

**HUBUNGAN ANTARA *GRATITUDE* DENGAN
SUBJECTIVE WELL-BEING PADA MAHASISWA
BEKERJA**

SKRIPSI



Oleh :

Priska Camelianty

7103022114

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2025**

HUBUNGAN ANTARA *GRATITUDE* DENGAN SUBJECTIVE *WELL-BEING* PADA MAHASISWA BEKERJA

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Psikologi



Oleh :

Priska Camelianty

7103022114

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2025**

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya:

Nama: Priska Camelianty

NRP: 7103022114

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul :

HUBUNGAN ANTARA *GRATITUDE* DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA MAHASISWA BEKERJA

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

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan dengan sesungguhnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Surabaya, 18 Desember 2025

Yang membuat pernyataan,



Priska Camelianty

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN
PUBLIKASI KARYA ILMIAH**

Untuk perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas
Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama: Priska Camelianty

NRP:7103022114

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul:

**HUBUNGAN ANTARA *GRATITUDE* DENGAN *SUBJECTIVE WELL-
BEING* PADA MAHASISWA BEKERJA**

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lainnya (*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
sebenarnya.

Surabaya, 18 Desember 2025

Yang membuat pernyataan



Priska Camelianty

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA *GRATITUDE* DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING*
PADA MAHASISWA BEKERJA**

Oleh:

Priska Camelianty

NRP. 7103022114

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

Pembimbing: Happy Cahaya Mulya, M.Psi, Psikologi ()

NIDN: 0703109401

Email: happycahaya@ukwms.ac.id

Surabaya, 29 November 2025

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Hubungan Antara *Gratitude* dengan *Subjective Well-Being* Pada Mahasiswa Bekerja” Priska Camelianthy (7103022114) telah 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, 18 Desember 2025

Mengesahkan
Fakultas Psikologi
Dekan.



(Agnès Maria Sumargi, Ph.D, Psikolog)

Dewan Penguji:

- | | | |
|---------------|---------------------------------------|---|
| 1. Ketua | : Dr. Michael Seno Rahardanto, M.A. | () |
| 2. Sekretaris | : Happy Cahaya Mulya, M.Psi, Psikolog | () |
| 3. Anggota | : Dicky Susilo, M.Psi., Psikolog | () |
| 4. Anggota | : Happy Cahaya Mulya, M.Psi, Psikolog | () |
| NIDN | : 0703109401 | |

HALAMAN PERSEMBAHAN

Penelitian ini saya persembahkan kepada:

Tuhan Yesus Kristus
Bapa, Mama, dan Adik-Adik
Dosen Pembimbing, Bapak Happy Cahaya Mulya, M.Psi, Psikolog
Sahabat-sahabat yang telah menemani dan memberikan dukunganselama proses
penyusunan skripsi

HALAMAN MOTTO

“Sebab itu janganlah kamu kuatir akan hari besok, karena hari besok mempunyai kesusahaannya sendiri. Kesusahan sehari cukuplah untuk sehari.”

Matius 6:34

”Mari kita jalani hidup dengan melakukan hal-hal yang kita sukai.”

Oh Sehun

UNGKAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas kasih, penyertaan, dan kekuatan yang senantiasa diberikan selama proses penyusunan skripsi ini. Berkat pertolongan dan anugerah-Nya, saya dapat melalui berbagai tantangan serta menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu. Saya juga ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tulus kepada:

1. Ibu Agnes Maria Sumargi, Ph.D, Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya, atas kesempatan yang diberikan untuk melaksanakan penelitian ini.
2. Bapak Happy Cahaya Mulya, M.Psi, Psikolog, selaku dosen pembimbing, atas kesabaran, waktu, dan bimbingan yang penuh perhatian selama proses penyusunan proposal hingga skripsi, sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
3. Bapak Dr. Michael Seno Rahardanto, M.A dan Bapak Dicky Susilo, M.Psi., Psikolog, selaku dosen penguji, atas saran dan masukan berharga yang membantu dalam penyempurnaan naskah dan penelitian ini.
4. Ibu Detricia Tedjawidjaja, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing Akademik, atas bimbingan, perhatian, serta dukungan yang telah diberikan sepanjang proses perkuliahan hingga pada tahap penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Dr. Michael Seno Rahardanto, M.A dan Bapak Happy Cahaya Mulya, M.Psi, Psikolog, selaku dosen yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta dukungan yang tulus selama proses perkuliahan dan pelaksanaan magang. Terima kasih atas semangat positif, inspirasi, serta bantuan yang diberikan, yang menjadi bagian penting dalam perkembangan peneliti selama menempuh studi.
6. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya, atas ilmu, wawasan, serta nilai-nilai akademik yang telah diberikan selama kurang lebih tujuh semester masa studi.
7. Ibu Fransisca Eva Maria, A.Md., Ibu Setyati Lilis Nugraini, S.Pd., dan Ibu Monica Veny Agustin, S.Psi., atas segala bantuan administratif, koordinasi, serta dukungan moral yang diberikan selama masa perkuliahan.

