

**HUBUNGAN ANTARA RASA SYUKUR DAN DUKUNGAN
SOSIAL DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS
PADA GURU HONORER SEKOLAH DASAR
DI UPT DISDIKPORA KECAMATAN PAMOTAN
KABUPATEN REMBANG**

***RELATIONSHIP BETWEEN GRATITUDE AND SOCIAL
SUPPORT WITH PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF
ELEMENTARY SCHOOL HONORER TEACHERS
IN UPT DISDIKPORA PAMOTAN SUB-DISTRICT
REMBANG DISTRICT***

Fitriana Millisani¹ dan Agustin Handayani, S.Psi, M.Si²

¹Mahasiswa Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

²Dosen Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

*Corresponding Author:
fitrianamillisani@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara rasa syukur dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada guru honorer sekolah dasar di UPT Disdikpora Kecamatan Pamotan Rembang. Sampel pada penelitian ini berjumlah 60 guru honorer. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik sampel jenuh. Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan tiga skala, yaitu skala kesejahteraan psikologis, skala rasa syukur dan skala dukungan sosial. Skala kesejahteraan psikologis memiliki 41 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,880. Skala rasa syukur memiliki 31 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,869. Skala dukungan sosial memiliki 28 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,859. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi dua prediktor dan korelasi parsial. Hasil uji hipotesis pertama menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara rasa syukur dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada guru honorer sekolah dasar di UPT Disdikpora Kecamatan Pamotan Rembang dengan korelasi $R=0,722$ $F_{hitung}=31,115$ dan taraf signifikansi $p=0,000$ ($p<0,01$), sehingga hipotesis diterima. Hasil uji hipotesis kedua menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara rasa syukur dengan kesejahteraan psikologis dengan korelasi $r_{xy}=0,273$ dengan taraf signifikansi $p=0,036$ ($p<0,05$), sehingga hipotesis diterima. Uji hipotesis ketiga menunjukkan ada hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis dengan korelasi $r_{xy}=0,262$ dengan taraf signifikansi $p=0,045$ ($p<0,05$), sehingga hipotesis diterima.

Kata kunci : Kesejahteraan psikologis, rasa syukur, dukungan sosial.

Abstract

This study aims to determine the relationship between gratitude and social support with psychological well-being in honorary elementary school teachers in the UPT Disdikpora

Pamotan Rembang District. The sample in this study amounted to 60 honorary teachers. The method used in this study is a quantitative method. The sampling technique uses a saturated sample technique. Data collection in this study uses three scales, namely the scale of psychological well-being, the scale of gratitude and the scale of social support. The psychological well-being scale has 41 items with a reliability coefficient of 0.880. The gratitude scale has 31 aspects with a reliability coefficient of 0.869. The scale of social support has 28 items with a reliability coefficient of 0.859. Data analysis techniques in this study used two predictor regression analysis techniques and partial correlation. The results of the first hypothesis test showed that there was a significant relationship between gratitude and social support with psychological well-being in elementary school honorary teachers in the UPT Disdikpora Pamotan Rembang Subdistrict with a correlation $R=0.722$ $F_{count}=31.115$ and a significance level $p = 0.000$ ($p<0.01$), so the hypothesis is accepted. The results of the second hypothesis test show that there is a very significant positive relationship between gratitude and psychological well-being with a r_{x1y} correlation = 0.273 with a significance level of $p = 0.036$ ($p < 0.05$), so the hypothesis is accepted. The third hypothesis test shows that there is a very significant positive relationship between social support and psychological well-being with a correlation $r_{x2y}=0.262$ with a significance level of $p=0.045$ ($p<0.05$), so the hypothesis is accepted.

Keywords: *Psychological well-being, gratitude, social support.*

1. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan pintu utama agar terbentuknya karakter individu menjadi lebih baik. Guru merupakan salah satu syarat wajib dalam pelaksanaan pembelajaran, sebab tanpa tenaga pendidik kegiatan belajar mengajar tidak bisa berjalan dengan baik dan lancar. Sebutan guru mengandung berbagai makna positif didalamnya. Guru merupakan profesi mulia yang mengantarkan manusia untuk menjadi individu yang baik, terpuji, dan memiliki berbagai potensi yang dapat membantu kelangsungan hidup masing-masing individu. Arti tersebut menjadikan guru sebagai pihak yang memiliki andil dalam mewujudkan manusia dalam meraih cita-cita dan keluar dari kebodohan. Guru membimbing siswanya yang semula buta ilmu menjadi kaya ilmu pengetahuan.

