkan dan disusun oleh :
Riyana Muftiyani Yustika
NIM. 30701601952**

Telah disetujui untuk diuji dan dipertahankan di depan Dewan Penguji guna memenuhi sebagian persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing

Tanggal



**Ratna Supradewi, S.Psi, M.Si, Psi
NIDN. 0615026701**

20 Januari 2023

UNISSULA

**جامعة سلطان اجونغ الإسلامية
Semarang, 20 Januari 2023**

**Mengesahkan,
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Sultan Agung**



**Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si
NIDN. 210799001**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DENGAN
KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF PADA PEKERJA
SILEM (PENCARI KERANG)
DI TAMBAK MULYO
SEMARANG**

**Dipersiapkan dan disusun oleh :
Riyana Muftiyani Yustika
NIM: 30701601952**

**Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada 20 Januari 2023**

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. **Dra. Rohmatun, M. Si, Psikologi**
2. **Agustin Handayani, S.Psi, M.Si**
3. **Ratna Supradewi, S.Psi, M.Si, Psikologi**

.....
.....
.....

**Skripsi ini telah diterima sebagai persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi**

Semarang, 20 Januari 2023

**Mengetahui
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Sultan Agung**

**Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si
NIDN. 210799001**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya Riyana Muftiyani Yustika dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun
2. Selama pengetahuan saya, skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar Pustaka
3. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.



Semarang, 21 Desember 2022

Yang menyatakan,

Riyana Muftiyani Yustika
30701601952

MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebaikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya.”

(QS. Al-Baqarah : 286)

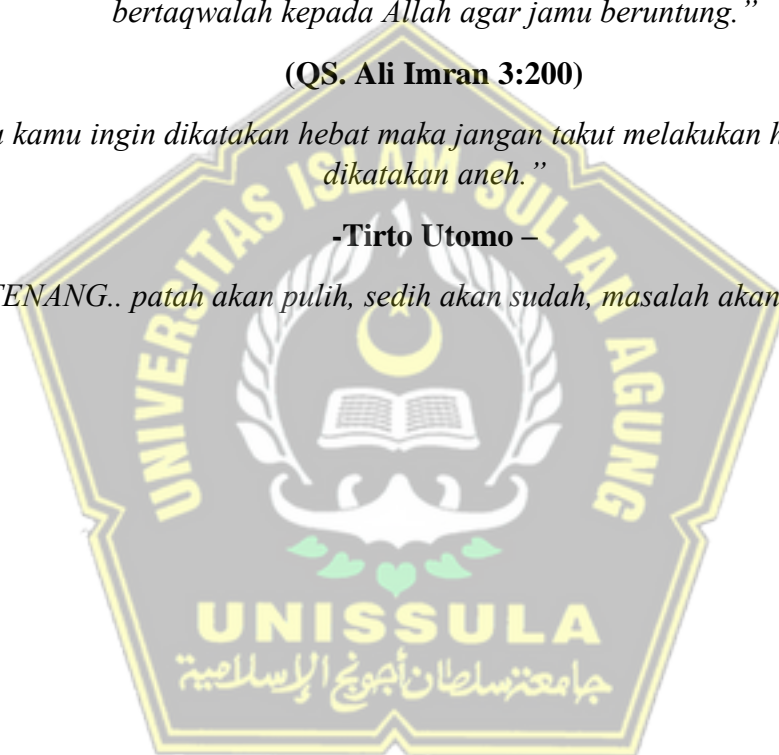
“Bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu dan tetaplah bersiap siaga dan bertaqwalah kepada Allah agar kamu beruntung.”

(QS. Ali Imran 3:200)

“Jika kamu ingin dikatakan hebat maka jangan takut melakukan hal baru dan dikatakan aneh.”

-Tirto Utomo –

“TENANG.. patah akan pulih, sedih akan sudah, masalah akan selesai.”



PERSEMBAHAN

Dengan mengucap rasa syukur kepada Allah SWT, ku persembahkan karya ini kepada:

Bapak dan Ibu saya ucapkan banyak Terima kasih telah melahirkan saya ke dunia ini, dan saudara saya yang selalu menjaga dan membantu serta memberikan segala doa dan kasih sayang yang tak pernah terputus.

Dosen Pembimbing Ibu Ratna Supradewi, S.Psi., M.Si., Psikolog yang senantiasa membimbing, memberikan arahan serta dukungan dengan penuh kesabaran dalam proses pembuatan skripsi ini.

Dosen Wali Bapak Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si yang senantiasa membimbing, memberikan arahan serta dukungan dengan kesabaran dalam proses perkuliahan.



KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat, hidayah dan karunia-Nya yang telah diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Antara Kebersyukuran Dengan Kesejahteraan Subjektif Pada Pekerja Silem (Pencari Kerang) Di Tambak Mulyo Semarang”. Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW.

Skripsi ini merupakan tugas akhir untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh derajat Sarjana Psikologi di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Peneliti menyadari skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya dukungan, motivasi dan bantuan dari berbagai pihak baik secara materil maupun moril. Sehingga dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Joko Kuncoro, S.Psi, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan kemudahan dalam perijinan penelitian.
2. Ibu Ratna Supradewi, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang selalu meluangkan waktu, memberikan arahan, motivasi dengan penuh kesabaran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
3. Bapak Joko Kuncoro, S.Psi, M.Si selaku Dosen Wali yang selama ini telah memberikan arahan, motivasi, dan nasehat kepada peneliti selama menuntut ilmu difakultas psikologi
4. Seluruh pekerja silem di tambak mulyo Semarang yang telah bersedia meluangkan waktu menjadi subjek penelitian sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik.
5. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang selama ini telah memberikan ilmu, arahan serta nasehat kepada peneliti.

6. Seluruh Staff dan Karyawan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang memberikan bantuan, kemudahan serta fasilitas selama ini.
7. Saudara saya Rafida dan Rahman, terima kasih telah memberikan segala curahan doa nasehat dan kasih sayang yang tak pernah terputus.
8. Santi Puji Lestari, Anindita Ayu Febrilya, Dimas Bayu partner suka duka yang selalu membantu, memberi doa, motivasi dan semangat serta selalu menemani saya di setiap proses.
9. Segala pihak yang telah memberikan doa, dukungan, semangat dan motivasi kepada peneliti yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Peneliti mengucapkan terima kasih.
10. Kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini saya ucapkan terima kasih atas kebaikan dan kemurahan hati, saya hanya dapat mendoakan bismillah diberikan balasan yang lebih dari Allah SWT baik di dunia maupun di akhirat kelak. Aamiin ya rabbal'alamiin.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kesalahan, untuk itu peneliti membutuhkan kritik dan saran yang membangun.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 21 Desember 2022

Riyana Muftiyani Yustika

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TEBAL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan masalah.....	9
C. Tujuan penelitian.....	9
D. Manfaat penelitian.....	9
1. Manfaat Teoritis	9
2. Manfaat Praktis.....	9
BAB II LANDASAN TEORI	10
A. Kesejahteraan Subjektif.....	10
1. Definisi kesejahteraan subjektif	10
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif	11
3. Aspek-aspek kesejahteraan subjektif	13
B. Kebersyukuran	15
1. Definisi Kebersyukuran	15
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi kebersyukuran.....	16
3. Aspek-aspek kebersyukuran.....	17
C. Hubungan Antara Kebersyukuran Dengan Kesejahteraan Subjektif Pada Pekerja Silem (Pencari Kerang) Di Tambak Mulyo Semarang	18
D. HIPOTESIS	20
BAB III METODE PENELITIAN	21

A.	Identifikasi Variabel Penelitian.....	21
B.	Definisi Operasional.....	21
1.	Kesejahteraan subjektif.....	21
2.	Kebersyukuran.....	22
C.	Populasi, Sample, Teknik Sampling	22
1.	Populasi.....	22
2.	Sampel.....	23
3.	Teknik Pengambilan Sampling.....	23
D.	Metode Pengumpulan Data.....	23
a.	Skala kesejahteraan subjektif	24
b.	Skala kebersyukuran.....	26
E.	Validitas, Uji Daya Beda, Reliabilitas, dan Teknik Analisis.....	27
1.	Validitas	27
2.	Uji Daya Beda Aitem.....	27
3.	Reliabilitas Alat Ukur	28
4.	Teknik Analisis.....	28
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		29
A.	Orientasi Kacah dan Persiapan Penelitian	29
1.	Orientasi Kacah Penelitian	29
2.	Persiapan Penelitian.....	30
B.	Pelaksanaan Penelitian	33
C.	Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur.....	34
1.	Skala Kesejahteraan Subjektif.....	35
2.	Skala kebersyukuran	36
D.	Analisi Data dan Hasil Penelitian	37
1.	Uji Asumsi.....	37
2.	Uji Normalitas	37
3.	Uji Lineritas.....	37
4.	Uji Hipotesis.....	38
E.	Deskripsi Variabel penelitian.....	38
1.	Deskripsi Data Skala Kesejahteraan Subjektif.....	39
2.	Deskripsi Data Skala kebersyukuran	40

F. Pembahasan	41
G. Kelemahan Penelitian.....	43
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	45
A. Kesimpulan Penelitian.....	45
B. Saran.....	45
1. Bagi pekerja silem (pencari kerang)	45
2. Bagi penelitian selajutnya	45
DAFTAR PUSTAKA	46
LAMPIRAN	50



DAFTAR TEBAL

Tabel 3. 1 Populasi Penelitian	23
Tabel 3. 2 Blueprint Kesejahteraan Subjektif Skala Afek Positif Dan Afek Negative	25
Tabel 3. 3 Blueprint Kesejahteraan Subjektif Skala Kepuasan Hidup	25
Tabel 3. 4 Blueprint Skala Kebersyukuran	27
Tabel 4. 1 Distribusi Aitem Skala Kesejahteraan Subjektif (Positive Affect and Negative Affect)	31
Tabel 4. 2 Distribusi Aitem Skala Kesejahteraan Subjektif (Statification with Life Scale).....	32
Tabel 4. 3 Distribusi Aitem Skala Kebersyukuran	33
Tabel 4. 4 Uraian Pembagian Uji Skala	34
Tabel 4. 5 Aitem Daya Beda Tinggi Dan Rendah Skala Kesejahteraan Subjektif (Positive Affect And Negative Affect)	35
Tabel 4. 6 Aitem Daya Beda Tinggi Dan Rendah Skala Kesejahteraan Subjektif (Statification With Life Scale).....	36
Tabel 4. 7 Aitem Daya Beda Tinggi Dan Rendah Skala Kebersyukuran	36
Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas	37
Tabel 4. 9 Norma Kategori Skor	39
Tabel 4. 10 Deskripsi Statistik Skor Skala Kesejahteraan Subjektif	39
Tabel 4. 11 Kategorisasi Distribusi Normal	40
Tabel 4. 12 Deskripsi Statistik Kebersyukuran	40
Tabel 4. 13 Kategorisasi Distribusi Normal	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Norma Kategori Skala Kesejahteraan Subjektif.....	40
Gambar 4. 2 Norma Kategori Skala Kebersyukuran	41



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. 1 SKALA PENELITIAN.....	51
Lampiran A. 2 TABULASI DATA SKALA	61
Lampiran B. 1 UJI DAYA BEDA AITEM DAN RELIABILITAS	70
Lampiran C. 1 SKALA PENELITIAN STELAH	79
Lampiran D. 1 TABULASI DATA SKALA	89
Lampiran E. 1 ANALISI DATA	70
Lampiran F. 1 SURAT PERIJINAN DAN SURAT KETERANGAN BUKTI PENELITIAN.....	75



**HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DENGAN
KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF PADA PEKERJA
SILEM (PENCARI KERANG)
DI TAMBAK MULYO
SEMARANG**

Oleh :

Riyana Muftiyani Yustika, Ratna Supradewi
Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Email: riyana.muftiyani@gmail.com

ratnavina4@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif pada pekerja silem (pencari kerang) di Tambak Mulyo Semarang. Sampel sejumlah 71 orang pekerja silem yang memiliki kriteria berusia 20-50 tahun. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan Teknik pengambilan sampel menggunakan metode Total sampling jenuh. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini terdiri dari 2 skala yaitu skala kesejahteraan subjektif yang terdiri 24 aitem dan skala kebersyukuran yang terdiri dari 28 aitem. Uji hipotesis menggunakan teknik korelasi product moment. Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan positif signifikan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif diperoleh $r_{xy} = 0,910$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini berarti hipotesis diterima, Artinya semakin tinggi kebersyukuran maka semakin tinggi pula kesejahteraan subjektif pada perja silem (pencari kerang) di Tambak Mulyo Semarang.

Kata Kunci: *Kesejahteraan Subjektif, Kebersyukuran*

**THE RELATIONSHIP BETWEEN GRATITUDE AND SUBJECTIVE
WELL-BEING IN WORKERS (SHELLFISH SEEKERS)
IN TAMBAK MULYO SEMARANG**

By :

Riyana Muftiyani Yustika, Ratna Supradewi

Faculty of Psychology, Sultan Agung Islamic University, Semarang

Email: riyana.muftiyani@gmail.com

ratnavina4@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to look at the relationship between gratitude and subjective well-being in silem workers (shellfish seekers) in Tambak Mulyo Semarang. The sample was 71 silem workers who had criteria aged 20-50 years. This study uses quantitative methods with sampling techniques using the saturated total sampling method. The measuring instrument used in this study consists of dependent variables of subjective well-being and independent variables of gratitude. This study uses 2 scales, namely the subjective well-being scale consisting of 24 items, and the gratitude scale consisting of 28 items. The results of hypothesis testing showed a significant positive relationship between gratitude and subjective well-being obtained $r_{xy} = 0.910$ with $p = 0.000$ ($p < 0.05$). This means that the hypothesis is accepted, meaning that the higher the gratitude, the higher the subjective well-being of the clam seeker in Tambak Mulyo Semarang.

