

**HUBUNGAN ANTARA *GRATITUDE* DENGAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA
MAHASISWA RANTAU DI SURABAYA**

SKRIPSI



OLEH:
Yeshica Octo Caroline
NRP 7103021053

Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2024

**HUBUNGAN ANTARA *GRATITUDE* DENGAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA
MAHASISWA RANTAU DI SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Untuk
Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi



OLEH:
Yeshica Octo Caroline
NRP 7103021053

Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2024

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya:

Nama : Yeshica Octo Carolline

NRP : 7103021053

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul :

HUBUNGAN ANTARA *GRATITUDE* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA MAHASISWA RANTAU DI SURABAYA

Benar-benar merupakan karya sendiri tanpa ada rekayasa dari pihak manapun. Apabila pada kemudian hari ditemukan bukti, bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiat atau hasil dari manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh. Serta permohonan maaf dari pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini saya buat, dan dinyatakan dengan sesungguhnya penuh kesadaran dalam membuatnya

Surabaya, 28 November 2024

Yang membuat pernyataan,



Yeshica Octo Carolline

LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Dengan perkembangan ilmu pengetahuan yang ada, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Yeshica Octo Caroline

NRP : 7103021053

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul:

HUBUNGAN ANTARA *GRATITUDE* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA MAHASISWA RANTAU DI SURABAYA

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (Digital Library Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 28 November 2024

Yang membuat pernyataan.


Yeshica Octo Caroline

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA *GRATITUDE* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA MAHASISWA RANTAU DI SURABAYA

OLEH:

Yeshica Octo Caroline

NRP 7103021053

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi.

Pembimbing Utama : Dicky Susilo, M.Psi., Psikolog

NIDN : 0718067904

Email : susilo_dicky@ukwms.ac.id

()

Surabaya, 28 November 2024

HALAMAN PENGESAHAN

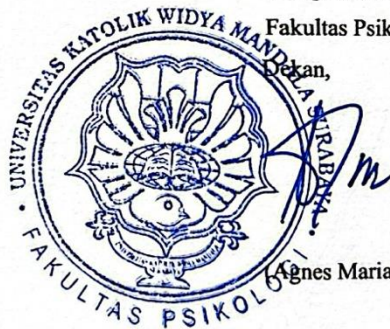
Skripsi dengan judul “Hubungan Antara *Gratitude* dengan *Psychological well-being* pada Mahasiswa Rantau di Surabaya” oleh Yeshica Octo Carolline (7103021053) dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dan diterima untuk memenuhi Sebagian dari persyaratan memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Pada tanggal, 11 Desember 2024

Mengesahkan

Fakultas Psikologi,

Dekan,



(Agnes Maria Sumargi, Ph.D., Psikolog)

Dewan Penguji:

1. Ketua : Dr. Nurlaila Effendy, M. Si
 2. Sekretaris : Happy Cahaya Mulya, M.Psi., Psikolog
 3. Anggota : Eli Prasetyo, M.Psi., Psikolog
 4. Anggota : Dicky Susilo, M.Psi., Psikolog
- NIDN : 0718067904

(*[Signature]*)
(*[Signature]*)
(*[Signature]*)
(*[Signature]*)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Penelitian ini dipersembahkan untuk

Tuhan Yesus Kristus

Papa, Mama, dan Koko, Dosen Pembimbing, Dosen Pendamping Akademik,
Keluarga, Mahasiswa Rantau, Sahabat serta semua Teman yang telah membantu
dan mendukung selama pengerjaan skripsi ini hingga selesai.

HALAMAN MOTTO

“Janganlah hendaknya kamu kuatir tentang apapun juga, tetapi nyatakanlah dalam segala hal keinginanmu kepada Allah dalam doa dan permohonan dengan ucapan syukur”

(Filipi 4:6)

“Kiranya diberikan-Nya kepadamu apa yang kau kehendaki dan dijadikan-Nya berhasil apa yang kaurancang”

(Mazmur 20:4)

“Karena masa depan sungguh ada, dan harapanmu tidak akan hilang”

(Amsal 23:18)

“Janganlah takut, sebab Aku menyertai engkau, janganlah bimbang, sebab Aku ini Allahmu”

(Yesaya 41:10)

“Sesungguhnya, Allah telah mendengar, Ia telah memperhatikan doa yang kuucapkan”

(Mazmur 66:19)

UNGKAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur kepada Tuhan Yesus Kristus atas kasih setia dan berkat dalam bimbingan-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul Hubungan antara *Grattitude* dengan *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa Rantau di Surabaya. Dalam kesempatan ini, peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan doa, semangat, dukungan, dan segala bantuan yang diberikan kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu peneliti ingin memberikan ucapan terimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. **Tuhan Yesus Kristus** atas penyertaan, dan kebaikan-Nya yang luar biasa sehingga saya dapat meraih impian saya untuk menjadi Sarjana Psikologi karena tanpa kemurahan Tuhan Yesus Kristus saya tidak akan pernah mampu untuk melangkah sejauh ini dan menyelesaikannya.
2. **Ibu Agnes Maria Sumargi, Ph.D., Psikolog**, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala yang telah memberikan dukungan, mengayomi peneliti dalam proses pembelajaran selama di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
3. **Bapak Dicky Susilo, M.Psi., Psikolog** selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah berkenan memberikan waktu, tenaga, dan pikiran serta dengan sabar membimbing, mendukung, memberikan arahan, dan berbagai masukan yang sangat berharga selama proses penyusunan skripsi ini. Dukungan dan motivasi yang diberikan sangat membantu peneliti untuk terus maju dan menyelesaikan penelitian ini.
4. **Ibu Dr. Nurlaila Effendy, M. Si** dan **Ibu Eli Prasetyo, M.Psi., Psikolog** selaku Dosen Penguji Skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga serta memberikan masukan saran dan kritik yang membangun untuk peneliti menjadi lebih baik dalam memperbaiki penelitian ini.
5. **Ibu Dr. Ermida Simanjuntak, M.Sc., M.Psi., Psikolog** selaku Dosen Pendamping Akademik yang telah membimbing, memberi perhatian, dan

dukungan, mendampingi, memberi informasi, memberi bantuan dan masukan selama masa perkuliahan.

6. **Para Dosen Fakultas Psikologi** Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya, yang telah membimbing dan membagikan ilmu serta mendampingi selama proses perkuliahan ini.
7. **Para Staff Tata Usaha**, yang telah membantu peneliti dalam hal administrasi selama perkuliahan.
8. **Kepada Alm Papa**, yang dengan segenap hati selalu mendukung, memberikan nasehat, motivasi, doa yang tulus dan tiada hentinya dan telah memperjuangkan hingga peneliti bisa perkuliahan dan menyelesaikan penelitian ini.
9. **Mama, Mba Chaca, Koko** yang selalu memberikan dukungan, nasehat, motivasi, doa yang tulus dan tidak pernah putus serta perhatian mulai dari awal hingga penelitian ini dapat terselesaikan.
10. **Kepada Elizabeth Abigail Kristiani, Azmil Nur Laili, Evelyn, Irene, Khatarina**, yang telah memberikan semangat, dukungan, motivasi, dan membantu peneliti selama proses pengambilan data hingga pengerjaan penelitian ini, yang selalu menghibur, menjadi teman suka maupun duka bagi peneliti hingga saat ini, serta selalu berjuang bersama dari awal perkuliahan.
11. **Kepada Kak Arnis**, yang telah memberikan dukungan, motivasi dan membantu peneliti selama proses pengambilan data, pengerjaan penelitian ini hingga selesai.
12. **Seluruh partisipan penelitian**, yang telah bersedia untuk mengisi serta meluangkan waktu dan berpartisipasi dalam penelitian ini.
13. **Keluarga LPMF Psikologi Periode 2023/2024**, yang telah memberi dukungan serta membantu peneliti dalam mencari partisipan penelitian.
14. **Pihak-pihak lain** yang telah meluangkan waktunya untuk mendukung, membantu, dan mendoakan dalam proses penelitian ini baik secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan satu per

satu. Terima kasih atas segala bentuk dukungan dan bantuan disaat peneliti membutuhkannya.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
HALAMAN MOTTO	vii
UNGKAPAN TERIMA KASIH	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
ABSTRAKSI.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Batasan Masalah	12
1.3. Rumusan Masalah.....	13
1.4. Tujuan Penelitian	13
1.5. Manfaat Penelitian	13
1.5.1. Manfaat Teoritis	13
1.5.2. Manfaat Praktis.....	13
BAB II LANDASAN TEORI	15
2.1. <i>Psychological Well-Being</i>	15
2.1.1. Definisi <i>Psychological Well-being</i>	15
2.1.2. Aspek-aspek <i>Psychological Well-being</i>	15
2.1.3. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Psychological Well-being</i>	17
2.2. <i>Gratitude</i>	20
2.2.1. Definisi <i>Gratitude</i>	20

2.2.2. Aspek-aspek <i>Gratitude</i>	20
2.3. Mahasiswa Rantau	21
2.4. Keterkaitan antara <i>Gratitude</i> dengan <i>Psychological Well-being</i> Pada Mahasiswa Rantau	24
2.5. Hipotesis Penelitian.....	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
3.1. Identifikasi Variabel Penelitian	27
3.2. Definisi Operasional Variabel Penelitian	27
3.3. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	28
3.4. Metode Pengumpulan Data	28
3.5. Validitas dan Reliabilitas.....	30
3.5.1. Validitas Alat Ukur.....	30
3.5.2. Reliabilitas Alat Ukur	31
3.6. Teknik Analisis Data.....	32
3.7. Etika Penelitian.....	32
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	34
4.1. Orientasi Kancan Penelitian	34
4.2. Persiapan Pengambilan Data	35
4.2.1. Perizinan Alat Ukur	36
4.2.2. Penyusunan Kuisioner dalam Bentuk <i>Google Form</i>	36
4.3. Pelaksanaan Penelitian	37
4.4. Hasil Penelitian.....	37
4.4.1. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	37
4.4.2. Deskripsi Identitas Partisipan	38
4.4.3. Deskripsi Data Variabel Penelitian.....	42
4.4.4. Uji Asumsi.....	47
4.4.5. Uji Hipotesis.....	47
BAB V PENUTUP	49
5.1. Bahasan	49

