

**HUBUNGAN ANTARA PERSAHABATAN DAN *GRATITUDE* DENGAN
KEBAHAGIAAN PADA REMAJA**

SKRIPSI



Oleh :

UMMI MAHFUDLOH

2016-60-081

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

2021

**HUBUNGAN ANTARA PERSAHABATAN DAN *GRATITUDE* DENGAN
KEBAHAGIAAN PADA REMAJA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh

Derajat Sarjana Psikologi



Oleh :

UMMI MAHFUDLOH

2016-60-081

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

2021

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan penguji Skripsi
Fakultas Psikologi universitas Muria Kudus dan Diterima Untuk Memenuhi
Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi

Pada tanggal : 18 FEB 2021

Mengesahkan Fakultas Psikologi

Universitas Muria Kudus

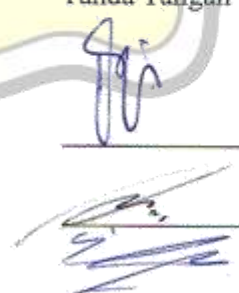
Dekan

Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi, M.Psi

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Fajar Kawuryan, S.Psi., M.Si
2. Ridwan Budi P., S.Psi, MA
3. Mohammad Khasan, S.Psi., M.Si



HUBUNGAN ANTARA PERSAHABATAN DAN *GRATITUDE* DENGAN
KEBAHAGIAAN PADA REMAJA

Yang diajukan oleh

UMMI MAHFUDLOH

NIM. 2016.600.81

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Dewan Penguji

Telah di setujui oleh :

1. Pembimbing Utama



Fajar Kawuryan, S.Psi, M.Si

Tanggal15.FEB.. 2021

2. Pembimbing Pendamping



Rr. Dwi Astuti, S.Psi, M.Psi

Tanggal15.FEB.. 2021

MOTTO

Happiness is when you think, what you say, and what you do are in harmony

(Mahatma Gandhi)

Syarat untuk bisa mencapai kebahagiaan dan kebebasan adalah tahu mana yang berada dalam kontrolmu dan bukan

(Epictetus)

Segala sesuatu yang ditakdirkan untukmu pasti akan menjadi untukmu. Beranilah, karena tidak ada keberanian tanpa rasa takut

(Ummi Mahfudloh)



PERSEMBAHAN

Dengan segenap kasih dan doa karya sederhana ini penulis persembahkan untuk :

1. Allah swt dengan segala rahmatnya.
2. Bapak ibu tercinta yang senantiasa tanpa lelah memberikan dukungan secara penuh serta doa yang selalu tercurah kepada penulis untuk meraih harapan dan impian menjadi kenyataan.
3. Segenap keluarga besar tercinta.
4. Teman-teman yang telah mendukung selama ini.
5. Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.



PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya yang tiada terkira, sehingga pada akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara Persahabatan dan *Gratitude* dengan Kebahagiaan pada Remaja” untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh derajat Sarjana Psikologi.

Dalam menyelesaikan pembuatan skripsi ini, penulis menyadari dan mengapresiasi sedalam-dalamnya kepada semua pihak yang telah ikut memberikan dukungan baik secara langsung atau tidak langsung. Oleh karena hal itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi, M.Psi selaku Dekan fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.
2. Ibu Latifah Nur Ahyani, S.Psi, M.A. selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus
3. Ibu Fajar Kawuryan, S.Psi, M.Si selaku dosen pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan, masukan, dan saran serta telah meluangkan waktunya kepada penulis.
4. Ibu Rr. Dwi Astuti, S.Psi, M.Psi selaku dosen pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, support, motivasi, serta pengarahan kepada penulis.
5. Bapak Dr. Trubus Raharjo, S.Psi, M.Si yang telah membantu menjelaskan hasil pengolahan data untuk penulis.

6. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang telah memberikan ilmu, tauladan dan motivasi kepada saya selama menimba ilmu di Fakultas Psikologi UMK.
7. Seluruh Staf Fakultas Psikologi yang telah membantu dan mendukung penulis dalam proses administratif
8. Untuk pihak Universitas Muria Kudus yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian dan penyebaran skala sampai masa penyusunan skripsi penulis dan selesai.
9. Kedua Orang Tua Saya Bpk. Muhammad Mahmud dan Ibu Chuzaemah serta Kakak Adik saudara Faiq, hanif dan Airin yang telah memberikan doa serta dukungan yang tak henti-hentinya, terutama saat studi dan penyusunan skripsi ini.
10. Untuk Adik sepupu saya Annisa Alivia Nafi, S.Sos yang telah memberikan dukungan, bantuan serta support selalu kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini
11. Segenap keluarga besar saya yang telah mendukung dan memberikan doa'a untuk kelancaran skripsi ini
12. Sahabat-sahabat saya Lina, Dwi, Sakintu, Ravida, Nikmah, Nailis, Riska, Dandi dan Tian yang telah memberi dukungan dan doa kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi.
13. Teman-teman psikologi kelas B angkatan 2016 yang telah memberikan dukungan dan kerjasama selama ini.

14. Tak lupa terimakasih penulis ucapkan bagi semua pihak yang tidak dapat penulis ungkapkan satu persatu.

Semua yang telah mendukung perjalanan pembuatan skripsi saya, penulis ucapkan terima kasih, semoga mendapatkan balasan dari Allah SWT. Semoga karya sederhana ini menjadi bagian yang bermanfaat bagi segenap civitas akademika, khususnya Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.



Kudus, 11 Februari 2021

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMBUTAN.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
MOTTO.....	Error! Bookmark not defined.
PERSEMBAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
PRAKATA.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	8
C. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II LANDASAN TEORI.....	Error! Bookmark not defined.
A. Kebahagiaan.....	9
1. Pengertian Kebahagiaan.....	9
2. Faktor Yang Mempengaruhi Kebahagiaan.....	10
3. Aspek-aspek Kebahagiaan.....	16
B. Persahabatan.....	19
1. Pengertian Persahabatan.....	19
2. Aspek-aspek persahabatan.....	20
C. Gratitude.....	22
1. Pengertian <i>Gratitude</i> (Kebersyukuran).....	22
2. Aspek-aspek <i>Gratitude</i>	22
D. Hubungan Antara Persahabatan dan Gratitude dengan Kebahagiaan pada Remaja.....	25
E. Hipotesis.....	28

BAB III METODE PENELITIAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Identifikasi Variabel.....	30
B. Definisi Operasional Variabel.....	30
C. Populasi dan sampel.....	33
D. Metode dan Alat Pengumpulan Data	34
E. Validitas dan Reliabilitas	39
F. Metode Analisis Data.....	40
BAB IV HASIL PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Orientasi Kancah Peneliian.....	42
1. Sejarah berdirinya Universitas Muria Kudus.....	42
2. Visi dan Misi dan Tujuan Universitas Muria Kudus	43
B. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian	44
C. Perhitungan Validitas dan Reliabilitas.....	48
1. Perhitungan Validitas.....	48
2. Perhitungan Reliabilitas.....	51
D. Analisis Data.....	52
E. Pembahasan.....	56
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Simpulan	62
B. Saran	62
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Tabel Blue Print Skala kebahagiaan	36
Tabel 3.2	Tabel Blue Print Skala Persahabatan	37
Tabel 3.3	Tabel Blue Print Skala <i>Gratitude</i>	39
Tabel 4.1	Sebaran item skala Kebahagiaan	45
Tabel 4.2	Sebaran item skala Persahabatan	46
Tabel 4.3	Sebaran item skala <i>Gratitude</i>	47
Tabel 4.4	Sebaran item skala kebahagiaan yang valid dan gugur	49
Tabel 4.5	Sebaran item skala persahabatan yang valid dan gugur	50
Tabel 4.6	Sebaran item skala <i>gratitude</i> yang valid dan gugur.....	51
Tabel 4.7	Hasil Analisis Uji Normalitas Sebaran	52
Tabel 4.8	Hasil Analisis Uji Linieritas Persahabatan dengan Kebahagiaan	53
Tabel 4.9	Hasil Analisis Uji Linieritas <i>Gratitude</i> dengan Kebahagiaan	53
Tabel 4.10	Hasil Uji Hipotesis Mayor Model Summary	54
Tabel 4.11	Hasil Analisis Korelasi Persahabatan dengan Kebahagiaan.....	55
Tabel 4.12	Hasil Analisis Korelasi <i>Gratitude</i> dengan Kebahagiaan	55