Keywords: *Subjective Well-being, Gratefulness*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pengertian Kesejahteraan subjektif yaitu persepsi dan evaluasi terhadap afeksi diri sendiri yang menjadi reaksi terhadap suatu hal sebagai hasil pemikiran terhadap kepuasan dan kebahagiaan, Diener (2015). Kesejahteraan subjektif menurut Diener (2014) yaitu mengacu bagaimana seseorang terhadap kehidupan mereka sendiri yang meliputi secara kognitif seperti kepuasan hidup dan mengacu bagaimana seseorang merasakan emosional yang positif, suasana hati yang positif dan kurangnya efek negatif yang dirasakan seperti depresi dan kecemasan.

Menurut Darusmin & Himam (2015) yaitu bahwa karakter umum dalam kesejahteraan subjektif seperti reaksi emosional individu terhadap peristiwa yang terjadi di dalam hidupnya, penilaian terhadap kepuasan hidup, kebermaknaan hidup dan kepuasan yang bersifat lebih spesifik seperti pekerja. Hal tersebut dikatakan apabila individu yang mempunyai tingkat kesejahteraan subjektif yang tinggi individu tersebut merasa kepuasan dalam hidupnya, sering timbul emosi positif seperti kegembiraan dan kasih sayang serta timbul emosi negatif seperti amarah. Rendahnya kesejahteraan subjektif pada umumnya dikarenakan oleh beban kerja, tekanan waktu, kualitas supervisi, dan perasaan tidak aman. Kesejahteraan merupakan evaluasi yang bersifat kognitif yaitu bagaimana seseorang merasakan kepuasan dalam hidupnya sedangkan evaluasi yang bersifat efektif yaitu seberapa sering seseorang merasa emosi positif dan emosi negatif itu sendiri.

Masyarakat daerah pesisir mayoritas berprofesi sebagai nelayan dengan mengandalkan hasil laut sebagai sumber penghasilan sehari-hari. Aktivitas sehari-hari para nelayan yaitu menangkap dan menumpulkan hasil laut seperti: ikan, kepiting, rumput laut, tiram, kerang, dll. Masyarakat nelayan dalam berkerja dipengaruhi oleh fluktuasi musim ikan, keterbatasan sumber daya manusia, modal serta akses, jaringan perdagangan ikan eksploitatif terhadap nelayan sebagai produsen dan dampak negatif modernisasi perikanan yang mendorong terjadinya pengurasan sumber daya laut secara berlebihan. Tingkat pendapatan nelayan sangat

ditentukan oleh hasil tangkapannya. Banyak sedikitnya tagkapan nelayan mencerminkan besar kecilnya pendapatan yang diterima oleh nelayan yang nantinya sebagian akan dikonsumsi oleh keluarga, sehingga pemenuhan kebutuhan sangat ditentukan oleh pendapatan yang diterimanya.

Desa Tambak Mulyo adalah salah satu desa yang mayoritas masyarakatnya berprofesi sebagai nelayan dan pedagang. Desa yang letaknya strategis, karena terletak di wilayah pantura dan dekat dengan pantai, terdapat beberapa usaha yang dijalankan oleh masyarakat seperti usaha pertokoan yaitu toko alat-alat rumah tangga dan pedagang pasar ikan. Desa Tambak Mulyo mempunyai potensi sumber daya pesisir dan lautan cukup besar untuk dikembangkan guna meningkatkan perekonomian dan kesejahteraan masyarakat. Kegiatan ekonomi dan aktivitas di wilayah pesisir dan lautan tersebut meliputi budidaya perikanan (pertambakan), pencarian ikan tangkap nelayan, pasar ikan, serta kegiatan masyarakat pesisir lainnya. Dalam usaha tambak kerang hijau harus memperhatikan pengelolaannya sehingga nantinya akan mendapatkan keuntungan yang banyak. Produktivitas mengacu pada jumlah barang dan jasa yang dihasilkan seorang pekerja per waktu, produktivitas dan pertumbuhannya menjadi faktor penentu dari standar.

Desa Tambak Mulyo mencari ikan di laut dengan cara menjaring, memancing dan memanen ikan dibranjang dengan mengendari perahu sebagai alat transportasi pribadi menuju laut. Kenaikan BBM sebagai bahan baku perahu mengakibatkan masyarakat kesulitan dalam memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari. Dampak dari kenaikan BBM harga dan barang-barang kebutuhan tersebut membumbung tinggi dan tidak stabil, sedangkan penghasilan masyarakat tidak dapat mencukupi kebutuhan mereka lagi. Untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi masyarakat Desa Tambak Mulyo, maka diperlukan strategi atau tindakan-tindakan perbaikan atau peningkatan penghasilan sehingga kesejahteraan dapat tercapai. Desa Tambak Mulyo masyarakatnya juga banyak yang memiliki usaha petani tambak meliputi tambak ikan, udang dan kerang (silem). Pengelolaan tambak ikan yaitu ikan bandeng telah lama dilakukan para petani tambak, baik secara tradisional maupun intensif. Para pencari kerang atau silem juga rela mengeluarkan modal untuk membeli bambu tali dan menancapkannya di laut.

Para pekerja silem belum memikirkan pengembalian modal, yang mereka pikirkan hanyalah memperbanyak menancapkan bambu yang dapat membantu dalam meningkatkan kesejahteraan keluarga. Apabila masa panen berhasil tentu dapat membantu meningkatkan kesejahteraan keluarganya, namun apabila panen mereka gagal maka mereka mengalami kerugian yang besar sehingga tidak dapat menutup modal awal. Bukan hanya modal, biaya perjalanan dalam mencari kerang juga menjadi beban bagi masyarakat pesisir laut, kondisi dan letak rumah yang terlalu dekat dengan laut juga memiliki resiko besar ketika cuaca dalam keadaan buruk seperti ombak yang besar dan sering terjadi banjir rob.

Sering merasa sedih dan khawatir ketika mengalami kerugian, banyak kasus atau fenomena yang mengatakan bahwa para pencari kerang sering mengalami kerugian karena hasil yang didapat tidak sebanding dengan biaya Bahan Bakar Minyak (BBM) yang dikeluarkan untuk perjalanan mencari kerang. Dalam penelitian (Ronis, 2012) Kesejahteraan masyarakat nelayan di Desa Dahari Selebar Kecamatan Talawi Kabupaten Batubara yaitu 42 responden (63,63%) tergolong dalam prasejahtera, 21 responden (31,81%) tergolong dalam sejahtera I, dan 3 responden (4,56%) tergolong dalam sejahtera II. Hal terdapat hubungan antara kesejahteraan dengan kebersyukuran. Individu yang merasa sejahtera dalam hidupnya akan lebih mudah merasakan kebersyukuran. Kesejahteraan subjektif dapat berpengaruh secara tidak langsung yang melalui kesejahteraan yang ada dalam diri individu. Individu yang mampu merasa sejahtera di dalam hidupnya akan lebih mudah merasakan kebahagiaan hadir dalam hidupnya dan mudah berpikir.

Seperti yang dikatakan oleh salah satu perkerja silem di Tambak Mulyo Semarang yang berinisial J, sebagai berikut :

“Pada saat nyilem kami juga melihat dari kondisi cuaca, kami tidak mungkin ambil resiko yang begitu besar. Untuk penghasilan sering mendapatkan hasil yang sedikit kami bingung jika bikin terus hidup kami kedepannya bagaimana untuk mencukupi kebutuhan sehari-hari dan biaya sekolah anak”

Salah satu pekerja silem di Desa Tambak Mulyo Semarang yang berinisial A juga mengatakan sebagai berikut :

“Saya sebenarnya memikirkan keluarga saya mbak karena sebenarnya kerja silem (mencari kerang) cukup bahaya namun mau bagaimana lagi hanya ini yang bisa saya handalkan. Dari kerja silem sebenarnya tidak cukup. Untuk memenuhi kebutuhan rumah tangga apalagi sekarang harga semakin naik. Saya sebenarnya pengen kerja disemarang ikut saudara saya namun saya memikirkan keluarga saya disini terutama anak yang masih kecil. Nanti jika pindah kesana tambah biaya lagi tambah repot. jadi saya bertahan saja dengan pekerjaan ini”

Kesejahteraan subjektif pada pekerja silem dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya kebersyukuran, Hoyer dan Roodin (2003). Hal ini juga diperkuat oleh pendapat Emmons (2019) bahwa kesejahteraan subjektif yaitu rasa kebersyukur yang dapat membuat seseorang dikatakan sebagai manusia yang berakhlak mulia, bahkan kebersyukur dikatakan sebagai salah satu konsep keimanan. Pendapat lain juga dikemukakan oleh Jauziyah (2006) menyatakan bahwa iman itu terdiri dari dua hal, yaitu sabar dan syukur. Penelitian Overwalle (2020) mengungkapkan bahwa orang dengan rasa syukur yang tinggi mengalami kebahagiaan yang lebih besar, memiliki harapan, dan kebanggaan yang lebih besar dibandingkan orang yang kurang bersyukur. Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa kebersyukuran memiliki hubungan dengan kesejahteraan subjektif.

Hasil penelitian Hartanti (2011) menjelaskan bahwa masalah kesejahteraan yang sering muncul adalah masalah gaji (pendapatan) yang sedikit dan kurang sesuai dengan kebutuhan. Permasalahan keuangan yang biasanya bersumber pada penghasilan yang tidak mencukupi, banyaknya tunggakan, serta tingginya kebutuhan hidup. Persoalan tersebut seringkali membuat pekerja tidak bergairah saat bekerja sehingga prestasi kerjanya menurun. Hasil penelitian tersebut sama halnya dengan pekerja silem dimana pendapatan tidak menentu karena beberapa faktor seperti cuaca alam, harga BBM yang tidak stabil, dll. Oleh karena itu pendapatan dari pekerja silem menjadi salah satu permasalahan utama apabila tidak dapat memenuhi kebutuhan hidup keluarga.

Para pekerja silem mengalami berbagai proses selama masa kerjanya, terdapat banyak halangan dan tantangan yang terjadi di dalam pekerjaan ini. Ubaid (2019) menyatakan bahwa bersyukur adalah keadaan yang menyenangkan

dan berhubungan dengan emosi positif. Individu yang telah mendapatkan pencerahan batin akan selalu bersyukur baik ketika memperoleh nikmat maupun tidak. Orang-orang yang telah memperoleh pencerahan tidak peduli nikmat maupun penderitaan karena mereka melihat karunia dan rahmat Allah di balik segala kejadian. Syukur juga menjadi bagian dari ajaran agama Islam yang tidak asing dan bahkan sudah “dipraktekkan” dalam kehidupan sehari-hari, seperti mengucapkan “Alhamdulillah” sebagai simbol dari rasa kebersyukuran. Akan tetapi syukur sesungguhnya tidak hanya cukup pada pengucapan tersebut karena syukur berkaitan dengan lisan, hati dan anggota badan. Frekuensi bersyukur yang semakin sering akan memberikan pengalaman dan emosi positif yang semakin banyak sehingga akan lebih baik dalam menghadapi kondisi depresif.

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan perkerja silem di Tambak Mulyo Semarang berinisial T, sebagai berikut :

“Saya awalnya menjadi pekerja silem karena meneruskan pekerjaan ayah saya yang sudah meninggal karena ayah saya pemilik tambak dan branjang (alat buat ternak kerang). Branjang digunakan supaya lebih mudah mendapatkan kerang karena langsung dapat dipanen bahkan hasilnya bisa lebih banyak. Alhamdulillah, saya bersyukur bisa mendapat penghasilan walaupun tidak seberapa yang penting halal.”

Makna bersyukur ialah kecenderungan seseorang untuk mengenali dan merespon dengan emosi syukur atas peran maupun kebaikan yang dilakukan oleh orang lain dalam pengalaman positif dari suatu hal yang diterima McCullough (2002). Bersyukur merupakan respon emosi positif pada diri seseorang terhadap segala sesuatu yang terjadi di dalam kehidupannya McCullough (2002). Menurut Fitzgerald (2004) Bersyukur tidak sekedar berupa emosi, namun bersyukur merupakan sesuatu yang mendatangkan kebajikan terhadap kehidupan seseorang sehingga orang tersebut dapat menjalani hidup dengan baik.

Kebersyukuran dikaitkan dengan berbagai emosi yang positif Mukhlis (2015) menyatakan bahwa berbagai macam emosi negatif hanya akan menyebabkan ketegangan dan kegelisahan dalam hidup. Perilaku seseorang yang bersyukur akan cenderung lebih positif ketika menjalani suatu peristiwa dibandingkan seseorang yang kurang merasa bersyukur atas kehidupannya, misalnya seseorang

memperoleh suatu pekerjaan yang baik. Orang yang bersyukur akan cenderung berterima kasih dengan orang lain seperti orangtua, teman, keluarga dan pembimbing berbeda dengan seseorang yang kurang bersyukur atas sesuatu hal yang diperoleh maka akan lebih sedikit berterima kasih atas peran yang diberikan orang lain.

Sejauh ini psikologi barat sudah banyak mengembangkan alat ukur tentang kebersyukuran di antaranya McCullough (2002) yang menyusun sebuah kuesioner yang terdiri dari enam item yang diberi nama GQ-6. Pandangan Islam mengenai kebersyukuran dapat dilihat dari 3 dimensi yaitu bersyukur dengan hati, bersyukur dengan lisan, dan bersyukur dengan perbuatan. Keenam item GQ-6 dinilai memiliki keterbatasan alat ukur untuk menggali ketiga dimensi syukur menurut pandangan Islam. Menurut Susanti (2020) definisi syukur adalah kebahagiaan hati atas nikmat yang diperoleh yang diikuti dengan pengarahannya seluruh anggota tubuh supaya taat kepada Sang Pemberi nikmat serta pengakuan atas segala nikmat yang diberinya dengan rendah hati. Sedangkan menurut Hambali (2015) syukur adalah mempergunakan semua nikmat yang telah Allah berikan berupa penglihatan, pendengaran, dan lainnya sesuai dengan tujuan Penciptaannya.

