



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

HUBUNGAN KEBERSYUKURAN DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA MAHASISWA YANG KULIAH SAMBIL BEKERJA

SKRIPSI

Disusun guna memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)



UIN SUSKA RIAU

OLEH:

SALSABILA OSCHIKA PUTRI

12060124434

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PEKANBARU**

2026



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN KEBERSYUKURAN DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA MAHASISWA YANG KULIAH SAMBIL BEKERJA

Disusun oleh:

SALSABILA OSCHIKA PUTRI

NIM. 12060124434

SKRIPSI

**Telah diterima dan disetujui sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Psikologi (S.Psi) di Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau**

Pekanbaru, 23 Januari 2026

Pembimbing

Elyusra Ulfah, M.Psi., Psikolog

NIP. 198403212019032009



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI

كلية علم النفس

FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrandt Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi yang ditulis oleh,


Nama Mahasiswa : Salsabila Oschika Putri
NIM : 12060124434
Judul Skripsi : Hubungan Kebersyukuran dengan *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa yang Kuliah sambil Bekerja

Diterima dan telah disetujui oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada:

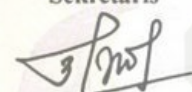
Hari/Tanggal : Selasa/ 13 Januari 2026
Bertepatan dengan : Selasa/ 24 Rajab 1447 H

TIM PENGUJI

Ketua


Dr. Lisva Chairani, S.Psi., M.A., Psikolog
NIDN. 2007127901

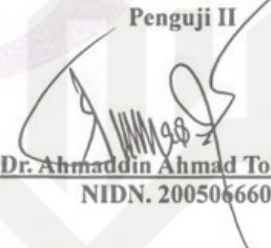
Sekretaris


Elyusra Ulfah, M. Psi., Psikolog
NIDN. 2021038404

Penguji I



Dr. Diana Elfida, M.Si, Psikolog
NIDN. 2009127101

Penguji II


Dr. Ahmaddin Ahmad Tohar, M.A
NIDN. 2005066601

Mengetahui
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau




Dr. Lisva Chairani, S.Psi., M.A., Psikolog
NIDN. 2007127901

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Salsabila Oshika Putri
 NIM : 12060124434
 Tempat/Tgl. Lahir : Bukittinggi / 06 Februari 2002
 Fakultas/Pascasarjana : Psikologi
 Prodi : Psikologi

Judul Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya*:

Hubungan Kebersyukuran dengan Psychological Well-Being pada Mahasiswa
Yang Kuliah sambil Bekerja

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apa bila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/(Karya Ilmiah lainnya)* saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikianlah Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, 23 Januari 2020
 Yang membuat pernyataan



Salsabila Oshika Putri
 NIM : 12060124434

*pilih salah satu sesuai jenis karya tulis



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

MOTTO

“Dan orang-orang yang bersungguh-sungguh (berjuang) di jalan Kami, benar-benar akan Kami tunjukkan kepada mereka jalan-jalan Kami. Sesungguhnya Allah benar-benar beserta orang-orang yang berbuat kebaikan”

(QS. Al-Ankabut: 69)

“Ingatlah, sesungguhnya pertolongan Allah itu dekat”

(QS. Al-Baqarah: 214)

“Sesungguhnya Tuhanku bersamaku, Dia akan memberi petunjuk kepadaku”

(QS. As-Syu'ara: 62)

“Allah tidak mengatakan hidup ini mudah, tetapi Allah berjanji, bahwa sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”

(QS. Al-Insyirah: 5)



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Saif Kasim Riau

LEMBAR PERSEMBAHAN



Assalamu 'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Alhamdulillah hirabbil'amin puji syukur ke hadirat Allah SWT, atas segala rahmat, karunia, hidayah-Nya sehingga peneliti menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Tanpa pertolongan dan limpahan rahmat-Nya, karya ini tidak akan terwujud. Semoga segala usaha ini menjadi amal kebaikan dan bermanfaat bagi peneliti maupun orang lain.

Peneliti persembahkan karya sederhana ini untuk kedua orang tua tercinta

Papa Opriadi dan bunda Alm. Sugiarti

Terima kasih yang sebesar-besarnya atas cinta, doa, dukungan, dan pengorbanan yang tiada henti. Kasih sayang dan kesabaran papa dan bunda menjadi sumber kekuatan terbesar yang selalu menguatkan langkah penulis dalam menghadapi berbagai tantangan. Segala pencapaian ini tidak akan terwujud tanpa restu dan pengorbanan papa dan bunda. Skripsi ini bentuk bakti dan ungkapan terima kasih dari lubuk hati yang terdalam untuk segala pengorbanan dan ungkapan terima kasih dari lubuk hati yang terdalam untuk segala pengorbanan dan kasih sayang yang telah diberikan. Terima kasih atas segala cinta yang tak ternilai harganya.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillahirabbil'alamin puji syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT atas segala limpahan rahmat, karunia, serta hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat beriringan salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita Nabi besar Muhammad SAW, yang telah membawa umat manusia dari zaman kegelapan menuju cahaya ilmu pengetahuan. Melalui petunjuk dan teladang beliau, kita mendapatkan pedoman hidup yang mulia dalam menjalani segala aspek kehidupan termasuk dalam menuntut ilmu.

Peneliti ucapkan syukur yang mendalam kepada Allah SWT, karena berkat keridhaan-Nya, peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “**Hubungan Kebersyukuran dengan *Psychological Well-Being* Pada Mahasiswa Yang Kuliah Sambil Bekerja**”. Dalam proses penyusunan skripsi ini, peneliti menyadari bahwa hasil yang dicapai tidak terlepas dari bimbingan, dorongan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tulus kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Hj. Leny Nofianti MS, SE, M.Si, Ak, Ca selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau atas kesempatan yang telah diberikan kepada peneliti untuk menimba ilmu di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
2. Ibu Dr. Lisya Chairani, M.A., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Ibu Dr. Diana Elfida,



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

M.Si., Psikolog selaku Wakil Dekan I, Ibu Dr. Sri Wahyuni, M.A., M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan II, dan Ibu Dr. Hijriyati Cucuani, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau atas kesempatan yang diberikan kepada peneliti untuk menempuh pendidikan sarjana di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

3. Ibu Ricca Angreini Munthe, S.Psi., M.A selaku Ketua Program Studi S1 Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dan Ibu Fara Ulfa, M.Psi., Psikolog selaku Sekretaris Program Studi S1 Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Terima kasih atas dukungan, semangat, dan kebaikan serta membantu peneliti menjadi mahasiswa di Fakultas Psikologi.

4. Bapak Jhon Herwanto, H., S.Psi., M.Si selaku Penasehat Akademik yang senantiasa memberikan dukungan dan motivasi kepada peneliti sehingga penelitian ini dapat terlaksana.

5. Ibu Elyusra Ulfah, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi yang telah dengan sabar, penuh perhatian, serta memberi nasihat yang sangat berarti bagi peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

6. Ibu Dr. Diana Elfida, M.Si., Psikolog, selaku dosen penguji I yang telah meluangkan waktu dan berbagi ilmu yang berharga. Terima kasih ibu untuk ilmunya, masukan, dan dukungan yang diberikan dalam penyelesaian penelitian ini.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

7. Bapak Dr. Ahmaddin Ahmad Tohar, M.A selaku dosen penguji II yang turut serta dalam proses penyelesaian skripsi peneliti. Terima kasih bapak untuk saran, masukan, dan semangat yang diberikan dalam proses penyelesaian skripsi ini.
8. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta ilmu pengetahuan yang sangat berharga bagi peneliti selama masa perkuliahan.
9. Seluruh staf, karyawan, dan tenaga kependidikan Fakultas Psikologi yang telah memberikan kontribusi yang sangat berarti dalam penyelesaian skripsi ini.
10. Kedua orang tua tercinta, Papa (Opriadi) dan Bunda (Jeni Susfika). Ucapan terima kasih yang tulus peneliti sampaikan kepada kedua orang tua peneliti atas segala segala pengorbanan, waktu, dan materi yang telah diberikan. Dukungan tak ada henti-hentinya menjadi motivasi terbesar peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Almarhumah Bunda tercinta (Sugiarti). Ucapan terima kasih yang mendalam peneliti sampaikan kepada almarhumah atas kasih sayang, doa, dan pengorbanan senantiasa menjadi kekuatan terbesar di hidup peneliti. Setiap langkah yang peneliti ambil selalu dipenuhi dengan kenangan tentang cintamu yang tiada tara. Semoga Allah SWT memberikan tempat terbaik di sisi-Nya untukmu.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

12. Saudara-saudara tersayang Tabitha Oschika Putri, Najla Oschika Putri, Syahdan Alaric, Shaqil, dan Syahira Basmallah Putri. Terima kasih telah menjadi pendengar yang baik dan memberikan semangat selama menghadapi berbagai tantangan dalam penulisan skripsi ini.
13. Sahabat baik peneliti, Pramesty Mulya Ningsih, Suci Ramadhani, Novia Veronika, Lestari Wahyu Saputri, Asdelia, Nada Tri Anugrah, Murni Devi Sari, Faulia Meza Rendra, Syifa Khairunnisa, Miftahul Husna, dan Rizki Fauzia Ramadhani yang telah membersamai peneliti selama perkuliahan. Terima kasih atas tawa, nasihat, dan waktu yang telah diluangkan untuk menemani peneliti melewati masa-masa sulit.
14. *Support System* dalam hidup peneliti, Nurhasanaa Khairunnisa, Putti Kasih Assyfa, Arfan Dailani, dan Ufi Chaerani. Terima kasih telah senantiasa memberikan doa, semangat, dan kekuatan dalam setiap langkah perjalanan yang peneliti lalui.
15. Teman-teman kelas D angkatan 2020 yang telah menjadi bagian dari perjalanan di bangku perkuliahan ini. Terima kasih atas kebersamaan, kerja sama, canda tawa, dan semangat yang selalu dibagikan selama masa perkuliaha hingga proses penyusunan skripsi ini.
16. Teman-teman seperjuangan, angkatan 2020 Fakultas Psikologi. Terima kasih telah menemani, berbagi semangat, menguatkan, serta dukungan yang membuat perjalann ini begitu tak terlupakan.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

17. Seluruh responden yang terlibat dalam penelitian ini. Terima kasih yang sebesar-besarnya telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan data dengan jujur, sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.

18. Tak lupa untuk diri sendiri. Terima kasih untuk diri saya sendiri yang telah bertahan sejauh ini, menerpa hujan badai yang datang, tetap berusaha meskipun sering merasa lelah, ragu, dan ingin menyerah. Terima kasih karena sudah memilih untuk terus melangkah dan tidak berhenti di tengah jalan.

Akhir kata, sebagai seorang pembelajar, peneliti menyadari adanya ketidaksempurnaan dalam karya ilmiah ini. Oleh karena itu, peneliti berharap dengan segala keterbukaan dan kerendahan hati peneliti akan menerima segala kritikan, saran, komentar, dan diskusi yang membangun untuk penelitian ini. Peneliti berharap penelitian ini sudah sesuai dengan standar penelitian dalam psikologi dan bisa bermanfaat untuk perkembangan ilmu dan umat manusia.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Pekanbaru, 2026

UIN SUSKA RIAU

Peneliti



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta dilindungi undang-undang
State Islamic University of Sultan Saifuddin Syarif Kasim Riau

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
PENGESAHAN PENGUJI	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
MOTTO	iv
LEMBAR PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Keaslian Penelitian	8
E. Manfaat Penelitian	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
A. <i>Psychological Well-Being</i>	13
1. Pengertian <i>Psychological Well-Being</i>	13
2. Dimensi Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	15
3. Faktor-faktor yang Memengaruhi <i>Psychological Well-Being</i>	18
B. Kebersyukuran.....	22
1. Pengertian Kebersyukuran.....	22
2. Aspek Kebersyukuran.....	24
C. Kerangka Berpikir	25
D. Hipotesis	30
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	31
A. Desain Penelitian	31
B. Identifikasi Variabel.....	31
C. Definisi Operasional	32



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau	1. <i>Psychological Well-Being</i>	32
	2. Kebersyukuran.....	32
	D. Subjek Penelitian	33
	1. Populasi Penelitian	33
	2. Sampel Penelitian	33
	3. Teknik Sampling.....	34
	E. Metode Pengumpulan Data.....	35
	F. Validitas dan Reliabilitas	37
	1. Uji Coba Alat Ukur.....	37
	2. Uji Validitas	37
	3. Uji Daya Beda Diskriminasi.....	38
	4. Uji Reliabilitas.....	40
	G. Teknik Analisis Data.....	41
	H. Jadwal Penelitian	41
	BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	42
	A. Pelaksanaan Penelitian.....	42
	B. Hasil Penelitian.....	43
	1. Deskripsi Subjek Penelitian.....	43
	2. Uji Asumsi	44
	3. Uji Hipotesis	46
	C. Analisis Tambahan.....	47
	D. Pembahasan	52
	BAB V PENUTUP	58
	A. Kesimpulan.....	58
	B. Saran	58
	DAFTAR PUSTAKA.....	60
	LAMPIRAN	65



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 <i>Blue print</i> Skala <i>Psychological Well-Being</i>	35
Tabel 3. 2 <i>Blue print</i> Skala Kebersyukuran	36
Tabel 3. 3 <i>Blue print</i> Skala <i>Psychological Well-Being</i> (setelah try out).....	39
Tabel 3. 4 <i>Blue print</i> Skala <i>Psychological Well-Being</i> (untuk riset).....	39
Tabel 3. 5 <i>Blue print</i> Skala Kebersyukuran (setelah try out)	40
Tabel 3. 6 <i>Blue print</i> Skala Kebersyukuran (untuk riset).....	40
Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas	41
Tabel 3. 8 Jadwal Penelitian.....	41
Tabel 4. 1 Gambaran Subjek Penelitian	43
Tabel 4. 2 Hasil Uji Normalitas.....	45
Tabel 4. 3 Hasil Uji Linearitas	46
Tabel 4. 4 Hasil Uji Hipotesis	47
Tabel 4. 5 Rumus Kategorisasi.....	48
Tabel 4. 6 Gambaran Hipotetik dan Empirik Variabel Kebersyukuran.....	48
Tabel 4. 7 Kategorisasi Variabel Kebersyukuran	49
Tabel 4. 8 Gambaran Hipotetik dan Empirik Variabel <i>Psychological Well-Being</i>	50
Tabel 4. 9 Kategorisasi Variabel <i>Psychological Well-Being</i>	50
Tabel 4.10 Uji Korelasi Aspek Kebersyukuran dan <i>Psychological Well-Being</i>	52



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	Lembar Validasi Alat Ukur.....	65
Lampiran B	Alat Ukur <i>Try Out</i>	90
Lampiran C	Data Demografi Data <i>Try Out</i>	98
Lampiran D	Tabulasi Data <i>Try Out</i>	104
Lampiran E	Hasil Uji Reliabilitas Dan Daya Beda Aitem.....	113
Lampiran F	Alat Ukur Penelitian	120
Lampiran G	Data Demografi Subjek Penelitian	126
Lampiran H	Tabulasi Data Penelitian	143
Lampiran I	Hasil Uji Asumsi	156
Lampiran J	Hasil Uji Hipotesis.....	158
Lampiran K	Analisis Tambahan.....	160
Lampiran L	Surat Penelitian	163



HUBUNGAN KEBERSYUKURAN DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA MAHASISWA YANG KULIAH SAMBIL BEKERJA

Salsabila Oschika Putri

Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

e-mail: salsabila.oschika@gmail.com

Abstrak

Mahasiswa yang bekerja menghadapi tantangan ganda dari tuntutan akademik dan pekerjaan yang dapat memengaruhi *psychological well-being*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebersyukuran dengan *psychological well-being* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek dalam penelitian ini adalah 205 mahasiswa yang bekerja dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan meliputi skala *Islamic Gratitude Scale* (IGS-10) dan *Ryff's Psychological Well-Being Scale* (RPWB). Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara kebersyukuran dengan *psychological well-being* dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,517. Kebersyukuran memberikan kontribusi sebesar 26,7% terhadap *psychological well-being*. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kebersyukuran yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being* mahasiswa. Temuan ini menunjukkan bahwa kebersyukuran berperan penting sebagai faktor pelindung psikologis bagi mahasiswa yang bekerja dalam menghadapi tekanan peran ganda.

Kata kunci: kebersyukuran, *psychological well-being*, mahasiswa yang kuliah sambil bekerja

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

THE RELATIONSHIP BETWEEN GRATITUDE AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF WORKING STUDENTS

Salsabila Oschika Putri

Faculty of Psychology, Sultan Syarif Kasim Riau State Islamic University

e-mail: salsabila.oschika@gmail.com

Abstract

Working students face the dual challenges of academic demands and employment, which can influence their psychological well-being. This study aims to determine the relationship between gratitude and psychological well-being of working students. This study uses a quantitative approach with correlational design. The subjects in this study were 205 working students using purposive sampling techniques. The instruments used include the Islamic Gratitude Scale (IGS-10) and Ryff's Psychological Well-Being (RPWB). The correlation analysis results showed that there was a positive relationship between gratitude and psychological well-being with a significance value of 0,000 and a correlation coefficients value of 0,517. Gratitude contributed 26,7% to psychological well-being. Thus, it can be concluded that the higher the level of gratitude among students, the higher their level of psychological well-being. These findings indicate that gratitude plays an important role as a psychological protective factor for working students in coping with the pressures of dual roles.