Guru harus mempunyai kualifikasi akademik, bersertifikasi, berkompetensi, sehat dan mampu dalam mencapai tujuan pendidik nasional seperti yang sudah disebutkan dalam UU RI Nomor 20 Tahun 2003, Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 dan UU RI Nomor 14 Tahun 2005 (Salma, Syamsuri, & Nurdin, 2016). Guru menjadi salah satu jalur profesi untuk mendapatkan gaji yang cukup, dilantik menjadi Pegawai Negeri Sipil (PNS) dan menerima sertifikasi merupakan cita-cita semua guru honorer (GTT). Harapan menjadi pendidik dengan karir yang jelas, gaji yang cukup, merupakan diluar keinginan bahwa pekerjaan guru adalah salah satu pekerjaan mulia yang menjadi impian beberapa orang.

Profesi guru dalam status kepegawaian dibagi menjadi dua, yaitu guru tetap (PNS) dan guru tidak tetap atau guru honorer. Mulyasa (Setiawan & Budiningsih, 2014) guru honorer memiliki hak untuk menerima honor perbulan, cuti berdasarkan ketenagakerjaan serta perlindungan hukum. Selain hak, ada kewajiban yang harus dipenuhi oleh guru honorer antara lain melaksanakan tugas mengajar, melaksanakan tugas-tugas administrasi yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku serta mematuhi segala ketentuan yang berlaku di sekolah tempat bertugas. Perbedaan antara guru PNS dan guru honorer tidak hanya dari status kepegawaiannya saja, tetapi juga dari segi upah

minimumnya. Padahal jika ditinjau dari sisi pekerjaan antara guru tetap dan guru honorer memiliki pekerjaan yang sama (Wangi & Annisaa, 2015).

Minimnya kesejahteraan guru honorer telah menyebabkan konsentrasi guru honorer terpecah menjadi beberapa sisi. Disatu sisi seorang guru harus menambah kapasitas akademis pembelajaran dengan terus memperbaharui dan berinovasi dengan media, metode pembelajaran, dan kapasitas dirinya. Disisi lain, seorang guru honorer dituntut memenuhi kesejahteraannya dengan melakukan usaha atau kegiatan lain seperti bimbingan belajar, bedagang, dan usaha lainnya. Adanya perbedaan tersebut, tentu menimbulkan permasalahan bagi guru honorer, terutama tentang kesejahteraan psikologis serta lebih khusus kesejahteraan psikologis guru honorer yang berada di daerah tertinggal, apalagi guru honorer tersebut telah mengabdikan dalam jangka waktu yang lama hingga puluhan tahun.

Berger (Rahayu & Salendu, 2018) tentang kesejahteraan psikologis ditempat kerja, individu yang memiliki kesejahteraan psikologis adalah individu yang memiliki keterarahan hidup sebagai tujuan yang hendak dicapai, memiliki keinginan untuk memperoleh masa depan yang lebih baik, adanya kemauan mendidik dan membina orang lain serta ingin memperoleh kepegawaian tetap (PNS). Hasil penelitian lain oleh (Setiawan & Budiningsih, 2014) menunjukkan bahwa guru honorer dengan gaji yang rendah dimungkinkan kesejahteraan psikologisnya menjadi rendah juga.

Kesejahteraan psikologis adalah sesuatu yang penting karena apabila tingkat kesejahteraan psikologis tinggi dapat meningkatkan kesehatan menjadi lebih baik, umur panjang, menambah fungsi hidup, membentuk kualitas hidup serta menambah usia harapan untuk hidup (Diener, et al., 2009). Kesejahteraan psikologis adalah keadaan tertinggi yang dapat dicapai oleh individu (Apsaryanthi & Lestari, 2017). Kesejahteraan psikologis dapat dicapai oleh individu melalui enam aspek antara lain menerima segala kekurangan dan kelebihan pada diri, memiliki tujuan hidup, mampu berhubungan baik dengan orang lain, mandiri, menguasai lingkungan dan terus mengembangkan potensi dalam diri (Ryff, 1989).