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan pekerja silem di Tambak Mulyo Semarang berinisial R sebagai berikut :

“Kalau nyilem itu berat di pekerjaannya namun pendapatannya tidak nentu, kadang sehari tidak dapat sama sekali. Disini hasil panen kerang tidak pasti mbak namun karena saat ini musim hujan jadi penyelam yang mencari kerang berkurang ya Alhamdulillah masih cukup buat penghasilan sehari.”

Kebersyukuran juga dapat dikatakan sebagai perilaku seseorang yang menerima sesuatu dengan suka rela baik secara kognitif maupun afektif serta memberi nilai tentang apa yang diterima tersebut Peterson (2015). Ketika seseorang kurang dapat mencapai kepuasan dalam hidupnya, bersyukur merupakan salah satu menerima serta memberi nilai terhadap apa yang telah didapat. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dibandingkan dengan orang yang kurang bersyukur, orang yang lebih bersyukur menyatakan mengalami kebahagiaan yang lebih besar, memiliki harapan dan kebanggaan atas apa yang

diperoleh Overwalle (2015). Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh McCullough (2002) menunjukkan bahwa individu dengan rasa kebersyukuran tinggi memiliki suasana hati positif, optimisme, kepuasan hidup, vitalitas, religiusitas, spiritualitas dan mereka juga cenderung melaporkan lebih sedikit depresi dan iri hati. Jika pengalaman pada masa lalu dan masa sekarang pada diri seseorang dapat memperkuat kebersyukuran maka kebersyukuran akan menguatkan seseorang dalam memandang masa depan mereka. Dengan demikian orang-orang yang bersyukur akan selalu optimis dan penuh harapan, McCullough (2002). Jika orang merasa bersyukur atas kebaikan di masa lalu, mungkin akan diartikan dalam harapan untuk kebaikan serupa di masa mendatang, Schacter (2015).

Hasil-hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa kebersyukuran terbukti mempengaruhi kesejahteraan subjektif pada diri individu. Pramitasari (2019) penelitiannya menemukan hasil bahwa seorang guru yang lebih bersyukur maka kesejahteraan hidupnya akan lebih meningkat. Beberapa penelitian membuktikan keterkaitan antara rasa syukur dan emosi positif seperti yang dilakukan oleh Froh (2016) menemukan bahwa orang yang memiliki rasa syukur yang tinggi ternyata memiliki rasa iri hati dan depresi yang rendah. Emosi-emosi positif yang muncul karena rasa syukur diantaranya adalah kemurahan hati kepada orang lain. Selain itu rasa syukur memiliki hubungan yang kuat dengan penghargaan terhadap diri, pandangan hidup positif, dan inisiatif. Penelitian Wood (2015) juga menemukan bahwa syukur berkorelasi positif dengan reinterpretasi positif, koping aktif, perencanaan hidup dan berkorelasi negatif dengan perilaku menyalahkan. Froh (2015) berpendapat bahwa rasa syukur mampu meningkatkan perilaku prososial, merasa puas dengan pengalaman hidupnya. Menurut Watkin., (2003) dalam Chitya (2016), bahwa rasa syukur adalah prediktor kuat kesejahteraan seseorang.

Dari hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti didapatkan kurangnya kesejahteraan subjektif pada para pekerja silem namun memiliki rasa kebersyukuran yang cukup tinggi. Hal tersebut membuat peneliti memilih para pekerja silem sebagai subjek sebuah penelitian. Penelitian dilakukan dengan

menggunakan metode kuantitatif yang variable tergantung yaitu kesejahteraan subjektif dan varibel bebas yaitu kebersyukuran.

Ada beberapa penelitian yang mendukung yakni penelitian yang dilaksanakan oleh Bahar dan Moordiningshi (2020) tentang kesejahteraan subjektif pada pasien penyakit jantung dengan judul “Meningkatkan Kesejahteraan Subjektif Penderita Penyakit Jantung Melalui Pelatihan Kebersyukuran”. Hasil dari penelitian tersebut yakni masuknya kesejahteraan subjektif pada pasien penyakit jantung dapat memberikan pengaruh pada perubahan polahperilaku ataupun polahubungan yang dilakuan pasien. Hal tersebut menunjukkan bahwa Pelatihan Kebersyukuran dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif pasien penyakit jantung.

Penelitian pendukung yang lain diteliti oleh Megawati (2017) Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan judul “Peningkatan Kesejahteraan Subjektif Remaja Panti Asuhan Melalui Pelatihan Bersyukur”. Hasil penelitian menunjukan bahwa kesejahteraan subjektif diperlukan usaha dengan cara mengubah persepi atau keyakinan seseorang yang kondisi kurang adanya kesejahteraan subjektif yang dialami oleh remaja panti asuhan bermula dari cara penilaian dan pemaknaan yang salah dari suatu kondisi atau peristiwa yang dialaminya dari sudut pandang negatif dan kurang mempedulikan sisi positif. Melalui pelatihan bersyukur remaja panti asuhan diajak mengenali pikiran yang mendukung rasa berterima kasih atas karunia. Kemudian remaja dilatih untuk mengaplikasikan perasaan berterima kasih atas karunia melalui perilaku yang nampak dengan membuat jurnal terima kasih atas karunia.

Perbedaan antara penelitian yang dilakukan Bahar dan Moordiningsh (2020) penelitian yang akan dilaksanakan penulis terletak di variabel bebas yang mana variabel bebas pada penelitian ini yakni kebersyukuran. Selain itu terdapat perbedaan pada subjek penelitian yakni penulis hanya menggunakan subjek para pekerja pencari silem saja. Perbedaan penelitian oleh Putri (2017) penelitian kualitatif sedangkan penelitian penulis menggunakan penelitian kuantitatif sehingga jumlah subjeknya berbeda pula.

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk melaksanakan penelitian yang kaitanya dengan kesejahteraan subjektif dan kebersyukuran dengan judul “Hubungan Antara Kebersyukuran Dengan Kesejahteraan Subjektif Pada Pekerja Silem (Pencari Kerang) di Tambak Mulyo Semarang”

B. Rumusan masalah

Berdasarkan latarbelakang diatas maka rumusan masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif pada perkerja Silem (Pencari Kerang) Di Tambak Mulyo Semarang?

C. Tujuan penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris adanya hubungan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif pada perkerja Silem (Pencari Kerang) Di Tambak Mulyo Semarang.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberi sumbangsih baik memperbanyak teori dan pengetahuan khususnya dibidang psikologi sosial dan psikologi perkembangan serta memberi masukan dan sumbangan untuk pihak lain yang ingin melakukan penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis penelitian adalah diharapkan dapat memberi sebuah informasi mengenai hubungan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif pada pekerja silem (pencari kerang) di Tambak Mulyo Semarang.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kesejahteraan Subjektif

1. Definisi kesejahteraan subjektif

Kesejahteraan merupakan suatu sisi positif dari individu yang memiliki kesamaan dengan rasa kebahagiaan, kepuasan, kenikmatan, kesenangan, dan merasa memiliki kehidupan yang cukup serta bermakna Khalek (2010) Kesejahteraan subjektif merupakan hasil dari bagaimana individu menilai pengalaman serta perasaan positif dan negatif, seperti perasaan bahagia, nyaman, ingin bersahabat dengan orang lain, tertekan, frustrasi, dan tidak senang Kahneman (2006). Kesejahteraan subjektif adalah sebuah kebahagiaan, kepuasan hidup, keseimbangan hedonis dan stres yang terpusat pada evaluasi secara afektif dan kognitif individu terhadap kehidupannya Diener (2017).

Menurut Diener (2015) bahwa kesejahteraan subjektif merupakan evaluasi secara kognitif dan afektif terkait sejauh mana kehidupan yang dijalani telah mencapai seperti kehidupan yang diinginkan. Menurut Utami (2009) kesejahteraan subjektif merupakan indikator dari kualitas hidup seseorang dalam ranah individual ataupun sosial. Diener (1984) menyebutkan bahwa kesejahteraan subjektif merupakan suatu tolok ukur dari keseluruhan aspek kehidupan dan menekankan pada penilaian seseorang terhadap kehidupan yang dijalani.

Menurut Ryan & Deci (2005) ada dua pendekatan dalam menjelaskan mengenai kesejahteraan subjektif yaitu pendekatan eudaimonic dan hedonic. Pendekatan *Eudaimonic* memandang kesejahteraan subjektif tidak hanya sebagai pencapaian kesenangan, tetapi juga realisasi potensi diri seorang individu dalam mencapai kesesuaian tujuannya yang melibatkan pemenuhan dan pengidentifikasian diri individu yang sebenarnya. Konsep yang banyak dipakai pada penelitian dengan pandangan ini adalah konsep *psychological well-being* (PWB). Pendekatan Hedonic memandang kesejahteraan subjektif tersusun atas kebahagiaan subjektif dan berfokus pada pengalaman yang mendatangkan kenikmatan. Pandangan hedonic memperhatikan pengalaman menyenangkan versus tidak menyenangkan yang didapatkan dari penilaian baik buruknya hal-hal

yang ada dalam kehidupan seseorang. Konsep yang dipakai dengan pandangan ini biasanya adalah konsep subjective kesejahteraan subjektif.

Berdasarkan berbagai pengertian tentang kesejahteraan subjektif yang sudah diuraikan dapat ditarik kesimpulan bahwa kesejahteraan subjektif merupakan suatu ungkapan perasaan individu mengenai kehidupannya didalam berbagai keadaan yang terjadi dan dialami, baik itu dilihat berdasarkan kebahagiaan dan kepuasan dalam hidup setiap individu yang memiliki tingkatan kesejahteraan subjektif secara faktor kognitif dan efektif.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif

Ada beragam faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif menurut Campbell, (2010) yaitu :

a. Harga diri positif

Harga diri yang tinggi akan menyebabkan seseorang memiliki kontrol yang baik terhadap rasa marah, mempunyai hubungan yang intim dan baik dengan orang lain, serta kapasitas produktif dalam pekerjaan. Hal ini akan menolong individu untuk mengembangkan kemampuan hubungan interpersonal yang baik dan menciptakan kepribadian yang sehat.

b. Kontrol diri

Kontrol diri bisa diartikan sebagai keyakinan individu bahwa ia akan mampu berperilaku dalam cara yang tepat ketika menghadapi suatu peristiwa. Kontrol diri ini akan mengaktifkan proses emosi, motivasi, perilaku dan aktifitas fisik.

c. *Self-compassion*

Self-compassion bisa diartikan sebagai sikap belas kasih terhadap diri sendiri ketika menghadapi suatu kesulitan. *Self-compassion* membuat seseorang lebih menyikapi segala hal kesulitan dan perasaan-perasaan negatif yang di rasakan secara lebih baik tanpa melibatkan reaksi yang berlebihan.

d. Optimis

Secara umum orang yang optimis cenderung lebih bahagia dan puas dengan kehidupannya. Dalam kesejahteraan subjektif apabila seseorang bersikap optimis yang dimiliki oleh individu akan bersifat realistis.

e. Relasi sosial yang positif

Relasi sosial yang positif akan tercipta bila adanya dukungan sosial keintiman emosional. Hubungan yang didalamnya ada dukungan dan keintiman akan membuat individu mampu mengembangkan harga diri, meminimalkan masalah-masalah psikologis, kemampuan pemecahan masalah yang adaptif, dan membuat individu menjadi sehat secara fisik.

f. Memiliki arti dan tujuan dalam hidup

Dalam beberapa kajian, arti dan tujuan hidup sering dikaitkan dengan konsep religiusitas. Penelitian melaporkan bahwa individu yang memiliki kepercayaan religi yang besar, memiliki kesejahteraan psikologis yang besar.

Adapun faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif menurut Hoyer & Roodin (2003) yaitu:

a. Sumber daya individu

Individu dengan sumberdaya dari dalam *inner resources* yang tinggi (seperti adanya kesamaan, pertumbuhan, harapan dan *insight*), cenderung merasakan kepuasan dengan diri sendiri dan hidupnya. Sedangkan individu yang mengalami *deficit* (mengalami kecemasan, *hostily* dan membenci diri sendiri) cenderung kurang merasakan kepuasan.

b. Kesehatan fisik

Ada keterkaitan antara *well-being* dengan kesehatan fisik individu yang sehat fisik akan lebih sejahtera hidupnya daripada yang kurang sehat

c. Interaksi sosial

Kesejahteraan akan semakin meningkat dengan semakin meningkatnya interaksi sosial dan akan semakin menurun pada orang dewasa yang tidak mempunyai teman dekat dan teman untuk menghabiskan waktu bersama.

d. Usia

Usia menunjukkan bahwa *environmental mastery* dan *positive relations with other* semakin meningkat dengan bertambahnya usia, sedangkan *personal growth* dan *purpose in life* semakin menurun dengan bertambahnya usia individu

e. Jenis kelamin

Perempuan dari berbagai usia memiliki *positive reations with others* dan *personal growth* yang lebih tinggi skornya bila dibandingkan dengan laki-laki

f. Sifat (*traits*)

Well-being dan *happiness* sangat besar kaitannya dengan empat sifat, yaitu *self esteem* tinggi, *optimism*, kepribadian *outgoing* dan keyakinan yang kuat dalam mengontrol dan menguasai lingkungan

g. Religiusitas

Individu dewasa yang lebih tua usianya cenderung mempunyai skor yang tinggi pada pengukuran *well-being*, khususnya jika mempunyai interaksi social yang memuaskan, secara keseluruhan mempunyai kesehatan yang baik dan mempunyai religiusitas yang kuat. Seperti rasa bersyukur dengan apa yang diberikan oleh Tuhan

Berdasarkan pemamparan diatas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif seseorang adalah sumber daya individu, usia, kesehatan fisik, jenis kelamin, interaksi sosial, sifat, religiusitas

3. Aspek-aspek kesejahteraan subjektif

Menurut Diener (1999) aspek kesejahteraan subjektif terbagi menjadi dua, yaitu :

a. Aspek kognitif

Aspek kognitif adalah evaluasi dari kepuasan hidup, yang didefinisikan sebagai penilaian dari kehidupan seseorang. Evaluasi ini terbagi menjadi dua yaitu secara global dan domain tertentu. Kepuasan hidup secara global merupakan evaluasi seseorang terhadap kehidupannya secara menyeluruh. Selanjutnya, kepuasan hidup domain adalah penilaian dalam

mengevaluasi kehidupannya, seperti kesehatan fisik dan mental, pekerjaan, rekreasi, hubungan sosial dan keluarga. Kedua komponen tersebut tidak sepenuhnya terpisah karena saling berkaitan.

b. Aspek *afektif*

Aspek *afektif* merefleksikan pengalaman dasar dalam peristiwa yang terjadi di dalam hidup seseorang dengan mood dan emosi terhadap peristiwa yang menunjukkan bahwa hidup berjalan sesuai dengan apa yang diinginkan. Aspek tersebut ditunjukkan dengan tingginya afek positif dan rendahnya afek negatif. Afek positif terlihat dari emosi-emosi spesifik seperti tertarik atau berminat akan sesuatu, gembira, kuat, antusias, waspada atau siap siaga, bangga, bersemangat, penuh tekad, penuh perhatian, dan aktif. Sedangkan afek negative terlihat dari emosi-emosi spesifik seperti sedih atau susah, kecewa, bersalah, takut, bermusuhan, lekas marah, malu, gelisah, gugup, dan khawatir.

