

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang Masalah

Pemerintah pada sabtu 3 september 2022, secara resmi menaikkan harga BBM (Bahan Bakar Minyak) atau menghapus subsidi BBM di Indonesia. Pertalite naik dari Rp 7.650 menjadi Rp 10.000 per liter. Harga Solar dari Rp 5.150 menjadi Rp 6.800 per liter, sedangkan pertamax yang non-subsidi naik di harga Rp 14.500 dari sebelumnya Rp 12.500 per liter. Menurut Arin Dosen sekaligus Pakar Ekonomi UM Surabaya ( UM Surabaya, 6 September 2022) “ kenaikan harga BBM ini dapat mengakibatkan banyak hal dan berdampak pada beberapa hal khususnya masyarakat menengah ke bawah. Pertama, menurunnya daya beli dalam jangka pendek karena *income effect* (dampak pendapatan), kedua kenaikan harga BBM secara simultan akan menaikkan harga-harga bahan pokok lain yang tentu memberatkan bagi masyarakat menengah ke bawah yang masih dalam proses pemulihan ekonomi. Ketiga, pada aspek sosial masyarakat adalah mendorong peningkatan angka pengangguran dan Keempat, dengan meningkatnya angka pengangguran, maka akan berujung pada peningkatan juga tingkat kemiskinan Indonesia”. Kenaikan BBM berpotensi akan meningkatkan angka pengangguran yang tentunya akan menambah tingkat kemiskinan Indonesia. Dampak dari kenaikan harga BBM ini juga turut dirasakan oleh tukang becak yang ada di Medan, seperti yang dipaparkan salah seorang tukang becak saat dilakukan wawancara personal, sebagai berikut:

*“ Sejak naiknya harga BBM ini, makin terasalah susah nya, BBM naik tapi ongkos mau dinaikkan nanti gak ada yang mau naik becak, padahal harga bahan-bahan pokok pun meningkat”.*

(D, 16 Oktober 2022)

Becak adalah salah satu alat transportasi sangat tradisional, yang memiliki tiga roda. Becak merupakan transportasi yang sangat umum di Indonesia, khususnya di kota Medan. Becak adalah salah satu transportasi yang

masih digunakan oleh masyarakat Kota Medan. Tukang becak adalah orang yang mengemudikan atau orang yang mengendarai becak. Becak yang ada di kota Medan ada dua jenis yaitu becak sepeda dan becak bermotor. Jumlah betor yang terdata secara resmi di Dinas Perhubungan (Dishub) Kota Medan, jumlah betor di Kota Medan mencapai angka 26.200 unit (sumutpos, 11 Juli 2019).

Becak diminati masyarakat kota Medan karena harganya yang cukup terjangkau, yang mana untuk tarifnya bisa dilakukan tawar menawar antara penumpang dan tukang becak. Becak banyak digunakan oleh ibu-ibu yang hendak bepergian ke pasar atau selesai belanja karena mudah ditemui yang mana tukang becak kerap kali berkeliling untuk mencari penumpang dan becak mampu membawa barang dalam jumlah yang cukup banyak, serta tukang becak seringkali membantu menaikkan barang-barang bawaan penumpang ke dalam becak.

Beberapa tahun terakhir, transportasi ini mulai semakin menurun eksistensinya akibat persaingan dengan transportasi online yang semakin banyak dan beragam di Kota Medan seperti gojek, grab, in driver, maxim, dll. Selain persaingan dengan transportasi online, tukang becak juga harus bersaing dengan adanya Trans Deli yang mulai beroperasi sejak tanggal 22 November 2020 di Kota Medan secara gratis. Persaingan ini mempengaruhi jumlah pendapatan yang diperoleh tukang dikarenakan semakin sedikitnya yang tertarik untuk menggunakan becak sebagai alat transportasi, di ditambah lagi kenaikan harga BBM yang mempengaruhi harga tarif becak dan membuat semakin sedikitnya penumpang becak (sumut.idntimes 2022). Hal ini sejalan dengan hasil wawancara personal yang disampaikan oleh D dan Pa, yang merupakan seorang tukang becak.

*“Kalau penghasilan paling banyak itu 80-an ribu, tapi kadang satu hari cuman dapat 10 ribu, apalagi sekarang BBM naik yang otomatis tarifnya harusnya naik juga tapi ada sebagian penumpang yang minta ongkosnya itu 5 ribu padahal sebenarnya gak bisa lagi, tapi ya kadang mau gimana lagi timbang gak ada penghasilan ya diterima jugalah dan aku merasakan bahagia kok”.*

(D, 16 Oktober 2022)

*“Beberapa tahun ini, penghasilan makin berkurang apalagi sekarang kan udah ada ojek online, jadi udah jarang ada orang mau naik becak. Padahal semua kebutuhan hidup udah naik, anak ada 4 orang mau disekolahkan, jadi kadang gak cukuplah hasilnya itu padahal udah sampai jam 11 malam nyari penumpang sejak ada ojek online tapi kadang gak ada dapat penumpang, padahal sebelumnya*

*sampai jam 9 malam aja, tapi aku bahagianya dengan kondisi sekarang ini”.*

(Pa, 16 Oktober 2022)

*“ Sekarang memang susah nyari penumpang dek, tapi bapak bahagia dengan keadaan bapak saat ini. Bapak puas kok akan masa lalu, yang mana dulu bapak udah kerja keras sebagai tukang becak untuk anak, bisa sekolahkan anak sampai tamat kuliah dan anak-anak bapak juga alhamdulillah ngerti gimana keadaan orang tua. Sekarang anak bapak semuanya udah kerja dan menikah, 2 tinggal di Batam, 1 di Siantar ikut suami. Sekarang bapak, narik becak pun sampai jam makan siang aja, habis itu pulang, yang penting cukup untuk makan aja dek, kalau ada yang minta bantuan ya dibantu. Harapan kedepannya rumah tangga anak rukun semua, cucu sehat dan bapak bisa banyak waktu dengan cucu ”.*

Medan (Zs, 6 Maret 2023)

Berdasarkan pernyataan diatas, bisa diketahui bahwa situasi saat ini membuat tukang becak sulit untuk memenuhi kebutuhan hidup mereka dan keluarga serta jam kerja yang bertambah, sulitnya untuk mendapatkan penumpang dan sudah berkurangnya minat dari masyarakat untuk naik becak, namun meskipun dalam situasi yang sulit karena masalah yang dihadapi, mereka tetap mereka tetap bisa merasakan kebahagiaan.

Kebahagiaan menurut Seligman (2005) adalah suatu keadaan dimana seseorang lebih banyak mengingat peristiwa-peristiwa yang menyenangkan dan lebih banyak melupakan peristiwa yang buruk. Diener (2009) dan Argyle (2001) mendefinisikan kebahagiaan sebagai bentuk evaluasi afektif dan kognitif individu yang mencakup kepuasan hidup secara keseluruhan, adanya afek positif dan tidak adanya afek negatif. Dari beberapa definisi diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa kebahagiaan adalah suatu keadaan dan bentuk evaluasi afektif yang mana individu lebih banyak mengingat peristiwa yang menyenangkan dan puas akan kehidupan serta melupakan peristiwa yang buruk dan tidak adanya afek negatif.

Kebahagiaan merupakan salah satu bagian penting dalam kehidupan individu dan merupakan suatu kondisi yang sangat ingin dicapai oleh semua orang

dari berbagai umur dan lapisan masyarakat (Argyle, 2001). Kebahagiaan menjadi masalah yang penting selama masa perkembangan di dalam kehidupan manusia. Tidak ada individu yang dapat menyangkal bahwa kebahagiaan merupakan salah satu hal yang di idamkan (Headey & Wearing, 1992). Individu yang bahagia akan mampu beradaptasi dengan baik dan cenderung lebih sukses dalam berbagai bidang, seperti sosial, kesehatan, pemecahan masalah dan lainnya (Eid & Larsen, 2008). Namun, ketidakhahagiaan yang dirasakan oleh individu dalam masa kehidupannya akan meninggalkan jejak pada diri yang bersangkutan sehingga dapat mempengaruhi sikap dalam berhubungan dengan orang lain dan dapat mengacaukan kemampuan individu dalam menyesuaikan diri secara personal maupun sosial (Hurlock, 1999). Karena sangat pentingnya kebahagiaan bagi umat manusia, perlu mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan.