Keywords: gratitude, psychological well-being, working students



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan individu yang memiliki peranan besar di lingkungan perkuliahan. Mahasiswa adalah istilah yang mengacu pada individu yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi, baik itu di institusi pendidikan negeri, swasta, atau lembaga lain yang sebanding dengan perguruan tinggi (Tarwiyah dkk., 2020). Mahasiswa sendiri dituntut untuk melakukan perannya sebaik mungkin karena mahasiswa merupakan calon pemimpin dan kekuatan terbesar dalam perubahan bangsa. Peran utama seorang mahasiswa adalah melaksanakan dan mengikuti berbagai aktivitas akademik selama menempuh pendidikan di perguruan tinggi, serta menyelesaikan studi dalam jangka waktu yang telah ditentukan (Homaedi, 2022). Namun dalam pelaksanaan peranannya di dunia perkuliahan, mahasiswa sering kali menghadapi dilema dalam melaksanakan kewajibannya dikarenakan aktivitas lain yang mahasiswa lakukan. Selain kegiatan akademik tersebut, mahasiswa juga sering terlibat dalam beragam aktivitas di luar perkuliahan, salah satunya ialah bekerja (Febrianti dkk., 2020).

Kuliah sambil bekerja merupakan hal yang wajar terjadi di lingkungan mahasiswa. Kebutuhan hidup mahasiswa saat mereka dewasa mengharuskan mereka untuk belajar hidup mandiri dan tidak bergantung pada orang tua (Assholekhah dkk., 2023). Menurut Oktaviani (2019) mahasiswa cenderung memilih pekerjaan paruh waktu karena jadwal yang lebih fleksibel dibandingkan dengan bekerja penuh waktu. Salah satu upaya yang dilakukan mahasiswa ialah



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dengan bekerja, sehingga muncul fenomena peran ganda mahasiswa yaitu menjalani kuliah sambil bekerja (Homaedi, 2022). Pekerja penuh waktu umumnya bekerja sekitar 40 jam per minggu, sedangkan pekerja paruh waktu bekerja dalam durasi yang lebih singkat, yaitu sekitar 3 hingga 5 jam per hari, tergantung pada jenis pekerjaan yang dilakukan (Alvinnaja dan Suwarno, 2020). Jenis pekerjaan yang ditekuni mahasiswa pun beragam dengan durasi yang variatif. Pekerjaan yang dipilih pun beragam, ada yang menjadi tenaga pengajar, jasa layanan perbaikan, pelayan di restoran, *driver* ojek online, pekerja barbershop, dan lain sebagainya (Ardianto, Halimah, dan Susilowati, 2021).

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) melalui Databoks (2021) melaporkan bahwa pada tahun 2020, sekitar 6,98% siswa berusia 10 hingga 24 tahun menjalani aktivitas belajar sambil bekerja. Pada tahun 2019 di Indonesia juga terdapat sekitar 2,2 juta mahasiswa yang menjalani kuliah sambil bekerja (Quora (2021). Pada tingkat lokal, penelitian Rahayu dkk. (2024) menemukan bahwa terdapat sekitar 200 mahasiswa di Kota Pekanbaru yang menjalani kuliah sambil bekerja. Fenomena ini menunjukkan bahwa semakin banyak individu, yang memilih untuk menggabungkan pendidikan dengan pekerjaan. Hal tersebut dipengaruhi oleh berbagai situasi, seperti untuk memenuhi kebutuhan ekonomi, mendapatkan pengalaman baru, atau bahkan dijadikan sebagai hobi untuk memperluas relasi (Puspita, 2023).

Dibalik situasi itu dapat kita lihat sisi positif dari dampak yang diberikan kepada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Selain mengasah kemandirian dan memberikan keuntungan finansial, mahasiswa yang kuliah sambil bekerja juga



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mendapatkan wadah untuk mengembangkan diri, mendapatkan pengalaman baru dan mampu lebih visioner dengan memiliki visi dan misi ke depan mengenai dunia pekerjaan (Supartono dkk., 2023). Selain dampak positif, kuliah sambil bekerja juga dapat memberikan dampak negatif bagi mahasiswa dan hal ini merupakan hal yang wajib diwaspadai bagi setiap mahasiswa yang bekerja. Terdapat beberapa masalah yang muncul saat kuliah sambil bekerja, seperti adanya kelalaian dalam menjalankan tugas sebagai mahasiswa, resiko kelelahan fisik yang dapat mempengaruhi performa dalam menjalankan kegiatan akademik, hingga kesulitan membagi waktu antara kuliah dan bekerja yang dapat menyebabkan fokus terbagi sehingga kualitas belajar dan bekerja menurun (Dharmawan, 2024). Dari dampak negatif tersebut, mahasiswa yang menjalani kuliah sambil bekerja lebih mudah mengalami stres. Dengan tuntutan dari dunia kerja dan perkuliahan, mahasiswa sering kali dihadapkan dengan situasi di mana mereka harus menentukan prioritas utama, yang sering kali memicu stres (Ferdiawan dkk., 2020).

Melihat tuntutan ganda dalam peran akademik dan pekerjaan diperlukan suatu kondisi psikologis yang stabil dan adaptif agar mahasiswa mampu bertahan dan berfungsi secara optimal dalam kedua ranah tersebut. *Psychological well-being* menjadi aspek penting yang memungkinkan individu untuk tetap berfungsi secara sehat dan adaptif. Menurut Ryff dan Keyes (1995) *psychological well-being* adalah kondisi optimal fungsi psikologis seseorang, yang tercermin dari kemampuan individu untuk menerima diri, menjalin hubungan positif, menjalani hidup yang bermakna, bertumbuh secara pribadi, dan mampu mengelola lingkungan dengan efektif. Hal ini menunjukkan *psychological well-being* mengacu pada kualitas



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kesejahteraan psikologis yang lebih dari sekadar terbebas dari stres tapi juga mencakup kemampuan individu untuk bertumbuh secara optimal, hidup dengan tujuan, serta menjalin hubungan yang bermakna, namun tidak semua mahasiswa yang menjalani peran ganda memiliki tingkat *psychological well-being* yang memadai. Penelitian oleh Ritimiani dkk. (2023) menunjukkan bahwa mahasiswa yang menjalani peran ganda sebagai pelajar sekaligus pekerja kerap mengalami kesulitan mengatur waktu antara kuliah dan pekerjaan yang berdampak pada rendahnya tingkat *psychological well-being*.

Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang menjalani peran ganda sebagai pelajar sekaligus pekerja memiliki tingkat *psychological well-being* yang lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak bekerja. Penelitian oleh Saputra (2023) pada 100 mahasiswa psikologi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya menemukan perbedaan yang signifikan dalam *psychological well-being* antara mahasiswa yang kuliah sambil bekerja dan yang tidak bekerja, dengan mahasiswa pekerja menunjukkan tingkat *psychological well-being* yang lebih rendah. Penelitian lain oleh Kurniasari (2019), pada mahasiswa Pendidikan Akuntansi Universitas Pendidikan Indonesia Bandung juga melaporkan bahwa 38% mahasiswa berada pada kategori *psychological well-being* rendah dengan dimensi kemandirian dan pertumbuhan pribadi sebagai dua dimensi dengan tingkat ketercapaian rendah yaitu sebesar 57%. Selain itu, penelitian Safitri dan Ningsih (2023) pada 103 mahasiswa di Bukittinggi menunjukkan bahwa 16,5% responden berada pada kategori rendah, 79,6% kategori sedang, dan 3,9% kategori tinggi. Temuan-temuan tersebut memperlihatkan bahwa mahasiswa yang kuliah sambil



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

bekerja masih memiliki tingkat *psychological well-being* yang cenderung rendah dan belum mencapai optimal pada beberapa dimensinya. Sedangkan, menurut Ryff dan Singer (2008), *psychological well-being* yang tinggi itu mencakup enam dimensi penting, yaitu kemampuan menerima diri sendiri, membangun hubungan positif dengan orang lain, bersikap mandiri, mengelola lingkungan dengan efektif, memiliki tujuan hidup yang jelas, dan terus meningkatkan potensi diri.

Mahasiswa dengan tingkat *psychological well-being* yang rendah sering mengalami kesulitan dalam mengelola kehidupan sehari-hari. Mahasiswa juga sering merasa tidak bisa memengaruhi atau memperbaiki kualitas lingkungan sekitar dan tidak memiliki kendali yang baik atas keadaan mereka (Sari dkk., 2022). Sebaliknya, mahasiswa dengan *psychological well-being* yang tinggi lebih mampu merasakan perasaan senang, interaksi yang baik dengan orang lain dan puas akan kehidupannya (Tacasily, 2021). Apabila mahasiswa bisa menerapkan dimensi-dimensi yang ada dalam *psychological well-being*, maka mahasiswa akan mampu menjalani kehidupan dan menghadapi suatu situasi atau kondisi dengan memiliki energi positif dalam dirinya dan juga mampu menerima kemampuan psikologisnya (Sesarelia dkk., 2024). Adapun *psychological well-being* dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti dukungan sosial, religiusitas, status sosial, ekonomi, dan rasa syukur. Salah satu faktor penting tersebut adalah kebersyukuran, karena kemampuan bersyukur membantu individu membentuk perspektif positif terhadap peristiwa yang terjadi dalam hidup (Anjani dkk., 2020).

Kebersyukuran adalah perasaan positif yang disertai apresiasi, kebahagiaan dan rasa terima kasih atas hal yang didapatkan. Listiyandini dkk. (2015)



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

mengungkapkan syukur adalah perasaan berterima kasih, kebahagiaan, dan penghargaan atas segala yang diterima dalam hidup, baik dari Tuhan, sesama manusia, makhluk lain, maupun alam semesta, yang pada akhirnya mendorong seseorang untuk membalas kebaikan tersebut dengan melakukan tindakan serupa sesuai dengan apa yang ia terima. Menurut McCullough dan Emmons (2002) *gratitude* atau kebersyukuran adalah cara mengungkapkan perasaan yang tercermin dalam tindakan, kebiasaan, sifat kepribadian, dan tindakan yang bermoral, yang pada akhirnya dapat memengaruhi respons atau reaksi individu saat mengatasi keadaan. Kebersyukuran berkaitan erat dengan *psychological well-being* karena individu yang bersyukur cenderung lebih mampu menghargai aspek positif maupun negatif dalam hidup mereka. Hal ini selaras dengan penelitian Chintya (2016) yang menemukan hubungan yang signifikan antara rasa syukur atau *gratitude* dan *psychological well-being* mahasiswa UKSW yang bekerja penuh waktu di kampus. Semakin tinggi tingkat rasa syukur, semakin tinggi pula *psychological well-being* mahasiswa tersebut, dan demikian pula sebaliknya.

Pada konteks mahasiswa yang kuliah sambil bekerja, kebersyukuran tercermin dari cara mereka melaksanakan tugas dengan baik, serta dapat menjalankan tanggung jawab mereka dengan mensyukuri apa yang mereka lakukan. Dengan adanya kebersyukuran seseorang akan merasa lebih baik dalam menjalani kehidupannya (Safitri & Ningsih, 2023). Penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan kebersyukuran telah dilakukan oleh Sari & Maryam (2022) yang menyatakan bahwa mahasiswa yang bekerja di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo umumnya memiliki *gratitude* dalam kategori sedang dan rendah, yang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

berdampak pada *psychological well-being* mahasiswa. Sehingga dalam hal ini diketahui bahwa tingginya tingkat kebersyukuran dapat memengaruhi *psychological well-being* mahasiswa yang kuliah sambil bekerja.

Pentingnya dilakukan penelitian ini karena mahasiswa yang bekerja sambil kuliah sering dihadapkan pada tekanan akademis, tuntutan pekerjaan, dan keterbatasan waktu untuk mengurus diri sendiri. Kondisi ini dapat memengaruhi *psychological well-being* mahasiswa, termasuk tingkat stres, kepuasan hidup, dan kemampuan untuk menjalani kehidupan sehari-hari dengan baik. Kebersyukuran sebagai salah satu bentuk sikap positif yang diyakini mampu membantu kapasitas mahasiswa untuk menghadapi tantangan, mengelola stres, dan mempertahankan keseimbangan emosi. Sejalan dengan penelitian Ritmiani (2021) yang menyatakan bahwa kebersyukuran menjadi penting untuk membantu mahasiswa lebih sejahtera, mampu berpikir positif tentang kondisinya dan tentu membangun kemandirian serta pengembangan diri sesuai aspek-aspek dalam *psychological well-being*. Dengan demikian, penelitian ini dapat membantu mahasiswa mengembangkan strategi psikologis yang dapat mengoptimalkan kualitas hidup dan ketahanan mental di tengah tantangan peran ganda sebagai pelajar dan pekerja.

Berdasarkan uraian latar belakang, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Kebersyukuran dengan *Psychological Well-Being* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja”.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan dalam latar belakang, peneliti merumuskan fokus masalah penelitian sebagai berikut: “Apakah ada hubungan kebersyukuran dengan *psychological well being* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah disampaikan, penelitian ini bertujuan adalah untuk mengetahui hubungan kebersyukuran dengan *psychological well being* pada mahasiswa yang menjalani kuliah sambil bekerja.

D. Keaslian Penelitian

Beberapa penelitian sebelumnya yang membahas topik serupa dengan penelitian yang sedang dilakukan oleh peneliti ataupun memiliki perbedaan dari segi jumlah subjek, teknik analisis yang digunakan, dan lokasi penelitian. Penelitian yang akan dilakukan yakni “Hubungan kebersyukuran dengan *psychological well being* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja”.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Safitri dan Ningsih (2023) yang meneliti “Hubungan Antara *Gratitude* dengan *Psychological Well Being* Mahasiswa Yang Kuliah Sambil Bekerja”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *gratitude* dengan *psychological well being* yang signifikan pada mahasiswa yang bekerja. Persamaan pada penelitian ini terletak pada variabel bebas dan terikat yang digunakan. Sedangkan perbedaannya terletak pada subjek dan lokasi penelitian yang mana subjek dan lokasi penelitian dari Safitri pada mahasiswa yang bekerja di Kota Bukittinggi, sedangkan subjek dan



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

lokasi penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah mahasiswa yang kuliah sambil bekerja di Kota Pekanbaru. Selain itu perbedaan juga terdapat pada alat ukur yang digunakan, pada penelitian Safitri untuk variabel bebas (*gratitude*) menggunakan alat ukur yang mengacu pada teori McCullough dkk. (2002), sedangkan pada penelitian ini menggunakan alat ukur *islamic gratitude scale* yang mengacu pada teori Rusdi (2016).

Penelitian yang telah dilakukan Sari dan Maryam (2022) yang meneliti “Hubungan Antara *Gratitude* dengan *Psychological Well Being* Mahasiswa Pekerja di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *Gratitude* dengan *Psychological Well-being* pada mahasiswa pekerja. Persamaan pada penelitian ini terletak pada variabel bebas dan terikat yang digunakan. Perbedaannya terletak pada subjek dan lokasi penelitian yang digunakan, pada penelitian terdahulu subjek dan lokasi penelitian pada mahasiswa pekerja di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, sedangkan subjek dan lokasi penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu mahasiswa yang kuliah sambil bekerja di Kota Pekanbaru. Selain itu perbedaan terdapat pada skala penelitian yang digunakan, pada penelitian terdahulu untuk variabel bebas (*gratitude*) menggunakan skala *gratitude* yang mengacu pada aspek-aspek *gratitude* Al-Fauzan, sedangkan pada penelitian ini menggunakan alat ukur *islamic gratitude scale* yang mengacu pada teori Rusdi (2016)

Penelitian yang telah dilakukan Cholili, Fathurrohman, Nursyahbani, Asutik, dan Wardah (2023) yang berjudul “Pengaruh *Gratitude* (Kebersyukuran) dalam Islam Terhadap *Psychological Well Being* pada Mahasiswa Tingkat Akhir”.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *gratitude* atau rasa syukur memiliki hubungan positif dengan *psychological well being* atau kesejahteraan psikologis pada mahasiswa tingkat akhir. Persamaan pada penelitian ini terletak pada variabel bebas dan terikat yang digunakan. Sedangkan perbedaannya terletak pada subjek dan lokasi penelitian yang digunakan, pada penelitian Cholili subjek dan lokasi penelitian ialah mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengikuti perkuliahan di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, sedangkan subjek dan lokasi penelitian yang dilakukan peneliti ialah mahasiswa yang kuliah sambil bekerja di Pekanbaru. Selain itu perbedaan juga terdapat pada metode penelitiannya, penelitian yang dilakukan Cholili merupakan kuantitatif dengan pendekatan analisis deskriptif, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti menggunakan kuantitatif korelasional

Penelitian yang telah dilakukan Anjani, Rasyidin, dan Ulpa (2020) yang meneliti “Hubungan Antara Rasa Syukur dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Yang Kuliah Sambil Bekerja *Part-Time*”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara rasa syukur dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja *part-time*. Persamaan dari penelitian ini terletak pada variabel bebas dan terikat yang digunakan. Sedangkan perbedaannya terletak pada subjek dan lokasi penelitian yang digunakan, pada penelitian Anjani subjek dan lokasi penelitian merupakan mahasiswa fakultas ushuluddin angkatan 2017 yang kuliah sambil bekerja *part time*, sedangkan subjek dan lokasi penelitian yang dilakukan peneliti ialah mahasiswa yang kuliah sambil bekerja di Pekanbaru.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Penelitian yang telah dilakukan Fauziyah dan Abidin (2020) yang meneliti “Hubungan Antara *Gratitude* dengan *Psychological Well Being* Pada Mahasiswa Bidikmisi Angkatan 2016 Universitas Diponegoro Semarang”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *gratitude* dengan *psychological well being* pada mahasiswa Bidikmisi angkatan 2016 Universitas Diponegoro Semarang. Persamaan dari penelitian ini terletak pada variabel bebas dan terikat yang digunakan. Perbedaan terletak pada subjek dan lokasi penelitian yang digunakan, pada penelitian Fauziyah subjek dan lokasi penelitiannya merupakan mahasiswa S1 angkatan 2016 Universitas Diponegoro yang menerima program Bidikmisi, sedangkan subjek dan lokasi penelitian yang dilakukan peneliti ialah mahasiswa yang kuliah sambil bekerja di Pekanbaru

Berdasarkan pemaparan diatas, penelitian-penelitian terdahulu memiliki kemiripan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu sama-sama menggunakan variabel bebas kebersyukuran dan variabel terikat *psychological well being*. Namun, penelitian yang akan dilakukan juga memiliki perbedaan pada subjek, lokasi dan alat ukur penelitian.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik dalam aspek teoritis maupun praktis, yaitu:

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman serta memberikan kontribusi ilmiah terhadap kemajuan ilmu psikologi klinis yang berhubungan dengan kebersyukuran dan *psychological well being*.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan dan informasi kepada mahasiswa terutama yang sedang bekerja mengenai kebersyukuran yang akan berdampak pada *psychological well being*.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. *Psychological Well-Being*

1. Pengertian *Psychological Well-Being*

Ryff (1989) mengembangkan model *psychological well-being* berdasarkan perspektif eudaimonik yang menekankan aktualisasi diri dan perkembangan pribadi. Menurut Ryff (1989) *psychological well-being* tidak cukup hanya dengan merasa senang atau puas, tetapi juga mencakup bagaimana individu berkembang secara holistik dan hidup dengan tujuan yang bermakna. Pendekatan eudomonik dianggap lebih komprehensif karena tidak hanya mengukur kondisi emosional sesaat, tetapi juga menyangkut kualitas hidup jangka panjang yang berakar pada nilai, relasi sosial, dan pertumbuhan pribadi.