Menurut Eddington & Shuman, (2005) menjelaskan bahwa kesejahteraan subjektif memiliki tiga aspek, yaitu :

a. *Life satisfaction* atau kepuasan hidup

Kepuasan yang dimiliki oleh individu saat di masa sekarang, masa lalu, dan masa depan. Pada aspek ini juga mencakup keluarga, pekerjaan, kesehatan, cinta, pernikahan, pertemanan, atau hubungan dengan orang lain, rekreasi, ekonomi dan lain sebagainya.

b. *Presence of frequent positive affect* atau suasana hati yang menyenangkan
Menjelaskan tentang emosi positif seperti perasaan senang, gembira, rasa sayang, bangga, dan berharga.

c. *Relative absence* atau suasana hati yang tidak menyenangkan

Menjelaskan tentang emosi negatif yang dimiliki oleh individu seperti malu, bersalah, sedih marah, cemas dan lain sebagainya.

Berdasarkan pada beberapa aspek diatas, peneliti memakai beberapa aspek dari Diener (1999) yang menjelaskan kesejahteraan subjektif *afektif* (afek positif dan afek negatif) dan juga mengunakan asepek dari Eddington & Shuman (2005) yang menjelaskan tentang *life satisfaction* (kepuasan hidup).

B. Kebersyukuran

1. Definisi Kebersyukuran

Kebersyukuran merupakan perasaan yang membuat seseorang menyadari, mengerti dan tidak menyalahgunakan pertukaran keuntungan dengan orang lain Cohen (2008) mengidentifikasi tiga komponen gratitude, yaitu rasa hangat akan apresiasi terhadap seseorang atau sesuatu, niat baik terhadap seseorang atau sesuatu dan kecenderungan untuk melakukan sesuatu yang sesuai dengan apresiasi dan niat baik.

Syukur secara lisan diartikan dengan memuji Sang Pemberi kenikmatan, syukur badan diartikan dengan membalas kenikmatan tersebut sesuai kewajiban dari setiap organ atau bagian tubuh itu sendiri, sedangkan syukur hati diartikan dengan mengingat-ingat nikmat yang diberikan Azhar (2010). Tsang (2002) kebersyukuran merupakan sifat afektif, suasana hati, atau emosi sebagai kecenderungan untuk mengenali dan merespons dengan rasa terima kasih terhadap kebaikan orang lain.

Menurut McCullough (2001) mendefinisikan kebersyukuran sebagai kebangkitan emosi yang disebabkan oleh perilaku moral. Dalam definisi ini, kebersyukuran di pandang sebagai emosi moral yang sama dengan empati, simpati, perasaan malu dan perasaan bersalah. Empati dan simpati timbul ketika seseorang memiliki kesempatan berespon terhadap musibah yang menimpa orang lain, rasa bersalah dan malu timbul ketika seseorang tidak melakukan kewajibannya sesuai standar, sedangkan bersyukur timbul ketika seseorang penerima sebuah kebaikan.

Al Fauzan (2012) mengatakan bahwa orang yang bersyukur adalah orang yang mengakui nikmat Allah dan mengakui Allah sebagai pemberinya, tunduk kepada-Nya, cinta kepada-Nya, ridha terhadap-Nya, serta mempergunakan nikmat itu dalam hal yang disukai Allah dalam rangka taat kepada-Nya. Karena itu,

syukur harus disertai ilmu dan amal yang didasari oleh ketundukan serta kecintaan kita kepada Tuhan Pemberi nikmat. Perilaku syukur tidak hanya sebatas kata-kata, tetapi harus disertai dengan hati dan amal anggota badan.

Fitzgerald (2017) mengatakan bahwa kebersyukuran memiliki beberapa komponen, yaitu apresiasi merupakan sesuatu perilaku atau perbuatan seseorang untuk kehendak berbuat baik kepada seseorang atau sesuatu, sikap yang positif dengan niat yang baik kepada orang lain. Kebersyukur merupakan perwujudan rasa syukur yang ditunjukkan dengan sikap yang baik kepada orang lain sebagai apresiasi yang muncul dari dalam diri seseorang tersebut.

Dari uraian di atas dapat ditraik kesimpulan bahwa kebersyukuran merupakan perasaan yang membuat seseorang menyadari kenikmatan yang diberikan oleh sang pencipta kecenderungan untuk mengenali dan merespons dengan rasa terima kasih terhadap kebaikan orang lain.

2. **Faktor-faktor yang mempengaruhi kebersyukuran**

Faktor-faktor yang mempengaruhi kebersyukuran McCullough (2002) adalah:

a. *Emotionality* atau *Well-Being* (Kesejahteraan Emosi)

Orang bersyukur mempunyai pengaruh terhadap emosi positif dan *subjective well-being*. Karena itu kebersyukuran merupakan kecenderungan dasar untuk mengalami emosi positif dan *subjective well-being* atau tingkat dimana seseorang bereaksi secara emosional dan merasakan menilai kepuasan hidup.

b. *Prosociality* (Prososial)

Secara khusus, rasa syukur dianggap prososial kerana dapat mempengaruhi respond dan motivasi seseorang terhadap perilaku orang lain untuk berkontribusi pada kesejahteraan seseorang yaitu kecenderungan seseorang untuk diterima oleh lingkungan sosialnya.

c. *Spirituality* atau *Religiousness* (Spiritual atau Religiusitas)

Berkaitan dengan keagamaan dan keimanan yang menyangkut nilai transendental. Hal ini kebersyukuran dapat berorientasi pada pengakuan seseorang yang berkontribusi terhadap kesejahteraan seseorang yang lebih luas, artinya yang lebih.

Faktor lain yang mempengaruhi kebersyukuran menurut Al Fauzan (2008) mengatakan bahwa ada lima yaitu :

a. Memiliki pandangan yang luas dalam hidup.

Berpandangan luas terhadap hidup adalah mengetahui bahwa segala sesuatu yang ada pada diri berasal dari Allah dan berpandangan bahwa semua yang terjadi atas kehendak Allah, bukan berasal dari manusia atau benda atau makhluk lain.

b. Persepsi positif dalam hidup.

Berpersepsi positif dalam hidup adalah berpikir bahwa segala sesuatu yang datang adalah baik bagi diri, sehingga selalu mengembalikan segala sesuatu kepada Allah, walaupun terasa berat untuk dijalani.

c. Kecenderungan untuk bertindak positif berdasarkan rasa penghargaan dan kehendak baik. Sikap orang yang bersyukur dapat dilihat dari tindakannya yang positif.

Berdasarkan pemamparan diatas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kebersyukuran seseorang adalah kesejahteraan emosi, prososial, spiritual atau religiusitas.

3. Aspek-aspek kebersyukuran

Menurut McCullough, Emmons, & Tsang, (2002) mengungkapkan ada empat aspek kebersyukuran, yaitu :

a. *Intensity* (intensitas)

Seseorang yang bersyukur ketika mengalami peristiwa positif diharapkan untuk merasa lebih intens bersyukur.

b. *Frequency* (kekerapan, keseringan)

Seseorang yang memiliki kecenderungan bersyukur akan merasakan banyak perasaan bersyukur setiap harinya dan syukur bisa menimbulkan dan mendukung tindakan dan kebaikan sederhana atau kesopanan.

c. *Span* (masa, jangka, waktu, rentang)

Merupakan dari peristiwa-peristiwa kehidupan bisa membuat seseorang merasa bersyukur, misalnya merasa bersyukur atas keluarga, pekerjaan, kesehatan dan lain-lain.

d. *Density* (kepadatan)

Adalah orang yang bersyukur diharapkan dapat menuliskan lebih banyak nama-nama orang yang dianggap telah membuatnya bersyukur, termasuk orang tua, teman, keluarga dan lain-lain.

Menurut Al - Munajjid (2006) menjelaskan bahwa kebersyukuran dapat muncul dikarenakan tiga aspek, yaitu :

a. Mengenal nikmat

Menghadirkan dalam hati, menyadari dan meyakinkan bahwa segala sesuatu maupun keajaiban yang dimiliki dan dilalui merupakan nikmat Allah SWT.

b. Menerima nikmat

Menyebutnya dengan memperlihatkan kefakiran kepada yang memberi nikmat dan hajat kepada-Nya, karena memahami bahwa nikmat itu bukan karena keberkahan mendapatkannya, akan tetapi karena itu bentuk karunia dan kemurahan Tuhan.

c. Memuji Allah atas pemberian Nikmat

Pujian yang berkaitan dengan nikmat itu ada dua macam, yang pertama bersifat umum yaitu dengan memujinya bersifat dermawan, pemurah, baik, luas pemberiannya dan sebagainya. Sedangkan yang kedua adalah bersifat khusus yaitu membicarakan nikmat yang diterima itu dengan merinci nikmat-nikmat tersebut lalu mengungkapkan dengan lisan dan menggunakan nikmat tersebut untuk hal-hal yang diridhainya.

Berdasarkan penjelasan di atas, kebersyukuran memiliki berbagai aspek menurut Al -Munajjid (2006) yaitu aspek mengenal nikmat, menerima nikmat dan memuji Allah atas pemberian nikmat.

C. Hubungan Antara Kebersyukuran Dengan Kesejahteraan Subjektif Pada Pekerja Silem (Pencari Kerang) Di Tambak Mulyo Semarang

Kesejahteraan subjektif sendiri merupakan salah perasaan yang positif, seperti pada umumnya orang merasakan kebahagiaan, ketentraman, dan kepuasan hidup. Dengan demikian, kesejahteraan subjektif adalah pengalaman menyenangkan, emosi positif, rendahnya tingkat suasana hati yang negatif, dan

kepuasan hidup yang tinggi Diener (2003). Sedangkan menurut Aristoteles (2013) menjelaskan setiap orang menginginkan kesejahteraan di dalam hidupnya, bahkan menyebutkan bahwa kesejahteraan merupakan tujuan utama dari hidup manusia. Setiap individu juga memiliki harapan yang ingin dicapai agar pemenuhan kepuasan dalam kehidupannya. Kesejahteraan dan kepuasan dalam hidup merupakan bagian dari konsep kesejahteraan subjektif yang mencakup aspek afektif dan kognitif manusia.

Hal ini menyebabkan terjadinya dua faktor yaitu faktor kontrol diri dalam kesejahteraan, seseorang yang biasanya bisa kontrol diri bisa diartikan sebagai keyakinan individu bahwa individu akan mampu berperilaku dalam cara yang tepat ketika menghadapi suatu peristiwa. Menurut Compton (2010) Kontrol diri ini akan mengaktifkan proses emosi, motivasi, perilaku dan aktifitas fisik. Faktor kedua merupakan faktor interaksi sosial dalam kesejahteraan akan semakin meningkat dengan semakin meningkatnya interaksi sosial dan akan semakin menurun pada orang dewasa yang tidak mempunyai teman dekat dan teman untuk menghabiskan waktu bersama.

Kebersyukuran merupakan sebuah bentuk sikap yang positif dalam merespon sesuatu dari orang lain ataupun yang ada dalam dirinya sendiri. Kebersyukuran bisa juga diungkapkan dalam bentuk rasa terima kasih setelah menerima pemberian atau bantuan dari orang lain. Adapun tujuan dari bersyukur yang diarahkan kepada sesama makhluk, alam, dan Tuhan, (Al Fauzan, 2008). Menurut Emmons & McCollough (2010) menunjukkan bahwa kebersyukuran merupakan sebuah bentuk emosi atau perasaan, yang kemudian berkembang menjadi satu sikap, sifat moral yang baik, kebiasaan, sifat kepribadian, dan akhirnya akan mempengaruhi seseorang menanggapi terhadap sesuatu atau situasi. Emmons menambahkan bahwa bersyukur merupakan kebahagiaan, membuat perasaan nyaman dan bahkan dapat memacu motivasi diri.

Rendahnya rasa kebersyukuran dapat memiliki dampak negatif yang sangat nyata dan memprihatkan dimana hal ini sangat mempengaruhi kebahagiaan, kebersyukuran serta kehidupan individu. Sedangkan yang memiliki rasa kebersyukuran yang rendah dapat menyebabkan adanya akibat buruk bagi

individu. Jadi semakin tinggi kesejahteraan subjektif individu maka kepuasan dan kebersyukuran yang diterima semakin besar dan mengakibatkan perilaku-perilaku yang positif seperti kebersyukuran, Fahmi (2019).