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A. SKALA PENELITIAN

A-1 Instrumen Skala penelitian Kebahagiaan

A-2 Instrumen Skala Penelitian Persahabatan

A-3 Instrument Skala Penelitian *Gratitude*

LAMPIRAN B. DATA ANGKA KASAR

B-1 Data Angka Kasar Kebahagiaan

B-2 Data Angka Kasar Persahabatan

B-3 Data Angka Kasar *Gratitude*

LAMPIRAN C. HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

C-1 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kebahagiaan

C-2 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Persahabatan

C-3 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas *Gratitude*

LAMPIRAN D. DATA PENELITIAN FIX

D-1 Data Penelitian Fix Kebahagiaan

D-2 Data Penelitian Fix Persahabatan

D-3 Data Penelitian Fix *Gratitude*

D-4 Data Analisis Hubungan

LAMPIRAN E. UJI ASUMSI

E-1 Uji Normalitas

E-2 Uji Linieritas

E-3 Uji Analisa Regresi

LAMPIRAN F. KATEGORISASI

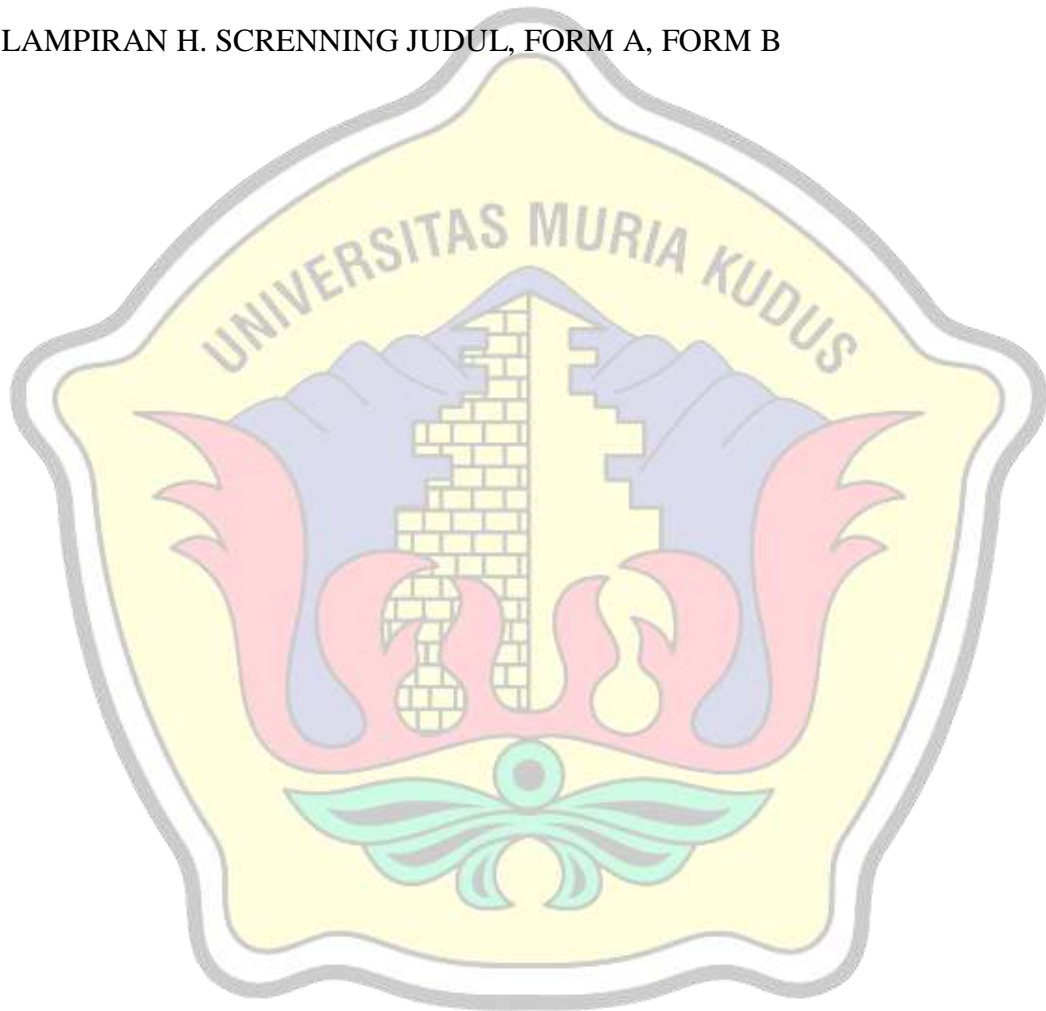
F-1 Kategorisasi Standar Deviasi Kebahagiaan