Ryff dan Singer (2008) *psychological well-being* adalah konsep *eudaimonic* yang berfokus pada *self-realization*, pengembangan potensi individu, dan fungsi optimal manusia melalui enam dimensi, yang mencakup penerimaan diri (*self acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*), pertumbuhan pribadi (*personal growth*), tujuan hidup (*purpose in life*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), kemandirian (*autonomy*).

Menurut Ryff (dalam Putri dan Viani, 2024) *psychological well-being* merupakan situasi dimana individu mampu menerima dirinya sendiri apa adanya, mampu menjalin ikatan yang hangat dengan individu lainnya,

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial, bisa mengontrol lingkungan diluar dirinya, memiliki tujuan hidup, dan mampu mewujudkan potensi dirinya secara berkelanjutan.

Selanjutnya menurut pendapat Derang (2023) *psychological well-being* merupakan manifestasi dari pencapaian optimal kemampuan individu, di mana seseorang mampu menerima kekurangan dan kelebihanannya, dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya, menciptakan hubungan positif dengan orang lain, serta terus mengembangkan potensi diri.

Menurut Ryff (1995) *psychological well-being* didefinisikan sebagai pencapaian kemampuan psikologis seseorang. Hal ini mencakup situasi di mana seseorang dapat memiliki tujuan yang jelas dalam hidup, memiliki hubungan sosial yang positif, menjadi individu yang memiliki kemandirian, dapat mengendalikan lingkungannya, menerima kelebihan dan kekurangan dirinya dengan lapang, dan terus berkembang secara pribadi.

Pendapat lain dari Agustina dan Widyastuti (2021) menyatakan bahwa *psychological well-being* berfokus pada pencapaian karakteristik tertinggi dari kesejahteraan manusia, yaitu mencapai kesempurnaan dengan mewujudkan potensi diri secara tepat. Hal ini tidak hanya berkaitan dengan kebahagiaan atau kepuasan atas pemenuhan keinginan yang dianggap benar atau salah.

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa *psychological well-being* adalah kemampuan individu dalam

mengoptimalkan fungsi psikologis yang tercermin melalui penerimaan diri, kemandirian dalam menghadapi masalah, memiliki tujuan hidup yang jelas, menjalin hubungan positif dengan orang lain, mampu mengendalikan lingkungan, serta terus mengembangkan potensi diri.

2. Dimensi Dimensi *Psychological Well-Being*

Menurut Ryff (1989) terdapat enam dimensi *psychological well-being* diantaranya:

a. Penerimaan Diri (*Self Acceptance*)

Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik yaitu yang memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kelebihan dan kekurangan, serta merasa positif tentang kehidupan masa lalu. Sementara, individu yang memiliki penerimaan diri yang rendah yaitu individu yang merasa tidak puas dengan diri sendiri, kecewa dengan apa yang terjadi dalam kehidupan masa lalu, merasa terganggu dengan beberapa kualitas pribadi, dan ingin menjadi berbeda dari apa yang dia miliki.

b. Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive Relations with Others*)

Kemampuan individu dalam memiliki hubungan hangat, memuaskan, saling percaya dengan orang lain, peduli terhadap kesejahteraan orang lain, mampu menunjukkan empati yang kuat, kasih sayang, dan kedekatan, serta memahami dinamika saling memberi dan menerima dalam hubungan antar manusia termasuk ke dalam skor tinggi. Sementara itu, individu yang termasuk dalam skor rendah yaitu

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

memiliki sedikit hubungan dekat dengan orang lain, kesulitan untuk bersikap hangat, terbuka dan peduli terhadap orang lain, merasa terisolasi dan frustrasi dalam hubungan interpersonal, tidak bersedia membuat kompromi untuk mempertahankan hubungan penting dengan orang lain.

c. Kemandirian (*Autonomy*)

Individu yang memiliki kemandirian yang baik yaitu mandiri dan berdaya saing, mampu menahan tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak dengan cara tertentu, mengatur perilaku dari dalam diri, serta mengevaluasi diri berdasarkan standar pribadi. Sedangkan individu yang memiliki kemandirian rendah yaitu individu yang khawatir tentang harapan dan penilaian orang lain, bergantung pada penilaian orang lain untuk mengambil keputusan penting, menyesuaikan diri dengan tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak dengan cara tertentu.

d. Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*)

Individu yang memiliki penguasaan lingkungan yang tinggi dicirikan dengan memiliki rasa penguasaan dan kompetensi dalam mengelola lingkungan, mampu mengendalikan berbagai aktivitas eksternal yang kompleks, memanfaatkan peluang disekitar dengan efektif, mampu memilih atau menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai pribadi. Sedangkan individu yang memiliki penguasaan lingkungan yang rendah dicirikan dengan kesulitan dalam mengelola urusan sehari-hari, merasa tidak mampu mengubah atau memperbaiki

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

konteks disekitar, tidak menyadari peluang disekitar, serta kurang rasa pengendalian atas dunia eksternal.

e. Tujuan Hidup (*Purpose in Life*)

Individu yang memiliki tujuan hidup adalah mereka yang memiliki tujuan dan arah hidup yang jelas, merasa ada makna dalam kehidupan saat ini ataupun masa lalu, memiliki keyakinan yang memberikan tujuan hidup, memiliki tujuan dan sasaran dalam hidup. Sementara itu, individu yang tidak memiliki tujuan hidup adalah mereka yang tidak memiliki rasa makna dalam hidup, memiliki sedikit tujuan, tidak memiliki arah, tidak melihat tujuan dari kehidupan masa lalu, tidak memiliki pandangan atau keyakinan yang memberikan makna hidup.

f. Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*)

Individu dengan tingkat pertumbuhan pribadi yang tinggi ditandai dengan merasa terus berkembang, melihat diri sendiri sebagai individu yang terus tumbuh dan berkembang, terbuka terhadap pengalaman baru, memiliki rasa bahwa potensi dirinya terwujud, melihat perbaikan pada diri dan perilaku seiring waktu, mengalami perubahan yang mencerminkan pemahaman diri yang lebih dalam dan efektivitas. Di sisi lain, individu dengan tingkat pertumbuhan pribadi yang rendah ditandai dengan memiliki perasaan stagnasi pribadi, kurang memiliki perasaan perbaikan atau perkembangan seiring waktu, merasa bosan dan tidak tertarik dengan kehidupan, serta merasa tidak mampu mengembangkan sikap atau perilaku baru.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan pemaparan dimensi *psychological well-being* yang telah dijelaskan, dapat ditarik kesimpulan bahwa dimensi-dimensi *psychological well-being* terbagi menjadi enam kategori yaitu penerimaan diri (*self acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*).

3. Faktor-faktor yang Memengaruhi *Psychological Well-Being*

Menurut penelitian yang dilakukan oleh para ahli, ditemukan beberapa faktor yang dapat memengaruhi *psychological well-being*, di antaranya:

1. Usia

Menurut Ryff (1995) pada kelompok usia seiring bertambahnya usia terdapat penurunan pada aspek tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi, sedangkan pada aspek penguasaan lingkungan dan otonomi terjadi peningkatan seiring bertambahnya usia, kemudian pada aspek penerimaan diri tidak terdapat perbedaan dan hubungan positif dengan orang lain bisa tetap sama atau meningkat. Sejalan dengan penelitian Oruh dkk. (2019), individu yang berada dalam usia dewasa madya (30-64 tahun) memiliki skor tinggi dalam beberapa dimensi tertentu seperti penguasaan lingkungan, *autonomy*, dan hubungan positif dengan orang

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

lain sementara pada dimensi pertumbuhan pribadi, tujuan hidup, dan penerimaan diri mendapat skor rendah.

2. Jenis kelamin

Menurut Ryff (1995) ditemukan bahwa perempuan memiliki kemampuan yang lebih tinggi dalam membina hubungan positif dengan orang lain dan memiliki pertumbuhan pribadi yang lebih baik daripada laki-laki. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Oruh dkk. (2019) yang mana subjek pria memiliki skor dimensi hubungan positif dengan orang lain yang lebih rendah dibandingkan subjek perempuan, sehingga perempuan cenderung memiliki skor kesejahteraan psikologis yang lebih baik

3. Dukungan Sosial

Dukungan sosial diartikan sebagai perasaan nyaman, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan dan diberikan seseorang dari berbagai sumber, seperti pasangan, keluarga, sahabat, rekan kerja, dan organisasi sosial (Ryff, 1989). Penelitian oleh Kurniawan & Eva (2020) menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan yang positif dan signifikan terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa rantau. Dalam penelitian ini, mahasiswa dengan dukungan sosial yang tinggi, baik dari teman, keluarga, cenderung memiliki tingkat *psychological well-being* yang lebih tinggi. Dukungan sosial berperan sebagai pelindung terhadap stresor yang dihadapi selama masa

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

perantauan dan membantu individu berfungsi secara positif dalam kehidupan sehari-hari.

4. Religiusitas

Agama dan spiritualitas sangat memengaruhi *psychological well-being*. Hal ini menunjukkan hubungannya yang kuat dengan cara seseorang berhubungan dengan tuhan ketika menghadapi tantangan hidup. Orang-orang yang sangat religius akan lebih mampu melihat semua yang terjadi dengan cara yang positif, membuat hidup lebih bermakna, dan hidup bersama di lingkungan dengan damai. Individu juga akan mampu menghadapi tantangan hidup dan tidak menderita kesepian (Ryff, 1989). Penelitian dari Kosasih dkk. (2022) mengungkapkan bahwa religiusitas juga berpengaruh signifikan terhadap *psychological well-being*. Berdasarkan penelitian tersebut, ditemukan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang, maka semakin tinggi pula *psychological well-being*. Religiusitas, khususnya yang bersifat intinsik seperti praktik keagamaan sehari-hari dan makna hidup yang berlandaskan nilai-nilai spiritual, dapat membantu individu mengatasi tekanan emosional dan membentuk pandangan hidup yang positif.

5. Kebersyukuran

Penelitian Anjani (2020) menunjukkan bahwa rasa syukur (kebersyukuran) menjadi salah satu faktor yang dapat memengaruhi *psychological well-being*. Rasa syukur mampu menciptakan suatu pandangan positif terhadap peristiwa yang terjadi dalam hidup.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Selanjutnya penelitian dari Safitri dan Ningsih (2023) juga menunjukkan bahwa kebersyukuran (*gratitude*) merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi *psychological well-being*. Kebersyukuran membantu mahasiswa memandang pengalaman hidup secara positif, termasuk dalam menghadapi tuntutan akademik dan pekerjaan.

6. Optimisme

Sari dan Eva (2021) melalui penelitiannya menyatakan bahwa optimisme, yaitu keyakinan seseorang terhadap hasil baik yang akan dicapai di masa depan, berperan penting dalam mendukung *psychological well-being*. Individu yang optimis memiliki kemampuan lebih besar dalam menghadapi tekanan, menjaga emosi, dan melihat masa depan secara positif.

7. *Self Compassion*

Berdasarkan penelitian dari Wardi dan Ningsih (2021) *self compassion* merupakan unsur yang dibutuhkan dalam membangun aspek *psychological well-being*. Untuk mencapai *psychological well-being* yang optimal, individu harus mampu mengelola emosi negatifnya serta memberikan ruang untuk mengumpulkan kembali emosi positif agar individu dapat melepaskan diri dari tekanan yang dirasakan dan lebih siap dalam menghadapi tantangan baru.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

8. *Hardiness*

Penelitian dari Musriyah dkk. (2024) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada variabel *hardiness* terhadap variabel *psychological well-being* pada mahasiswa di Karawang. Mahasiswa yang memiliki *hardiness* tinggi cenderung dapat mengatasi tuntutan akademik dan tekanan yang dirasakan menjadi peluang untuk tumbuh dan berkembang, sehingga membantu mereka mengoptimalkan *psychological well being* (Musriyah dkk., 2024).

B. Kebersyukuran

1. Pengertian Kebersyukuran

Emmons dan Shelton (2002) memaknai *gratitude* (kebersyukuran) sebagai perasaan kagum, terima kasih, dan penghargaan terhadap kehidupan secara keseluruhan yang dapat diungkapkan kepada orang lain, maupun kepada alam semesta, Tuhan, atau makhluk non manusia seperti hewan. Selain itu, menurut Fitzgerald (1998) memaknai *gratitude* (kebersyukuran) sebagai emosi yang mencakup rasa apresiasi hangat terhadap seseorang atau sesuatu, rasa kebaikan hati terhadap individu atau benda, serta kecenderungan bertindak yang muncul dari apresiasi dan kebaikan hati tersebut. Sedangkan Emmons dan Stern (2013) kebersyukuran adalah keadaan kognitif afektif yang umumnya dikaitkan dengan persepsi bahwa seseorang telah menerima manfaat pribadi yang tidak secara sengaja dicari, layak, atau diperoleh, melainkan karena niat baik orang lain.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pendapat lain tentang kebersyukuran dikemukakan oleh McCullough dan Emmons (2002) yang memaknai kebersyukuran sebagai kecenderungan umum untuk mengenali dan merespon dengan emosi syukur terhadap peran kebaikan orang lain dalam pengalaman dan hasil positif yang diperoleh seseorang. Watkins dkk. (2003) memaknai kebersyukuran sebagai perasaan terima kasih atas kebaikan yang diterima dan rasa syukur sebagai sifat kecenderungan untuk mengalami keadaan ini. Kemudian Listiyandini dkk. (2015) mendefinisikan kebersyukuran sebagai perasaan berterima kasih, bahagia, serta apresiasi atas hal-hal yang diperoleh selama hidup, baik dari Tuhan, manusia, makhluk lain, dan alam semesta, yang kemudian mendorong seseorang untuk melakukan hal yang sama seperti yang ia dapatkan.

Kebersyukuran dalam perspektif Islam adalah rida dengan nikmat Allah kemudian mengekspresikannya dengan kebaikan (Rusdi, 2016). Selain itu, menurut Ali dkk. (2020) kebersyukuran dimaknai sebagai pengakuan atas nikmat Allah melalui perasaan hati, ucapan lisan, dan tindakan. Kata kebersyukuran banyak ditemukan di dalam Al-Qur'an, diantaranya dalam surah Ibrahim ayat 7 dan surah Al-Baqarah ayat 152 yang berbunyi:

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

Artinya: (Ingatlah) ketika Tuhanmu memaklumkan, “Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), sesungguhnya azab-Ku benar-benar sangat keras” (Ibrahim:7)

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ

Artinya: Maka ingatlah kepada-Ku, Aku pun akan ingat kepadamu. Bersyukurlah kepada-Ku dan janganlah kamu ingkar kepada-Ku (Al-Baqarah:152)

Menurut (Al-Fauzan dalam Safitri, 2023) menjelaskan syukur adalah ungkapan rasa terima kasih mendalam kepada Allah SWT atas nikmat dan karunia yang telah diterima. Rasa syukur ini dapat diekspresikan melalui berbagai cara, baik melalui hati yang tulus, ucapan lisan yang memuji, maupun melalui perbuatan yang mencerminkan ketaatan dan penghargaan terhadap nikmat tersebut.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa kebersyukuran sikap positif yang tercermin dalam penerimaan, penghargaan, dan rasa terima kasih atas segala nikmat baik besar maupun kecil yang dialami dalam kehidupan.

2. Aspek Kebersyukuran

Menurut Rusdi (2016) terdapat dua aspek kebersyukuran, yaitu syukur *dakhiliyah* (internal) dan syukur *kharijiyah* (eksternal).