5.2. Kesimpulan.....	53
5.3. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN	59

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Blue Print <i>Skala Gratitude</i>	29
Tabel 3.2. Blue Print <i>Skala Psychological Well-Being</i>	30
Tabel 4.1. Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	38
Tabel 4.2. Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia	39
Tabel 4.3. Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Pulau	40
Tabel 4.4. Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Universitas	41
Tabel 4.5. Distribusi Frekuensi Data <i>Skala Gratitude</i>	44
Tabel 4.6. Distribusi Frekuensi Data <i>Skala Psychological Well-Being</i>	45
Tabel 4.7. Hasil Tabulasi Silang <i>Gratitude</i> dan <i>Psychological Well-Being</i>	45
Tabel 4.8. Hasil Tabulasi Silang <i>Psychological Well-Being</i> dan Jenis Kelamin ..	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1. <i>Pie Chart</i> Penerimaan Diri.....	5
Gambar 1.2. <i>Pie Chart</i> Hubungan yang Positif dengan Orang Lain	5
Gambar 1.3. <i>Pie Chart</i> Pertumbuhan Pribadi.....	6
Gambar 1.4. <i>Pie Chart</i> Tujuan Hidup.....	6

DAFTAR LAMPIRAN

<i>Coding Skala Gratitude</i>	59
<i>Coding Skala Psychological Well-Being</i>	65
Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Gratitude</i>	74
Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Psychological Well- Being</i>	75
Hasil Tabulasi Silang	77
Hasil Uji Asumsi Normalitas	78
Hasil Uji Asumsi Linearitas	78
Hasil Uji Hipotesis.....	79
Bentuk Kuesioner <i>Google Form</i>	79
Persetujuan Peminjaman Alat Ukur.....	86

Yeshica Octo Carolline (2024). “Hubungan antara *Gratitude* dengan *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa Rantau di Surabaya”. **Skripsi Sarjana Strata 1**. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

ABSTRAKSI

Mahasiswa yang sedang merantau akan menghadapi beragam tantangan kompleks selama menjalani pendidikan. Tantangan tersebut akan berpotensi mempengaruhi *psychological well-being* mereka. *Psychological well-being* adalah kondisi psikologis individu secara keseluruhan yang berfungsi dengan baik. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* adalah *gratitude* agar mampu mengatasi tantangan dalam hidup dan menjalani hidup dengan lebih baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *gratitude* dengan *psychological well-being* pada mahasiswa rantau di Surabaya. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah 261 mahasiswa rantau yang berasal dari luar Jawa Timur, berusia 18-25 tahun, dan telah merantau selama satu tahun. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah *Gratitude Questionnaire-Six* (GQ-6) dan *Ryff's Psychological well-being Scale* (RPWB). Data dianalisis dengan menggunakan uji statistik non parametrik Kendalls's Tau-B. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *gratitude* dengan *psychological well-being* mahasiswa rantau di Surabaya dengan nilai $r=0,486$ ($p = 0,00$; $p < 0,05$). Hal ini berarti semakin tinggi tingkat *gratitude* maka semakin tinggi tingkat *psychological well-being*. Sebaliknya, semakin rendah *gratitude* maka semakin rendah pula *psychological well-being* nya. Sumbangan efektif *gratitude* terhadap *psychological well-being* sebesar 64,1 %, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Kata Kunci: *Gratitude*, *Psychological Well-being*, Mahasiswa Rantau

Yeshica Octo Caroline (2024). *“The Relationship between Gratitude and Psychological Well-Being in Migrant Students in Surabaya”*. Undergraduate Thesis. Faculty of Psychology, Widya Mandala Catholic University Surabaya.

ABSTRACT

Students who are migrating will face a variety of complex challenges during their education. These challenges will potentially affect their psychological well-being. Psychological well-being is an individual's overall psychological condition that functions well. One of the factors that can affect psychological well-being is gratitude in order to be able to overcome challenges in life and live life better. This study aims to determine the relationship between gratitude and psychological well-being in overseas students in Surabaya. This research method uses a quantitative approach. The subjects in this study were 261 overseas students who came from outside East Java, aged 18-25 years, and had migrated for one year. The sampling technique used purposive sampling. The measuring instruments used in this study are Gratitude Questionnaire-Six (GQ-6) and Ryff's Psychological well-being Scale (RPWB). Data were analyzed using Kendalls's Tau-B non-parametric statistical test. The results of this study indicate that there is a relationship between gratitude and psychological well-being of overseas students in Surabaya with a value of $r = 0.486$ ($p = 0.00$; $p < 0.05$). This means that the higher the level of gratitude, the higher the level of psychological well-being. Conversely, the lower the gratitude, the lower the psychological well-being. The effective contribution of gratitude to psychological well-being is 64.1%, while the rest is influenced by other factors.

Key words: *Gratitude, Psychological Well-being, Migrant students*