Krause (2006) dalam penelitiannya memaparkan bahwa rasa kebersyukuran individu kepada Tuhan memiliki lebih sedikit emosi negatif dalam hidupnya, dimana emosi negatif yang rendah dapat menjadi salah satu indikator kesejahteraan subjektif yang baik pada individu. Kebersyukuran kedudukannya sangat penting bagi seseorang, dan merupakan salah satu inti dari ajaran agama Islam.

Berdasarkan pemamparan di atas dapat kita simpulkan bahwa kebersyukuran memiliki hubungan dengan kesejahteraan subjektif, dimana kebersyukuran dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif seseorang. Penelitian terdahulu juga menunjukkan hal tersebut dimana kebersyukuran memiliki hubungan yang signifikan dengan kesejahteraan subjektif, seperti pada penelitian Watkins (2008) Hal ini menunjukkan bahwa kebersyukuran memang menjadi salah satu faktor kesejahteraan subjektif.

D. HIPOTESIS

Ada hubungan positif antara kebersyukuraan dengan kesejahteraan subjektif pada pekerja silem (pencari kerang) di Tambak Mulyo Semarang. Artinya semakin tinggi kebersyukuran para pekerja silem maka semakin tinggi pula kesejahteraan subjektif dan sebaliknya

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini menggunakan variabel bebas dan variabel tergantung. Variabel tersebut adalah :

1. Variable Tergantung (Y) : Kesejahteraan Subjektif
2. Variable Bebas (X) : Kebersyukuran

B. Definisi Operasional

Definisi operasional yaitu definisi tentang variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel yang akan diamati dalam suatu penelitian. Definisi operasional setiap variabel penelitian ini dijelaskan sebagai berikut.

1. Kesejahteraan subjektif

Kesejahteraan subjektif suatu gambaran yang melihat tingkat kesejahteraan seorang individu, yang dinilai secara subjektif dengan unsur afek positif dan negatif, serta kepuasan hidup. Kesejahteraan subjektif diungkap berdasarkan skor yang diperoleh dari respon yang diberikan oleh responden setelah mengisi skala kesejahteraan subjektif yang terdiri dari 2 skala yaitu skala *Satisfaction With LifeScale* (SWLS). Menurut Diener (1985) terdapat lima dalam merasakan kepuasan hidup, pernyataan yang mewakili kondisi individu pada beberapa waktu terakhir. Sedangkan menurut Watson (1988) mengukur efek positif dan efek negatif berisi dua puluh menggunakan skala *The Positive And Negative Affect Schedule* (PANAS).

Tingkat kesejahteraan subjektif dapat dilihat melalui hasil skor dari SWLS menunjukkan seberapa puas individu tentang kehidupannya. Semakin tinggi skor SWLS yang didapatkan individu, maka semakin puas individu tersebut dalam menjalani kehidupannya. Sedangkan semakin rendah skor SWLS yang didapatkan, maka semakin tidak puas individu dalam menjalani kehidupannya. Tingkat kesejahteraan subjektif juga dapat dilihat melalui hasil skor dari PANAS menunjukkan seberapa sering perasaan yang dirasakan oleh individu disetiap itemnya. Semakin tinggi skor tiap item pada skala PANAS,

maka semakin sering individu merasakan emosi atau perasaan yang tercantum dalam item skala. Sedangkan semakin rendah skor tiap item, maka semakin jarang individu merasakan emosi atau perasaan yang tercantum dalam item skala maka akan semakin rendah tingkat kesejahteraan subjektif pada pekerja silem.

2. **Kebersyukuran**

Kebersyukuran merupakan sebuah bentuk emosi atau perasaan yang berkembang menjadi suatu sikap, sifat moral yang baik, kebiasaan, sifat kepribadian dan akhirnya akan mempengaruhi seseorang menanggapi atau bereaksi terhadap sesuatu atau situasi. Pada penelitian ini kebersyukuran diungkap berdasarkan skor yang diperoleh dari respon yang diberikan oleh responden setelah mengisi skala kebersyukuran yang dikembangkan sendiri oleh peneliti berdasarkan indikator mengenal nikmat, menerima nikmat dan memuji Allah atas nikmat yang diungkapkan oleh Al - Munajjid (2006) Skala kebersyukuran terdiri dari lima belas aitem yang mengungkap tingkat kebersyukuran yang dimiliki oleh responden. Semakin tinggi skor pada skala, menunjukkan bahwa semakin tinggi pula rasa kebersyukuran pada individu. Namun semakin rendah skor pada skala maka akan semakin rendah pula rasa kebersyukuran pada pekerja silem.

C. **Populasi, Sample, Teknik Sampling**

Subjek penelitian merupakan elemen utama yang perlu diketahui saat hendak melakukan sebuah penelitian. Determinasi subjek penelitian bertujuan supaya dapat menghindari sebuah kesalahan dalam pengumpulan/pengambilan sampel yang akan berdampak pada kesalahan penarikan kesimpulan dan generalisasi hasil penelitian.

1. **Populasi**

Populasi adalah kelompok subjek dengan karakteristik tertentu sesuai dengan ketentuan penelitian, karakteristik yang dapat membedakan antara kelompok subjek dengan kelompok subjek lainnya yang akan digeneralisasi dari hasil penelitian yang dilakukan (Azwar, 2011). Populasi dalam penelitian ini adalah Para Perkerja Silem (Pencari Kerang) Di Tambak Mulyo Semarang

dengan jumlah 71 pekerja silem dengan jenis kelamin laki-laki pada rata-rata usia 20 tahun sampai 50 tahun.

Tabel 3. 1 Populasi Penelitian

No.	RT /RW	Jenis Pekerjaan	Jumlah
1.	01/15	Pekerja Silem	11
2.	02/15	Pekerja Silem	8
3.	03/15	Pekerja Silem	12
4.	04/15	Pekerja Silem	13
5.	05/15	Pekerja Silem	17
6.	07/15	Pekerja Silem	10
	Total		71

2. Sampel

Sampel adalah sebagian subjek yang terdapat dalam populasi yang mempunyai karakteristik sama dengan karakteristik populasinya Azwar (2016). Peneliti mengambil sampel dari populasi yaitu 71 orang dengan kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti. Sampel dalam penelitian ini adalah para Perkerja Silem Tambak Mulyo Semarang. Sempel pengumpulan dan penelitian data ini menggunakan seluruh pekerja silem di Tambak Mulyo Semarang.

3. Teknik Pengambilan Sampling

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampling jenuh yaitu teknik penentuan sampel apabila seluruh anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono 2014). Alasan penggunaan teknik sampling ini yaitu karena populasi yang didapatkan relatif kecil yaitu hanya sebesar 71 subjek, sehingga peneliti menjadikan seluruh populasi untuk menjadi sampel.

D. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan alat ukur psikologi yang digunakan untuk mengumpulkan data mengenai variabel tergantung dan variabel bebas. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan pendekatan kuantitatif yang menggunakan alat ukur yaitu skala. Skala merupakan daftar pertanyaan yang dibuat untuk mengungkap suatu atribut dengan menggunakan

respon pada pertanyaan. Skala yang digunakan dalam penelitian ini berbentuk skala model likert. Menurut Azwar (2016) skala likert berisi pernyataan sikap mengenai suatu objek.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan skala penelitian yang terdiri dari skala kesejahteraan subjektif disusun dari dua skala PANAS Watson (1988) dan SWLS Diener (1985) serta skala kebersyukuran Al – Munajjib (2006). Skala penelitian ini adaptasi oleh Wibisono (2017)

Penelitian ini menggunakan skala likert dengan tujuan dapat mengukur atribut dalam diri seseorang seperti sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok tentang fenomena sosial Sugiyono (2009). Dengan skala likert variabel yang hendak diukur dijabarkan menjadi indikator.

a. Skala kesejahteraan subjektif

Pengumpulan data untuk kesejahteraan subjektif menggunakan skala kesejahteraan subjektif yang diadaptasikan dari penelitian sebelumnya dengan dua aspek kesejahteraan subjektif menurut Diener (1999) antara lain :

1) Aspek Kognitif

Evaluasi merupakan dari diri individu dimana masing-masing individu merasakan bahwa kondisi kehidupannya berjalan dengan baik, kepuasan hidup dan kepuasan domain merupakan aspek kognitif karena didasarkan pada kepercayaan evaluatif atau sikap yang dimiliki individu dalam kehidupannya. Sehingga bukan memandang kehidupan orang lain, namun lebih memikirkan tentang apa yang dimiliki dengan tujuan untuk memperoleh ketenangan dan peningkatan kualitas hidup yang lebih bermanfaat.

2) Aspek Afektif

Evaluasi afektif individu terhadap kehidupannya, aspek afektif ini ditunjukkan dengan keseimbangan antara afek positif dan afek negatif yang dapat diketahui dari frekuensi individu, dan mampu merasakan afek positif dan afek negatif yang dialami individu setiap harinya.

Dengan tujuan untuk memperoleh kesejahteraan yang diinginkan setiap individu.

Skala kesejahteraan subjektif terdiri dari 2 skala yaitu skala PANAS dan SWLS memiliki total 25 butir aitem dengan menggunakan 4 alternatif jawaban pada setiap aitem. Alternatif jawaban yang disediakan yakni Tidak Pernah (TP) dengan skor 1, Jarang (J) dengan skor 2, Sering (S) dengan skor 3 dan Selalu (Sl) dengan skor 4 untuk alat ukur PANAS, dan alternative jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan skor 1, Tidak Sesuai (TS) dengan skor 2, Sesuai (S) dengan skor 3, dan Sangat Sesuai (SS) dengan skor 4 untuk alat ukur SWLS. Pada seluruh aitem yang ada merupakan aitem *favorable* dan tidak ada satu aitempun yang menggunakan aitem *unfavorabel*, sehingga pemberian skoring pada respon yang ada semuanya dari skor 1 hingga 4. Skala PANAS akan dibagi kedalam 2 bagian yaitu PA untuk afek positif dan NA untuk afek negatif. Libran, (2006) menjelaskan, untuk memperoleh skor total kesejahteraan subjektif, dilakukan perhitungan dengan rumus $SWLS+(PA-NA)$. Berikut merupakan tabel distribusi sebaran aitem pada skala yang mengungkap kesejahteraan subjektif.

Tabel 3. 2 Blueprint Kesejahteraan Subjektif Skala Afek Positif Dan Afek Negative

No	Aspek	Aitem	Jumlah
1.	Afek Positif	10	10
2.	Afek Negative	10	10
	Total	20	20

Tabel 3. 3 Blueprint Kesejahteraan Subjektif Skala Kepuasan Hidup

No	Aspek	Aitem	Jumlah
1.	Kepuasan Hidup	5	5
	Total	5	5

b. Skala kebersyukuran

Pengumpulan data untuk kebersyukuran menggunakan skala kebersyukuran yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek kebersyukuran menurut Al - Munajjid (2006)Antara lain :

a. Mengenal nikmat

Menghadirkan dalam hati, menyadari dan meyakinkan bahwa segala sesuatu maupun keajaiban yang dimiliki dan dilalui merupakan nikmat Allah SWT.

b. Menerima nikmat

Menyebutnya dengan memperlihatkan kefakiran kepada yang memberi nikmat dan hajat kepada-Nya, karena memahami bahwa nikmat itu bukan karena keberkahan mendapatkannya, akan tetapi karena itu bentuk karunia dan kemurahan Tuhan.

c. Memuji Allah atas pemberian Nikmat

Memuji Allah berkaitan dengan nikmat yaitu ada dua macam, yang pertama bersifat umum yaitu dengan bersifat dermawan, pemurah, baik, luas pemberiannya dan sebagainya. Sedangkan yang kedua adalah bersifat khusus yaitu membicarakan nikmat yang diterima itu dengan merinci nikmat-nikmat tersebut lalu mengungkapkan dengan lisan dan menggunakan nikmat tersebut untuk hal-hal yang diridhainya.

Skala kebersyukuran yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek kebersyukuran dari Al - Munajjid (2006) yang memiliki total 30 butir aitem yang menggunakan 4 alternatif jawaban, bentuk pertanyaan yang mendukung (*favorable*) dan pertanyaan yang tidak mendukung (*unfavorable*). Terdapat empat jawaban yang disediakan adalah sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS). Pemberian skor untuk setiap pernyataan yang diberikan oleh responden yaitu berkisaran antara 4 sampai 1 untuk *favorable* dan berkisaran antara 1 sampai 4 untuk pernyataan *unfavorable*. Pada skala kebersyukuran ini terdiri dari 15 aitem *favorabel* dan 15 aitem *unfavorable*. Rancangan skala kebersyukuran berikut :

Tabel 3. 4 Blueprint Skala Kebersyukuran

No	Aspek	Butir		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Mengenal Nikmat	5	5	10
2.	Menerima Nikmat	5	5	10
3.	Memuji Allah Atas Nikmat	5	5	10
	Total	15	15	30

E. Validitas, Uji Daya Beda, Reliabilitas, dan Teknik Analisis

1. Validitas

Validitas merupakan suatu proses pengujian pada validitas atau validasi untuk menemukan atau mengetahui keakuratan data sesuai dengan ukurannya Azwar, (2017). Uji validitas yang dipakai pada penelitian ini adalah validitas isi, yaitu sejauhmana kekuatan atau kelayakan alat tes sebagai sampel dari domain aitem yang akan diukur Azwar, (2017). Analisis rasional (*professional judgment*) dalam penelitian ini yaitu dosen pembimbing skripsi, sehingga alat ukur hanya memuat isi yang relevan serta tidak keluar dari batas tujuan pengukuran

2. Uji Daya Beda Aitem

Uji daya beda aitem atau daya deskriminasi aitem mengacu kepada sejauh mana kemampuan instrumen penelitian mampu membedakan antara kelompok pada sampel penelitian yang hendak diukur (Azwar, 2017). Teknologi *korelasi product moment* dari *person* yang akan digunakan dalam penelitian ini sebagai teknik dalam daya beda aitem, dimana teknik ini dapat mengukur korelasi nilai item dengan total nilai, serta dibantu dengan program SPSS (*statistical packages for social science*) 23.0.