1. Syukur *Dakhiliyah* (Internal)

Syukur *dakhiliyah* merupakan bentuk syukur yang bersifat internal, reseptif, menerima, rida, dan cenderung merupakan bagian dari proses awal. Sebagaimana dijelaskan bahwa terdapat beberapa proses syukur. Awal dari perilaku syukur adalah mengetahui nikmat (*ma'rifah al-ni'mah*). Dengan mengetahui suatu nikmat dari Allah, seseorang bisa

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

merasakan kadarnya, dari mana datangnya, mengenalinya, dan membedakannya. Proses kedua yaitu mengetahui bahwa nikmat tersebut berasal dari Allah. Jika orang mengetahui nikmat itu dari Allah, maka dia dapat mengekspresikan syukur itu dengan cinta kepada Allah. Proses ketiga, menerima nikmat (*qubul al-ni'mah*) tersebut dengan menampakkan kebutuhan akan nikmat tersebut. Proses keempat, memuji atas nikmat tersebut dengan tidak menutupinya dan kufur atasnya. Proses kelima, menggunakannya dengan yang diridai Allah dan menjauhi penggunaan nikmat yang dibenci Allah. Proses keenam, melakukan ketaatan sebagai bentuk syukur.

2. Syukur *Kharijiyah* (Eksternal)

Syukur *kharijiyah* merupakan bentuk ekspresi dan perilaku respon atas nikmat Allah yang dilakukan dengan lisan maupun perbuatan. Syukur tidak hanya diwujudkan dalam perasaan atau ucapan, tetapi juga dapat diekspresikan melalui tindakan nyata. Salah satu bentuk syukur dalam dimensi perbuatan adalah menggunakan nikmat yang dimiliki untuk melakukan kebaikan. Ibnu tamyiyah menjelaskan bahwa menyedekahkan harta merupakan contoh dari syukur, karena harta yang diterima sebagai nikmat dari Allah dimanfaatkan untuk membantu orang lain dan mendatangkan kebaikan.

C. Kerangka Berpikir

Penelitian ini mengkaji hubungan antara kebersyukuran dan *psychological well-being* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Penelitian ini



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menggunakan teori *psychological well-being* oleh Ryff (1989) dan teori kebersyukuran yang dikemukakan oleh Rusdi (2016). Kedua teori tersebut menjadi teori utama dalam penelitian ini.

Psychological well-being digambarkan sebagai kondisi optimal fungsi psikologis seseorang yang mencakup enam dimensi yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan perkembangan pribadi (Ryff, 1989). Individu dengan *psychological well-being* yang baik dapat menerima segala kekurangan dan kelebihan dirinya, mandiri, mampu membina hubungan positif dengan orang lain, serta dapat menguasai lingkungan sesuai dengan kondisi psikologisnya (Ryff dan Keyes, 1995). Namun, dalam kenyataannya tidak semua individu, termasuk mahasiswa yang menjalani peran ganda mampu mempertahankan *psychological well-being* tersebut dengan mudah.

Mahasiswa yang menjalani peran ganda sebagai pelajar sekaligus pekerja menghadapi berbagai tantangan yang berasal dari tuntutan akademik dan pekerjaan secara bersamaan. Mereka kerap mengalami kesulitan dalam mengatur waktu antara kuliah dan pekerjaan, yang menyebabkan kelelahan fisik dan mental serta keterbatasan waktu untuk belajar secara optimal. Tekanan dari beban ganda ini berpotensi menimbulkan stres dan gangguan *psychological well-being*. Hal ini sejalan dengan penelitian Felix dkk. (2019) yang mengungkapkan bahwa mahasiswa STMIK Mikrosil Medan yang kuliah sambil bekerja menghadapi berbagai kesulitan dalam pengaturan waktu, penyelesaian tugas kerja dan kuliah secara bersamaan, serta dalam mengatur konsentrasi pada kedua peran tersebut.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Selain itu, kelelahan fisik akibat minimnya jeda waktu antara kuliah dan bekerja juga menjadi tantangan tersendiri. Dampak negatif yang dirasakan adalah kesulitan dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas kuliah, karena mereka juga harus mendedikasikan waktu untuk menyelesaikan pekerjaannya di tempat kerja.

Dalam menghadapi tekanan dan tantangan tersebut, diperlukan faktor protektif yang dapat membantu mahasiswa tetap bertahan secara psikologis. Salah satu faktor penting yang berperan adalah kebersyukuran, yang terbukti mampu meningkatkan kemampuan individu dalam mengelola stres, menjaga keseimbangan emosi, dan memperkuat *psychological well-being* di tengah beban peran ganda sebagai pelajar dan pekerja. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ritmiani dkk. (2023) yang menunjukkan adanya korelasi positif signifikan antara kebersyukuran dan *psychological well-being*. Kebersyukuran membantu mahasiswa mengelola tekanan akademik dan pekerjaan sehingga *psychological well-being* tetap terjaga.

Rusdi (2016) menyatakan bahwa syukur adalah rida dengan nikmat Allah kemudian mengekspresikannya dengan kebaikan. Aspek kebersyukuran menurut rusdi yaitu syukur *dakhiliyah* (internal) yang berupa rasa terima kasih dan kepuasan batin terhadap nikmat yang diterima, serta syukur *kharijiyah* (eksternal) yaitu ekspresi nyata berupa tindakan atau perilaku positif sebagai bentuk penghargaan atas nikmat. Syukur merupakan salah satu komponen penting yang memengaruhi *psychological well-being*, karena dapat membangun perspektif positif tentang hal yang terjadi dalam hidup (Wood, 2009).



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dalam aspek syukur *dakhiliyah* (internal), syukur yang bersifat internal merupakan proses rida dan penerimaan nikmat baik dengan ilmu dan hati. Syukur internal ini melibatkan kesadaran batin untuk menerima segala keadaan dan nikmat yang diberikan, sehingga menimbulkan ketenangan dan kepuasan jiwa. Pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja, syukur *dakhiliyah* berperan sebagai kekuatan psikologis internal yang membantu mahasiswa memaknai peran ganda yang dijalani secara positif. Sikap ini mendorong dimensi *psychological well-being* yaitu penerimaan diri, dalam dimensi penerimaan diri mahasiswa mampu menerima kondisi kehidupannya saat ini tanpa rasa penolakan. Sejalan dengan penelitian Zellawati dkk. (2024) yang menunjukkan orang yang mampu bersyukur cenderung lebih menerima keadaan dirinya secara utuh. Selain itu dimensi kemandirian berkaitan dengan syukur *dakhiliyah*, di mana mahasiswa merasa cukup dengan kemampuan yang dimiliki, tidak mudah bergantung pada validasi eksternal, serta mampu mengambil keputusan dalam mengelola tuntutan kuliah dan pekerjaan. Sejalan dengan penelitian Akram dkk. (2022) yang menemukan bahwa mahasiswa yang merasakan tingkat kemandirian lebih tinggi memiliki *psychological well-being* yang baik, karena kebutuhan otonomi terpenuhi sehingga mampu membuat keputusan sendiri.

Selanjutnya, dimensi tujuan hidup berkaitan dengan syukur *dakhiliyah* karena mahasiswa memandang perjuangan kuliah sambil bekerja sebagai bagian dari proses mencapai cita-cita dan kehidupan yang lebih baik. Sejalan dengan penelitian Sulistio dkk. (2024) yang menunjukkan mahasiswa dengan kebersyukuran yang tinggi cenderung memiliki persepsi bahwa hidup lebih



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

bermakna, memiliki arah yang jelas, dan merasa bahwa pengalaman yang dijalani merupakan bagian dari proses mencapai tujuan hidup. Kemudian pada dimensi pertumbuhan pribadi, mahasiswa melihat tantangan sebagai peluang untuk berkembang, meningkatkan kapasitas diri, dan memperluas wawasan.

Aspek *kharijiyah* (eksternal) adalah ekspresi dan respon nyata atas nikmat Allah yang diwujudkan melalui tindakan dan ucapan, baik secara lisan maupun perbuatan. Syukur *kharijiyah* ini tidak hanya sekadar rasa terima kasih dalam hati, tetapi juga diwujudkan dalam sikap dan perilaku positif yang mencerminkan penghargaan atas nikmat yang diterima. Dalam konteks mahasiswa yang kuliah sambil bekerja, syukur *kharijiyah* berkaitan erat dengan dimensi hubungan positif dengan orang lain, karena mahasiswa yang terbiasa mengekspresikan rasa terima kasih cenderung lebih mudah membangun relasi yang hangat, mendapatkan dukungan sosial, serta menciptakan lingkungan sosial yang sehat di tengah tuntutan peran ganda. Kemudian pada dimensi penguasaan lingkungan mahasiswa mampu mensyukuri kesempatan bekerja sambil kuliah akan lebih proaktif dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik dan pekerjaan, mencari solusi ketika menghadapi kendala, serta memanfaatkan sumber daya yang ada secara optimal. Sejalan dengan penelitian Yunanto (2020) yang menunjukkan bahwa rasa bersyukur menjadi penentu penting untuk kesejahteraan individu dan kualitas hubungan interpersonal, serta mengarah pada evaluasi hidup yang lebih positif.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka peneliti mengasumsikan bahwa aspek-aspek kebersyukuran berhubungan erat dengan *psychological well-being*. Mahasiswa yang sedang menjalani kuliah sambil bekerja dan mampu bersyukur

melalui aspek syukur *dakhiliyah* dan syukur *kharijiyah* cenderung memiliki *psychological well-being* yang baik. Dengan demikian, terpenuhi aspek-aspek kebersyukuran ini akan sejalan dengan terpenuhinya dimensi *psychological well-being*.

D. Hipotesis

Berdasarkan kerangka yang dikembangkan, hipotesis penelitian ini adalah ada hubungan positif antara kebersyukuran dengan *psychological well-being* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Artinya semakin tinggi kebersyukuran mahasiswa yang kuliah sambil bekerja, maka akan semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being* mereka.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menerapkan desain penelitian korelasional yang untuk menggambarkan hubungan antara kebersyukuran dan *psychological well-being*. Menurut Azwar (2017) penelitian korelasional menurut bertujuan untuk mengetahui kekuatan dan arah hubungan yang ada diantara variabel-variabel. Dengan kata lain penelitian ini mempelajari sejauhmana variasi pada satu variabel berkaitan dengan variasi pada satu atau lebih variabel lain, berdasarkan koefisien korelasi. Penelitian ini mengkaji hubungan antara kebersyukuran dengan *psychological well-being* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja.

B. Identifikasi Variabel

Variabel adalah segala sesuatu yang ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari dengan tujuan mendapatkan informasi yang diperlukan untuk menarik kesimpulan tentang masalah tersebut (Sugiyono, 2013). Pada penelitian ini menggunakan dua variabel yakni variabel bebas dan variabel terikat. Variabel yang diidentifikasi dalam penelitian ini yaitu:

1. Variabel bebas (X) : Kebersyukuran
2. Variabel terikat (Y) : *Psychological Well-Being*

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

C. Definisi Operasional

1. *Psychological Well-Being*

Psychological well-being merupakan keadaan mahasiswa yang kuliah sambil bekerja mampu menerima dirinya sendiri, baik dalam hal positif maupun negatif, menjalin hubungan yang hangat dengan orang lain, membuat keputusan secara mandiri tanpa terpengaruh tekanan sosial, mengendalikan lingkungan eksternal, menemukan tujuan dan makna hidup, serta terus mengembangkan potensi dirinya secara berkelanjutan. *Psychological well-being* dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala *Ryff's psychological well-being scale* (RPWB) adaptasi dari Yumra (2021). Semakin tinggi skor yang dihasilkan dari skala *psychological well-being* maka semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being* subjek. Sebaliknya, semakin rendah skor *psychological well-being* maka semakin rendah pula tingkat *psychological well-being* subjek.

2. Kebersyukuran

Kebersyukuran adalah ungkapan rasa terima kasih mahasiswa atas nikmat yang diterima, baik dari Allah SWT maupun dari lingkungan sekitar, yang tercermin melalui tindakan, ucapan, dan penerimaan terhadap hidup baik dalam perkuliahan maupun pekerjaan. Kebersyukuran dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala *Islamic Gratitude Scale* (IGS-10) oleh Rusdi (2021). Semakin tinggi skor yang dihasilkan dari skala kebersyukuran maka semakin tinggi pula tingkat rasa kebersyukuran

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

subjek. Sebaliknya, semakin rendah skor kebersyukuran maka semakin rendah pula tingkat rasa kebersyukuran subjek.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi Penelitian

Menurut Sugiyono (2013) populasi adalah istilah yang mengacu pada area generalisasi yang melibatkan subjek atau objek dengan kualitas dan karakteristik tertentu yang telah ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian menghasilkan kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang kuliah sambil bekerja di Pekanbaru. Populasi ini merupakan populasi *infinite* karena jumlahnya tidak diketahui secara pasti.

2. Sampel Penelitian

Sugiyono (2013) menyatakan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Machali (2021) menjelaskan bahwa sampel adalah sebagian dari objek yang diambil dari populasi keseluruhan yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi.

Penentuan sampel dilakukan dengan *software G-Power* dikarenakan jumlah populasi dalam penelitian ini tidak diketahui secara pasti (*infinite*). Peneliti menggunakan *a priori power analysis* dengan bantuan aplikasi *G Power* versi 3.1 (Faul dkk., 2007). Peneliti menggunakan *effect size* 0,26 dari penelitian Anjani, Ulpa, dan Rasidin (2020), dengan $\alpha = 0,05$, dan *power* sebesar 0,95. Berdasarkan perhitungan tersebut, diperoleh minimal sampel yang dibutuhkan adalah 155 sampel. Ukuran sampel tersebut

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dianggap representatif karena sejalan dengan saran Roscoe (dalam Sugiyono, 2017), jumlah sampel yang disarankan untuk penelitian kuantitatif, yaitu antara 30 hingga 500 sampel.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling adalah metode yang digunakan untuk menentukan sampel dalam penelitian. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non probability sampling*. Menurut Sugiyono (2013) *non probability sampling* adalah metode pengambilan sampel di mana setiap elemen atau anggota populasi tidak diberi kesempatan yang sama untuk diambil sebagai sampel.

Teknik penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Sugiyono (2013) menyatakan bahwa *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel yang didasarkan pada pertimbangan tertentu. Penelitian ini menetapkan kriteria-kriteria sebagai berikut:

- a. Mahasiswa/i aktif S1 yang berkuliah di Pekanbaru.
- b. Bekerja dengan minimal durasi kerja selama 3 jam per hari. Hal ini mengacu pada penelitian Alvinna dan Suwarno (2020) yang menyebutkan rata-rata pekerja *part-time* menghabiskan waktu sekitar 3-5 jam per hari.
- c. Bekerja dengan durasi kerja kurang dari 35 jam per minggu. Hal ini berdasarkan Badan Pusat Statistik bahwa kerja *part-time* adalah kerja dibawah jam kerja normal (kurang dari 35 jam seminggu).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

E. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan kuesioner dengan skala *likert* sebagai instrumen untuk pengumpulan data. Skala yang digunakan untuk mengukur variabel kebersyukuran yaitu skala kebersyukuran dan skala yang digunakan untuk mengukur variabel *psychological well-being* menggunakan alat ukur *Ryff's psychological well-being scale*.

1. Skala *Psychological well-being*

Pada penelitian ini, skala *psychological well-being* diadaptasi oleh penelitian Yumra (2021) yang mengacu pada *Ryff's psychological well-being scale* yang berjumlah 42 aitem dengan *cronbach's alpha* 0,924. Terdiri dari aitem *favorable* dan aitem *unfavorable*.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan model skala *likert* yang disusun dengan 4 (empat) alternatif jawaban. Pernyataan *favorable* menerima skor Sangat Sesuai (SS) = 4, Sesuai (S) = 3, Tidak Sesuai (TS) = 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) = 1. Sebaliknya, pernyataan *unfavorable* menerima skor Sangat Tidak Sesuai (STS) = 4, Tidak Sesuai (TS) = 3, Sesuai (S) = 2, dan Sangat Sesuai (SS) = 1.

Tabel 3. 1 Blue print Skala *Psychological Well-Being*

Aspek	Aitem		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Penerimaan Diri	11, 22, 40	8, 19, 31, 34	7
Hubungan Positif dengan Orang Lain	4, 7, 27, 38	16, 18, 30	7
Otonomi	1, 13, 21	10, 24, 35, 41	7
Penguasaan Lingkungan	3, 23, 36	12, 15, 26, 42	7
Tujuan Hidup	6, 20, 29, 33	9, 32, 39	7
Pertumbuhan Pribadi	2, 17, 37	5, 14, 25, 28	7
Jumlah	20	22	42

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Skala Kebersyukuran

Skala yang digunakan untuk mengukur kebersyukuran dalam penelitian ini yaitu mengadaptasi skala *Islamic Gratitude Scale* yang diawali dengan oleh Rusdi (2021) yang berjumlah 10 aitem dengan *cronbach's alpha* 0,863. Instrumen ini merupakan versi terbaru dari alat ukur kebersyukuran yang sebelumnya dikembangkan oleh Rusdi (2016) dengan jumlah 20 aitem. Rusdi (2021) melakukan penyempurnaan terhadap skala tersebut dan mereduksi jumlah aitem menjadi 10 aitem yang dinilai lebih representatif dan efisien dalam mengukur konstruk kebersyukuran, serta terdiri dari aitem *favorable*.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan model skala *likert* yang disusun dengan 6 (enam) alternatif jawaban. Pernyataan *favorable* menerima skor Sangat Sesuai (SS) = 6, Sesuai (S) = 5, Agak Sesuai (AS) = 4, Agak Tidak Sesuai (ATS) = 3, Tidak Sesuai (TS) = 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) = 1.