Mulyasa (Swandira & Masykur, 2016) berpendapat bahwa pengajar honorer merupakan pengangkatan secara resmi oleh pejabat yang memiliki wewenang pada guru honorer guna menanggulangi kurangnya pengajar, tapi tidak memiliki status sebagai pegawai negeri sipil (PNS). Selain diangkatnya guru honorer menjadi pegawai negeri sipil, masalah ekonomi guru honorer juga masih belum sepenuhnya menjadi perhatian pemerintah karena penghasilan guru honorer sampai sekarang tidak sesuai dengan tanggung jawab dan beban tugas di sekolah. Chatib (Swandira & Masykur, 2016). Jasa guru honorer pada masa sekarang sangat besar, karena kewajiban dan tanggung jawab pendidik honorer sama dengan guru PNS. Kehidupan guru honorer yang masih jauh dari kata sejahtera dalam perekonomian. Hal tersebut dibuktikan dengan melihat masih terdapat beberapa pendidik honorer yang melakukan pekerjaan sambil guna memenuhi kebutuhan sehari-hari. Meskipun dalam kondisi seperti itu, tidak menyurutkan semangat karena para pendidik merasa bahagia dalam menekuni pekerjaannya.

Studi pendahuluan dengan metode wawancara dilakukan pada guru-guru honorer sekolah dasar di Kecamatan Pamotan. Wawancara dilakukan pada tiga guru honorer yang mengajar di sekolah berbeda. Hasil wawancara menunjukkan bahwa subjek merasa gajinya kurang mencukupi kebutuhan sehari-hari, kurang memperoleh

dukungan sosial karena salah satu suami subjek ada yang kurang mendukung profesi subjek, serta terdapat istri subjek yang mengeluh dengan gaji minim subjek.

Menurut Ryff dan Keyes (Susanti, 2012) ada beberapa faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya kesejahteraan psikologis individu, diantaranya faktor demografis meliputi usia, jenis kelamin, status ekonomi dan budaya. Faktor dukungan sosial, evaluasi terhadap pengalaman hidup, religiusitas serta kepribadian. (Wood, Joseph, & Maltby, 2009) menambahkan faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis yakni rasa syukur. Rasa syukur ialah berupa emosi, sikap, aturan-aturan dalam kehidupan, kebiasaan, sifat kepribadian pada individu dalam menjalani kehidupan. Rasa syukur juga salah satu sikap menerima segala kehidupan sebagai nikmat dan pentingnya dalam mengungkapkannya. Rasa syukur, memiliki pengaruh terhadap seseorang dalam bereaksi terhadap situasi atau suatu hal, seperti pengalaman hidup (Emmons & McCullough, 2003). Kashdan (Wood, Joseph, & Maltby, 2009) mengatakan bahwa *gratitude* berkaitan dengan kehidupan sehari-hari baik menyenangkan maupun tidak, kegiatan sosial yang bermanfaat serta melakukan aktivitas-aktivitas yang memotivasi. Individu merasa tenang dalam menjalani kehidupan ketika banyak bersyukur.

Berdasarkan penelitian sebelumnya oleh (Wood, Joseph, & Maltby, 2009) menunjukkan rasa syukur adalah hal penting untuk kesejahteraan psikologis. Penelitian lainnya oleh (Ratnayanti & Wahyuningrum, 2016) menghasilkan bahwa adanya hubungan positif signifikan antara *gratitude* dengan *psychological well-being* pada ibu yang mempunyai anak tunagrahita. Penelitian lain oleh (Ishak, 2009) yang memperoleh hasil hubungan yang positif signifikan antara rasa syukur dengan kesejahteraan psikologis pada lanjut usia di komunitas ARTAGA (Arek Taman Gayam). Sebelumnya, ada beberapa penelitian mengenai hubungan antara rasa syukur dengan kesejahteraan psikologis yang hasilnya berkorelasi positif signifikan yaitu dari penelitian yang dilakukan oleh (Emmons & McCullough, 2003). Berdasarkan hubungan tersebut diperoleh bahwa rasa syukur adalah hal penting dari kesejahteraan psikologis.