Kriterria pemilahan aitem beerdasarkan korelasi item total biasaya menggunakan batasan $r_{1x} \geq 0,30$, semua item yang menggapai koefisien korelasi minimal 0,30 daya bedanya dianggap memuaskan sedangkan item yang memiliki harga r_{ix} atau $ri(x-i) < 0,30$ mampu diinterpretasikan sebagai item yang mempunyai daya beda rendah, dapat dipertimbangkan jika batas

kriteria dapat dikurangi menjadi 0,25 apabila item yang lulus dari batas kriteria belum mencapai jumlah atau belum mencukupi jumlah yang dikehendaki Azwar (2016).

3. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabel merupakan salah satu ciri/karakteristik instrumen ukur yang memiliki kualitas baik, yakni mampu mendapatkan hasil skor yang tepat dengan eror pengukuran yang relatif kecil Azwar (2017). Pengertian reliabilitas mengacu kepada tingkat kepercayaan atau konsistensi hasil ukur, yang menunjukkan berapa ketinggian kecermatan dalam pengukuran. Pengujian reliabilitas akan dilakukan menggunakan teknik korelasi *Alpha Cronbach*. Alasan menggunakan teknik *Alpha Cronbach* adalah koefisien *Alpha* dapat memberikan harga yang lebih kecil atau sama besar dengan reliabilitas yang sesungguhnya/sebenarnya, sehingga memungkinkan hasil yang lebih teliti karena mampu mendeteksi hasil yang sesungguhnya. Pengujian reliabilitas pada penelitian ini akan menggunakan bantuan program komputer SPSS (*Stastical Package for Social Science*) for Windows Release 20,0.

4. Teknik Analisis

Analisis data adalah cara yang dipakai untuk mengolah sebuah data sehingga data tersebut dapat ditarik sebuah kesimpulan. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis *product moment* yang digunakan untuk menganalisis dua variabel. Korelasi *product moment* digunakan dalam penelitian ini untuk mengetahui bentuk hubungan dari kedua variabel dengan hasil yang bersifat kuantitatif. Pengolahan data akan menggunakan program SPSS (*Statistical Product And Service Solution*) versi 16.0.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancan dan Persiapan Penelitian

1. Orientasi Kancan Penelitian

Orientasi kancan penelitian merupakan proses awal sebelum melakukan penelitian yang meliputi berbagai persiapan untuk mendukung kelancaran dalam sebuah penelitian. Penelitian dilaksanakan di Desa Tambak Mulyo Kota Semarang. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif pada pekerja silem (pencari kerang). Responden pada penelitian ini merupakan pekerja silem (pencari kerang), penelitian ini dilakukan dengan menyebarkan kuisioner secara langsung kepada pekerja silem (pencari kerang) di desa Tambak Mulyo Semarang.

Pekerja silem (pencari kerang) dan nelayan di tambak mulyo semarang di RW 15 terdapat sembilan RT dengan jumlah penduduk sebanyak 172 orang. Dari RT 01, RT 02, RT 03, RT 04, RT 05, RT 06, RT 07, RT 08 dan RT 09 setiap tempat tersebut terdapat yakni 6 sampai 34 pekerja silem dan nelayan. Tahapan pertama yang dilakukan peneliti melaksanakan wawancara kepada beberapa pekerja silem dan nelayan. Langkah selanjutnya peneliti menentukan sampel penelitian dari sembilan RT peneliti memilih enam RT yakni dari RW 15 tersebut yakni RT 01, RT 02, RT 03, RT 04, RT 05 dan RT 07. Sebagai sampel penelitian. Langkah selanjutnya peneliti melakukan wawancara dan observasi terhadap subjek yang akan diteliti. Peneliti menentukan subjek penelitian dengan menggunakan teknik Purposive Sampling dengan kriteria yang telah ditentukan terlebih dahulu.

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Tambak Mulyo Semarang. Alasan peneliti memilih Desa Tambak Mulyo Semarang karena :

- a. Terdapat berbagai permasalahan yang terjadi salah satunya kesejahteraan. Masyarakat setempat cenderung rendah, yang dapat dilihat dari jawaban wawancara yang dilakukan pada pekerja silem (pencari kerang).

- b. Alasan peneliti mengambil populasi dan sampel di RT 01, RT 02, RT 03, RT 04, RT 05 dan RT 07 atau RW 15 karena adanya
- c. Penelitian Mengenai kebersyukuran dan kesejahteraan subjektif yang belum dilakukan di Desa Tambak Mulyo Kota Semarang, serta telah memperoleh izin dari pihak setempat untuk diadakanya sebuah penelitian.

2. Persiapan Penelitian

Dalam melakukan penelitian dibutuhkan persiapan dengan baik supaya penelitian dapat berjalan dengan lancar. Persiapan penelitian diawali dari mengurus surat perijinan dari Fakultas Psikologi UNISSULA, tahap berikutnya penyusunan alat ukur psikologi yang akan digunakan dalam penelitian.

a. Perijinan Penelitian

Persiapan perijinan penelitian diawali dengan mengurus surat pengambilan data dan wawancara dari Fakultas Psikologi UNISSULA. Lalu peneliti mengajukan surat perijinan pengambilan data dan wawancara kepada pihak ketua RT Desa Tambak Mulyo, tahap berikutnya peneliti mengurus surat ijin penelitian dari Fakultas Psikologi UNISSULA Jawa tengah, kemudian surat ijin tersebut diajukan oleh peneliti kepada pihak.

- 1) No.1182/C.1/Psi-SA/XII/2021: Perihal permohonan data penelitian di Desa Tambak Mulyo Semarang
- 2) No.400/145/VII/2022: Perihal permohonan ijin penelitian di Desa Tambak Mulyo kota Semarang

b. Penyusunan Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan *try out* terpakai, hal ini dikarenakan adanya keterbatasan pada ketersediaan subjek yang menjadi responden dalam penelitian untuk diambil datanya. Menurut Setiadi, Matindas dan Chairy (2013) *try out* terpakai merupakan istilah yang digunakan untuk proses penelitian yang menggunakan sampel yang sama dengan sampel yang digunakan untuk menguji reliabilitas dan validitas alat ukur. Setelah subjek selesai melakukan pengisian skala, maka selanjutnya akan diberi skor dan dilakukan pengujian validitas dan reliabilitas dengan bantuan aplikasi

SPSS 17 *for windows*. Pada *try out* terpakai ini, skala yang telah diisi oleh subjek akan dilakukan uji daya beda aitem terlebih dahulu untuk mengetahui mana aitem yang memenuhi persyaratan yang telah ditentukan. Aitem yang memenuhi persyaratan dan tidak gugur kemudian akan dilakukan analisis untuk pengujian hipotesis.

Penelitian ini menggunakan alat ukur psikologi yang diadaptasi dari beberapa penelitian sebelumnya yang telah meliputi aspek-aspek pada setiap variabel. Sebagai metode pengumpulan data penelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala kesejahteraan subjektif dan skala kebesryukuran.

1) Skala kesejahteraan subjektif

Skala yang digunakan untuk mengukur kesejahteraan subjektif terdiri dari dua alat ukur yaitu PANAS Watson (1988) untuk mengukur afek positif maupun negatif dan alat ukur SWLS Diener (1985) untuk mengukur kepuasan hidup. Alat ukur PANAS Watson (1988) terdiri dari 20 aitem, dimana 10 aitem terdiri dari aitem-aitem yang menggambarkan afek positif dan 10 aitem menggambarkan afek negative. Sedangkan alat ukur SWLS Diener (1985) terdiri dari 5 aitem yang menggambarkan kepuasan hidup.

Tabel 4. 1 Distribusi Aitem Skala Kesejahteraan Subjektif (Positive Affect and Negative Affect)

No	Aspek	Nomer Aitem	Jumlah
1.	Afek Positif	1, 3, 5, 9, 10, 12, 14, 16, 17, 19	10
2.	Afek Negatif	2, 4, 6, 7, 8, 11, 13, 15, 18, 20	10
	Total		20

Keterangan:

Skala kesejahteraan subjektif yang terdiri dari 2 aspek efek positif dan efek negatif, yang memiliki aitem dengan menggunakan 4 alternatif jawaban. Pemberian skor untuk setiap pernyataan yang diberikan oleh

responden dari skor 1 hingga 4. Pada alat ukur PANAS jawaban Selalu (SI) diberi skor 4, Sering (S) diberi skor 3, Jarang (J) diberi skor 2, Tidak Pernah (TP) diberi skor 1. Pada skala ini, seluruh aitem yang ada merupakan aitem *favorabel* dan tidak ada satu aitempun yang menggunakan aitem *unfavorabel*, sehingga pemberian skor pada respon yang ada semuanya bergerak dari skor 1 hingga 4. Untuk skala PANAS akan dibagi kedalam 2 bagian yaitu PA untuk afek positif dan NA untuk afek negatif. Libran (2006) menjelaskan, bahwa memperoleh skor total kesejahteraan subjektif, dilakukan perhitungan dengan rumus SWLS+ (PA-NA). Hal ini diperkuat oleh penelitian sebelumnya, Wibisono (2017) dengan hasil realibilitas 0,753

Tabel 4. 2 Distribusi Aitem Skala Kesejahteraan Subjektif (Statification with Life Scale)

No	Aspek	Nomer Aitem	Jumlah
1.	Kepuasan Hidup	1, 2, 3, 4, 5	5
	Total		5

Keterangan:

Skala kesejahteraan subjektif pada alat ukur SWLS menggunakan 4 alternatif jawaban, Sangat Sering (SS) diberi skor 4, Sesuai (S) diberi skor 3, Tidak Sesuai (TS) diberi skor 2, Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi skor 1. Pada skala ini, seluruh aitem yang ada merupakan aitem *favorabel* dan tidak ada satu aitempun yang menggunakan aitem *unfavorabel*, sehingga pemberian skor pada respon yang ada semuanya bergerak dari skor 1 hingga 4. Libran (2006) menjelaskan, bahwa memperoleh skor total kesejahteraan subjektif, dilakukan perhitungan dengan rumus SWLS + (PA-NA). Hal ini diperkuat oleh penelitian sebelumnya, Wibisono (2017).

2) Skala Kebersyukuran

Skala yang digunakan adalah skala yang disusun sendiri oleh peneliti yang mengacu pada aspek-aspek kebersyukuran menurut Al - Munajjid

(2006) yaitu mengenal nikmat, menerima nikmat dan memuji Allah atas nikmat. Skala ini memiliki jumlah total 30 aitem dengan aitem yang ada merupakan aitem *favorable* dan *unfavorable*.

Tabel 4. 3 Distribusi Aitem Skala Kebersyukuran

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favoreble</i>	<i>Unfavoreble</i>	
1.	Mengenal Nikmat	1, 2, 3, 7, 8	4, 5, 6, 9, 10	10
2.	Menerima Nikmat	11, 12, 15, 16, 19,	13, 14, 17, 18, 20	10
3.	Memuji Allah Atas Nikmat	21, 22, 26, 27,18	23, 24, 25, 29, 30	10
Total		15	15	30

Keterangan :

- 1) *Favorable* (F) merupakan aitem-aitem pendukung variabel yang akan diukur atau diteliti. Dengan skor pernyataan Sangat Sesuai (SS) diberi skor 4, Sesuai (S) diberi skor 3, Tidak Sesuai (TS) diberi skor 2 serta Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi skor 1.
- 2) *Unfavorable* (UF) merupakan aitem-aitem yang tidak mendukung variabel yang akan diukur atau diteliti. Dengan skor Sangat Sesuai (SS) diberi skor 1, Sesuai (S) diberi skor 2, Tidak Sesuai (TS) diberi skor 3 serta Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi skor 4.

B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilaksanakan dalam tiga hari pada waktu yang berbeda, hal ini menyesuaikan aktifitas subjek untuk memenuhi data penelitian keseluruhan. Penelitian ini dilakuan pada subjek pekerja silem (pencari kerang) dengan total subjek 71 orang. Penelitian dilakukan ketika para pekerja silem (pencari kerang) saat berada di rumah saat istirahat dan membawa hasil laut. Kemudian peneliti meminta izin kepada setiap pekerja silem (pencari kerang) untuk mengisi skala, sebelum mengisi skala peneliti menginstruksikan cara mengisi skala terlebih dahulu kepada setiap pekerja silem (pencari kerang), setelah skala sudah selesai diisi peneliti memeriksa terlebih dahulu dan terkait pengisian skala untuk

mengurangi kesalahan dan kekurangan pengisian identitas serta jawaban yang masih kosong.

Penelitian pertama dilakukan pada hari Minggu tanggal 21 Maret pukul 12.20-13.40 WIB peneliti melakukan uji skala di tempat tiga RT di Desa Tambak Mulyo Kota Semarang. Selanjutnya penelitian kedua dilakukuan pada hari Senin tanggal 22 Maret pukul 12.10-13.30 WIB peneliti melakukan uji skala di pada dua RT di Desa Tambak Mulyo Kota Semarang dan penelitian terakhir dilakukan pada hari Selasa tanggal 23 Maret pukul 12.30-13.15 WIB Peneliti melakukan uji skala pada satu RT di Desa Tambak Mulyo Kota Semarang. Berikut tabel uraian pembagian uji skala yang dilakuan

Tabel 4. 4 Uraian Pembagian Uji Skala

No	RT/RW	Waktu	Jumlah Subjek
1.	01/15	Pukul 12.20-12.48 WIB	11
2.	02/15	Pukul 12.53-13.20 WIB	8
3.	03/15	Pukul 13.20-13.40 WIB	12
4.	04/15	Pukul 12.10-12.40 WIB	13
5.	05/15	Pukul 12.40-13.30 WIB	17
6.	07/15	Pukul 12.30-13-15 WIB	10
Total			71

C. Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur

Pengujian daya beda aitem dan estimasi reliabilitas alat ukur dilaksanakan setelah skala dibagikan ke subjek penelitian dan telah dilakukan penyekoran pada hasil pengisian skala. Pengujian dilakukan guna untuk dapat mengetahui uji daya beda pada aitem dan estimasi reliabilitas alat ukur terhadap dua skala yang digunakan pada penelitian ini, yaitu skala kesejahteraan subjektif dan skala kebersyukuran yang dalam pengujiannya menggunakan komputersasi program SPSS versi 16.0 *for windows*.