Tabel 3. 2 Blue print Skala Kebersyukuran

Aspek	Favorable	Jumlah
Ekstrinsik	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7	7
Intrinsik	8, 9, 10	3
Jumlah	10	10

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

F. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Coba Alat Ukur

Sebelum diterapkan dalam penelitian, alat ukur harus melewati proses uji coba (*try out*). Peneliti akan menguji terlebih dahulu instrumen tersebut untuk mengevaluasi validitas dan reliabilitas instrumen tersebut. Tahap ini bertujuan memastikan bahwa alat ukur tersebut sesuai sesuai dan dapat digunakan dalam suatu penelitian.

Dalam penelitian ini uji coba alat ukur dilakukan melalui penyebaran skala *psychological well-being* dan skala kebersyukuran secara *online* dengan menyebarkan kuesioner melalui *google form*. Peneliti menyebarkan kuesioner melalui media sosial seperti *whatsapp*, *instagram*, serta *tiktok*. Pada penelitian ini peneliti mengumpulkan responden *try out* sebanyak 61 orang. Proses pengambilan data uji coba dilakukan mulai dari tanggal 3 Maret – 29 April 2025. Setelah data terkumpul, peneliti melakukan uji daya beda aitem dan uji reliabilitas untuk melihat kualitas dari alat ukur yang digunakan dengan program IBM *Statistic Packages for Social Sciences Version 20* (SPSS 20) *for Windows*.

2. Uji Validitas

Validitas mengacu pada seberapa mirip data yang diperoleh dari subjek penelitian dengan data yang dilaporkan oleh peneliti. Dengan demikian, data dianggap valid jika menunjukkan kesesuaian antara keadaan sebenarnya dari subjek penelitian dan laporan penelitian (Sugiyono, 2013). Menurut Machali (2021) validitas adalah suatu indikator yang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menggambarkan keandalan atau kesahihan suatu instrumen pengukuran. Jika sebuah alat ukur memiliki validitas rendah, maka keakuratannya pun kurang dapat diandalkan. Penelitian ini menggunakan validitas isi yang berarti membandingkan isi instrumen dengan variabel yang akan diukur (Sugiyono, 2013). Pada penelitian ini validitas isi dinilai oleh dosen pembimbing serta narasumber penelitian.

3. Uji Daya Beda Diskriminasi

Daya diskriminasi aitem menurut Azwar (2016) merujuk pada sejauh mana aitem dalam membedakan satu individu berdasarkan atribut yang diukur melalui tes. Dalam penelitian ini, kriteria untuk memilih aitem didasarkan pada nilai korelasi aitem-total yang memiliki nilai minimal $\geq 0,25$. Aitem yang mencapai koefisien korelasi atau daya diskriminasi minimal 0,25 dianggap memiliki daya diskriminasi yang memuaskan, sedangkan aitem dengan nilai di bawah 0,25 dianggap memiliki daya diskriminasi yang rendah.

Pada variabel *psychological well-being*, dari 42 aitem yang dilakukan *try out* terdapat 24 aitem yang valid dan 18 aitem gugur yaitu 2, 3, 4, 6, 7, 11, 13, 17, 20, 21, 23, 27, 29, 33, 36, 37, 38, dan 40. Nilai koefisien korekasi aitem yang valid berada pada rentang 0,250 sampai 0,684. Rincian aitem setelah *try out* dapat dilihat pada tabel 3.3.

Tabel 3. 3 Blue print Skala *Psychological Well-Being* (setelah try out)

No	Aspek	Valid		Gugur		Jumlah
		F	UF	F	UF	
1	Penerimaan Diri	22	8,19,31,34	11,40	-	7
2	Hubungan Positif dengan Orang Lain	-	16,18,30	4,7,27,38	-	7
3	Otonomi	1	10,24,35,41	21,13	-	7
4	Penguasaan Lingkungan	-	12,15,26,42	3,23,36	-	7
5	Tujuan Hidup	-	9,32,39	6,20,29,33	-	7
6	Pertumbuhan Pribadi	-	5,14,25,28	2,17,37	-	7
Jumlah		2	22	18	0	42

Berdasarkan hasil *try out psychological well-being* dan membuang aitem yang gugur, maka disusun *blue print psychological well-being* yang baru untuk penelitian seperti pada tabel 3.4.

Tabel 3. 4 Blue print Skala *Psychological Well-Being* (untuk riset)

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		F	UF	
1	Penerimaan Diri	12	3,11,18,20	5
2	Hubungan Positif dengan Orang Lain	-	9,10,17	3
3	Otonomi	1	5,13,21,23	5
4	Penguasaan Lingkungan	-	6,8,15,24	4
5	Tujuan Hidup	-	4,19,22	3
6	Pertumbuhan Pribadi	-	2,7,14,16	4
Total		2	22	24

Pada variabel kebersyukuran terdiri dari 10 aitem, dari 10 aitem yang dilakukan *try out* terdapat 6 aitem yang valid dan 4 aitem yang gugur yaitu 2, 3, 4, dan 10. Nilai koefisien korelasi aitem yang valid berada pada

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

rentang 0,318 sampai 0,625. Rincian aitem setelah *try out* dapat dilihat pada tabel 3.5.

Tabel 3. 5 Blue print Skala Kebersyukuran (setelah *try out*)

No	Aspek	Valid		Gugur		Jumlah
		F	UF	F	UF	
1	Ekstrinsik	1,5,6,7	-	2,3,4	-	7
2	Intrinsik	8,9	-	10	-	3
Jumlah		6	0	4	0	10

Berdasarkan hasil *try out* kebersyukuran, maka disusun *blue print*

kebersyukuran untuk penelitian yang dapat dilihat dari tabel 3.6.

Tabel 3. 6 Blue print Skala Kebersyukuran (untuk riset)

No	Aspek	Aitem Favorable	Jumlah
1	Ekstrinsik	1,2,3,4	4
2	Intrinsik	5,6	2
Total		6	6

4. Uji Reliabilitas

Reliabilitas diartikan sebagai konsistensi, kestabilan, ketepatan, atau keandalan (Machali, 2021). Menurut Sugiyono (2013) sebuah instrumen dikatakan reliabel jika jawaban responden terhadap pernyataan atau pertanyaan tetap stabil dan konsisten. Pada penelitian, reliabilitas diukur menggunakan rumus *cronbach alpha* dengan bantuan program *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) 20.0 for Window's. Menurut Machali (2021) jika nilai *cronbach's alpha* $< 0,7$, maka instrumen tersebut dianggap kurang reliabel. Sebaliknya jika nilai *cronbach's alpha* $> 0,7$, maka instrumen tersebut dianggap reliabel.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Jumlah Aitem	Cronbach's Alpha
<i>Psychological Well-Being</i>	24	0,927
Kebersyukuran	6	0,766

Berdasarkan tabel 3.7 dapat diketahui bahwa nilai *cronbach's alpha* pada skala *psychological well-being* adalah 0,927 dan skala kebersyukuran adalah 0,766. Dari hasil uji reliabilitas tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa skala *psychological well-being* dan skala kebersyukuran telah teruji dengan baik dan layak digunakan untuk alat ukur penelitian

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi *pearson product moment*. Menurut Machali (2021) korelasi *pearson product moment* digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel data yang berskala interval atau rasio. Metode ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas (X) kebersyukuran dan variabel terikat (Y) *psychological well-being*. Penelitian ini menggunakan bantuan program *Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 20.0 for Windows* untuk melakukan analisis data.

H. Jadwal Penelitian

Tabel 3. 8 Jadwal Penelitian

No	Kegiatan	Tanggal Pelaksanaan
1	Seminar Proposal	6 Januari 2025
2	Perbaikan Proposal	15 Januari – 24 Februari 2025
3	<i>Try Out</i> Penelitian	3 Maret – 29 April 2025
4	Riset Penelitian	14 Mei – 30 Juni 2025
5	Pengolahan Hasil Penelitian	30 Juni – 5 Juli 2025
6	Seminar Hasil	19 November 2025
7	Ujian Munaqasyah	13 Januari 2026



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara kebersyukuran dengan *psychological well-being* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Hal ini menunjukkan semakin tinggi kebersyukuran, maka semakin tinggi pula *psychological well-being* mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Sebaliknya, semakin rendah kebersyukuran, maka semakin rendah pula *psychological well-being* mahasiswa. Tingkat *psychological well-being* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja pada penelitian ini berada pada kategori sedang dan tingkat kebersyukuran berada pada kategori tinggi.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah didapatkan, peneliti memiliki beberapa saran-saran yang akan disampaikan sebagai berikut.

1. Bagi Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja

Mahasiswa yang menjalani perkuliahan sambil bekerja disarankan untuk terus mempertahankan kebersyukuran dengan menerapkan syukur *dakhiliyah* dan syukur *kharijiyah*. Syukur *dakhiliyah* dapat dilatih dengan membiasakan diri menerima dan rida terhadap kondisi yang dijalani, serta memaknai pengalaman kuliah sambil bekerja sebagai bagian dari proses pembentukan diri. Pada syukur *kharijiyah* dapat diwujudkan dengan mengekspresikan rasa syukur melalui ucapan terima kasih, meningkatkan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

kulaitas ibadah, serta menerapkan rasa syukur dalam perilaku positif seperti bekerja dan kuliah dengan penuh tanggung jawab. Sementara itu, *psychological well-being* dapat dijaga dengan mengatur waktu secara seimbang antara kuliah, pekerjaan, dan istirahat, menetapkan prioritas secara realistis, serta memperoleh dukungan sosial dari keluarga, teman, maupun rekan kerja. Upaya tersebut membantu mahasiswa dalam mengelola stres, menjaga emosi agar tetap stabil, serta tetap mampu menjalankan peran akademik dan pekerjaan secara optimal.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti berikutnya disarankan untuk memperluas cakupan penelitian dengan melibatkan sampel dari berbagai daerah untuk meningkatkan generalisasi hasil. Peneliti juga dapat mempertimbangkan variabel moderasi atau mediasi lain, seperti dukungan sosial, *self efficacy*, religiusitas, manajemen stres, atau kondisi ekonomi untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi *psychological well-being* mahasiswa yang kuliah sambil bekerja.

UIN SUSKA RIAU

DAFTAR PUSTAKA

- Agung, I. M. (2016). *Aplikasi SPSS pada penelitian psikologi*. AlMutjahadah Press.
- Agustina, F., & Widyastuti, W. (2022). The relationship between emotional support with psychological well-Being in students in vocational high schools. *Academia Open*, 6, 10-21070.
- Ami, S. N. (2022). Meaning Of Work: Studi deskriptif pada karyawan di kabupaten jember. *National Multidisciplinary Sciences*, 1(3), 516-526.
- Akram, A. R., Abidin, F. A., & Lubis, F. Y. (2022). Parental autonomy support and psychological well-being in university students during the COVID-19 pandemic: the role of autonomy satisfaction. *The Open Psychology Journal*, 15(1).
- Alvinnaja, S., & Suwarno, S. (2020). Pengaruh kerja part time dan motivasi belajar terhadap prestasi akademik mahasiswa program studi pendidikan ekonomi universitas pgri ronggolawe tuban. *OPORTUNITAS: Jurnal Pendidikan Ekonomi, Manajemen, Kewirausahaan dan Koperasi*, 1(02), 29-33.
- Anjani, W., Ulpa, E. P., & Rasidin, Y. (2020). Hubungan antara rasa syukur dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja part-time. *ANFUSINA: Journal of Psychology*, 3(2), 119–132. <https://doi.org/10.24042/ajp.v3i2.10418>
- Ardianto, A., Halimah, N., & Susilowati, W. E. (2021). Pola belajar mahasiswa pekerja part time (Studi pada mahasiswa program studi pendidikan agama islam institut agama islam negeri manado). *The Teacher of Civilization: Islamic Education Journal*, 1(1)
- Assholekhah, A. F., Fitriani, A., Sarwono, S., Fatoni, S. A., & Suryandari, M. (2023). Problem solving mahasiswa dalam menghadapi tantangan dunia kerja. *Student Scientific Creativity Journal*, 1(1), 345-352.
- Azwar, S. (2016). *Penyusunan Skala Psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Boleyn-Fitzgerald, P. (2016). Gratitude toward things. In *Perspectives on gratitude* (pp. 112-124). Routledge.
- Bulolo, D., Hardjo, S., & Aisyah, S. (2025). The effect of self efficacy on work engagement mediated by psychological well being in employed student. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 13(1), 68-74.
- Chintya, D. (2016). *Hubungan antara gratitude dengan psychological well being pada mahasiswa UKSW yang kuliah sambil bekerja full time* (Skripsi, Program Studi Psikologi FPSI-UKSW).
- Cholili, A. H., Fathurrohman, A., Nursyahbani, A., Astutik, E. L., & Wardah, F. M. (2023). Pengaruh gratitude (kebersyukuran) dalam islam terhadap



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- psychological well-being pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Keislaman*, 6(2), 548-557.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2012). *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa Edisi Keempat*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Deang, I., & Novitarum, L. (2023). Hubungan spiritualitas dengan psychological well-being pada siswa smp swasta assisi medan tahun 2022. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(7), 2863-2878.
- Dharmawan, M. A. (2024). Kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. *Journal of Psychology Today*, 2(2), 74-88.
- Distina, P. P., & Kumail, M. H. (2019). Pengembangan dimensi psychological well-being untuk pengurangan risiko gangguan depresi. *Mawaizh: Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan*, 10(1), 39-59.
- Dudija, N. (2011) Perbedaan motivasi menyelesaikan skripsi antara mahasiswa yang bekerja dengan mahasiswa yang tidak bekerja. *Humanitas*, 8(2), 195-206.
- Eva, N., Shanti, P., Hidayah, N., & Bisri, M. (2024). Pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa dengan religiusitas sebagai moderator. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 5(3), 12.
- Fauziyah, D. U., & Abidin, Z. (2020). Hubungan antara gratitude dengan psychological well-being pada mahasiswa bidikmisi angkatan 2016 universitas diponegoro semarang. *Jurnal Empati*, 8(3), 620-625.
- Febrianti, Y. P., Nuqul, F. L., & Khotimah, H. (2020). Academic hardiness pada mahasiswa aktivis dan mahasiswa yang bekerja. *Psyche 165 Journal*, 13(1), 79-87. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v13i1.65>
- Ferdiawan, RP, Raharjo, ST, & Rachim, HA (2020). Strategi mengatasi stres pada mahasiswa yang bekerja. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, 7 (1), 199.
- Hadya, D., J., & Yudhistira, A., W. (2021). Sebanyak 6,98% pelajar di Indonesia sekolah sambil kerja. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/05/03/sebanyak-698-pelajar-di-indonesia-sekolah-sambil-kerja>
- Hambali, A., Meiza, A., & Fahmi, I. (2015). Faktor-faktor yang berperan dalam kebersyukuran (gratitude) pada orangtua anak berkebutuhan khusus perspektif psikologi Islam. *Psymphatic: jurnal ilmiah psikologi*, 2(1), 94-101.
- Homaedi, R., & Mafruhah, A. T. Y. (2022). Profil mahasiswa dengan tugas ganda kuliah dan bekerja. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(2), 125-137
- Kirca, A., M. Malouff, J., & Meynadier, J. (2023). The effect of expressed gratitude interventions on psychological wellbeing: a meta-analysis of randomised controlled studies. *International Journal of Applied Positive Psychology*, 8(1),



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

63-86.