F-2 Kategorisasi Standar Deviasi Persahabatan

F-3 Kategorisasi Standar Deviasi Gratitude

LAMPIRAN G. SURAT IJIN PENELITIAN

LAMPIRAN H. SCREENING JUDUL, FORM A, FORM B



ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA PERSAHABATAN DAN *GRATITUDE* DENGAN KEBAHAGIAAN PADA REMAJA

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan antara persahabatan dan *gratitude* dengan kebahagiaan pada remaja. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa universitas muria kudus berusia 18-22 tahun. Pengambilan sampel menggunakan teknik sampel kuota yaitu dengan 183 subjek. Alat pengumpulan data menggunakan skala persahabatan, skala *gratitude* dan skala kebahagiaan. Hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan analisis regresi sederhana menunjukkan hasil nilai r_{x12y} sebesar 0,743 dengan F sebesar 110,735 dan p sebesar 0,000 ($p < 0,01$). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara persahabatan dan *gratitude* dengan kebahagiaan pada remaja, dengan sumbangan efektif sebesar 55,2%. Hipotesis minor pertama diperoleh koefisien (r_{x1y}) sebesar 0,598 dengan tingkat signifikansi p sebesar = 0,000 ($p < 0,01$) artinya adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara kebahagiaan dengan persahabatan. Sedangkan hipotesis minor kedua diperoleh koefisien (r_{x2y}) sebesar 0,708 dengan tingkat signifikansi p sebesar = 0,000 ($p < 0,01$) artinya terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *gratitude* dengan kebahagiaan.

Kata Kunci : Gratitude, Kebahagiaan, Persahabatan

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN FRIENDSHIP AND GRATITUDE WITH HAPPINESS IN ADOLESCENCE

This study aims to determine empirically the relationship between friendship and gratitude with happiness in adolescents. The population in this study were students of the Muria Kudus University aged 18-22 years. Sampling using quota sampling technique, namely with 183 subjects. The data collection tool used a scale of friendship, scale of gratitude and scale of happiness. The results of hypothesis testing using simple regression analysis show the results of the r^2 value of 0.743 with F of 110.735 and p of 0.000 ($p < 0.01$). This condition shows that there is a very significant relationship between friendship and gratitude with happiness in adolescents, with an effective contribution of 55.2%. The first minor hypothesis is obtained by a coefficient (r_1) of 0.598 with a significance level of $p = 0.000$ ($p < 0.01$), which means that there is a very significant positive relationship between happiness and friendship. While the second minor hypothesis obtained a coefficient (r_2) of 0.708 with a significance level of $p = 0.000$ ($p < 0.01$), which means that there is a very significant positive relationship between gratitude and happiness.

Keywords : Friendship, Gratitude, Happiness.