Menurut Seligman (Seligman, 2005) salah satu faktor yang mempengaruhi kebahagiaan adalah emosi negatif, dimana semakin banyak emosi negative maka akan semakin sedikit emosi positif yang dimiliki seseorang. Oleh karena itu, seseorang perlu meningkatkan emosi positif, Mc. Cullough (2002) menyampaikan bahwa salah satu caranya adalah dengan bersyukur. Dengan bersyukur individu akan mengalami kebahagiaan dalam kehidupannya, penelitian terdahulu juga menunjukkan kontribusi rasa syukur terhadap kebahagiaan. Froh, Yurkewicz & Kashdan (2008) menemukan rasa syukur memiliki korelasi positif yang signifikan dengan pengaruh positif, kepuasan hidup, *optimisme*, dukungan sosial dan perilaku prososial. Rasa syukur juga menunjukkan korelasi negatif yang signifikan dengan gejala fisik, namun tidak dengan pengaruh negatif. Rasa syukur juga menunjukkan hubungan yang kuat dengan emosi bangga, penuh harapan, terinspirasi, pengampunan dan kegembiraan. Wood, Joseph dan Maltby (2009) menemukan rasa syukur memiliki hubungan positif dengan otonomi, pertumbuhan pribadi, penguasaan lingkungan, penerimaan diri, tujuan hidup dan hubungan positif. Meskipun menurut Najati (2010) menyatakan bahwa kebahagiaan akan tercapai saat individu mendapatkan hal yang diinginkannya seperti harta, kesuksesan, ilmu

pengetahuan, keimanan ataupun ketakwaan, tergantung pada tujuan hidup masing-masing. Namun pada kenyataannya kebahagiaan tidak hanya berdasarkan akan pencapaian, namun bagaimana individu dapat bersyukur akan kehidupannya. Emosi positif pada masa lalu dapat ditingkatkan dengan menumbuhkan rasa bersyukur dan memaafkan (Seligman, 2005). Bersyukur dapat menambah penghayatan dan pemahaman terhadap peristiwa baik pada masa lalu. Memaafkan merupakan tindakan yang membiarkan memori tetap utuh tetapi dengan membuang atau mentransformasikan kepedihan (Seligman, 2005). Seperti hasil wawancara personal yang didapatkan peneliti, sebagai berikut:

*“Bersyukur adalah yang bisa dibuat sekarang, walaupun sulit hidup ini. Seandainya gak bersyukur pun gak ada gunanya malah buat kita makin gak semangat dan nanti Allah marah karena gak bersyukur kalau gak bersyukur malah makin berat hidup ini . Kayak gini pun situasi, aku merasakan bahagia kok”.*

(D, 16 Oktober 2022)

*“ Aku bersyukur dengan ini semua, karena masih sehat, anak bisa sekolah dan terawat, hubungan sama istri pun baik. Walaupun sedikit penghasilan, aku percaya kok nanti anak ku bisa kuliah. Aku bahagianya dengan kondisi sekarang ini, karena banyak kok orang punya uang tapi gak bahagia”.*

Medan (Pa, 16 Oktober 2022)

Dari hasil wawancara diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa kebersyukuran membuat individu menjadi bahagia, optimis dalam menjalani kehidupan meskipun banyak masalah, kesulitan dalam mencari uang, namun dengan kebersyukuran yang dimiliki mereka bisa merasa bahagia dalam menjalani kehidupan dan bisa tetap semangat dalam bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup bahkan percaya bahwa meski dengan keadaan seperti saat ini, anaknya kelak bisa kuliah.

Kata syukur bermula dari akar bahasa Latin gratia, yang artinya adalah keanggunan, bentuk ucapan terima kasih, atau rahmat (Pruyser, 1976). Hal tersebut berhubungan dengan kemurahan hati, keindahan memberi dan menerima, kebaikan serta hadiah. Seligman (2002) menyatakan bahwa

kebersyukuran adalah perasaan positif dari individu sebagai bentuk ekspresi dari kebahagiaan dan ungkapan terima kasih atas kebaikan yang telah ia terima. McCullough, Emmons dan Tsang (2002) mengungkapkan bahwa kebersyukuran merupakan suatu kecenderungan dalam mengenali sekaligus merespon sesuatu sebagai wujud ungkapan terima kasih atas peran dari orang lain dan hasil positif yang diperoleh. Manusia akan selalu menghadapi masalah dalam hidup. Masalah yang dihadapi manusia itu sering membuat manusia merasa bingung, tertekan dan putus asa. Namun demikian, Peterson dan Seligman (2004) melihat bahwa di tengah ketidakberdayaannya, manusia selalu memiliki kesempatan untuk melihat hidup secara lebih positif. Salah satu keutamaan (*virtues*) yang dimiliki individu untuk bisa memandang hidup secara lebih positif adalah melalui bersyukur. Berdasarkan *American Heritage Dictionary of the English Language* (2009), bersyukur (*gratitude*) berasal dari bahasa Latin, yaitu *gratus* atau *gratitude* yang artinya berterima kasih (*thankfulness*) atau pujian (*pleasing*).

Dalam sebuah keadaan, rasa syukur berarti perasaan subjektif berupa kekaguman, rasa terimakasih dan menghargai segala sesuatu yang diterima, sedangkan sebagai sifat, rasa syukur diartikan sebagai kecenderungan individu untuk merasakan kebersyukuran dalam hidupnya, meskipun kecenderungan untuk merasakan kebersyukuran itu tidak selalu muncul namun individu yang memiliki kecenderungan ini akan lebih sering berterimakasih dalam situasi-situasi tertentu. Bersyukur membuat seseorang akan memiliki pandangan yang lebih positif dan perspektif secara lebih luas mengenai kehidupan, yaitu pandangan bahwa hidup adalah suatu anugerah (Listiyandini, 2015). Rasa syukur ini menunjukkan kecenderungan individu untuk melihat kehidupannya sebagai sesuatu yang berharga. Rasa syukur memiliki berbagai konsep, bisa sebagai emosi, sikap, moral *virtue*, kebiasaan, karakter kepribadian dan tindakan *coping* (Pitaloka & Ediati, 2015).

McCullough (2002) dalam penelitiannya menemukan bahwa individu yang bersyukur, cenderung mengalami emosi positif, dibandingkan dengan

rekan-rekan mereka yang kurang bersyukur, orang yang bersyukur memiliki kepuasan dan harapan lebih besar pada kehidupan. Individu yang sangat bersyukur juga cenderung memiliki skor yang lebih tinggi dari pada rekan-rekan mereka yang kurang bersyukur pada ukuran prososial. Mereka cenderung lebih empatik, pemaaf, membantu dan mendukung serta kurang terfokus pada kegiatan materialistis dari pada teman mereka yang kurang bersyukur. Dalam hal ini individu bersyukur dikarenakan mereka menyadari bahwa dirinya telah banyak menerima suatu kebaikan, penghargaan dan pemberian baik dari Tuhan, individu lain dan lingkungan di sekitarnya sehingga mereka terdorong untuk membalas, menghargai dan berterimakasih atas segala sesuatu yang telah diterimanya dalam segala upaya melalui perasaan, ungkapan dan perbuatan. Dalam konseptual, rasa syukur terbagi menjadi dua tingkat, yaitu keadaan (*state*) dan sifat (*trait*).

Salah satu permasalahan yang timbul apabila seseorang kurang bersyukur adalah individu akan merasa kurang puas diri akan apa yang dimilikinya pada saat ini, individu akan cenderung memiliki kecemasan dalam hatinya dan tidak bisa mencapai ketenangan dalam hidup. Oleh karena itu dalam menjalani kehidupan dengan rasa syukur merupakan aspek penting untuk mencapai kebahagiaan.

Kesulitan yang dialami tukang becak seharusnya dapat membuat mereka untuk tidak merasakan kebahagiaan karena jumlah penghasilan yang kecil, harga bahan pokok yang meningkat dan kesulitan-kesulitan lainnya. Padahal penghasilan memiliki hubungan dengan kebahagiaan seseorang, yang mana sebagai hasil penelitian yang kuat dan diterima secara umum, telah ditemukan bahwa orang-orang kaya rata-rata melaporkan tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi (Blanchflower dan Oswald, 2004a, 2004b; Easterlin 1995, 2001; Di Tella dan MacCulloch, 2006; Frey and Stutzer, 2002). Sehingga perlu dilakukan penelitian faktor apa yang mempengaruhi kebahagiaan pada tukang becak.

Karena jika kebahagiaan hanya dipengaruhi oleh jumlah pendapatan seharusnya tukang becak sulit untuk mendapatkan kebahagiaan namun dari hasil wawancara mereka tetap bisa merasakan kebahagiaan. Dan ketika peneliti melihat

ketika para tukang becak itu berkumpul, mereka seakan-akan tidak memperdulikan penghasilan yang mereka dapat. Mereka lebih sering bergurau baik dengan sesama tukang becak maupun supir yang sedang berhenti untuk mencari penumpang. Mereka juga tetap bersyukur dengan keadaan yang mereka alami.

Berdasarkan yang telah diuraikan diatas perlu dilakukan penelitian mengenai apakah kebersyukuran memiliki hubungan dengan kebahagiaan tukang becak, agar diketahui jenis hubungan tersebut dan bisa diterapkan juga untuk orang banyak yang mungkin juga memiliki penghasilan yang kecil agar tetap bisa merasakan kebahagiaan dalam menjalani kehidupan. Apalagi penelitian yang dilakukan kepada tukang becak masihlah sangat sedikit sehingga perlu dilakukan penelitian lagi kepada mereka dan diberikan perhatian kepada mereka.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, agar memudahkan peneliti dalam menjawab masalah tersebut, maka peneliti merumuskan sebagai berikut: “Apakah ada Hubungan Kebersyukuran Dengan Kebahagiaan Pada Tukang Becak Di Kota Medan” ?