- Kurniasari, E., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Gambaran umum kesejahteraan psikologis mahasiswa. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice, and Research*, 3(02), 52-58.
- Listiyandini, R. A., Nathania, A., Syahniar, D., Sonia, L., & Nadya, R. (2020). Mengukur rasa syukur: Pengembangan model awal Skala Bersyukur versi Indonesia. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 2(2), 473–496. <https://doi.org/10.24854/jpu39>
- Machali, I. (2021). *Metode penelitian kuantitatif (panduan praktis merencanakan, melaksanakan, dan analisis dalam penelitian kuantitatif)*. Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Manurung, A., & Aritonang, N. N. G. (2023). Pengaruh gratitude terhadap psychological well-being (pwb) pada siswa asrama sma swasta asisi di siantar. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(4), 9012-9025.
- Mardelina, E & Muhson, A (2017). Mahasiswa bekerja dan dampaknya pada aktivitas belajar dan prestasi akademik. *Jurnal Ekonomia* Vol. 13, No. 2. Universitas Negeri Yogyakarta.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112–127. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.112>
- Musriyah, A., Dimala, C. P., & Pertiwi, A. (2024). Psychological well-being ditinjau dari hardiness pada mahasiswa di karawang. *Sang Pencerah: Jurnal Ilmiah Universitas Muhammadiyah Buton*, 10(4), 1110-1120.
- Octavia, G., & Yanizon, A. (2024). Perbedaan self-regulated learning antara mahasiswa yang bekerja dan tidak bekerja serta implikasinya terhadap bimbingan konseling. *Sindoro: Cendikia Pendidikan*, 6(7), 1-10.
- Pambudi, B. (2022). Hubungan antara hardiness dan psychological well being pada siswa kelas 11 sma negeri 2 kota Magelang. *Jurnal Empati*, 11(1), 44-49.
- Pertiwi, R. G., & Frieda, N. R. H. (2019). Hubungan antara sibling rivalry dengan psychological well-being pada siswa kelas VII SMP Negeri 12 Semarang. *Jurnal Empati*, 7(4), 1298-1306.
- Puspita, A. W. (2023). Manajemen waktu berpengaruh terhadap prestasi akademik mahasiswa yang bekerja paruh waktu. *Arimah Auhid*, 2(4), 1049–1057.
- Rahayu, D., Syaf, A., & Nasution, I. N. (2024). School well being dengan academic buoyancy pada mahasiswa bekerja di pekanbaru. *AL-MURABBI: Jurnal Studi Kependidikan dan Keislaman*, 11(1), 48-57.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- © Hak cipta milik UIN Suska Riau
- State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
- Ramadhani, N. P., & Ardelia, V. (2025). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Psychological Well-being pada Mahasiswa Bekerja Paruh Waktu. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 12(03), 1144-1158.
- Rumiani, I. (2021). *Hubungan kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa uin ar-raniry yang kuliah sambil bekerja* (Skripsi, UIN Ar-Raniry Banda Aceh).
- Rusdi, A. (2016). Syukur dalam psikologi islam dan konstruksi alat ukurnya. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris*, 2(2), 37-54.
- Rusdi, A., Sakinah, S., Bachry, P. N., Anindhita, N., & Hasibuan, M. A. I. (2021). The development and validation of the islamic gratitude scale (IGS-10). *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 7(2), 120-142.
- Ryff, C. D. (1989). *Happiness is everything , or is it ? explorations on the meaning of psychological well-being*. 57(6), 1069–1081.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. . (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4).
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of happiness studies*, 9, 13-39.
- Safitri, Y., & Ningsih, Y. T. (2023). Hubungan antara gratitude dengan psychological well-being mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. *Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 6(2), 1–29.
- Sari, R. A., & Maryam, E. W. (2022). Hubungan antara gratitude dengan psychological well-being pada mahasiswa pekerja di universitas muhammadiyah sidoarjo. In *Bandung Conference Series: Psychology Science* (Vol. 2, No. 3, pp. 865-872).
- Sobri, M. M. (2021). Berapa banyak data seluruh mahasiswa di Indonesia yang kuliah sambil bekerja? Apakah ada datanya?<https://id.quora.com/Berapa-banyak-data-seluruh-mahasiswa-di-Indonesia-yang-kuliah-sambil-bekerja-Apakah-ada-datanya>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Supistio, R., Fitriyana, R., & Afriyenti, L. U. (2024). The relationship between gratitude and the meaning of life in students at bhayangkara jakarta raya university. *Indonesian Journal of Social Work*, 17(2), 104-113.
- Supartono, S., Sukardi, S., Santoso, L. H., & Darmadi, E. A. (2023). Dampak kuliah sambil bekerja terhadap aktifitas belajar mahasiswa di politeknik tri mitra karya mandiri. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 7(1), 1-8



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

- Tacasily, Y. O. M., & Soetjningsih, C. H. (2021). Hubungan forgiveness dan psychological well-being pada mahasiswa yang pernah mengalami putus cinta. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12(2).
- Takdir, M. (2018). Psikologi syukur suplemen jiwa untuk menggapai kebahagiaan sejati (Authentic Happines). Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Tarwiyah, A., Mayasari, S., & Pratama, M. J. (2020). Identifikasi stressor akademik pada mahasiswa tahun ketiga identification of academic stressors in the third year. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 8(1), 1–15.
- Trojanowska, M. (2015). Stimulant use by medical students. *Journal of the South Carolina Medical Association* (1975), 111(1), 32.
- Wahyuni, A. T., Sadili, F., Jamilati, N., & Anshori, M. I. (2023). Productivit & psychology well being. *Jurnal Ilmiah Dan Karya Mahasiswa*, 1(4), 271-294.
- Wardi, R. A., & Ningsih, Y. T. (2021). Kontribusi self compassion terhadap pembentukan psychological well-being (Kesejahteraan Psikologis): Sebuah Studi Literatur. *Jurnal Riset Psikologi*, 1, 1-12.
- Wijaya, R. S. (2016). Perbandingan penyesuaian diri mahasiswa berkepribadian ekstrovert dan introvert. *Jurnal Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling*, 2(2), 1–6.
- Wood, A. M., Froh, J. J., & Geraghty, A. W. (2010). Gratitude and well-being: A review and theoretical integration. *Clinical psychology review*, 30(7), 890-905.
- Wood, A. M., Joseph, S., & Maltby, J. (2009). Gratitude predicts psychological well-being above the big five facets. *Personality and Individual Differences*, 46, 443–447.
- Yunra, M. A. (2021). *Hubungan antara pola asuh otoritatif dengan psychological well-being pada remaja* (Skripsi). Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- Yunanto, T. A. R. (2020). The power of positivity: The roles of prosocial behavior and social support toward gratitude. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 7(1), 57-68.
- Zelawati, A., Sugiharto, D. Y. P., Mulawarman, & Sunawan. (2024) The role of self acceptance in mediating the influence of gratitide and social support on subjective well-being. *Psikopedagogia*, 13(2), 97-107.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN A

Lembar Validasi Alat Ukur

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

SKALA *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*

A. Definisi Operasional

Psychological well-being merupakan keadaan mahasiswa yang kuliah sambil bekerja mampu menerima dirinya sendiri, baik dalam hal positif maupun negatif, menjalin hubungan yang hangat dengan orang lain, membuat keputusan secara mandiri tanpa terpengaruh tekanan sosial, mengendalikan lingkungan eksternal, menemukan tujuan dan makna hidup, serta terus mengembangkan potensi dirinya secara berkelanjutan. *Psychological well-being* dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala *Ryff's psychological well-being scale* (RPWB) yang telah dimodifikasi oleh Yumra (2021). Semakin tinggi skor yang dihasilkan dari skala *psychological well-being* maka semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being* subjek. Sebaliknya, semakin rendah skor *psychological well-being* maka semakin rendah pula tingkat *psychological well-being* subjek.

B. Skala yang digunakan : *Ryff's Psychological Well-Being Scale*

☐ Buat Sendiri

☐ Terjemahan

☐ Modifikasi

☒ Adaptasi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- C. Jumlah Aitem** : 42 aitem
- D. Jenis Format Respon** : *Likert*
- E. Penilaian Setiap Butir Aitem** : Sangat Sesuai (SS)
Sesuai (S)
Tidak Sesuai (TS)
Sangat Tidak Sesuai (STS)

F. Petunjuk Pengerjaan

Saya meminta kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan (aitem) yang telah disediakan pada skala ini. Bapak/Ibu dapat memberikan tanda *checklist* (✓) pada masing-masing pernyataan. Pada penilaian ini Bapak/Ibu dimohon untuk dapat menilai pernyataan (aitem) berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) yang telah diajukan. Penilaian ini dapat dilakukan dengan memberikan tanda *checklist* (✓) pada salah satu alternatif jawaban yang telah di sediakan, yaitu: Relevan (R), Kurang Relevan (KR), dan Tidak Relevan (TR).

Aspek	Indikator	No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			Keterangan
				R	KR	TR	
Penerimaan Diri	Kemampuan menerima diri sendiri secara menyeluruh, memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan memandang masa lalu	8	Dalam banyak hal, saya merasa kecewa dengan apa yang sudah saya raih dalam hidup saya (UF)	✓			
		11	Ketika saya melihat kisah hidup saya, saya merasa senang dengan	✓			



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sebagai sesuatu yang baik		keberhasilan yang saya peroleh (F)				
	19	Sikap saya tentang diri saya mungkin tidak sebaik yang dirasakan beberapa orang tentang diri mereka sendiri (UF)	√			
	22	Secara umum, saya merasa percaya diri dan positif tentang diri saya sendiri (F)	√			
	31	Pada saat saya membandingkan diri saya dengan orang lain, saya merasa nyaman tentang siapa saya (UF)	√			
	34	Saya merasa orang di sekitar saya mendapatkan lebih banyak hal dalam hidup daripada saya (UF)	√			
	40	Saya menyukai sebagian besar dari kepribadian saya (F)	√			
Hubungan Positif dengan Orang Lain	4	Orang memandang saya sebagai individu yang suka memberi, bersedia untuk berbagi waktu saya dengan orang lain (F)	√			
	7	Kebanyakan orang melihat saya sebagai orang yang	√			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dalam hubungan satu sama lain		penuh kasih sayang (F)				
	16	Saya belum banyak merasakan hubungan yang akrab dan saling percaya dengan orang lain (UF)	√			
	18	Menjaga hubungan dekat memang sulit dan membuat saya frustrasi (UF)	√			
	27	Saya tahu bahwa saya dapat mempercayai teman-teman saya, dan mereka tahu bahwa saya dapat dipercaya (F)	√			
	30	Saya sering merasa kesepian karena saya memiliki sedikit teman dekat untuk berbagi cerita dengan saya (UF)	√			
	38	Saya merasa senang berkomunikasi dengan anggota keluarga maupun dengan teman (F)	√			
Mampu mengatur perilakunya sendiri, mandiri, dan mampu mengambil keputusan	1	Saya mampu menyampaikan pendapat saya, bahkan ketika itu bertentangan dengan pendapat orang lain (F)	√			
	10	Saya cenderung khawatir tentang apa yang orang lain	√			

Otonomi

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

			pikirkan tentang saya (UF)				
	13		Keputusan yang saya ambil biasanya tidak dipengaruhi orang lain (F)	√			
	21		Saya menilai diri saya berdasarkan apa yang menurut saya penting, bukan dari penilaian orang lain (F)	√			
	24		Saya mudah terpengaruh dengan pendapat orang lain (UF)	√			
	35		Saya yakin dengan pendapat saya, meskipun tidak sesuai dengan kesepakatan umum (UF)	√			
	41		Sulit bagi saya untuk menyuarakan pendapat tentang hal-hal yang kontroversial (UF)	√			
Kemampuan untuk mengatur lingkungan nya, memanfaatkan peluang yang ada di lingkungan nya, menciptakan dan mengontrol lingkungan	3		Secara umum, saya merasa bertanggung jawab atas situasi di mana saya tinggal (F)	√			
	12		Saya merasa tidak puas dalam mengatur hidup saya (UF)	√			
	15		Tuntutan kehidupan sehari-hari sering kali membuat saya tertekan (UF)	√			

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tujuan Hidup

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

sesuai dengan kebutuhan	23	Saya sudah mampu membangun lingkungan dan gaya hidup yang sesuai dengan keinginan saya (F)	√			
	26	Saya tidak cocok dengan orang-orang dan komunitas yang ada di sekitar saya (UF)	√			
	36	Saya cukup mampu mengelola banyak tanggung jawab dalam kehidupan saya sehari-hari (F)	√			
	42	Saya sering merasa terbebani oleh tanggung jawab saya (UF)	√			
Memiliki pemahaman yang jelas pada tujuan hidupnya, yakin bahwa ia mampu mencapai tujuan hidup dan merasa bahwa setiap pengalaman hidupnya bermakna	6	Saya senang membuat rencana untuk masa depan dan berusaha untuk mewujudkannya (F)	√			
	9	Saya menjalani kehidupan sehari-hari dengan santai dan tidak terlalu memikirkan masa depan (UF)	√			
	20	Saya merasa memiliki arah dan tujuan dalam hidup (F)	√			
	29	Beberapa orang berjalan tanpa tujuan dalam hidup, tapi saya bukan	√			



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pertumbuhan Pribadi

		salah satu dari mereka (F)				
	32	Saya tidak memiliki pemahaman yang baik tentang apa yang ingin saya raih dalam hidup (UF)	√			
	33	Saya terkadang merasa seolah-olah telah melakukan semua yang harus dilakukan dalam hidup (F)	√			
	39	Kegiatan sehari-hari saya sering kali tampak sepele dan tidak penting bagi saya (UF)	√			
Selalu memandang diri sebagai individu yang selalu tumbuh dan berkembang, terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru	2	Bagi saya, hidup adalah proses dari pembelajaran, perubahan, dan pertumbuhan ke arah yang lebih baik (F)	√			
	5	Saya tidak tertarik dengan aktivitas yang akan memperluas wawasan saya (UF)	√			
	14	Saya berhenti mencoba membuat perubahan besar dalam hidup saya sejak lama (UF)	√			
	17	Bagi saya penting untuk memiliki pengalaman baru yang lebih menantang cara	√			



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		saya berpikir tentang diri saya dan dunia (F)				
25		Saya tidak nyaman ketika berada dalam lingkungan baru yang mengharuskan saya mengubah kebiasaan lama (UF)	√			
28		Menurut saya, dalam beberapa tahun terakhir belum ada peningkatan dalam diri saya (UF)	√			
37		Saya merasa bahwa saya telah berkembang sebagai pribadi yang lebih baik dari waktu ke waktu (F)	√			

Catatan :

1. Isi (Kesesuaian Isi)

.....

.....

.....

2. Bahasa

.....

.....

.....

3. Jumlah Aitem

.....

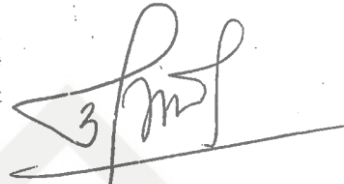
.....

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pekanbaru, Februari 2025

Validator



Elyusra Ulfah, M.Psi., Psikolog
NIP. 198403212019032209

UIN SUSKA RIAU

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

SKALA KEBERSYUKURAN

1. Definisi Operasional

Kebersyukuran adalah ungkapan rasa terima kasih mahasiswa atas nikmat yang diterima, baik dari Allah SWT maupun dari lingkungan sekitar, yang tercermin melalui tindakan, ucapan, dan penerimaan terhadap hidup baik dalam perkuliahan maupun pekerjaan. Kebersyukuran dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala *Islamic Gratitude Scale* (IGS-10) oleh Rusdi (2021). Semakin tinggi skor yang dihasilkan dari skala kebersyukuran maka semakin tinggi pula tingkat rasa kebersyukuran subjek. Sebaliknya, semakin rendah skor kebersyukuran maka semakin rendah pula tingkat rasa kebersyukuran subjek.

2. Skala yang digunakan : [] Buat Sendiri

[] Terjemahan

[] Modifikasi

[☒] Adaptasi

3. Jumlah Aitem : 10

4. Jenis Format Respon : *Likert*

5. Penilaian Setiap Butir Aitem : Sangat Tidak Sesuai (STS)

Tidak Sesuai (TS)

Agak Tidak Sesuai (ATS)

Agak Sesuai (AS)

Sesuai (S)

Sangat Sesuai (SS)

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

6. Petunjuk Pengerjaan

Saya meminta kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan (aitem) yang telah disediakan pada skala ini. Bapak/Ibu dapat memberikan tanda *checklist* (√) pada masing-masing pernyataan. Pada penilaian ini Bapak/Ibu dimohon untuk dapat menilai pernyataan (aitem) berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) yang telah diajukan. Penilaian ini dapat dilakukan dengan memberikan tanda *checklist* (√) pada salah satu alternatif jawaban yang telah di sediakan, yaitu: Relevan (R), Kurang Relevan (KR), dan Tidak Relevan (TR).

Aspek	No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			Keterangan
			R	KR	TR	
Ekstrinsik	1	Membalas kebaikan kepada orang lain (F)	√			
	2	Berbuat baik karena mendapat nikmat (F)	√			
	3	Mendoakan orang lain yang memberikan kemudahan (F)	√			
	4	Membantu orang lain karena mendapat nikmat (F)	√			
	5	Mengucapkan terimakasih (F)	√			
	6	Mengucapkan hamdalah (F)	√			
	7	Memuji Allah dalam tiap ibadah (F)	√			
Intrinsik	8	Menikmati hidup walau sulit (F)	√			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

9	Merasakan nikmat yang melimpah (F)	√			
10	Puas atas nikmat yang sedikit (F)	√			

Catatan :

1. Isi (Kesesuaian Isi)

.....

.....

.....

2. Bahasa

.....

.....

.....

3. Jumlah Aitem

.....

.....

.....

Pekanbaru, Februari 2025

Validator

Elvusra Ulfah, M.Psi., Psikolog
NIP. 198403212019032209



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

SKALA *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*

A. Definisi Operasional

Psychological well-being merupakan keadaan mahasiswa yang kuliah sambil bekerja mampu menerima dirinya sendiri, baik dalam hal positif maupun negatif, menjalin hubungan yang hangat dengan orang lain, membuat keputusan secara mandiri tanpa terpengaruh tekanan sosial, mengendalikan lingkungan eksternal, menemukan tujuan dan makna hidup, serta terus mengembangkan potensi dirinya secara berkelanjutan. *Psychological well-being* dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala *Ryff's psychological well-being scale* (RPWB) yang telah dimodifikasi oleh Yumra (2021). Semakin tinggi skor yang dihasilkan dari skala *psychological well-being* maka semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being* subjek. Sebaliknya, semakin rendah skor *psychological well-being* maka semakin rendah pula tingkat *psychological well-being* subjek.

B. Skala yang digunakan : *Ryff's Psychological Well-Being Scale*

☐ Buat Sendiri

☐ Terjemahan

☐ Modifikasi

☒ Adaptasi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- C. Jumlah Aitem** : 42 aitem
- D. Jenis Format Respon** : *Likert*
- E. Penilaian Setiap Butir Aitem** : Sangat Sesuai (SS)
Sesuai (S)
Tidak Sesuai (TS)
Sangat Tidak Sesuai (STS)

F. Petunjuk Pengerjaan

Saya meminta kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan (aitem) yang telah disediakan pada skala ini. Bapak/Ibu dapat memberikan tanda *checklist* (√) pada masing-masing pernyataan. Pada penilaian ini Bapak/Ibu dimohon untuk dapat menilai pernyataan (aitem) berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) yang telah diajukan. Penilaian ini dapat dilakukan dengan memberikan tanda *checklist* (√) pada salah satu alternatif jawaban yang telah di sediakan, yaitu: Relevan (R), Kurang Relevan (KR), dan Tidak Relevan (TR).