8. Kedua orang tua, Bapa Benediktus dan Mama Ignasia Rina yang dengan penuh cinta memberikan dukungan selama perjalanan hidup saya dan karena doa serta dukungan yang tulus dari mereka yang membuat saya mampu menyelesaikan penyusunan skripsi ini tepat waktu.
9. Adik-adik saya Juanita Akriani, Agnesia Jelyta, dan Eliaser Ulrichkus yang menjadi penghibur saya selama proses penyusunan skripsi ini, sehingga saya tetap semangat untuk menyusun skripsi hingga selesai.
10. Seluruh responden penelitian, yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner penelitian ini.
11. Sahabat-sahabat terbaik, Shallomita Meilinda, Magdalena Amelia, Erniwati Klowe, Calixta Lucia, Maria Lusya, Viona Laurenza, Fransisca Stevanie, dan Frisca Olivia yang selalu hadir memberikan dukungan, semangat, dan kebersamaan sejak awal masa perkuliahan hingga tahap akhir penyusunan skripsi.
12. Seluruh *member* EXO yang telah menjadi penyemangat saya selama proses penyusunan skripsi.
13. Diri saya sendiri, atas setiap usaha dan kerja keras serta tanggung jawab yang diberikan sepanjang proses penyusunan skripsi ini.

Surabaya, 18 Desember 2025

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Surat Pernyataan	ii
Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah	iii
Halaman Persetujuan	iv
Halaman Pengesahan.....	v
Halaman Persembahan.....	vi
Halaman Motto	vii
Ungkapan Terima Kasih.....	viii
Daftar Isi	x
Daftar Tabel	xiii
Daftar Gambar	xiv
Daftar Lampiran	xv
Abstrak.....	xvi
<i>Abstrak</i>.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Batasan Masalah	8
1.3. Rumusan Masalah	8
1.4. Tujuan Penelitian.....	8
1.5. Manfaat Penelitian	9
BAB II LANDASAN TEORI	10
2.1. <i>Subjective Well-Being</i>	10
2.1.1. Definisi <i>Subjective Well-Being</i>	10
2.1.2. Aspek <i>Subjective Well-Being</i>	11
2.2. Gratitude.....	13
2.3. Mahasiswa Bekerja	15

2.4.	Keterkaitan <i>Subjective Well-Being</i> dengan <i>Gratitude</i> Pada Mahasiswa Bekerja <i>Part Time</i>	17
2.5.	Hipotesis.....	20
BAB III METODE PENELITIAN		21
3.1.	Identifikasi Variabel Penelitian	21
3.2.	Definisi Operasional	21
3.3.	Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	22
3.4.	Metode Pengumpulan Data	23
3.5.	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	24
3.6.	Teknik Analisis Data	26
3.7.	Etika Penelitian	26
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN		27
4.1.	Orientasi Kancan Penelitian	27
4.2.	Persiapan Pengambilan Data.....	29
4.2.1.	Proses Peminjaman Alat Ukur	29
4.2.2.	Proses Translasi Alat Ukur	29
4.2.3.	Penyebaran Kuesioner.....	30
4.3.	Pelaksanaan Penelitian	30
4.4.	Hasil Penelitian	32
4.4.1.	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	32
4.4.2.	Deskripsi Identitas Partisipan.....	34
4.4.3.	Deskripsikan Data Variabel Penelitian.....	35
4.4.4.	Uji Asumsi.....	42
4.4.5.	Uji Hipotesis	44
BAB V PENUTUP		46
5.1.	Pembahasan.....	46
5.2.	Kesimpulan	57
5.3.	Saran.....	58

DAFTAR PUSTAKA.....	60
LAMPIRAN	68

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blue Print SPANE (Scale of Positive and Negative Affect Schedule).	24
Tabel 3. 2 Blue Print Gratitude Quesionnaire-6 (GQ-6)	24
Tabel 4. 1 Blue Print SPANE (Scale of Positive and Negative Affect Schedule).	33
Tabel 4. 2 Blue Print Gratitude Quesionnaire-6 (GQ-6)	33
Tabel 4. 3 Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Usia	34
Tabel 4. 4 Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	34
Tabel 4. 5 Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Provinsi Tempat Menempuh Pendidikan S1	35
Tabel 4. 6 Kategorisasi Sattisfaction With Life Scale.....	37
Tabel 4. 7 Kategorisasi Scale of Positive and Negative Affect Schedule	38
Tabel 4. 8 Kategorisasi Gratitude.....	39
Tabel 4. 9 Tabulasi Silang Gratitude dan Satisfaction With Life Scale	39
Tabel 4. 10 Tabulasi Silang Gratitude dan Scale of Positive and Negative Affect Schedule	40
Tabel 4. 11 Tabulasi Silang Usia dan Satisfaction With Life Scale	40
Tabel 4. 12 Tabulasi Silang Usia dan Scale of Positive and Negative Affect Schedule	41
Tabel 4. 13 Tabulasi Silang Jenis Kelamin dan Satisfaction With Life Scale.....	41
Tabel 4. 14 Tabulasi Silang Jenis Kelamin dan Scale of Positive and Negative Affect Schedule	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Jawaban Responden Terkait Perasaan Puas dengan Pilihan untuk Berkuliah Sambil Bekerja	4
Gambar 1.2 Jawaban Responden Terkait Perasaan yang Sering Mereka Rasakan Dalam Hidupnya	5
Gambar 1.3 Jawaban Responden Terkait Faktor yang Mempengaruhi Subjective Well Being	6