Selain rasa syukur, faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis ialah dukungan sosial. Taylor (Waqiati, Hardjajani, & Nugroho, 2013) berpendapat bahwa dukungan sosial berupa pengetahuan atau ilmu penting didapat melalui komunikasi antar individu yang dicintai, diperhatikan, dimuliakan serta dihargai. Menurut King (Sajidah, 2018) dukungan sosial merupakan pengetahuan baru yang disertai timbal balik antar individu lain yang menunjukkan individu tersebut diperhatikan, dicinta, dihormati, dan dihargai serta ikut terlibat dalam suatu pembicaraan dan menunjukkan respon dari komunikasi tersebut.

Beberapa penelitian terdahulu telah dilakukan dengan pembahasan kesejahteraan psikologis ataupun dukungan sosial. Salah satunya penelitian yang dilakukan oleh (Ismail & Indrawati, 2013) terdapat adanya hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa STIE Dharmaputera program studi ekonomi manajemen. Terdapat temuan yang selaras yang dilakukan oleh (Hardjo & Novita, 2015) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada remaja kekerasan seksual.

Penelitian lain yang dilakukan (Musthafa & Widodo, 2013) menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan *psychological well-being*. Maka semakin tinggi dukungan sosial semakin tinggi juga *psychological well-being*

pada santriwan-santriwati, begitupun sebaliknya. Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan penulis adalah peneliti menggunakan tiga variabel yaitu dua variabel bebas yang terdiri dari rasa syukur dan dukungan sosial yang berpengaruh terhadap variabel tergantung yaitu kesejahteraan psikologis. Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan penulis adalah peneliti menggunakan tiga variabel yaitu dua variabel bebas yang terdiri dari rasa syukur dan dukungan sosial yang berpengaruh terhadap variabel tergantung yaitu kesejahteraan psikologis dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara rasa syukur dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada guru honorer sekolah dasar di UPT Disdikpora Kecamatan Pamotan.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional, dengan tiga variabel yaitu kesejahteraan psikologis sebagai variabel tergantung, rasa syukur dan dukungan sosial sebagai variabel bebas. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah guru honorer sekolah dasar di Kecamatan Pamotan Kabupaten Rembang yang berjumlah 72 orang. Subjek dalam penelitian diambil dengan menggunakan teknik *sampel jenuh*.

Skala kesejahteraan psikologis, skala rasa syukur dan skala dukungan sosial digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini. Skala kesejahteraan psikologis yang disusun berdasarkan aspek-aspek kesejahteraan psikologis dari (Ryff, 2014) yang meliputi aspek pertumbuhan diri, aspek tujuan hidup, aspek hubungan positif dengan orang lain, aspek penguasaan lingkungan, aspek kemandirian dan aspek penerimaan diri. Skala rasa syukur yang disusun berdasarkan aspek-aspek rasa syukur dari Watkins (Haryanto & Kertamuda, 2016) yaitu keberlimpahan (*sense of abundance*), apresiasi sederhana (*simple appreciation*) dan apresiasi terhadap orang lain (*appreciation of others*). Skala dukungan sosial yang disusun berdasarkan dimensi dukungan sosial dari House (Smet, 2004) yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan informatif dan dukungan penghargaan. Pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan analisis *regresi dua prediktor* untuk menguji hipotesis pertama dan uji *korelasi parsial* untuk menguji hipotesis kedua dan ketiga dengan bantuan program SPSS versi 16.00.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji normalitas pada penelitian ini menunjukkan hasil sebagai berikut:

Variabel	Mean	Std. Deviasi	K-SZ	Sig	p	Keterangan
Kesejahteraan Psikologis	136,03	11,780	0,512	0,956	>0,05	Normal
Rasa Syukur	104,40	9,138	0,659	0,778	>0,05	Normal
Dukungan Sosial	90,08	7,473	1,367	0,048	<0,05	Tidak Normal

Hasil analisis uji normalitas pada variabel kesejahteraan psikologis memiliki nilai K-SZ sebesar 0,512 dengan taraf signifikan sebesar 0,956 ($p > 0,05$). Hal tersebut menunjukkan distribusi sebaran data pada variabel kesejahteraan psikologis adalah normal. Hasil analisis uji normalitas pada variabel rasa syukur menunjukkan bahwa nilai K-SZ yaitu sebesar 0,659 dengan taraf signifikan 0,778 ($p > 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa data rasa syukur memiliki distribusi sebaran data normal. Variable

dukungan sosial memiliki hasil uji normalitas yang menunjukkan nilai K-SZ sebesar 1,367 dengan taraf signifikan yaitu 0,048 ($p < 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa distribusi sebaran data pada variabel dukungan sosial adalah tidak normal.