Aspek	Indikator	No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			Keterangan
				R	KR	TR	
Penerimaan Diri	Kemampuan menerima diri sendiri secara menyeluruh, memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan memandang masa lalu	8	Dalam banyak hal, saya merasa kecewa dengan apa yang sudah saya raih dalam hidup saya (UF)	√			
		11	Ketika saya melihat kisah hidup saya, saya merasa senang dengan	√			



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sebagai sesuatu yang baik		keberhasilan yang saya peroleh (F)				
	19	Sikap saya tentang diri saya mungkin tidak sebaik yang dirasakan beberapa orang tentang diri mereka sendiri (UF)	√			
	22	Secara umum, saya merasa percaya diri dan positif tentang diri saya sendiri (F)	√			
	31	Pada saat saya membandingkan diri saya dengan orang lain, saya merasa nyaman tentang siapa saya (UF)	√			
	34	Saya merasa orang di sekitar saya mendapatkan lebih banyak hal dalam hidup daripada saya (UF)	√			
	40	Saya menyukai sebagian besar dari kepribadian saya (F)	√			
Hubungan Positif dengan Orang Lain	4	Orang memandang saya sebagai individu yang suka memberi, bersedia untuk berbagi waktu saya dengan orang lain (F)	√			
	7	Kebanyakan orang melihat saya sebagai orang yang	√			

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dalam hubungan satu sama lain		penuh kasih sayang (F)				
	16	Saya belum banyak merasakan hubungan yang akrab dan saling percaya dengan orang lain (UF)	√			
	18	Menjaga hubungan dekat memang sulit dan membuat saya frustrasi (UF)	√			
	27	Saya tahu bahwa saya dapat mempercayai teman-teman saya, dan mereka tahu bahwa saya dapat dipercaya (F)	√			
	30	Saya sering merasa kesepian karena saya memiliki sedikit teman dekat untuk berbagi cerita dengan saya (UF)	√			
	38	Saya merasa senang berkomunikasi dengan anggota keluarga maupun dengan teman (F)	√			
Mampu mengatur perilakunya sendiri, mandiri, dan mampu mengambil keputusan	1	Saya mampu menyampaikan pendapat saya, bahkan ketika itu bertentangan dengan pendapat orang lain (F)	√			
	10	Saya cenderung khawatir tentang apa yang orang lain	√			

Otonomi



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

			pikirkan tentang saya (UF)				
		13	Keputusan yang saya ambil biasanya tidak dipengaruhi orang lain (F)	√			
		21	Saya menilai diri saya berdasarkan apa yang menurut saya penting, bukan dari penilaian orang lain (F)	√			
		24	Saya mudah terpengaruh dengan pendapat orang lain (UF)	√			
		35	Saya yakin dengan pendapat saya, meskipun tidak sesuai dengan kesepakatan umum (UF)	√			
		41	Sulit bagi saya untuk menyuarakan pendapat tentang hal-hal yang kontroversial (UF)	√			
Kemampuan untuk mengatur lingkungan nya, memanfaatkan peluang yang ada di lingkungan nya, menciptakan dan mengontrol lingkungan		3	Secara umum, saya merasa bertanggung jawab atas situasi di mana saya tinggal (F)	√			
		12	Saya merasa tidak puas dalam mengatur hidup saya (UF)	√			
		15	Tuntutan kehidupan sehari-hari sering kali membuat saya tertekan (UF)	√			

Penguasaan Lingkungan

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tujuan Hidup

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

sesuai dengan kebutuhan	23	Saya sudah mampu membangun lingkungan dan gaya hidup yang sesuai dengan keinginan saya (F)	√			
	26	Saya tidak cocok dengan orang-orang dan komunitas yang ada di sekitar saya (UF)	√			
	36	Saya cukup mampu mengelola banyak tanggung jawab dalam kehidupan saya sehari-hari (F)	√			
	42	Saya sering merasa terbebani oleh tanggung jawab saya (UF)	√			
Memiliki pemahaman yang jelas pada tujuan hidupnya, yakin bahwa ia mampu mencapai tujuan hidup dan merasa bahwa setiap pengalaman hidupnya bermakna	6	Saya senang membuat rencana untuk masa depan dan berusaha untuk mewujudkannya (F)	√			
	9	Saya menjalani kehidupan sehari-hari dengan santai dan tidak terlalu memikirkan masa depan (UF)	√			
	20	Saya merasa memiliki arah dan tujuan dalam hidup (F)	√			
	29	Beberapa orang berjalan tanpa tujuan dalam hidup, tapi saya bukan	√			



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pertumbuhan Pribadi

		salah satu dari mereka (F)				
	32	Saya tidak memiliki pemahaman yang baik tentang apa yang ingin saya raih dalam hidup (UF)	√			
	33	Saya terkadang merasa seolah-olah telah melakukan semua yang harus dilakukan dalam hidup (F)	√			
	39	Kegiatan sehari-hari saya sering kali tampak sepele dan tidak penting bagi saya (UF)	√			
Selalu memandang diri sebagai individu yang selalu tumbuh dan berkembang, terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru	2	Bagi saya, hidup adalah proses dari pembelajaran, perubahan, dan pertumbuhan ke arah yang lebih baik (F)	√			
	5	Saya tidak tertarik dengan aktivitas yang akan memperluas wawasan saya (UF)	√			
	14	Saya berhenti mencoba membuat perubahan besar dalam hidup saya sejak lama (UF)	√			
	17	Bagi saya penting untuk memiliki pengalaman baru yang lebih menantang cara	√			



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		saya berpikir tentang diri saya dan dunia (F)				
25		Saya tidak nyaman ketika berada dalam lingkungan baru yang mengharuskan saya mengubah kebiasaan lama (UF)	√			
28		Menurut saya, dalam beberapa tahun terakhir belum ada peningkatan dalam diri saya (UF)	√			
37		Saya merasa bahwa saya telah berkembang sebagai pribadi yang lebih baik dari waktu ke waktu (F)	√			

Catatan :

4. Isi (Kesesuaian Isi)

.....

.....

.....

5. Bahasa

.....

.....

.....

6. Jumlah Aitem

.....

.....

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pekanbaru, 10 Februari 2025

Validator



Dr. Diana Elfida, M.Si., Psikolog
NIP. 197112091998032002

UIN SUSKA RIAU



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

SKALA KEBERSYUKURAN

1. Definisi Operasional

Kebersyukuran adalah ungkapan rasa terima kasih mahasiswa atas nikmat yang diterima, baik dari Allah SWT maupun dari lingkungan sekitar, yang tercermin melalui tindakan, ucapan, dan penerimaan terhadap hidup baik dalam perkuliahan maupun pekerjaan. Kebersyukuran dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala *Islamic Gratitude Scale* (IGS-10) oleh Rusdi (2021). Semakin tinggi skor yang dihasilkan dari skala kebersyukuran maka semakin tinggi pula tingkat rasa kebersyukuran subjek. Sebaliknya, semakin rendah skor kebersyukuran maka semakin rendah pula tingkat rasa kebersyukuran subjek.

2. Skala yang digunakan : ☐ Buat Sendiri
☐ Terjemahan
☐ Modifikasi
☒ Adaptasi
3. Jumlah Aitem : 10
4. Jenis Format Respon : *Likert*
5. Penilaian Setiap Butir Aitem : Sangat Tidak Sesuai (STS)
 Tidak Sesuai (TS)
 Agak Tidak Sesuai (ATS)
 Agak Sesuai (AS)

Sesuai (S)

Sangat Sesuai (SS)

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

6. Petunjuk Pengerjaan

Saya meminta kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan (aitem) yang telah disediakan pada skala ini. Bapak/Ibu dapat memberikan tanda *checklist* (√) pada masing-masing pernyataan. Pada penilaian ini Bapak/Ibu dimohon untuk dapat menilai pernyataan (aitem) berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) yang telah diajukan. Penilaian ini dapat dilakukan dengan memberikan tanda *checklist* (√) pada salah satu alternatif jawaban yang telah di sediakan, yaitu: Relevan (R), Kurang Relevan (KR), dan Tidak Relevan (TR).

Aspek	No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			Keterangan
			R	KR	TR	
Ekstrinsik	1	Membalas kebaikan kepada orang lain (F)	√			
	2	Berbuat baik karena mendapat nikmat (F)	√			
	3	Mendoakan orang lain yang memberikan kemudahan (F)	√			
	4	Membantu orang lain karena mendapat nikmat (F)	√			
	5	Mengucapkan terimakasih (F)	√			
	6	Mengucapkan hamdalah (F)	√			
	7	Memuji Allah dalam tiap ibadah (F)	√			
Intrinsik	8	Menikmati hidup walau sulit (F)	√			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

9	Merasakan nikmat yang melimpah (F)	√			
10	Puas atas nikmat yang sedikit (F)	√			

Catatan :

1. Isi (Kesesuaian Isi)

.....

.....

.....

2. Bahasa

.....

.....

.....

3. Jumlah Aitem

.....

.....

.....

Pekanbaru, 10 Februari 2025

Validator

Dr. Diana Elfida, M.Si., Psikolog
NIP. 197112091998032002

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN B***Alat Ukur Try Out***

UIN SUSKA RIAU



Try Out Penelitian

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Perkenalkan saya Salsabila Oshika Putri, mahasiswa S1 Fakultas Psikologi UIN Suska Riau. Saat ini saya sedang melaksanakan penelitian, saya meminta kesediaan saudara/i untuk dapat berpartisipasi dengan mengisi skala ini. Penelitian ini dilakukan guna memperoleh gelar Strata satu (S1) di bawah bimbingan ibu Elyusra Ulfah, M.Psi., Psikolog

Adapun kriteria yang dibutuhkan dalam penelitian ini yaitu:

- Mahasiswa/i aktif S1 yang berkuliah di Kota Pekanbaru
- Bekerja dengan minimal durasi kerja selama 3 jam per hari
- Bekerja dengan durasi kerja kurang dari 35 jam per minggu

Apabila saudara/i termasuk dalam kriteria tersebut, kami bermaksud meminta bantuan saudara/i untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Dalam pengisian skala ini memerlukan waktu sekitar 10-15 menit. Seluruh identitas dan respon jawaban yang saudara/i berikan akan dijaga kerahasiannya oleh peneliti dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian. Untuk itu, kami berharap saudara/i dapat mengisi skala ini dengan jujur. Penelitian ini bersifat sukarela, namun bagi 5 orang responden beruntung masing-masing akan mendapatkan e-wallet sebesar Rp. 20.000 yang akan diundi acak. Untuk itu, diharapkan untuk mencantumkan nomor handphone yang terhubung dengan e-wallet saudara/i.

Terimakasih banyak atas ketersediaan saudara/i dalam meluangkan waktu untuk mengisi skala ini, bantuan saudara/i sangat berarti untuk penelitian ini. Apabila terdapat pertanyaan mengenai skala penelitian ini, saudara/i dapat menghubungi peneliti melalui email berikut: salsabila.oshika@gmail.com

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Hormat Kami,
Tim Peneliti

Jenis Kelamin *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Laki-laki
☐ Perempuan

Usia (hanya angka) *

Salsabila Oshika Putri
Elyusra Ulfah, M.Psi., Psikolog

* Menunjukkan pertanyaan yang wajib diisi

1. Email *

2. Apakah saudara/i memenuhi kriteria dan bersedia mengisi skala penelitian ini? *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Ya, saya bersedia
☐ Tidak, saya tidak bersedia

Identitas Diri

3. Nama/Inisial *

6. Domisili/Kecamatan Tempat Tinggal *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Binawidya
☐ Bukit Raya
☐ Kulim
☐ Lima Puluh
☐ Marpoyan Damai
☐ Payung Sekaki
☐ Pekanbaru Kota
☐ Rumbai Barat
☐ Rumbai
☐ Rumbai Timur
☐ Sial
☐ Senapelan
☐ Sukajadi
☐ Tuah Madani
☐ Tenayan Raya

7. Asal Universitas *

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
2. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



© Hak cipta milik UIN Suska Riau
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

9. Program Studi *

10. Semester *

11. Pekerjaan *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Penulis
☐ Desain Grafis
☐ Programmer Program dan Web
☐ Fotografer
☐ Pelayan dan Penjaga Toko
☐ Barista
☐ Yang lain

12. SKALA 1

Petunjuk Pengisian Skala

Bacalah setiap pernyataan dengan baik, kemudian berikan jawaban atau respon saudara/i dengan memilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi diri saudara/i. Setiap orang memiliki jawaban yang berbeda. Peneliti harap saudara/i mengisi skala ini dengan cermat hingga selesai serta tidak ada pernyataan yang terlewatkan. Adapun pilihan jawaban yang disediakan adalah:

- 1 : Sangat Tidak Sesuai (STS)
2 : Tidak Sesuai (TS)
3 : Sesuai (S)
4 : Sangat Sesuai (SS)

13. 1. Saya mampu menyampaikan pendapat saya, bahkan ketika itu bertentangan dengan pendapat orang lain *

Tandai satu oval saja.

- 1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

State Islamic U

12. Lokasi Tempat Kerja *

13. Waktu jam kerja perhari *

Tandai satu oval saja.

- ☐ < 3 jam
☐ 3-5 jam
☐ > 5 jam

14. Waktu jam kerja perminggu *

Tandai satu oval saja.

- ☐ < 35 jam
☐ 40 jam

15. No handphone (dana/shopeepay) *

16. 2. Bagi saya, hidup adalah proses dari pembelajaran, perubahan, dan pertumbuhan ke arah yang lebih baik *

Tandai satu oval saja.

- 1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

17. 3. Secara umum, saya merasa bertanggung jawab atas situasi di mana saya tinggal *

Tandai satu oval saja.

- 1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

18. 4. Orang memandang saya sebagai individu yang suka memberi, bersedia untuk berbagi waktu saya dengan orang lain *

Tandai satu oval saja.

- 1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai



20. 5. Saya tidak tertarik dengan aktivitas yang akan memperluas wawasan saya *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sangat Sesuai

21. 6. Saya senang membuat rencana untuk masa depan dan berusaha untuk mewujudkannya *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sangat Sesuai

22. 7. Kebanyakan orang melihat saya sebagai orang yang penuh kasih sayang *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sangat Sesuai

23. 8. Ketika saya melihat kisah hidup saya, saya merasa senang dengan keberhasilan yang saya peroleh *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sangat Sesuai

24. 9. Saya merasa tidak puas dalam mengatur hidup saya *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sangat Sesuai

25. 10. Keputusan yang saya ambil biasanya tidak dipengaruhi orang lain *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sangat Sesuai

26. 11. Dalam banyak hal, saya merasa kecewa dengan apa yang sudah saya raih dalam hidup saya *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sangat Sesuai

27. 12. Saya menjalani kehidupan sehari-hari dengan santai dan tidak terlalu memikirkan masa depan *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sangat Sesuai

28. 13. Saya cenderung khawatir tentang apa yang orang lain pikirkan tentang saya *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sangat Sesuai

29. 14. Saya berhenti mencoba membuat perubahan besar dalam hidup saya sejak lama *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sangat Sesuai

30. 15. Tuntutan kehidupan sehari-hari sering kali membuat saya tertekan *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sangat Sesuai

31. 16. Saya belum banyak merasakan hubungan yang akrab dan saling percaya dengan orang lain *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sangat Sesuai

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

State Islamic U



1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

35. 17. Bagi saya penting untuk memiliki pengalaman baru yang lebih menantang cara saya berpikir tentang diri saya dan dunia *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sani ☐ Sangat Sesuai

36. 18. Menjaga hubungan dekat memang sulit dan membuat saya frustrasi *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sani ☐ Sangat Sesuai

37. 19. Sikap saya tentang diri saya mungkin tidak sebaik yang dirasakan beberapa orang tentang diri mereka sendiri *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sani ☐ Sangat Sesuai

23. Saya sudah mampu membangun lingkungan dan gaya hidup yang sesuai dengan keinginan saya *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sani ☐ Sangat Sesuai

24. Saya mudah terpengaruh dengan pendapat orang lain *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sani ☐ Sangat Sesuai

25. Saya tidak nyaman ketika berada dalam lingkungan baru yang mengharuskan saya mengubah kebiasaan lama *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sani ☐ Sangat Sesuai

35. 20. Saya merasa memiliki arah dan tujuan dalam hidup *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sani ☐ Sangat Sesuai

36. 21. Saya menilai diri saya berdasarkan apa yang menurut saya penting, bukan dari penilaian orang lain *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sani ☐ Sangat Sesuai

37. 22. Secara umum, saya merasa percaya diri dan positif tentang diri saya sendiri *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sani ☐ Sangat Sesuai

41. 26. Saya tidak cocok dengan orang-orang dan komunitas yang ada di sekitar saya *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sani ☐ Sangat Sesuai

42. 27. Saya tahu bahwa saya dapat mempercayai teman-teman saya, dan mereka tahu bahwa saya dapat dipercaya *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sani ☐ Sangat Sesuai

43. 28. Menurut saya, dalam beberapa tahun terakhir belum ada peningkatan dalam diri saya *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sani ☐ Sangat Sesuai