## **1.3. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan Kebersyukuran dengan Kebahagiaan Pada Tukang Becak di Kota Medan.

## **1.4. Manfaat Penelitian**

### **a. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi ilmu psikologi, khususnya psikologi sosial terkait fenomena yang ada dimasyarakat, serta dapat menjadi masukan yang

berguna dan dapat menjadi tambahan bahan referensi penelitian lebih lanjut dengan menggali lebih dalam tentang apakah ada hubungan Kebersyukuran dengan Kebahagiaan Pada Tukang Becak di Kota Medan.

**b. Manfaat Praktis**

**1. Bagi Masyarakat Umum**

Dengan adanya penelitian ini diharapkan memberikan ilmu pengetahuan kepada masyarakat mengenai hubungan kebersyukuran terhadap kebahagiaan Pada Tukang Becak di Kota Medan, serta diharapkan dengan adanya hasil penelitian ini masyarakat menjadi lebih dapat bersyukur dan mengetahui apa yang dapat membuat seseorang dapat merasakan kebahagiaan.

**2. Bagi Penelitian Selanjutnya**

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan kajian pemikiran tentang hubungan Kebersyukuran dengan Kebahagiaan Pada Tukang Becak di Kota Medan sebagai acuan bagi mahasiswa dalam mengembangkan penelitian selanjutnya

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1. Kebahagiaan**

##### **2.1.1. Pengertian Kebahagiaan**

Seligman (2005) mendefinisikan kebahagiaan sebagai suatu keadaan dimana seseorang lebih banyak mengingat peristiwa-peristiwa yang menyenangkan dan lebih banyak melupakan peristiwa yang buruk. Rosenbaum (2010) mendefinisikan kebahagiaan merupakan keadaan tubuh yang sehat dimana seluruh daerah otak yakni id, ego, dan super ego berada dalam keadaan seimbang. Kebahagiaan bermakna kepenuhan atau pencapaian yang terjadi pada seorang individu.

Schoch (2008) menyatakan definisi kebahagiaan bersifat relatif tergantung pada masing-masing individu. Kebahagiaan dapat dianalogikan sebagai perusahaan yang memerlukan investasi dari diri individu, yang artinya kebahagiaan merupakan pengalaman yang harus dikembangkan oleh setiap individu.

Kebahagiaan merupakan suatu hal yang ada pada diri manusia namun perlu untuk ditemukan, disadari dan dikembangkan. Setiap individu memiliki hak untuk bahagia dengan cara meraih ataupun menciptakan kebahagiaan itu sendiri. Individu harus mampu mengatasi kepuasan, mengontrol hasrat, melampaui alasan dan menahan penderitaan agar menjadi bahagia. Individu harus meningkatkan rasa respek terhadap diri sendiri sebagai langkah pertama dalam mencapai kondisi bahagia. Najati (2010) menyatakan bahwa kebahagiaan akan tercapai saat individu mendapatkan hal yang diinginkannya seperti harta, kesuksesan, ilmu pengetahuan, keimanan ataupun ketakwaan, tergantung pada tujuan hidup masing-masing.

Khavari (2000) menyatakan bahwa kebahagiaan akan dirasakan ketika individu menjwai kehidupan dunia ini. Kebahagiaan bergantung pada cara individu menyikapi kehidupan. Keseimbangan material, intelektual, emosional dan *spiritual* merupakan hal yang berkaitan dengan kebahagiaan.

Dari semua pengertian kebahagiaan diatas, maka dapat ditarik kesimpulan kebahagiaan adalah suatu hal positif yang ada pada diri manusia namun perlu untuk ditemukan, disadari dan dikembangkan serta kebahagiaan tergantung pada bagaimana cara seseorang menyikapi kehidupan.

### **2.1.2. Aspek-aspek Kebahagiaan**

Terdapat tiga aspek kebahagiaan menurut Seligman (2005), yaitu:

a. Kepuasan akan masa lalu

Emosi positif tentang masa lalu mencakup kepuasan, besarnya kepuasan (*contentment*), pemenuhan (*fulfillment*), kebanggaan, kedamaian (*serenity*), kesuksesan dan kelegaan. Rasa syukur dan memaafkan menjadi hal penting dalam mencapai kepuasan akan masa lalu. Kepuasan akan masa lalu ditentukan oleh pemaknaan individu terhadap peristiwa yang terjadi di masa lalu. Oleh sebab itu, peristiwa buruk yang terjadi di masa lalu tidak selalu menentukan kegagalan di masa depan.

b. Kebahagiaan pada masa sekarang

Kebahagiaan pada masa sekarang mencakup kenikmatan (*pleasure*) dan gratifikasi (*gratification*).

1) Kenikmatan (*pleasure*)

Kenikmatan adalah kesenangan yang memiliki komponen indrawi yang jelas dan komponen emosi yang kuat, yang disebut sebagai perasaan dasar atau *raw feels*: ekstase, gairah, *orgasme*, rasa senang, riang, ceria dan nyaman, namun semua hal tersebut bersifat sementara dan hanya sedikit melibatkan pikiran. Meski demikian, terdapat tiga konsep yang berkaitan dengan peningkatan kebahagiaan tersebut,

yakni meresapi kenikmatan, kecermatan terhadap pengalaman masa sekarang dan kenikmatan yang bersifat habituasi.

2) Gratifikasi (*gratification*)

Gratifikasi berasal dari aktivitas-aktivitas yang sangat digemari individu, namun tidak dilandasi oleh perasaan dasar. Gratifikasi membuat individu terlibat sepenuhnya dalam aktivitas tersebut hingga kehilangan kesadaran diri. Gratifikasi lebih menekankan pada kebahagiaan atau kenikmatan hidup yang didapat melalui kegiatan yang kita sukai. Kegiatan tersebut melibatkan tidak hanya perasaan dasar, tetapi juga komponen kognitif dan kemampuan interpretasi. Dengan kata lain, gratifikasi harus melibatkan diri kita secara aktif dan bukan menikmati kenikmatan secara pasif. Menurut Martin Seligman, gratifikasi bisa datang dari bermain voli, membaca buku, pemrograman komputer, memasak dan membantu tunawisma.

c. Optimis akan masa depan

Emosi positif mengenai masa depan mencakup keyakinan (*faith*), kepercayaan (*trust*), kepastian (*confidence*), harapan (*hope*) dan *optimisme*. Individu yang optimis dapat dilihat dari dua hal yakni permanen dan pervasif. Permanen optimisme adalah keyakinan bahwa peristiwa buruk yang terjadi bersifat sementara sehingga individu akan berusaha menghadapi kesulitan yang terjadi serta meyakini ada potensi untuk munculnya peristiwa menyenangkan setelah masa-masa sulit berhasil dilewati. Pervasif adalah cara pandang individu terhadap situasi yang dialami. Individu yang optimis akan memandang peristiwa menyenangkan secara universal dan memandang permasalahan secara spesifik.

### **2.1.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan**

Seligman (2005) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi kebahagiaan, yaitu:

a. Uang

Hal yang mempengaruhi kebahagiaan bukanlah nominal uang, melainkan penilaian individu terhadap uang tersebut. Kekayaan cenderung lebih berpengaruh pada kebahagiaan individu yang tinggal di negara miskin. Sebaliknya, kekayaan tidak begitu berpengaruh terhadap kebahagiaan pada individu yang tinggal di negara makmur dengan mayoritas penduduk mampu memenuhi kebutuhan dasar mereka. Individu yang menjadikan uang sebagai tujuan utama akan sulit merasa puas dengan penghasilan dan kehidupan mereka secara keseluruhan.

b. Perkawinan

Perkawinan memiliki hubungan yang erat dengan kebahagiaan. Kesejahteraan perkawinan mempengaruhi kebahagiaan seseorang. Hubungan perkawinan yang harmonis akan menyebabkan individu semakin bahagia, sebaliknya individu yang memiliki hubungan perkawinan tidak harmonis akan memperoleh kebahagiaan yang rendah.

c. Kehidupan Sosial Individu

Individu yang memiliki kehidupan sosial yang memuaskan dan menghabiskan banyak waktu bersosialisasi umumnya memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi. Kemampuan bersosialisasi tersebut juga memungkinkan individu mampu menjalin hubungan perkawinan yang positif.

d. Emosi Negatif

Individu yang memiliki banyak emosi negatif akan memiliki emosi positif yang lebih sedikit. Meski demikian, individu yang memiliki lebih banyak emosi negatif tidak berarti akan sepenuhnya kehilangan kegembiraan dalam hidup, yang mana hal ini dikarenakan hanya terdapat sedikit korelasi negatif antara emosi positif dan emosi negatif.