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A: Coding SWLS	68
Lampiran B: Coding SPANE-P dan SPANE-N.....	76
Lampiran C: Coding Gratitude Quesionnaire-6 (GQ-6)	94
Lampiran D: Validitas dan Reliabilitas SWLS.....	102
Lampiran E: Validitas dan Reliabilitas SPANE-P	103
Lampiran F: Validitas dan Reliabilitas SPANE-N	104
Lampiran G: Validitas dan Reliabelitas Gratitude Quesionnaire-6 (GQ-6)	105
Lampiran H: Persetujuan Penggunaan SWLS (Satisfaction With Life Scale)....	106
Lampiran I: Persetujuan Penggunaan SPANE (Scale of Positive and Negative Affect Schedule).....	107
Lampiran J: Persetujuan Penggunaan Gratitude Quesionnaire-6 (GQ-6).....	108
Lampiran K: Kuesioner Google Formulir.....	110

Priska Camelianty (2025). “Hubungan Antara *Gratitude* dengan *Subjective Well-Being* Pada Mahasiswa Bekerja”. **Skripsi Sarjana Strata 1**. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

ABSTRAK

Mahasiswa bekerja menghadapi berbagai tantangan sebagai individu dengan peran ganda. Kondisi ini dapat menyebabkan ketidakpuasan hidup, rasa jenuh saat menjalani pekerjaan, serta kesulitan dalam mengelola waktu antara pekerjaan dan kehidupan pribadi, yang pada akhirnya berdampak pada *subjective well-being*. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *subjective well-being* adalah *gratitude*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *gratitude* dengan *subjective well-being* pada mahasiswa bekerja *part time*. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan teknik sampling insidental dan *snowball sampling*. Alat ukur yang digunakan meliputi *satisfaction with life scale*, *scale of positive and negative experience*, serta *gratitude questionnaire-6*. Data penelitian diperoleh melalui penyebaran *google form* dan mendapatkan 241 responden mahasiswa bekerja *part time*. Penelitian ini menggunakan Kendall's Tau-B. Hasil IBM SPSS Statistics 26 menunjukkan korelasi antara *gratitude* dan komponen kognitif memperoleh hasil nilai $r = 0,141$ dengan nilai signifikansi 0,002 ($p < 0,05$) sedangkan untuk *gratitude* dan komponen afektif memperoleh hasil nilai $r = 0,289$ dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Nilai korelasi tersebut menunjukkan bahwa arah hubungan *gratitude* dengan *subjective well-being* pada mahasiswa bekerja *part time* adalah positif. Hal tersebut berarti semakin tinggi *gratitude* yang dimiliki, maka semakin tinggi juga *subjective well-being* yang dimiliki dan begitu juga sebaliknya, semakin rendah *gratitude* yang dimiliki, maka semakin rendah juga *subjective well-being* yang dimiliki.

Kata Kunci: mahasiswa bekerja ; *subjective well-being* ; *gratitude*

Priska Camelianty (2025). *“The Relationship Between Gratitude and Subjective Well-Being Among Working Students”*. **Undergraduate Thesis**. Faculty of Psychology, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

ABSTRACT

Working students face various challenges as individuals with dual roles. This condition can lead to dissatisfaction with life, boredom at work, and difficulties in managing time between work and personal life, which ultimately affects subjective well-being. One factor that can influence subjective well-being is gratitude. This study aims to determine the relationship between gratitude and subjective well-being in students who work part-time. The research method used was quantitative with incidental sampling and snowball sampling techniques. The measuring instruments used included the satisfaction with life scale, scale of positive and negative experience, and gratitude questionnaire-6. The research data was obtained through a Google form and collected data from 241 part-time working students. This study used Kendall's Tau-B. The results of IBM SPSS Statistics 26 showed that the correlation between gratitude and the cognitive component obtained a value of $r = 0.141$ with a significance value of 0.002 ($p < 0.05$), while gratitude and the affective component obtained a value of $r = 0.289$ with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). These correlation values indicate that the direction of the relationship between gratitude and subjective well-being among part-time working students is positive. This means that the higher the level of gratitude, the higher the subjective well-being, and vice versa; the lower the level of gratitude, the lower the subjective well-being.

Keywords: working students; subjective well-being; gratitude