Hail uji linearitas yang telah dilakukan pada variabel kesejahteraan psikologis dan rasa syukur menunjukkan F linear sebesar 54,965 dengan taraf signifikan sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa antara kesejahteraan psikologis dan rasa syukur memiliki hubungan yang linear. Sedangkan untuk uji linearitas yang dilakukan pada kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial menunjukkan bahwa hasil F linear sebesar 54,256 dengan taraf signifikan 0,000 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa antara variabel kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial berhubungan secara linier.

Berdasarkan uji multikolinearitas menunjukkan bahwa nilai VIF sebesar 3,799 yang artinya nilai tersebut lebih kecil dari 10 dan untuk nilai *Tolerance* sebesar 0,263 yang menunjukkan bahwa nilai tersebut lebih dari 0,1. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pada variabel bebas model regresi tidak terjadinya multikolinearitas.

Uji hipotesis pertama, menggunakan teknik analisis regresi dua prediktor dihasilkan korelasi $R=0,722$ $F_{hitung}=31,115$ dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,01$) rasa syukur dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada guru honorer. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis pertama diterima dan ada hubungan yang sangat signifikan antara rasa syukur dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis guru honorer sekolah dasar di UPT Disdikpora Kecamatan Pamotan. Hal ini didukung oleh penelitian Sumule dan Taganing (Setiawan & Budiningsih, 2014) sebelumnya yang menyatakan bahwa tinggi rendah tingkat *psychological well-being* individu dipengaruhi oleh faktor dukungan sosial, sosial ekonomi, spritualitas, peristiwa di masa lampau dan rasa syukur.

Hipotesis kedua dan ketiga dalam penelitian ini diuji dengan menggunakan teknik korelasi parsial. Uji hipotesis kedua untuk mengetahui hubungan antara rasa syukur dan kesejahteraan psikologis dengan mengontrol dukungan sosial. Hasil perhitungan menunjukkan nilai korelasi $r_{x1y}= 0,273$ dengan taraf signifikansi sebesar 0,036 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kesejahteraan psikologis dan rasa syukur pada guru honorer sekolah dasar di UPT Disdikpora Kecamatan Pamotan. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis kedua diterima.

Hal tersebut sesuai dengan penelitian (Ratnayanti & Wahyuningrum, 2016) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *gratitude* dengan *psychological well-being* dengan $r = 0,322$ dengan nilai signifikan sebesar 0,011 ($p < 0,05$), apabila tingkat *gratitude* semakin tinggi, maka akan tinggi juga tingkat *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita, begitu juga sebaliknya. Faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis seseorang adalah rasa syukur. Bersyukur membuat seseorang lebih memahami akan kebermaknaan hidupnya, karena rasa syukur merupakan salah satu yang menjadi prediktor kebahagiaan. Rasa syukur membuat individu memiliki pandangan positif mengenai kehidupan sehingga membuat individu tersebut untuk mempertahankan hingga meningkatkannya (Froh, Yurkewicz, dan Kashdan (Wicaksono, 2016)). Hasil penelitian (Wood, Joseph, & Maltby, 2009) menemukan ada hubungan positif antara rasa syukur dengan aspek penerimaan diri, aspek pertumbuhan pribadi dan aspek hubungan positif dengan orang lain pada

psychological well-being. Hubungan ini membuktikan bahwa rasa syukur merupakan prediktor penting dalam kesejahteraan psikologis. Rasa syukur juga berkaitan dengan kebahagiaan, terpenuhinya semua kebutuhan serta gairah hidup, akan tetapi rasa syukur juga mempunyai hubungan negatif meliputi depresi dan rasa dengki, berarti apabila ketika rasa syukur pada diri seseorang tinggi maka semakin rendah pula tingkat depresi dan rasa dengki pada individu tersebut.