e. Usia

Kepuasan hidup perlahan meningkat seiring dengan penambahan usia. Afek menyenangkan akan mengalami sedikit penurunan, sedangkan afek tidak menyenangkan tidak berubah. Intensitas emosi seseorang akan mengalami perubahan seiring dengan penuaan.

f. Kesehatan

Kondisi kesehatan tidak begitu berkaitan dengan kebahagiaan. Hal terpenting adalah persepsi subjektif individu tentang seberapa sehat dirinya. Permasalahan kesehatan yang ringan tidak begitu berpengaruh terhadap kebahagiaan.

g. Pendidikan, iklim, ras dan jenis kelamin

Pendidikan, iklim, ras dan jenis kelamin tidak memberikan pengaruh yang besar terhadap tingkat kebahagiaan seseorang. Pendidikan dapat berpengaruh terhadap kebahagiaan jika dikaitkan dengan keuangan, karena pendidikan merupakan sarana bagi seseorang untuk mencapai pendapatan yang lebih baik. Iklim dan ras juga tidak memberi pengaruh yang besar terhadap kebahagiaan. Jenis kelamin cukup memberi pengaruh terhadap kebahagiaan seseorang, perempuan cenderung lebih bahagia dibandingkan dengan laki-laki.

h. Agama

Individu yang memiliki tingkat religiusitas tinggi akan lebih bahagia dan merasa puas atas kehidupan dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat religiusitas rendah. Hal ini dikarenakan agama memberikan makna hidup bagi manusia serta memberikan harapan akan masa depan sehingga sangat efektif untuk melawan keputusasaan dan meningkatkan kebahagiaan. Terdapat berbagai macam unsur agama yang mempengaruhi kebahagiaan.

#### **2.1.4. Pengaruh Kebahagiaan (*Happiness*)**

Kebahagiaan tidak dapat dibuang seperti suatu hal yang harus dihindari dan yang dianggap tidak penting (Ruut Veenhoven, 1991). Kebahagiaan sebagai

emosi positif memiliki dampak terhadap individu yang merasakannya. Berdasarkan teori kebahagiaan Martin E. P. Seligman dalam *Authentic Happiness* (2000), terdapat beberapa pengaruh yang dihasilkan oleh kebahagiaan (*happiness*), yaitu: Suasana hati yang positif membuka individu untuk menerima gagasan dan pengalaman baru. Kebahagiaan memperluas sumber-sumber intelektual, fisik dan sosial yang dimiliki. Emosi positif membuat individu menjadi lebih kreatif, toleran, *konstruktif*, murah hati dan tidak *defensif*.

Individu yang bahagia lebih mungkin tidak realistis terhadap kemampuan dirinya sendiri. Individu yang bahagia lebih banyak mengingat peristiwa yang menyenangkan. Kebahagiaan memanjangkan usia dan meningkatkan kesehatan. Kebahagiaan membuat individu lebih mudah mendapatkan teman dalam bergaul, serta mudah memperoleh pasangan hidup dan menikah dan menciptakan hubungan yang lebih baik dengan orang lain.

## **2.2. Kebersyukuran**

### **2.2.1. Pengertian Kebersyukuran**

Kata syukur bermula dari akar bahasa Latin *gratia*, yang artinya adalah keanggunan, bentuk ucapan terima kasih, atau rahmat (Pruyser, 1976). Hal tersebut berhubungan dengan kemurahan hati, keindahan memberi dan menerima, kebaikan serta hadiah. Seligman (2002) menyatakan bahwa kebersyukuran adalah perasaan positif dari individu sebagai bentuk ekspresi dari kebahagiaan dan ungkapan terima kasih atas kebaikan yang telah ia terima.

McCullough, Emmons dan Tsang (2002) mengungkapkan bahwa kebersyukuran merupakan suatu kecenderungan dalam mengenali sekaligus merespon sesuatu sebagai wujud ungkapan terima kasih atas peran dari orang lain dan hasil positif yang diperoleh. Individu yang sangat bersyukur mempunyai pandangan bahwa segala sesuatu yang dimilikinya bahkan kehidupan itu sendiri sebagai suatu bentuk anugerah. Penilaian mengenai segala hal baik dalam

kehidupan dapat membuat individu yang selalu bersyukur tidak hanya dapat mengambil manfaatnya saja. Namun, membantu individu untuk mempertahankan kebahagiaan dan kesejahteraan subjektif sepanjang hidupnya.

Kebersyukuran terdiri dari suatu konstruksi kognitif, perilaku dan juga emosi. Sebagai konstruksi kognitif, kebersyukuran dapat dilihat dari diakuinya kemurahan hati atas diterimanya anugerah dan tetap memilih fokus pada hal positif di dirinya. Kebersyukuran sebagai konstruksi emosi dapat dilihat dari kemampuannya dalam memaknai setiap peristiwa yang terjadi. Selanjutnya, kebersyukuran sebagai konstruksi perilaku adalah dengan memberikan imbalan kepada orang lain atas diterimanya anugerah dan juga manfaat dalam hidupnya.

Rasa syukur merupakan suatu kondisi yang bergantung pada atribusi yang dihasilkan dari proses kognitif dua langkah, yaitu mengakui bahwa individu telah mencapai suatu hasil positif dan mengakui bahwa terdapat faktor eksternal yang mempengaruhi untuk dapat mencapai hasil positif tersebut (Weiner, 1985). Selain itu, rasa syukur juga syukur dalam hal ini merupakan bentuk emosi yang menyenangkan dengan didahului terbentuknya suatu persepsi bahwa dirinya mendapatkan suatu manfaat dari pemberian orang lain dan didasarkan pada setelah menerima manfaat dari agen sosial (Mc Cullough, Kimeldorf, & Cohen, 2008).

Istilah syukur merupakan kejadian kompleks yang konteksnya termasuk dalam kategori afektif-kognitif yang mana merupakan elemen makna utama dari istilah tersebut (Ortony, Clore, & Collins, 1987). Keunggulan dari rasa syukur itu sendiri adalah munculnya keinginan untuk menyadari bahwa individu telah menerima kebaikan dari orang lain tanpa mempedulikan terdapat tanggapan secara emosional atau tidak (Bertocci & Millard, 1963).

Berdasarkan berbagai definisi kebersyukuran dari para ahli di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa kebersyukuran sebagai suatu kecenderungan dalam mengenali sekaligus merespon sesuatu sebagai wujud ungkapan terima kasih atas peran orang lain dan hasil positif yang diperoleh dalam hidup seseorang.

### 2.2.2. Aspek-Aspek Kebersyukuran

Menurut McCullough, Emmons dan Tsang (2002), terdapat empat aspek kebersyukuran, yang mana aspek-aspek tersebut antara lain adalah sebagai berikut.

a. Intensitas (*Intensity*)

Individu yang bersyukur akan merasa sangat bersyukur ketika ia mengalami suatu kejadian-kejadian yang positif atau menyenangkan.

b. Frekuensi (*Frequency*)

Individu yang bersyukur akan mengungkapkan rasa syukur sesering mungkin setiap harinya dan rasa syukur bahkan dapat diperoleh melalui kejadian-kejadian yang sederhana.

c. Rentang (*Span*)

Rentang rasa syukur mengacu pada banyaknya kejadian di mana individu merasa bersyukur pada waktu-waktu tertentu. Individu yang bersyukur dapat selalu merasa bersyukur ketika dihadapkan dengan berbagai keadaan dalam hidupnya seperti kondisi keluarga, kesehatan, pekerjaan dan kehidupannya sendiri serta juga dengan manfaat lain yang didapatkan. Individu lebih sensitif terhadap pengalaman hidup yang membangkitkan rasa syukur (rentang), yaitu rentang waktu yang merujuk pada sejumlah kondisi kehidupan dimana seseorang merasa bersyukur setiap waktunya.

d. Kerapatan (*Density*)

Apabila individu yang selalu bersyukur memperoleh pengalaman yang positif seperti mendapatkan pekerjaan yang baik, maka ia akan menyebutkan bahwa kejadian positif tersebut datangnya dari banyak orang, termasuk keluarga, teman dan juga mentor. Semakin banyak pengakuan tulus terhadap individu yang mungkin telah berkontribusi terhadap prestasi pribadi mereka yaitu seberapa banyak hal-hal yang disyukuri dan kepada siapa saja rasa syukur tersebut dilimpahkan.

### 2.3. Hasil Penelitian Terdahulu

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Lubis (2019) berdasarkan hasil analisis uji hipotesis menunjukkan bahwa syukur memiliki hubungan yang signifikan dengan kebahagiaan. Hasil ini menunjukkan bahwa kebahagiaan dapat ditentukan oleh syukur, semakin tinggi tingkat syukur maka semakin tinggi tingkat kebahagiaan. Hal tersebut terjadi dikarenakan hasil penelitian menunjukkan adanya koefisien korelasi yang diperoleh sebesar 0,528 dimana nilai korelasi yang positif. Nilai signifikansi yang dihasilkan adalah 0,008 yang merupakan nilai tersebut dibawah  $\alpha = 0,05$  atau 5% atau dapat dikatakan signifikansi.