Apabila skor aitem memiliki koefisien korelasi $\geq 0,30$ maka aitem tersebut dapat dikatakan memiliki daya beda tinggi. Sebaliknya, aitem yang memiliki koefisien korelasi $\leq 0,30$ maka aitem tersebut memiliki daya beda

rendah. Apabila ditemukan jumlah aitem berdaya beda tinggi yang tidak sesuai dengan jumlah yang diharapkan atau sangat sedikit, maka dapat dipertimbangkan dengan menurunkan kriteria koefisien korelasi menjadi $\geq 0,25$ (Azwar, 2013). Hasil pengujian daya beda aitem dan estimasi reliabilitas yang telah dilakukan, sebagai berikut:

1. Skala Kesejahteraan Subjektif

Berdasarkan hasil pengujian daya beda aitem skala kesejahteraan subjektif berjumlah 25 aitem, diperoleh 24 aitem memiliki daya beda tinggi dengan skala panas 19 aitem dan skala swls 5 aite, dan memiliki daya beda rendah dengan skala panas 1 aitem dan sedangkan skala swls tidak ada aitem rendah. Pengujian daya beda dalam penelitian ini menggunakan kriteria dari koefisien korelasi $r_{ix} \geq 0,30$ dan dianggap mencukupi kriteria atau memuaskan. Indeks daya beda tinggi (r_{ix}) pada skala kesejahteraan subjektif berkisar antara 0,310 sampai dengan 0,851. Hasil estimasi reliabilitas skala menggunakan koefisien reliabilitas dari *Alpha Cronbach* dan diperoleh nilai sebesar 0,949. Hasil estimasi tersebut menunjukkan bahwa skala kesejahteraan subjektif adalah reliabel. Distribusi aitem daya beda tinggi dan daya beda rendah pada skala kesejahteraan subjektif sebagai berikut :

Tabel 4. 5 Aitem Daya Beda Tinggi Dan Rendah Skala Kesejahteraan Subjektif (Positive Affect And Negative Affect)

No	Aspek	Aitem	Jumlah	
			DBT	DBR
1	Afek positif	1, 3, 5, 9, 10, 12, 14, 16, 17, 19	10	0
2	Afek negatif	2, 4, 6, 7, 8, 11*, 13, 15, 18, 20	9	1
Total		20	19	1

Keterangan:

* Aitem Daya Beda Rendah

DBR: Daya Beda Rendah

DBT: Daya Beda Tinggi

Tabel 4. 6 Aitem Daya Beda Tinggi Dan Rendah Skala Kesejahteraan Subjektif (Statification With Life Scale)

No	Aspek	Aitem	Jumlah	
			DBT	DBR
1.	Kepuasan Hidup	1, 2, 3, 4, 5	5	0
Total		5	5	0

Keterangan:

* Aitem Daya Beda Rendah

DBR: Daya Beda Rendah

DBT: Daya Beda Tinggi

2. Skala kebersyukuran

Berdasarkan hasil pengujian daya beda aitem skala kebersyukuran berjumlah 30 aitem, diperoleh 38 aitem memiliki daya beda tinggi dan memiliki daya beda rendah dengan 2 aitem. Pengujian daya beda dalam penelitian ini menggunakan kriteria dari koefisien korelasi $r_{ix} \geq 0,30$ dan dianggap mencukupi kriteria atau memuaskan. Indeks daya beda tinggi (r_{ix}) pada skala kebersyukuran berkisar antara 0,301 sampai dengan 0,754. Hasil estimasi reliabilitas skala menggunakan koefisien reliabilitas dari *Alpha Cronbach* dan diperoleh nilai sebesar 0,940. Hasil estimasi tersebut menunjukkan bahwa skala kebersyukuran adalah reliabel. Distribusi aitem daya beda tinggi dan daya beda rendah pada skala kebersyukuran sebagai berikut :

Tabel 4. 7 Aitem Daya Beda Tinggi Dan Rendah Skala Kebersyukuran

No	Aspek	Aitem		Jumlah	
		<i>Favorebel</i>	<i>Unfavorebel</i>	DBT	DBR
1.	Mengenal Nikmat	1, 2, 3, 7, 8	4*, 5, 6, 9, 10	9	1
2.	Menerima Nikmat	11, 12, 15, 16, 19	13, 14, 17*, 18, 20	9	1
3.	Memuji Allah Atas Nikmat	21, 22, 26, 27, 18	23, 24, 25, 29, 30	10	0
Total		15	15	28	2

Keterangan:

* Aitem Daya Beda Rendah

DBR: Daya Beda Rendah

DBT: Daya Beda Tinggi

D. Analisa Data dan Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

Dilakukanya uji normalitas bertujuan ntuk mengetahui normal atau tidak suatu distribusi data pada variabel-variabel dalam suatu penelitian. Uji normalitas penelitian tersebut memakai teknik one-Sample *Kolmogorov-Smirnov* pada program SPSS *for windows* versi 20.0. Sistematika yang bertujuan untuk menentukan persebaran data normal dan tidaknya adalah nilai ($p > 0,05$) menunjukkan data berdistribusi normal, namun apabila nilai ($p > 0,05$) sehingga menunjukkan data berdistribusi tidak normal.

2. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan salah satu bagian persyaratan dari uji analisis data yang dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya skor variabel bebas dan variabel tergantung. Pengujian normalitas menggunakan teknik *One-sample Kolmogorov Smirnov Test*, maka data dapat dikatakan normal jika distribusi lebih dari 0.05 atau 5% .

Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas

Variable	Mean	Std. Deviasi	K-S Z	Sig	P	Ket
Kesejahteraan Subjektif	79.1690	7.63448	0,102	0,065	>0.05	Normal
Kebersyukuran	92.0423	9.1580	0,095	0,182	>0.05	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas diperoleh nilai K-S Z pada variabel kesejahteraan subjetif sebesar 0,102 dengan signifikansi sebesar 0,065 nilai K-S Z pada variabel kebersyukuran sebesar 0,095 dengan signifikansi sebesar 0,182. Kedua data tersebut berdistribusi normal dikarenakan lebih dari 0.05 ($p > 0.05$).

3. Uji Linieritas

Uji linieritas memiliki fungsi untuk melihat hubungan linieritas antar kedua variabel yang diteliti. Hasil uji linieritas dipakai untuk mengetahui signifikansi dari variabel yang diteliti apakah memiliki hubungan yang signifikan ataukah tidak.

Hasil dari uji linieritas antara variabel kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif didapatkan hasil F_{linier} sebesar 332,213 dengan taraf signifikan $p=0,000$ ($p<0,05$). Berdasarkan hasil tersebut, diketahui bahwa variabel kebersyukuran dan kesejahteraan subjektif memiliki hubungan yang linear karena nilai $p<0,05$.

4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis pada penelitian ini digunakan teknik analisis korelasi pearson guna menguji hubungan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif. Berdasar pada uji korelasi pearson yang dilakukan antara kebersyukuran dan kesejahteraan subjektif diperoleh hasil $r_{xy}= 0,910$ serta signifikansi nilai $0,000$ ($p<0,5$). Hal tersebut menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif pada pekerja silem. Semakin tinggi kebersyukuran maka semakin tinggi pula kesejahteraan subjektif.

E. Deskripsi Variabel penelitian

Deskripsi data penelitian disusun dengan tujuan memberikan gambaran mengenai skor kelompok responden yang terlibat dalam pengukuran serta dapat menjadi sumber informasi pada suatu kondisi responden yang diteliti. Kategori responden dilakukan secara normatif disesuaikan dengan model distribusi normal. Kategorisasi dilakukan untuk menempatkan responden dalam kelompok posisi berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur (Azwar, 2015). Azwar (2012) menyatakan bahwa distribusi normal terbagi menjadi enam bagian dengan satuan standard deviasi. Tiga bagian disebelah kiri *mean* dengan tanda negatif dan tiga bagian disebelah kanan *mean* dengan tanda positif. Distribusi norma subjek dalam penelitian ini dibagi menjadi lima satuan standard deviasi sehingga diperoleh $6/5 = 1,2$. Norma kategorisasi yang akan digunakan pada penelitian yaitu :

Tabel 4. 9 Norma Kategori Skor

Rentang skor	Kategorisasi
$X \leq \mu - 1,5 \sigma$	Sangat Rendah
$\mu - 1,5 \sigma < X \leq \mu - 0,5 \sigma$	Rendah
$\mu - 0,5 \sigma < X \leq \mu + 0,5 \sigma$	Sedang
$\mu + 0,5 \sigma < X \leq \mu + 1,5 \sigma$	Tinggi
$\mu + 1,5 \sigma < X$	Sangat Tinggi

Ket: μ = Mean hipotetik; σ = Standar deviasi hipotetik

1. Deskripsi Data Skala Kesejahteraan Subjektif

Variabel kepuasan perkawinan penelitian ini memiliki 24 aitem yang masing-masing aitem di beri skor berkisar antara 1-4, skor terkecil yang diperoleh adalah 24 (yaitu 24×1). Skor terbesar adalah 96 (yaitu 24×4). Rentang skor skala adalah 72 (yaitu $96 - 24$), dengan mean hipotetik sebesar 60 (yaitu $[96 + 24] / 2$) dan standar deviasi hipotetik sebesar 12 (yaitu $96/6$). Hasil tabel selengkapnya sebagai berikut:

Tabel 4. 10 Deskripsi Statistik Skor Skala Kesejahteraan Subjektif

Deskripsi Sekor	Empirik	Hipotetik
Skor minimal	50	24
Skor maksimal	98	96
Mean	79.16	60
Standar Deviasi (SD)	7.634	12

Berdasarkan hasil perhitungan terhadap variabel kepuasan perkawinan diperoleh skor minimal 24, skor maksimal 96, rentang skor 72 mean 60 dan standar deviasi 12. Hal ini menunjukkan bahwa kesejahteraan subjektif termasuk dalam kategori tinggi. Berikut tabel norma kategorisasi sebagai deskripsi data variabel keseluruhan.

Tabel 4. 11 Kategorisasi Distribusi Normal

Norma			Kategori	Frekuensi	Presentase
78	$< x \leq$	96	Sangat Tinggi	33	46,48%
66	$< x \leq$	78	Tinggi	36	50,70%
54	$< x \leq$	66	Sedang	2	2,82%
42	$< x \leq$	54	Rendah	0	0%
24	$< x \leq$	42	Sangat Rendah	0	0%
Total					100%

Gambar 4. 1 Norma Kategori Skala Kesejahteraan Subjektif

2. Deskripsi Data Skala kebersyukuran

Variabel kebersyukuran penelitian ini memiliki 29 aitem yang masing-masing aitem di beri skor berkisar antara 1-4, skor terkecil yang diperoleh adalah 29 (yaitu 29×1). Skor terbesar adalah 116 (yaitu 29×4). Rentang skor skala adalah 87 (yaitu $116 - 29$), dengan mean hipotetik sebesar 72,5, (yaitu $[116 + 29] / 2$) dan standar deviasi hipotetik sebesar 14,5 (yaitu $69/6$). Hasil tabel selengkapnya sebagai berikut:

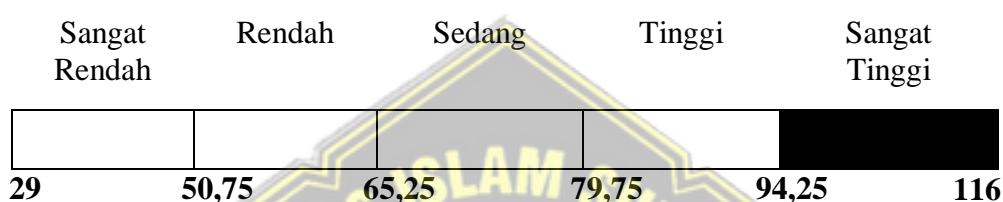
Tabel 4. 12 Deskripsi Statistik Kebersyukuran

Deskripsi Skor	Empirik	Hipotetik
Skor minimal	67	29
Skor maksimal	114	116
Mean	92.04	72,5
Standar Deviasi (SD)	9.158	14,5

Berdasarkan hasil perhitungan terhadap variabel kebersyukuran diperoleh skor minimal 29 skor maksimal 116, rentang skor 87 mean 72,5 dan standar deviasi 14,5. Hal ini menunjukkan bahwa kebersyukuran termasuk dalam kategori tinggi. Berikut tabel norma kategorisasi sebagai deskripsi data variabel keseluruhan.

Tabel 4. 13 Kategorisasi Distribusi Normal

Norma			Kategori	Frekuensi	Presentase
94,25	< x ≤	116	Sangat Tinggi	67	94,37%
79,75	< x ≤	94,25	Tinggi	3	4,23%
65,25	< x ≤	79,75	Sedang	1	1,41%
50,75	< x ≤	65,25	Rendah	0	0%
29	< x ≤	50,75	Sangat Rendah	0	0%
Total					100%

Gambar 4. 2 Norma Kategori Skala Kebersyukuran**F. Pembahasan**

Penelitian ini dilakukan untuk melihat hubungan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif pada pekerja silem (pencari kerang) Di Tambak Mulyo Semarang. Dari hasil analisis dengan menggunakan teknik korelasi pearson menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif yang didapatkan dalam penelitian sebesar $r_{xy}=0,910$ dan $F_{hitung}=332,213$ memiliki taraf signifikan sebesar 0,000 ($p<0,05$). Artinya terdapat hubungan yang positif antara kebersyukuran dan kesejahteraan subjektif pada pekerja silem (pencari kerang) di tambak mulyo Semarang, jadi semakin pekerja silem merasakan kebersyukuran maka semakin tinggi pula kesejahteraan subjektif yang dirasakan. Sebaliknya semakin rendahnya rasa kebersyukuran maka semakin rendah pula kesejahteraan subjektif. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis diterima, yaitu adanya hubungan positif antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif.