Hipotesis ketiga untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis dengan mengontrol rasa syukur. Hasil perhitungan menunjukkan nilai korelasi $r_{x2y} = 0,262$ dengan taraf signifikansi sebesar 0,045 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada guru honorer sekolah dasar di UPT Disdikpora Kecamatan Pamotan. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis ketiga diterima.

Gore (Saputri & Indrawati, 2011) berpendapat ketika seseorang mendapatkan dukungan sosial mampu membuat individu yang menerima dukungan sosial merasa lebih sejahtera saat menjalani kehidupan sekarang maupun kehidupan yang akan datang, mampu terampil untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan psikologis, tingkat kecemasan yang minim sehingga mampu mengatasi sesuatu dengan optimis. Kim dan Neseelroade (Nugraheni, 2016) menyatakan kebanyakan orang yang mempunyai tingkat kesejahteraan psikologis tinggi yaitu individu yang memperoleh dukungan sosial yang baik, karena individu tersebut mampu menciptakan relasi baik dengan lingkungan sekitar. Hasil penelitian ini menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis karena tiap orang diciptakan bukan sebagai makhluk individual sehingga membutuhkan bantuan individu lain berupa materi maupun perhatian, kasih sayang dan rasa nyaman, apabila hal tersebut diperoleh maka seseorang merasa sejahtera dan penuh perhatian.

Adapun besarnya pengaruh rasa syukur dan dukungan sosial pada penelitian ini memberikan sumbangan efektif sebesar 52,2% yang dapat dilihat dari koefisien determinasi (r^2) sebesar 0,522. Keseluruhan sumbangan efektif berasal dari rasa syukur dan dukungan sosial. Hal ini menunjukkan masih ada 47,8% dari faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis namun tidak diungkap dalam penelitian ini misalnya jenis kelamin, usia, sosial ekonomi, budaya dan kepribadian.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Ada hubungan positif yang sangat signifikan antara rasa syukur dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada guru honorer sekolah dasar di UPT Disdikpora Kecamatan Pamotan, maka dari itu hipotesis yang diajukan adalah diterima dan memiliki sumbangan efektif sebesar 52,2%.
2. Ada hubungan positif yang sangat signifikan antara rasa syukur dengan kesejahteraan psikologis pada guru honorer sekolah dasar di UPT Disdikpora Kecamatan Pamotan dan hipotesis kedua diterima.

3. Ada hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada guru honorer sekolah dasar di UPT Disdikpora Kecamatan Pamotan dan hipotesis ketiga diterima.

UCAPAN TERIMA KASIH :

1. Bapak Ruseno Arjungsi, S.Psi., M.A. selaku Dekan Fakultas Psikologi Unissula yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di lingkungan Fakultas Psikologi Unissula.
2. Ibu Agustin Handayani, S.Psi, M.Si selaku Dosen Pembimbing skripsi yang selalu sabar mengajarkan kata demi kata, meluangkan waktu, serta menjadi pembimbing yang bijaksana sehingga skripsi ini terselesaikan dengan baik.
3. Kepada seluruh responden yang telah bersedia membantu dalam pengisian skala untuk penelitian ini.
4. Ibuk Mia dan Ayah Win tercinta, yang selalu memberikan do'a, kasih sayang, kesabaran dalam mendidik, membimbing dan memberikan dukungan baik secara moril maupun materil disepanjang hidupku. Tiada balasan yang setimpal untuk seluruh pengorbanan dan perjuangan kalian, melalui skripsi ini penulis berharap bisa memberi sedikit rasa bangga bagi Ibuk dan Ayah terhadapku dengan mempersembahkan gelar Sarjana untuk Ibuk dan Ayah. Segala hormat dan kasih sayangku untuk Ibuk dan Ayah tercinta. Semoga Ibuk dan Ayah selalu diberi kesehatan, diberi kelimpahan rezeki yang halal dan berkah, dan selalu dalam lindungan Allah. Dan semoga putrimu ini bisa menjadi anak yang sholeha serta membanggakan kalian dunia-akhirat, Aamiin.
5. Kepada keluargaku tercinta, alm. Mbah Kakung, Mbah Putri, Abang Akbar, yang selalu memberikan dukungan semangat serta motivasi selama ini, semoga kalian selalu diberikan kesehatan, keberkahan, dan selalu dilingungi oleh Allah, Aamiin.
6. Saudaraku Mbak Isnaini Purwanti terimakasih telah memberikan bantuan selama proses penyebaran skala dan memberikan semangat untuk segera menyelesaikan skripsi ini. Semoga keikhlasanmu membantu diganti berlipat oleh Allah. Aamiin.
7. Teman-teman "*Yeppeun Yeojja*", Hilma A'yunina, Ikke Maulida Fitria, Ningrum, Dita Anisa Fitriani dan Halimatus Sa'diah tersayang yang selalu setia dari awal sampai akhir menemani dari semester satu sampai sekarang, memberikan bantuan serta dukungan dalam menyusun skripsi ini, membuat tertawa dan sejenak melupakan stres terhadap skripsi, terimakasih banyak untuk kalian. Semoga kalian semua selalu diberikan kesehatan, kesuksesan untuk kita semua dan semoga senantiasa dalam lindungan Allah, aamiin.