Menurut Toussaint dan Friedman (2010) menyatakan bahwa syukur memiliki hubungan dengan kebahagiaan, namun tidak secara langsung dan harus melalui suatu mekanisme. Syukur dimediasi terlebih dahulu oleh *afek* dan *belief*, kemudian baru mempengaruhi kebahagiaan, sehingga dalam hubungan syukur dan kebahagiaan ada mediator diantaranya yang menyebabkan kontribusi syukur terhadap kebahagiaan tidak menjadi terlalu besar.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Prabowo (2020) pada 252 mahasiswa jurusan psikologi Universitas Negeri Surabaya, ditemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara rasa syukur dengan kebahagiaan yang berarti semakin tinggi rasa syukur maka semakin tinggi tingkat kebahagiaan dan juga sebaliknya. Bersyukur akan mengakibatkan mahasiswa memperoleh keuntungan secara emosi dan interpersonal, dengan memiliki rasa syukur akan tercipta suatu pandangan positif terhadap peristiwa yang akan dialami maupun yang telah dialami saat ini.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Khairullah, dkk (2021) yang berjudul hubungan antara kebersyukuran dengan kebahagiaan pada guru honorer . ditemukan hasil yaitu korelasi antara variabel kebersyukuran dengan kebahagiaan diperoleh koefisien korelasi  $R = 0,690$  dengan taraf signifikansi  $p = 0,000$  ( $p <$

0,01. Hasil penelitian menunjukkan yaitu ada hubungan antara kebersyukuran dengan kebahagiaan, yang artinya kebersyukuran merupakan salah satu faktor yang penting dalam meningkatkan kebahagiaan pada guru honorer. Semakin tinggi kebersyukuran maka semakin tinggi kebahagiaan. Begitu juga sebaliknya semakin rendah kebersyukuran maka semakin rendah pula tingkat kebahagiaan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sri (2022) pada anak terlantar di LKSA, didapatkan hasil bahwa *gratitude* berkorelasi positif dengan *happiness*, dengan nilai korelasi ( $r$ ) sebesar 0,800 ( $p < 0,01$ ). Jadi variabel *gratitude* berkorelasi positif dengan *happiness* dengan tingkat korelasi kategori tinggi. Hasil dari analisis regresi diperoleh nilai  $F = 60,532$  ( $p < 0,01$ ), hal ini menunjukkan bahwa *happiness* dapat diprediksi oleh *gratitude* atau dapat dikatakan bahwa *gratitude* dapat digunakan sebagai prediktor *happiness*. Hasil penelitian ini juga didapatkan nilai  $R^2 = 0,640$  menunjukkan bahwa 64 % variasi *happiness* mampu dijelaskan oleh *gratitude* atau dapat dikatakan juga bahwa *gratitude* memberikan sumbangan efektif atau kontribusi terhadap *happiness* sebesar 64 %, sementara sisanya yaitu 36 % dipengaruhi oleh faktor atau variabel lain yang tidak teridentifikasi dalam penelitian ini.

Pada penelitian yang dilakukan Bilong, dkk (2021), berdasarkan statistik deskriptif menunjukkan bahwa: ada hubungan signifikan antara rasa syukur dan kesejahteraan. Rasa syukur memiliki hubungan positif kuat yang signifikan dengan kebahagiaan siswa. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Purwanto & Mulawarman (2021), dimana ditemukan bahwa hasil persamaan regresi linier berganda didapati rasa syukur berpengaruh positif terhadap kebahagiaan remaja santri pondok pesantren, diartikan bahwa terdapat pengaruh positif yang artinya semakin tinggi rasa syukur maka semakin tinggi kebahagiaan remaja. Selain itu, karena  $R^2$  diperoleh 0,10, berarti 10% rasa syukur dan kesadaran diri berpengaruh terhadap kebahagiaan siswa remaja dan sisanya merupakan pengaruh lain yang tidak terdapat dalam penelitian ini

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Permana (2017) yang berjudul “*the relations between gratitude and happiness among students of divorce victims*”

at SMA PGRI Purwoharjo“. Berdasarkan hasil uji regresi diperoleh korelasi antara rasa syukur dan kebahagiaan sebesar 0,37 (37%) dengan nilai sig (0,019) < 0,05, hal ini menjelaskan bahwa hubungan kedua variabel penelitian tergolong lemah dan berarah positif. Nilai *R Square* atau koefisien determinasi (KD) 0,137 yang menjelaskan bahwa Syukur memiliki kontribusi pengaruh sebesar 13,7% terhadap kebahagiaan dan 86,3% dipengaruhi oleh faktor lain di luar variabel syukur.

#### **2.4. Kerangka Konseptual**

Seligman (2005) mendefinisikan kebahagiaan sebagai suatu keadaan dimana seseorang lebih banyak mengingat peristiwa-peristiwa yang menyenangkan dan lebih banyak melupakan peristiwa yang buruk. Dalam kehidupan, manusia sangat menginginkan kebahagiaan dalam hidup. Kebahagiaan merupakan salah satu bagian penting dalam kehidupan individu dan merupakan suatu kondisi yang sangat ingin dicapai oleh semua orang dari berbagai umur dan lapisan masyarakat (Argyle, 2001). Dalam kehidupan manusia selalu berusaha dengan berbagai cara untuk memperoleh kebahagiaan, yang mana ada yang menganggap dengan memiliki penghasilan yang besar maka akan menjadi bahagia, ada pula yang merasa bahwa memiliki keluarga yang harmonis sudah bahagia.

Kebahagiaan menjadi hal yang penting karena individu yang bahagia akan mampu beradaptasi dengan baik dan cenderung lebih sukses dalam berbagai bidang, seperti sosial, kesehatan, pemecahan masalah dan lainnya (Eid & Larsen, 2008), sedangkan ketidakbahagiaan yang dirasakan oleh individu dalam masa kehidupannya akan meninggalkan jejak pada diri yang bersangkutan sehingga dapat mempengaruhi sikap dalam berhubungan dengan orang lain dan dapat mengacaukan kemampuan individu dalam menyesuaikan diri secara personal maupun sosial (Hurlock, 1999).

Menurut Emmons (2007) mengatakan bahwa kebahagiaan dapat menurunkan tingkat stres, meningkatkan produktivitas, dukungan sosial menjadi lebih kuat, kesehatan yang lebih baik, kualitas kerja yang lebih tinggi, pencapaian pekerjaan

yang lebih baik, pernikahan yang lebih memuaskan dan lebih lama, lebih banyak teman, lebih banyak melakukan aktivitas, bahkan kebahagiaan dapat membuat kehidupan menjadi lebih lama (panjang umur).

Berbagai pendekatan yang menjanjikan telah dirumuskan untuk meningkatkan kebahagiaan individu seperti pengobatan, metode atau kegiatan yang disengaja yang bertujuan untuk menumbuhkan emosi, perilaku atau kognisi positif (Sin & Lyubomirsky, 2009).

Menurut Seligman (Seligman, 2005) salah satu faktor yang mempengaruhi kebahagiaan adalah emosi negatif, dimana semakin banyak emosi negatif maka akan semakin sedikit emosi positif yang dimiliki seseorang. Oleh karena itu seseorang perlu meningkatkan emosi positif, Mc. Cullough (2002) menyampaikan bahwa salah satu cara untuk meningkatkan kebahagiaan adalah dengan bersyukur. Dengan bersyukur individu akan mengalami kebahagiaan dalam kehidupannya.

Seligman (2002) menyatakan bahwa kebersyukuran adalah perasaan positif dari individu sebagai bentuk ekspresi dari kebahagiaan dan ungkapan terima kasih atas kebaikan yang telah ia terima. McCullough, Emmons dan Tsang (2002) mengungkapkan bahwa kebersyukuran merupakan suatu kecenderungan dalam mengenali sekaligus merespon sesuatu sebagai wujud ungkapan terima kasih atas peran dari orang lain dan hasil positif yang diperoleh.

Menyadari bahwa kebahagiaan bukan hanya dipengaruhi oleh uang, perkawinan, kehidupan sosial individu, usia, kesehatan dan tingkat pendidikan namun juga dapat dipengaruhi oleh emosi positif yang dimiliki oleh seseorang yang mana hal ini perlu untuk diketahui oleh individu agar mendapatkan kebahagiaan.