Kesejahteraan subjektif pada pekerja silem tergolong tinggi dan kebersyukuran pada pekerja silem tergolong sangat tinggi, hal tersebut diketahui bahwa dari rentang skor yaitu 96 untuk kesejahteraan subjektif dengan persentase sebesar 46,48% sedangkan kebersyukuran yaitu rentang skor 87 dengan

persentase sebesar 94,37% hal tersebut sesuai dengan yang menyatakan bahwa kebersyukuran pada pekerja silem cukup sangat tinggi.

Berdasarkan hasil sumbangan efektif dari variabel kesejahteraan subjektif 90,9% dengan sisanya 90,1% yang dijelaskan faktor lain. Hasil dari pengujian data penelitian yang telah dijabarkan diatas, dapat disimpulkan tentang hipotesis diterima yaitu adanya hubungan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif pada pekerja silem di Tambak Mulyo Kota Semarang

Hal ini menunjukkan bahwa orang-orang yang bersyukur akan memiliki kesejahteraan subjektif yang lebih baik dibandingkan dengan orang-orang yang tidak bersyukur. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan pada penelitian ini diterima. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Emmons & McCullough, (2003) yang menunjukkan bahwa kebersyukuran memiliki hubungan yang signifikan dengan kesejahteraan subjektif pada pekerja silem (pencari kerang), dimana orang-orang yang bersyukur akan puas dengan hidupnya serta menunjukkan peningkatan emosi positif dalam diri seseorang.

Penelitian lainnya yang dilakukan Watkins (2003) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa orang-orang yang bersyukur akan memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi. Orang-orang yang bersyukur tadi akan memiliki kesejahteraan subjektif yang baik dikarenakan mereka memiliki karakteristik sebagai manusia yang dapat menghargai setiap kejadian baik dalam hidup mereka. Karakteristik lainnya yang dimiliki oleh orang-orang yang bersyukur merupakan mereka yang menghargai bantuan orang lain dalam kehidupan mereka serta mereka mengetahui pentingnya mengekspresikan rasa syukur mereka sehingga mereka akan lebih mudah merasakan kepuasan dalam hidup mereka.

Kesejahteraan subjektif sendiri merupakan suatu konstruk psikologi yang bersifat multidimensional yang terdiri dari dua aspek yaitu aspek kognitif Diener (1999) dan aspek afektif Watson (1988). Kebersyukuran memiliki hubungan yang signifikan dengan kedua aspek kesejahteraan subjektif yang merupakan konstruk multidimensional. Berdasarkan penelitian yang dilakukan, kebersyukuran

memiliki hubungan yang positif dan signifikan dengan kepuasan hidup pada aspek kognitif kesejahteraan subjektif.

Hal ini menunjukkan bahwa dengan bersyukur seseorang dapat menilai kehidupannya sudah sesuai dengan yang mereka harapkan. Penelitian lainnya di Indonesia juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang bersyukur akan memiliki penilaian tentang hidupnya yang sudah memuaskan dibandingkan mahasiswa yang kurang kebersyukuran Hananto, (2014).

Kebersyukuran juga menunjukkan hubungan yang signifikan dengan aspek afektif pada pekerja silem (pencari kerang). Berdasarkan hasil penelitian kebersyukuran diketahui dapat meningkatkan emosi positif pada pekerja silem (pencari kerang) dengan nilai korelasi Spearman $p=0,00$ ($p<0,05$) dan $r_{xy}=0,910$ artinya semakin besar kebersyukuran seseorang, maka semakin besar emosi positif yang dirasakan oleh seseorang. Afek positif menjadi salah satu pertimbangan gambaran kesejahteraan subjektif seseorang, dimana seseorang dapat dikatakan memiliki kesejahteraan subjektif yang baik ketika dari segi afeksi seseorang lebih banyak merasakan afeksi atau emosi yang positif dibandingkan dengan emosi yang negatif.

Hasil analisis ini senada dengan Emmons & McCullough (2003) yang mengungkapkan orang dengan rasa syukur yang tinggi mengalami suasana hati positif, optimisme, kepuasan hidup, vitalitas, religiusitas dan spiritualitas, dibandingkan orang yang kurang bersyukur. Hal ini menunjukkan bahwa kebersyukuran dapat menjadi salah satu cara untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif pada pekerja silem (pencari kerang).

Hal ini sesuai dengan hipotesis awal yang menjelaskan bahwa adanya hubungan positif kesejahteraan subjektif dengan kebersyukuran.

G. Kelemahan Penelitian

Terdapat beberapa kelemahan yang dapat mempengaruhi hasil dari penelitian ini yang sebagai berikut :

Peneliti mengalami kesulitan untuk bertemu dengan subjek karena beberapa subjek sedang berada di laut, hal ini membuat penelitian tidak dapat dilakukan

dalam satu hari. Peneliti membutuhkan waktu lebih lama yaitu tiga hari karena setiap subjek memiliki jadwal yang berbeda.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan Penelitian

Berdasarkan analisis data dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif pada pekerja silem (pencari kerang) sehingga hipotesis diterima. Semakin sering bersyukur maka akan semakin tinggi kesejahteraan subjektif.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas maka peneliti memberikan saran kepada pihak-pihak yang berkepentingan yang menyangkut penelitian ini

1. Bagi pekerja silem (pencari kerang)

Menurut peneliti dari hasil penelitian yang menunjukkan kebersyukuran sangat tinggi, hal ini diharapkan tetap mempertahankannya.

2. Bagi penelitian selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk lebih memperluas variabel kebersyukuran dan kesejahteraan subjektif agar mendapatkan informasi yang lebih lengkap tentang landasan teori agar penelitian selanjutnya lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Al - munajjid, & m.b.s. (2006). *Silsilah amalan hati, ikhlas, tawakkal, optimis, takut, bersyukur, ridha, sabar, intropeksi diri, tafakkur, mahabbah, taqwa, wara'*.
- Andy pratama, n. G. P. & s. S. (2015). Kebersyukuran dan kepuasan hidup pada tukang ojek. *Jurnal psikologi*, 8(1), 41–45.
- Anindya, a. S., & soretjningshi, c. H. (2017). Jurnal psikologi dan kesehatan mental perempuan dengan profesi guru sekolah dasar. *Jurnal psikologi dan kesehatan mental*. <https://doi.org/10.20473/jpkm.V2i12017.44-50>
- Arsyad, & azhar. (2010). Media pembelajaran. *Jakarta: pt raja grafindo persada*.
- Atoqoh, s. V. D., & fu'ady, m. A. (2020). Kebersyukuran dan optimise masa depan siswa sekolah menengah pertama. *Psikoislamedia jurnal psikologi*, 05, 104–119.
- Ayudahlya, r., & kusumaningrum, f. A. (2019). *Kebersyukuran dan kesejahteraan subjektif pada guru sekolah luar biasa*. 24, 13–26. <https://doi.org/10.20885/psikologi.vol24.iss1.art2>
- Azwar. (2012). Reliabilitas dan validitas edisi 4. *Yogyakarta: pustaka pelajar*.
- Azwar, & s. (2017). Metode penelitian psikologi. *Yogyakarta: pustaka pelajar*.
- Chitya, d. (2016). *Hubungan antara gratitude dengan psikologi well being pada mahasiswa uksw yang kuliah*.
- Darusmin, d. F., & himam, f. (2015). *Subjective well being pada hakim yang bertugas di daerah terpencil*. 1(3), 192–203.
- Dewanto, w., & retnowati, s. (2015). *Intervensi kebersyukuran dan kesejahteraan penyandang disabilitas fisik*. 1(1), 33–47.
- Diener. (1984). Subjective well-being. *Psychological bulletin*, 95, 542–575.
- Diener, e., oishi, s., & lucas, & e, r. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: emotional and cognitive evaluation of life. *Annual reviews psychology*.
- Diener, e., s., oishi, & lucas, & e., r. (2015). National accounts of subjective well-being. *American psychologist*, 70, 234.
- Diener, e., suh, m., e., lucas, e., r., smith, & l, h. (1999). Subjective

- well_being: three decades of progress. *Psychological bulletin*, 125, 276–302.
- Diener, e.d, emmons, r.a, lersen, r.j, & griffin, & s. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49, 71–75.
- Eddington, n., & shuman, & r. (2005). *Subjective well-being*.
- Emmons, & a, r. (2004). *The psychology of gratitude*.
- Emmons, r. A., & mccullough, m. E. (2003). Counting blessing versus burdens an experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of personality and social psichology*, 2, 377–389.
- Emmons, r.a, & c.m. (2002). Gratitude and the sciene of positive psychology. *Handbook of positive psychology*, 18, 459–471.
- Froh, j.j, william, setick, & emmons, & r.a. (2008). Counting blessings in early adolescents: an experimental study of gratitude and subjective well-being. *Journal of school psychology*, 48, 213–233.
- G. D. Primasani. (2005). Subjective well being relationship with self-cofidence in women early adulthood is not married. *Jurnal penelitian*.
- Hambali, a., meiza, a., & fahmi, i. (2015). Faktor-faktor yang berperan dalam. *Jurnal ilmiah psikologi*, 105, 94–101.
- Hananto, & i.p. (2014). Gratitude dan kepuasan hidup dengan kehidupan sendiri pendahuluan pada mahasiswa sarjana s1 di indonesia. *Yogyakarta: skripsi: fakultas psikologi dan ilmu sosial budaya universitas islam indonesia*.
- Hasanah, t. (2017). *Hubungan bersyukur dengan kesejahteraan subjektif pada orang tua yang memiliki anak tunagrahita di slb negeri 2 kota padang*. 04(2), 81–88.
- Hoyer w. J, a. R. P. . A. (2003). *Adult development ang aging . 5th ed. New york: mcgraw-hill*.
- Husna, w., & fahmi, r. (2019). *Hubungan kebersyukuran dengan perilaku prososial pada mahasiswa. September*.
- Ika. (2011). Kesejahteraan subjektif pengaruhi keadaan fisik dan psikis individu. <https://www.ugm.ac.id/id/berita/3705-kesejahteraan-subjektif-pengaruhi-keadaan-fisik-dan-psikis-individu>.
- Jati ariati. (2010). Subjective well-being (kesejahteraan subjektif) dan kepuasan kerja pada staf pengajar (dosen) di lingkungan fakultas psikolog universitas diponegoro. *Jurnal psikologi undip*, 8, 2.

- Jauziyah, i. A. (2006). K. S. Dan k. S. Y. M. P. (2006). Kemuliaan sabar dan keagungan syukur. *Journal of personality and social psychology*.
- Kahneman, d., & krueger, & a. B. (2006). Developments in the measurement of subjective well-being. *Journal of economic perspectives*, 20, 3–24.
- Khalek, m., & a. (2010). *Quality of life, subjective well-being, and religiosity in muslim college students*. 19, 1133–1143.
- Krause, & n. (2006). *Gratitude toward god, stress, and health in late life*. 28, 163–183.
- Libran, & e. . (2006). Personality dimension and subjective wellbeing. *The spanish journal of psychology*, 9, 38–44.
- Mccullough, e. m., tsang, j.-a., & emmons, & r. A. (2002). The grateful disposition: a conceptual and empirical topography. *Journal of personality and social psychology*, 82, 112–127.
- Mccullough, m.e, bellah, c.g, kilpatrick, s.d, & johnsoon, & j.l. (2001). Vengeflenss:relationships with forgiveness, rumination, well-being, and the big five. *Personality and social psyology bulletin*, 27, 601–610.
- Mukhlis hamid, &, & koentjoro. (2015). Pelatihan kebersyukuran untuk menurunkan kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa sma. *Gajah mada journal of professional psychology*, 1(3), 203–215.
- Ningsih, & d.a. (2013). Sbjectiv well-being ditinjau dari faktor demografi (status pernikahan,jenis kelamin, pendapatan). *Jurnal online psikologi*,1.
- Putri, d. W. L., & rosiana, i. (2017). Kebersyukuran pada penyandang cacat di yogyakarta. *Al-tazkiah: jurnal bimbingan dan konseling islam*, 6(2), 82–94.
- Ratnayanti, t. L., & wahyuningrum, e. (2016). Hubungan antara gratitude dengan psychologi calwellbeing ibu yang memiliki anak tunagrahita di slb negeri salatiga. *Satya widya*, 32(2), 57. <https://doi.org/10.24246/j.sw.2016.v32.i2.p57-64>
- Ronis. (2012). *Analisis tingkat kesejahteraan masyarakat nelayan di desa dahari selebar kecamatan talawi kabuten batubar*. 2002, 53–66.
- Silpayung, l. S. (2014). *Kesejahteraan subjektif pada remaja awal dengan penyakit kangker di rumah sakit kangker “dharmais” jakarta barat*.
- Sugiyono. (2009). Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif kualitatif dan r&d. *Bndung: alfabeta*.

- Sugiyono. (2017). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r&d. *Bandung: alfabeta, cv.*
- Susanti, r., dewi, y. K., & ayuwarningsih, r. (2020). Psikoedukasi kebersyukuran kepada tuhan. *Journal of community services, 1(1)*, 25–38.
- Utami, m. S. (2009). Keterlibatan dalam kegiatan dan kesejahteraan subjektif mahasiswa. *36(2)*, 144–163.
- Watkins, p.c, woodward, k, stone, t, &, kalts, & r.l. (2003). Gratitude and happiness: development of a measure of gratitude, and relationship with subjective well-being. *Social behavior & personal:an international journal, 31*, 431–452.
- Watson, d, k, c., l.a, &, tellegen, & a. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the panas scales. *Journal of personality and social development, 54(1063–1070)*.
- Wibisono, m. (2017). Hubungan antara kebersyukuran dan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa.
- Yohanes hanggoro. (2015). *Penelitian deskriptif: subjective well-being pada biarawati di yogyakarta.*