Daftar Pustaka

- Aisyah, A., & Chisol, R. (2018). Rasa syukur kaitannya dengan kesejahteraan psikologis pada guru honorer sekolah dasar. *Proyeksi*, 13(2), 1-14.
- Almasitoh, U. H. (2011). Stres kerja ditinjau dari konflik peran ganda dan dukungan sosial pada perawat. *Jurnal Psikologi Islam*, 8(1), 63-82.

- Amawidyati, S. A., & Utami, M. S. (2006). Religiusitas dan psychological well-being pada korban gempa. *Jurnal psikologi*, 34(2), 164-176.
- Apsaryanthi, N.L., & Lestari, M.D. (2017). Perbedaan tingkat psychological well-being pada ibu rumah tangga dengan ibu bekerja di Kabupaten Gianyar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 4(1), 110-118.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Damasio, B. F., Melo, R. L., & Silva, J. P. (2013). Meaning in life, psychological well-being and quality of life. *Paideia*, 23 (54), 73-82. <http://dx.doi.org/10.1590/1982-43272354201309>
- Dhamayantie, E. (2014). Peranan dukungan sosial pada interaksi positif pekerjaan-keluarga dan kepuasan hidup. *Ekuitas: Jurnal Ekonomi dan Keuangan*, 18(2), 181 – 200.
- Diener, E., Wirtz, D., Biswas-Diener, R., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D.-w., & Oishi, S. (2009). New measures of well-being. (E. D. (ed), Ed.). 39, 247-266. doi:10.1007/978-90-481-2354-4_12
- Dinova, A. K. (2016). *Skripsi : Hubungan antara dukungan sosial dengan psychological well being pada remaja putri panti asuhan*. Malang : Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: an experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Gramedia.
- Susanti. (2012). Hubungan harga diri dan psychological well-being pada wanita lajang ditinjau dari bidang pekerjaan. *Jurnal Ilmiah*, 1(1), 1-8.
- Swandira, A. B., & Masykur, A. M. (2016, April). Memahami subjektive well-being guru honorer di sekolah dasar negeri. *Jurnal Empati*, 5(2), 223-228.
- Wangi, E. N., Annisaa, F. R. (2015). Subjective well-being pada guru honorer di SMA Terbuka 27 Bandung. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 94-98.
- Waqiati, H. A., Hardjajani, T., & Nugroho, A. A. (2013). Hubungan antara dukungan sosial dan efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja penyandang tuna daksa. 2(1), 1-12.
- Wicaksono, M. L. (2016). Hubungan rasa syukur dan perilaku prososial terhadap psychological well-being pada remaja akhir anggota islamic medical activists fakultas kedokteran Universitas Udayana. 3(2), 1-27.
- Wood, A. M., Joseph, S., & Maltby, J. (2009). Gratitude predicts psychological well-being above the big five facets. *Personality and Individual Differences*, 46(3), 443-447. doi:10.1016/j.paid.2008.11.012
- Wulandari, S. (2016). Hubungan antara kesejahteraan psikologis dan penyesuaian diri siswa kelas X SMK Santa Maria Jakarta. *Jurnal Psiko-Edukasi*, 14(2), 94-100.

Yasin, M. A., & Dzul kifli, M. A. (2010). Relationship between social support and psychological problems among students. *International Jurnal of Business ad Social Sciences*, 1(3), 110-116.