Syukur dapat dikaitkan dengan berbagai emosi yang positif. Menurut Gumilar dan Uyun (2009) mengatakan bahwa berbagai macam emosi negatif hanya akan menyebabkan ketegangan dan kegelisahan dalam hidup. Dalam penelitian yang dilakukan Mukhlis dan Koentjoro (2015) menunjukkan bahwa

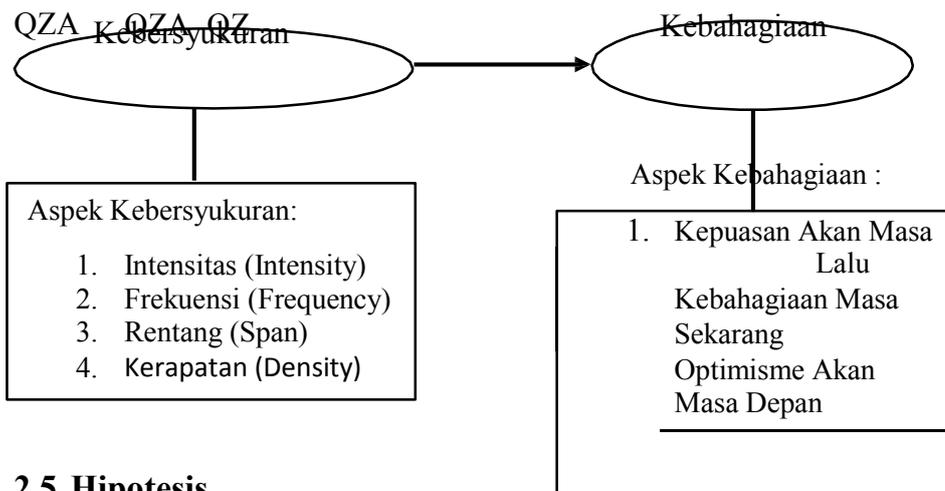
dibandingkan dengan orang yang kurang bersyukur, orang yang bersyukur melaporkan mengalami kebahagiaan yang lebih besar, harapan, kebanggaan, suasana hati positif, *optimisme*, kepuasan hidup, vitalitas, *religiusitas* dan spiritualitas dan mereka juga cenderung melaporkan lebih sedikit depresi dan iri hati.

Mc.Cullough (2002) dalam penelitiannya menemukan bahwa individu yang bersyukur, cenderung mengalami emosi positif, dibandingkan dengan rekan-rekan mereka yang kurang bersyukur, orang yang bersyukur memiliki kepuasan dan harapan lebih besar pada kehidupan.

Berdasarkan hasil penelitian Eriyanda dan Khairani (2017) menunjukkan ada korelasi positif yang signifikan antara rasa syukur dan kebahagiaan pada orang yang bercerai di Aceh. Ini menunjukkan bahwa pada orang yang bercerai di Aceh, semakin bersyukur karena itu lebih bahagia. Hal ini menandakan bahwa dengan bersyukur dapat memberikan kebahagiaan. Selanjutnya Witvliet (2018) melakukan penelitian mengenai rasa syukur dan kebahagiaan dengan menambahkan rasa syukur juga memiliki hubungan dengan harapan. Hasil penelitiannya menggambarkan bahwa rasa syukur sebagai peramal harapan dan kebahagiaan. Artinya rasa syukur dapat memberikan hubungan yang signifikan terhadap harapan dan kebahagiaan.

Maka dapat ditinjau dari pemaparan teori-teori diatas ditemukan bahwa, adanya hubungan kebersyukuran dengan kebahagiaan dimana seseorang yang bersyukur akan merasakan kebahagiaan, lebih puas akan kehidupan dan memiliki hubungan yang lebih baik dengan lingkungan sosial dibandingkan dengan individu yang kurang bersyukur. Serta individu yang bersyukur akan memiliki harapan yang lebih besar akan kehidupan.

Untuk melihat bagaimana hubungan kebersyukuran dengan kebahagiaan tukang becak, peneliti membuat kerangka konseptual sebagai berikut:



## 2.5. Hipotesis

Ha : Ada Hubungan Kebersyukuran dengan Kebahagiaan Pada Tukang Becak di Kota Medan

Ho: Tidak Ada Hubungan Kebersyukuran Dengan Kebahagiaan Pada Tukang Becak di Kota Medan.

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Arikunto, 2010). Variabel juga dapat didefinisikan sebagai sebuah konsep mengenai atribut atau sifat yang terdapat pada subjek penelitian yang dapat bervariasi secara kuantitatif atau secara kualitatif (Azwar, 2011). Terdapat dua jenis variabel yaitu variabel bebas / *independent variabel* dan variabel terikat / *dependent variable*.

Menurut (Sugiyono, 2012) variabel dependen sering disebut sebagai variabel output, kriteria, konsekuen atau variabel terikat. Variabel dependen (terikat) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel ini disebut sebagai variabel terikat karena sangat tergantung pada variabel bebas.

Variabel independen (X) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya dan timbul pada variabel dependen (terikat) (Sugiyono, 2012). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Variabel independen (X) dalam penelitian ini ialah Kebersyukuran

Variabel dependen (Y) dalam penelitian ini ialah Kebahagiaan

#### 3.2. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2015), pengertian definisi operasional dalam variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Adapun definisi operasional dari variabel yang ada dipenelitian ini sebagai berikut:

### **3.2.1. Kebersyukuran**

Kebersyukuran adalah suatu kecenderungan seseorang untuk mengenali dan merespon sesuatu sebagai bentuk terimakasih atas peran dan hasil positif yang telah diperoleh dan menganggap bahwa semua adalah anugerah.

Untuk mengukur kebersyukuran pada tukang becak, maka akan diukur berdasarkan aspek-aspek menurut Mc. Cullough, Emmons, dan Tsang (2002), yang mana terdapat empat aspek kebersyukuran, aspek-aspek tersebut antara lain aspek intensitas, frekuensi, rentang dan kerapatan.

### **3.2.2. Kebahagiaan**

Kebahagiaan adalah sebuah perasaan positif yang dimiliki oleh seseorang yang mana seseorang yang bahagia cenderung mengingat hal-hal yang menyenangkan dan melupakan peristiwa yang menyakitkan.

Untuk mengukur kebahagiaan, maka akan diukur dengan berdasarkan aspek-aspek menurut Seligman (2005), yaitu aspek kepuasan akan masa lalu, aspek kebahagiaan pada masa sekarang dan optimisme akan masa depan. Dengan asumsi bahwa semakin tinggi kebersyukuran yang dimiliki seseorang, maka tingkat kebahagiaan akan semakin tinggi, begitu pula sebaliknya jika semakin rendah kebersyukuran yang dimiliki seseorang maka semakin rendah tingkat kebahagiaan.

### **3.3. Subyek Penelitian**

Subyek penelitian ini adalah tukang becak di kota Medan dengan karakteristik sebagai berikut:

- a. Bekerja sebagai tukang becak bermotor
- b. Memiliki penghasilan bulanan yang tidak lebih dari UMR Medan
- c. Memiliki becak sendiri
- d. Sudah menikah dan memiliki anak .

Subyek penelitian harus sudah memiliki anak karena dengan memiliki anak pengeluaran semakin bertambah dan dengan demikian diperlukan penghasilan yang lebih tinggi untuk memenuhi kebutuhan istri dan anak, serta

dengan penghasilan yang dibawah UMR, tentu akan timbul masalah dalam memenuhi kebutuhan hidup keluarga sehingga demikian peneliti membuat karakteristik subyek harus memiliki anak. Subyek juga harus memiliki becak sendiri, karena dengan memiliki becak sendiri bisa bebas dalam mencari penumpang dan memiliki penghasilan yang lebih tinggi dikarenakan seluruh penghasilan yang didapat tidak perlu untuk disetorkan kepada yang mempunyai becak.

### **3.4. Populasi dan Sampel**

#### **3.4.1. Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu, ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2010). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh tukang becak dikota Medan yang berjumlah kisaran 26.200 orang yang terdata secara resmi di Dinas Perhubungan (Dishub) Kota Medan (sumutpos, 11 Juli 2019).

#### **3.4.2. Sampel**

Menurut Arikunto (2006) sampel adalah sebagian atau populasi yang diteliti. Sesuai dengan penelitian penulis bahwa populasinya adalah tukang becak dikota Medan. Karena jumlah populasi masih dalam ukuran perkiraan dengan jumlah 26.200 orang, maka peneliti menggunakan penentuan jumlah sampel dengan menggunakan GPower. Gpower adalah software untuk menghitung *statistical power* atau kekuatan uji statistik untuk berbagai uji t, uji F, uji  $\chi^2$ , uji z, uji korelasi dan uji statistik lainnya. GPower juga dapat digunakan untuk menghitung ukuran efek (*effect size*) dan untuk menampilkannya secara grafis hasil analisis.

Berdasarkan hasil analisis menggunakan Gpower test dengan nilai correlation  $\rho$  H1 sebesar 0,373,  $\alpha$  err prob yaitu level signifikan sebesar 0,5 dan

power ( $1-\beta$  err prob) 0,90 maka didapatkan sampel sebanyak 71 orang. Maka sampel dalam penelitian ini berjumlah 71 orang.

Dalam penelitian ini teknik sampling yang digunakan adalah *random sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dari populasi secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi dan setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi sampel.

### **3.5. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala psikologi, dimana responden diminta untuk memilih salah satu jawaban sesuai dengan karakteristik dirinya dengan cara memberi tanda silang (x). Skala psikologi adalah suatu prosedur pengambilan data yang mengungkapkan konstrak atau konsep psikologi yang menggambarkan aspek kepribadian individu (Azwar, 2008). Skala dalam penelitian ini menggunakan model skala likert.

Menurut Sugiyono (2014), Skala Likert yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Pemakaian Skala Likert, variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan skala kebersyukuran dan kebahagiaan.

Metode penelitian pada dasarnya dilakukan dengan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Pengumpulan data dapat dilakukan dengan berbagai setting, sumber maupun cara. Teknik pengambilan data yang digunakan adalah metode skala dengan menggunakan skala psikologi sebagai alat ukur untuk mengungkapkan aspek-aspek psikologis. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert. Skala likert ini terdiri dari 4 alternatif jawaban, yakni Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS) adapun kriteria penilaiannya bergerak dari 4,3,2,1

untuk jawaban yang *favorable* dan 1,2,3,4 untuk jawaban yang *unfavorable*. Seperti pada tabel berikut:

**Tabel 3.1. Skor Skala Likert**

Jawaban	SS	S	TS	STS
Favorable	4	3	2	1
Unfavorable	1	2	3	4

### 3.5.1. Skala Kebahagiaan

Skala kebahagiaan yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur kebahagiaan pada tukang becak di kota Medan, dengan menggunakan aspek kebahagiaan yang dikemukakan oleh Seligman (2005), yaitu aspek kepuasan akan masa lalu, aspek kebahagiaan pada masa sekarang dan optimisme akan masa depan.

Dengan bentuk skala likert yang terdiri dari 4 alternatif jawaban, yakni Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS), adapun kriteria penilaiannya bergerak dari 4,3,2,1 untuk jawaban yang *favorable* dan 1,2,3,4 *unfavorable*.

### 3.2. Blue Print Skala Kebahagiaan Sebelum Uji Coba

ASPEK	ITEM		JUMLAH
	<i>FAVORABLE</i>	<i>UNFAVORABLE</i>	
Kepuasan Akan Masa Lalu	1,2,3,4,8,9	5,6,7,10	10
Kebahagiaan Pada Masa Sekarang	11,12,15,16	13,14,17,18	8
Optimis Akan Masa Depan	19,20,23,24,27,28	21,22,25,26,29,30	12
JUMLAH			30

Dalam penelitian ini, untuk melakukan uji coba alat ukur pada variable kebahagiaan, peneliti melakukan uji coba alat ukur terhadap 40 orang tukang becak di sekitaran Amplas dan Padang Bulan. Berdasarkan tabel di atas diperoleh jumlah item keseluruhan item sebanyak 30 item yang terdiri dari 16 item *favorable* dan 14 item *unfavorable*.

### 3.5.2. Skala Kebersyukuran

Skala kebersyukuran yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur kebersyukuran pada tukang becak, dengan berdasarkan aspek-aspek menurut McCullough, Emmons dan Tsang (2002), yang mana terdapat empat aspek kebersyukuran, yang mana aspek-aspek tersebut antara lain aspek intesitas, frekuensi, rentang dan kerapatan.

Data yang diperoleh dari penyebaran kuisioner tersebut akan dianalisis agar dapat memberi manfaat dan dapat digunakan sebagai salah satu pertimbangan dalam pengambilan keputusan.

### 3.3. Blue Print Skala Kebersyukuran Sebelum Uji Coba

ASPEK	ITEM		JUMLAH
	<i>FAVORABLE</i>	<i>UNFAVORABLE</i>	
Intesitas	1,2,	3,4,	4
Frekuensi	5,6	7,8,9	5
Rentang	10,11,12,15,16,17	13,14,18,19	10
Kerapatan	20,21,	22,23,24,	5
Jumlah			24

Dalam penelitian ini, untuk melakukan uji coba alat ukur pada variable kebersyukuran, peneliti melakukan uji coba alat ukur terhadap 40 orang tukang becak di sekitaran Amplas dan Padang Bulan. Berdasarkan tabel di atas diperoleh

jumlah item keseluruhan item sebanyak 25 item yang terdiri dari 12 item *favorable* dan 12 item *unfavorable*.

### 3.6. Uji Validitas Dan Reabilitas

#### 3.6.1. Uji Validitas

Uji validitas adalah uji yang digunakan untuk menunjukkan sejauh mana alat ukur yang digunakan dalam suatu mengukur apa yang diukur. Uji Validitas digunakan untuk mengukur sah atau valid tidaknya suatu kuesioner. Suatu kuesioner dikatakan valid jika pertanyaan pada kuesioner mampu untuk mengungkapkan sesuatu yang diukur oleh kuesioner tersebut (Ghozali, 2013).

Teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur adalah dengan menggunakan korelasi *product moment* Pearson, yaitu dengan pengujian validitas ini dilakukan dengan menggunakan program SPSS 22.0 *for windows* dengan kriteria berikut:

1. Jika  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel maka pernyataan tersebut dinyatakan valid.
2. Jika  $r$  hitung  $<$   $r$  tabel maka pernyataan tersebut dinyatakan tidak valid.
3. Nilai  $r$  hitung dapat dilihat pada kolom *corrected item total correlation* .

#### 3.6.1.1. Uji Validitas Skala Kebahagiaan

Diketahui bahwa  $r$  tabel untuk subyek sebanyak 40 orang dengan taraf kesalahan 0,05 adalah sebesar 0.320, sehingga semua aitem yang kurang dari 0.320 dikatakan tidak valid dan gugur.

**Tabel 3.4. Uji Validasi Kebahagiaan *Try Out***

Variabel	Item	$r$ tabel	$r$ hitung	Keterangan
Kepuasan akan masa lalu	Y1	.320	.179	Tidak Valid
	Y2	.320	.306	Tidak Valid
	Y3	.320	.292	Tidak Valid

	Y4	.320	.020	Tidak Valid
	Y5	.320	.353	Valid
	Y6	.320	.055	Tidak Valid
	Y7	.320	.415	Valid
	Y8	.320	.247	Tidak Valid
	Y9	.320	.520	Valid
	Y10	.320	.412	Valid
Kebahagiaan pada masa sekarang	Y11	.320	.341	Valid
	Y12	.320	.312	Tidak Valid
	Y13	.320	.282	Tidak Valid
	Y14	.320	.306	Tidak Valid
	Y15	.320	.192	Tidak Valid
	Y16	.320	.238	Tidak Valid
	Y17	.320	.004	Tidak Valid
	Y18	.320	.591	Valid
Optimis akan masa depan	Y19	.320	.396	Valid
	Y20	.320	.378	Valid
	Y21	.320	.251	Tidak Valid
	Y22	.320	.047	Tidak Valid
	Y23	.320	.392	Valid
	Y24	.320	.223	Tidak Valid
	Y25	.320	.466	Valid
	Y26	.320	.349	Valid
	Y27	.320	.191	Tidak Valid
	Y28	.320	.415	Valid

	Y29	.320	.275	Tidak Valid
	Y30	.320	.013	Tidak Valid

Berdasarkan hasil perhitungan uji validitas variabel kebahagiaan dinyatakan hasil validitas yang diperoleh setelah melakukan *tryout* yaitu terdapat 18 item yang gugur, yakni enam aitem kepuasan akan masa lalu, 6 aitem kebahagiaan pada masa sekarang dan 6 aitem optimis akan masa depan dengan demikian skala yang valid atau yang dapat digunakan sebanyak 12 pernyataan, dengan 6 item *favorable* dan 6 item *unfavorable*. Dinyatakan valid karena hasil dari  $r_{hitung} > r_{tabel}$  ( $r_{tabel}$ , 0.320 dengan jumlah  $df = 38$ ).

### 3.5. Tabel Uji Validasi Kebahagiaan Setelah Aitem Gugur Dikeluarkan

	Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00005	30,20	9,600	,353	,197	,767
VAR00007	30,25	9,526	,402	,425	,754
VAR00009	30,28	8,974	,470	,511	,746
VAR00010	30,28	9,794	,334	,454	,764
VAR00011	29,95	9,946	,329	,224	,761
VAR00018	30,20	8,626	,501	,430	,742
VAR00019	29,90	9,785	,386	,489	,756
VAR00020	29,95	9,638	,453	,476	,751
VAR00023	30,08	9,199	,485	,428	,745
VAR00028	29,85	9,464	,437	,297	,751
VAR00025	30,50	8,718	,505	,496	,742
VAR00026	30,20	9,805	,321	,381	,762

### 3.6. Blue Print Skala Kebahagiaan Setelah *Try Out*

ASPEK	ITEM		JUMLAH
	<i>FAVORABLE</i>	<i>UNFAVORABLE</i>	
Kepuasan akan masa lalu	9 (1)	5,7,10 (7,8,9)	4
Kebahagiaan pada masa sekarang	11 (2)	18 (10)	2
Optimis akan masa depan	19,20,23,28 (3,4,5, 6)	25,26 ( 11,12)	6
JUMLAH			12

() nomor aitem dikuisoner penelitian

#### 3.6.1.2. Uji Validitas Skala Kebersyukuran

Diketahui bahwa  $r$  tabel untuk subyek sebanyak 40 orang dengan taraf kesalahan 0,05 adalah sebesar 0.320, sehingga semua aitem yang kurang dari 0.320 dikatakan tidak valid dan gugur.

#### 3.7. Tabel Uji Validasi Skala Kebersyukuran *Try Out*

Variabel	Item	$r$ tabel	$r$ hitung	Keterangan
Intesitas.	X1	.320	.411	Valid
	X2	.320	.336	Valid
	X3	.320	.249	Tidak Valid
	X4	.320	.502	Valid
Frekuensi	X5	.320	.677	Valid
	X6	.320	.340	Valid
	X7	.320	.054	Tidak Valid
	X8	.320	.459	Valid
	X9	.320	.108	Tidak Valid
Rentang	X10	.320	.251	Tidak Valid
	X11	.320	.434	Valid
	X12	.320	.462	Valid

	X13	.320	.481	Valid
	X14	.320	.313	Tidak Valid
	X15	.320	.471	Valid
	X16	.320	.557	Valid
	X17	.320	.211	Tidak Valid
	X18	.320	.344	Valid
	X19	.320	.216	Tidak Valid
Kerapatan	X20	.320	.401	Valid
	X21	.320	.184	Tidak Valid
	X22	.320	.140	Tidak Valid
	X23	.320	.164	Tidak Valid
	X24	.320	.459	Valid

Berdasarkan hasil perhitungan uji validitas variabel kebersyukuran dinyatakan hasil validitas yang diperoleh setelah melakukan tryout yaitu terdapat 10 item yang gugur, yakni satu aitem intesitas, dua aitem frekuensi, empat aitem rentang dan tiga aitem kerapatan.

Dengan demikian skala yang valid atau yang dapat digunakan sebanyak 14 pernyataan, dengan 9 aitem *favorable* dan 6 item *unfavorable*. Dinyatakan valid karena hasil dari  $r_{hitung} > r_{tabel}$  ( $r_{tabel}$ , 0.320 dengan jumlah  $df = 38$ ).

### 3.8. Tabel Uji Validasi Kebersyukuran Setelah Mengeluarkan Aitem Gugur

Item-Total Statistics					
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
x1	38,46	12,255	,561	.	,819
x2	38,54	12,676	,360	.	,832
x4	38,72	12,260	,536	.	,821
x5	38,64	12,131	,611	.	,816
x6	38,64	13,131	,340	.	,841
x8	38,67	12,439	,464	.	,825

x11	38,59	12,511	,476	.	,825
x12	38,56	13,147	,580	.	,826
x13	38,82	11,783	,518	.	,822
X15	38,72	11,787	,540	.	,820
X16	38,49	11,520	,662	.	,811
X18	38,82	12,046	,402	.	,832
X20	38,64	12,973	,340	.	,834
X24	38,69	12,166	,519	.	,821

### 3.9. Blue Print Skala Kebersyukuran Setelah *Try Out*

ASPEK	ITEM		JUMLAH
	<i>FAVORABLE</i>	<i>UNFAVORABLE</i>	
Intesitas	1,2	4	3
Frekuensi	5,6	8	3
Rentang	11,12,15,16	13,18	6
Kerapatan	20	24	5
Jumlah			24

### 3.6.2. Uji Reliabilitas

Menurut Sugiyono (2017) menyatakan bahwa uji reliabilitas adalah sejauh mana hasil pengukuran dengan menggunakan objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Suatu kuesioner dikatakan reliabel atau handal jika jawaban seseorang terhadap pertanyaan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu (Ghozali, 2013). Uji reliabilitas adalah tingkat kestabilan suatu alat pengukur dalam mengukur suatu gejala atau kejadian.

Uji reabilitas dilakukan dengan menggunakan program SPSS 22.0 for windows, variabel dinyatakan reliabel dengan kriteria berikut :

1. Jika nilai Cronbach's Alpha  $> 0,6$  maka reliable
2. Jika nilai Cronbach's Alpha  $< 0,6$  maka tidak reliable

Variabel dikatakan baik apabila memiliki nilai Cronbach's Alpha > dari 0,6 (Priyatno, 2013). Menurut Ghozali (2013) suatu konstruk atau variabel dikatakan reliabel jika memberikan nilai Cronbach Alpha > 0,6.

### 3.6.2.1. Uji Reliabilitas

Menurut Ghozali (2013) suatu konstruk atau variabel dikatakan reliabel jika memberikan nilai Cronbach Alpha > 0,6.

**3.10. Tabel Uji Reabilitas Skala Kebahagiaan Try Out**

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,770	,770	12

Berdasarkan hasil uji reliabilitas yang dilakukan ditemukan nilai koefisien alpha cronbach untuk skala kebahagiaan adalah 0,770. Sehingga hasil uji realibilitas variabel kebahagiaan dapat dinyatakan reliabel.

### 3.6.2.2. Uji Reliabilitas Kebersyukuran

. Suatu kuesioner dikatakan reliabel atau handal jika jawaban seseorang terhadap pertanyaan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu (Ghozali, 2013).

**3.11. Tabel Uji Reabilitasi Skala Kebersyukuran**

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,835	,845	14

Berdasarkan hasil uji reliabilitas yang dilakukan ditemukan nilai koefisien alpha cronbach untuk skala kebersyukuran adalah 0,845. Sehingga hasil uji realibilitas skala kebersyukuran dapat dinyatakan reliabel.

### **3.7. Pelaksanaan Penelitian**

Penelitian ini akan dilaksanakan di kota Medan, yang mana untuk *try out* dilakukan di daerah Amplas, dan Padang Bulan mulai 27 juni 2023 hingga 29 juni 2023. Penelitian dilakukan pada 28-29 juli 2023, daerah Menteng, Pancing, Aksara, Sambu dan sekitarnya dengan penyebaran 71 skala kepada tukang becak yang sedang mangkal.

### **3.8. Analisis Data**

Dalam melakukan analisis data peneliti menggunakan *software* perhitungan *SPSS for windows 22*, dengan pengolahan data penelitian sesuai dengan apa yang dibutuhkan penelitian ini. Analisis ini dilakukan agar peneliti dapat memperoleh kesimpulan. Data penelitian diolah dan dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif dan statistik inferensial. Analisis deskriptif dilakukan dengan mendeskripsikan data yang terkumpul tanpa melakukan penarikan kesimpulan yang berlaku untuk umum, sedangkan analisis inferensial dilakukan dengan menguji hipotesis penelitian dengan menggunakan uji korelasi dengan menggunakan uji korelasi Pearson product moment. Namun sebelum dilakukan pengujian hipotesis, perlu dilakukan terlebih dahulu uji normalitas dan uji linearitas lalu dilanjutkan dengan uji hipotesis.

#### **3.8.1. Uji Asumsi**

Uji asumsi yang digunakan dalam penelitian ini ialah:

- a. Uji Normalitas, menurut Imam Ghozali (2013) uji normalitas bertujuan untuk menguji apakah dalam data, variabel terikat dengan variabel bebas keduanya mempunyai hubungan distribusi normal atau tidak. Data yang baik adalah memiliki distribusi data normal atau mendekati normal. Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian adalah uji normalitas data statistik. Test statistik sederhana yang dapat dilakukan berdasarkan nilai

Kolmogorov Smirnov. Untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal, maka dapat dilihat dengan Kolmogorov Smirnov Test. Adapun kriteria pengujian dikatakan normal apabila angka signifikansi ( $\text{sig}$ )  $> 0,05$ . Untuk melakukan uji ini, peneliti menggunakan program SPSS *for window 22*.

- b. Uji Linearitas, bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel atau lebih yang diuji mempunyai hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. Uji linearitas dilakukan dengan menggunakan *test for linearity* dengan bantuan SPSS *for Window 22*. Kedua variabel penelitian dikatakan berhubungan linear apabila  $p > 0,05$ .

### **3.8.2. Uji Hipotesis.**

Pengujian hipotesa dalam penelitian ini menggunakan metode korelasi Pearson Product Moment untuk menguji hubungan antara variabel X, yaitu kebersyukuran dengan variabel Y, yaitu variabel kebahagiaan. Taraf signifikan yang digunakan sebesar 5(0.05). Jika diperoleh nilai signifikansi variabel  $< 0,05$  artinya terdapat hubungan secara signifikan antara kedua variabel yang mana ini artinya  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Apabila  $> 0,05$  artinya tidak terdapat hubungan secara signifikan antara kedua variabel, yang mana berarti  $H_a$  ditolak dan  $H_o$  diterima