2. Diarangi mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

44. 29. Beberapa orang berjalan tanpa tujuan dalam hidup, tapi saya bukan salah satu dari mereka *

Tandai satu oval saja

1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

35. Saya selalu merasa kesepian karena saya memiliki sedikit teman dekat untuk berbagi cerita dengan saya *

Tandai satu oval saja

1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

36. Pada saat saya membandingkan diri saya dengan orang lain, saya merasa nyaman tentang siapa saya *

Tandai satu oval saja

1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

37. Saya yakin dengan pendapat saya, meskipun tidak sesuai dengan kesepakatan umum *

Tandai satu oval saja

1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

38. Saya cukup mampu mengelola banyak tanggung jawab dalam kehidupan saya sehari-hari *

Tandai satu oval saja

1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

39. Saya merasa bahwa saya telah berkembang sebagai pribadi yang lebih baik dari waktu ke waktu *

Tandai satu oval saja

1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

47. 32. Saya tidak memiliki pemahaman yang baik tentang apa yang ingin saya raih dalam hidup *

Tandai satu oval saja

1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

48. 33. Saya terkadang merasa seolah-olah telah melakukan semua yang harus dilakukan dalam hidup *

Tandai satu oval saja

1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

49. 34. Saya merasa orang di sekitar saya mendapatkan lebih banyak hal dalam hidup daripada saya *

Tandai satu oval saja

1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

53. 38. Saya merasa senang berkomunikasi dengan anggota keluarga maupun dengan teman *

Tandai satu oval saja

1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

54. 39. Kegiatan sehari-hari saya sering kali tampak sepele dan tidak penting bagi saya *

Tandai satu oval saja

1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

55. 40. Saya menyukai sebagian besar dari kepribadian saya *

Tandai satu oval saja

1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai



56. 41. Sulit bagi saya untuk menyuarakan pendapat tentang hal-hal yang kontroversial *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

Saya sering merasa terbebani oleh tanggung jawab saya *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic U

2. Berbuat baik karena mendapat nikmat *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4 5 6
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

3. Mendoakan orang lain yang memberikan kemudahan *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4 5 6
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

4. Membantu orang lain karena mendapat nikmat *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4 5 6
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

SKALA 2

Petunjuk Pengisian Skala

Bacalah setiap pernyataan dengan baik, kemudian berikan jawaban atau respon saudara/i dengan memilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi diri saudara/i. Setiap orang memiliki jawaban yang berbeda. Peneliti harap saudara/i mengisi skala ini dengan cermat hingga selesai serta tidak ada pernyataan yang terlewatkan. Adapun pilihan jawaban yang disediakan adalah:

- 1 : Sangat Tidak Sesuai (STS)
- 2 : Tidak Sesuai (TS)
- 3 : Agak Tidak Sesuai (ATS)
- 4 : Agak Sesuai (AS)
- 5 : Sesuai (S)
- 6 : Sangat Sesuai (SS)

58. 1. Membalas kebaikan kepada orang lain *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4 5 6
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

62. 5. Mengucapkan terimakasih *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4 5 6
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

63. 6. Mengucapkan hamdalah *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4 5 6
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

64. 7. Memuji Allah dalam tiap ibadah *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4 5 6
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

Konten ini tidak dibuat atau didukung oleh Google.

Google Formulir



65. 8. Menikmati hidup walau sulit *

Tandai satu oval saja.

1	2	3	4	5	6
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tidak Sesuai			Sangat Sesuai		

Merasakan nikmat yang melimpah *

Tandai satu oval saja.

1	2	3	4	5	6
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tidak Sesuai			Sangat Sesuai		

Puas atas nikmat yang sedikit *

Tandai satu oval saja.

1	2	3	4	5	6
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tidak Sesuai			Sangat Sesuai		

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic U

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN C**Data Demografi Subjek *Try Out***

UIN SUSKA RIAU



Data Demografi Subjek Try Out

Nama/Inisial	Jenis Kelamin	Usia	Asal Universitas	Fakultas	Program Studi	Semester	Pekerjaan	Jam kerja perhari	Jam kerja perminggu
S	Perempuan	22	Universitas Riau	Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik	Ilmu Pemerintahan	8	Waitress	3-5 jam	< 35 jam
Betris Fatimah Azz	Perempuan	24	UIN SUSKA RIAU	Psikologi	Psikologi	12	Barista	3-5 jam	< 35 jam
Widi	Perempuan	20	UIN SUSKA Riau	Dakwah dan Komunikasi	Ilmu Komunikasi	6	Pelayan dan Penjaga Toko	3-5 jam	< 35 jam
Icha	Perempuan	21	UIN SUSKA Riau	Tarbiyah	Pendidikan Bahasa Inggris	8	Pelayan dan Penjaga Toko	3-5 jam	< 35 jam
L	Perempuan	22	UIN SUSKA RIAU	Dakwah Dan Komunikasi	Ilmu Komunikasi	8	Desain Grafis	3-5 jam	< 35 jam
M	Perempuan	21	Universitas Abdurrah	Psikologi dan Ilmu Sosial	Psikologi	8	Pelayan dan Penjaga Toko	3-5 jam	< 35 jam
Resti Arini	Perempuan	20	Universitas Riau	Fisip	Ilmu Pemerintahan	6	Barista	3-5 jam	< 35 jam
As	Perempuan	22	UIN SUSKA Riau	Syariah dan Hukum	Ilmu Hukum	8	Fotografer	3-5 jam	< 35 jam
tasya	Perempuan	22	Universitas Riau	FEB	Manajemen	8	buka usaha	3-5 jam	< 35 jam
Lutpyy	Laki-laki	22	Universitas Riau	FISIP	sosiologi	8	Fotografer	3-5 jam	< 35 jam
Aji	Laki-laki	25	Universitas Riau	FISIP	Ilmu Pemerintahan	8	Pelayan dan Penjaga Toko	3-5 jam	< 35 jam

1. Diarung mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarung mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



zeshia	Perempuan	23	Universitas Riau	Ilmu Sosial dan Ilmu Politik	Ilmu Pemerintahan	8	Programmer Program dan Web	3-5 jam	< 35 jam
Marchel	Laki-laki	21	UIN SISKARIAU	Pertanian dan peternakan	Agroteknologi	5	Programmer Program dan Web	3-5 jam	< 35 jam
KI	Perempuan	23	UIN SUSKA Riau	Psikologi	Psikologi	8	Programmer Program dan Web	3-5 jam	< 35 jam
Kevin	Laki-laki	22	Univ Riau	Perikanan dan Kelautan	ilmu kelautan	7	Pelayan dan Penjaga Toko	3-5 jam	< 35 jam
adinda	Perempuan	22	UIN suska riau	ekonomi dan ilmu sosial	administrasi negara	8	Fotografer	3-5 jam	< 35 jam
RWP	Perempuan	22	UIN Suska Riau	Ekonomi dan Ilmu Sosial	Manajemen	8	Fotografer	3-5 jam	< 35 jam
I	Laki-laki	21	UIN Suska Riau	Psikologi	Psikologi	8	Pelayan dan Penjaga Toko	3-5 jam	< 35 jam
s	Perempuan	22	UIN SUSKA RIAU	psikologi	psikologi	8	Fotografer	3-5 jam	< 35 jam
n	Perempuan	21	UIN Suska Riau	tarbiyah	pendidikan bahasa inggris	8	Barista	3-5 jam	< 35 jam
L	Perempuan	20	UIN Suska Riau	Syariah dan Hukum	Ilmu Hukum	4	Barista	3-5 jam	< 35 jam
N	Perempuan	21	Universitas Riau	Keguruan dan Ilmu pendidikan	Bimbingan konseling	5	Pelayan dan Penjaga Toko	3-5 jam	< 35 jam
G	Perempuan	22	Universitas Riau	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Bimbingan Konseling	6	Pelayan dan Penjaga Toko	3-5 jam	< 35 jam

1. Dianggap mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, pengumpulan data untuk meragukan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dianggap mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic U



© Hak cipta dimiliki UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dianggap melanggar hak cipta atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, atau pengumpulan data yang bersifat ilmiah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dianggap mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

A	Perempuan	21	UIN SUSKA RIAU	Dakwah dan ilmu komunikasi	Pengembangan masyarakat Islam	8	Desain Grafis	3-5 jam	< 35 jam
Annisa	Perempuan	21	UIN Suska Riau	Psikologi	Psikologi	8	Pelayan dan Penjaga Toko	3-5 jam	< 35 jam
BA	Laki-laki	23	Universitas Riau	FMIPA	Kimia	10	Barista	3-5 jam	< 35 jam
Fa	Perempuan	22	Universitas Riau	FISIP	Ilmu Administrasi dan Bisnis	8	Penjaga Stand	3-5 jam	< 35 jam
A	Perempuan	21	Universitas muhammadiyah riau	Ekonomi dan bisnis	Akuntansi	8	Barista	3-5 jam	< 35 jam
Df	Perempuan	24	Universitas Riau	Ekonomi dan Bisnis	Ilmu Ekonomi	8	Barista	3-5 jam	< 35 jam
Catherine	Perempuan	21	Universitas Riau	Ekonomi dan Bisnis	Managemen	8	Cooking Helper	3-5 jam	< 35 jam
J	Laki-laki	21	UIN Suska Riau	ushuluddin	ilmu hadits	6	Pelayan dan Penjaga Toko	3-5 jam	< 35 jam
Vd	Perempuan	20	uin suska riau	tarbiyah dan keguruan	pendidikan geografi	3	kasir toko	3-5 jam	< 35 jam
Nc	Perempuan	19	uin suska riau	tarbiyah dan keguruan	pendidikan geografi	2	admin sosial media	3-5 jam	< 35 jam
Ww	Perempuan	21	uin suska riau	psikologi	psikologi	5	waitters	3-5 jam	< 35 jam
Cz	Perempuan	22	uin suska riau	dakwah dan ilmu komunikasi	bimbingan konseling islam	6	freelance data entry	3-5 jam	< 35 jam
Af	Perempuan	23	universitas riau	ekonomi dan bisnis	akuntansi	7	usaha makanan	3-5 jam	< 35 jam



2. Diarangi mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t
1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan harus mencantumkan sumber, penulisan laporan
- b. Pengutipan tidak mengilkan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

© Hak Cipta Milik UIN Suska Riau

State Islamic U

Ks	Laki-laki	24	universitas riau	ekonomi dan bisnis	akuntansi	8	barista	3-5 jam	< 35 jam
Sa	Laki-laki	18	universitas riau	ekonomi dan bisnis	akuntansi	1	desainer grafis	3-5 jam	< 35 jam
As	Laki-laki	19	uin suska riau	peternakan dan pertanian	gizi	2	Pelayan dan Penjaga Toko	3-5 jam	< 35 jam
La	Laki-laki	20	uin suska riau	peternakan dan pertanian	gizi	3	admin media sosial	3-5 jam	< 35 jam
Mf	Laki-laki	25	uin suska riau	fapertapet	gizi	8	crew store	3-5 jam	< 35 jam
ZR	Perempuan	23	Universitas riau	Ekonomi dan bisnis	Ilmu ekonomi	6	Barista	3-5 jam	< 35 jam
nada	Perempuan	23	uin suska riau	fakultas pertanian dan peternakan	agroteknologi	10	Barista	3-5 jam	< 35 jam
PMN	Perempuan	22	UIN SUSKA RIAU	psikologi	psikologi	10	Penulis	3-5 jam	< 35 jam
Fadly	Laki-laki	23	Uin suska	Pertanian dan peternakan	Agroteknologi	10	Asisten kelapa sawit	3-5 jam	< 35 jam
Joyy	Laki-laki	23	UIN Suska	Fapertapet	Agroteknologi	10	Fotografer	3-5 jam	< 35 jam
ta	Perempuan	23	uin suska riau	ekonomi dan ilmu sosial	administrasi negara	7	admin	3-5 jam	< 35 jam
N	Perempuan	23	Universitas Riau	FKIP	Pendidikan Biologi	10	Desain Grafis	3-5 jam	< 35 jam
bf	Perempuan	21	uin suska riau	pertanian dan peternakan	agroteknologi	8	Pelayan dan Penjaga Toko	3-5 jam	< 35 jam
A	Laki-laki	21	uin suska riau	dakwah dan komunikasi	komunikasi dan penyiaran islam	6	driver ojol	3-5 jam	< 35 jam



51	BP	Laki-laki	21	uin suska riau	dakwah dan komunikasi	komunikasi dan penyiaran islm	6	Fotografer	3-5 jam	< 35 jam
52	SZ	Perempuan	20	uin suska riau	fekonsos	manajemen	6	Barista	3-5 jam	< 35 jam
53	PL	Perempuan	21	Uin suska riau	Psikologi	Psikologi	6	Fotografer	3-5 jam	< 35 jam
54	pk	Perempuan	21	uin suska riau	ekonomi dan ilmu sosial	manajemen	6	kasir cafe	3-5 jam	< 35 jam
55	KR	Perempuan	21	Unri	Fisip	Ilmu politik	6	Penulis	3-5 jam	< 35 jam
56	aq	Perempuan	21	universitas muhammadiyah riau	ilmu komputer	teknik komputer	6	Barista	3-5 jam	< 35 jam
57	N	Laki-laki	22	Universitas Riau	Perikanan dan Kelautan	Ilmu Kelautan	8	Pelayan dan Penjaga Toko	3-5 jam	< 35 jam
58	so	Perempuan	21	universitas riau	perikanan dan ilmu kelautan	ilmu kelautan	6	karyawan toko	3-5 jam	< 35 jam
59	ap	Perempuan	21	universitas riau	fisip	ilmu pemerintahan	6	admin sosial media	3-5 jam	< 35 jam
60	Ad	Laki-laki	23	UIN SUSKA Riau	Psikologi	Psikologi	10	Barista	3-5 jam	< 35 jam
61	Op	Laki-laki	22	Uin suska riau	Faperta	Agroteknologi	10	Video editor	3-5 jam	< 35 jam

[illegible]

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN D

Tabulasi Data *Try Out*

UIN SUSKA RIAU

Tabulasi Data Try Out
Psychological Well-Being

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3
2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	3	3	3	2	2	3	2	2	3	4	4
3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	2	4	3	3	3	2	2	3	4	2	4	3	3
4	3	4	3	4	4	4	2	4	3	1	3	1	3	3	2	2	4	3	1	3	4	3
5	3	4	4	4	4	3	4	2	3	1	4	1	2	2	1	1	4	1	2	3	4	3
6	4	4	3	3	1	4	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4
7	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	1	4	3	2	4	4	4
8	3	4	4	3	4	3	4	4	3	2	3	4	4	4	2	3	4	2	4	3	4	4
9	3	4	3	3	4	3	3	3	4	1	3	3	2	3	2	2	3	3	2	4	2	3
10	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	2	2	3	4	4
11	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	4	4
12	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	1	4	4	3	1	4	3	3	3	4	3
13	3	3	4	4	2	4	3	1	1	2	4	3	4	1	2	3	3	1	1	3	2	4
14	2	3	3	3	4	4	4	4	2	3	3	3	2	4	1	3	4	2	2	4	3	3
15	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	1	4	4	4
16	3	4	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	4	2
17	3	3	3	4	1	4	4	2	1	1	4	3	4	1	1	1	4	1	1	4	4	4
18	3	4	4	4	2	4	2	2	1	1	3	1	3	3	1	2	4	1	2	4	4	3
19	3	3	3	4	2	3	4	1	2	2	3	2	3	2	2	1	4	1	2	3	3	3
20	4	3	4	3	2	4	4	2	1	2	4	2	4	2	1	1	3	1	1	3	2	4
21	3	3	4	3	1	4	4	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	4	4	4
22	3	4	4	3	1	3	4	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	2	2	4	4	4
23	4	4	3	3	4	4	3	3	4	1	3	2	2	3	1	1	3	3	2	3	2	3



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic U

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Di lingkungan perguruan tinggi/pengajaran formal
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

24	4	4	2	4	3	4	2	2	1	1	3	1	1	2	1	3	2	2	4	4	4
25	3	4	3	4	4	3	3	3	1	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	4	4
26	3	4	4	3	4	4	3	4	3	1	3	2	2	3	3	3	3	2	4	3	4
27	2	4	4	3	4	3	3	2	2	1	4	2	3	3	1	1	3	2	2	1	2
28	2	4	3	3	3	4	3	1	1	2	1	3	3	1	4	3	3	2	2	3	4
29	4	3	4	3	1	3	4	2	1	1	3	1	3	3	2	1	3	1	2	4	3
30	4	3	4	4	4	4	3	1	1	1	4	1	4	4	1	2	4	2	1	3	2
31	3	4	2	3	2	4	3	1	1	3	4	2	3	2	1	1	4	2	1	4	3
32	4	3	4	3	4	4	3	1	2	3	4	4	4	3	1	4	4	2	1	3	3
33	4	3	4	3	4	4	3	1	2	3	4	3	3	4	1	2	4	2	1	3	4
34	4	3	4	3	3	4	3	1	2	4	3	4	3	4	3	4	3	1	2	4	3
35	4	3	4	3	4	4	3	1	2	3	3	4	4	2	1	2	4	2	1	3	4
36	4	3	4	3	4	4	3	1	2	4	4	3	4	4	3	4	4	2	1	3	4
37	4	3	4	3	3	4	3	1	2	4	4	4	3	4	3	4	4	2	1	3	4
38	4	3	4	3	4	4	3	1	2	4	4	3	4	2	1	2	4	2	1	3	4
39	4	3	4	3	4	4	3	1	2	4	4	3	3	4	3	4	4	2	1	3	4
40	4	3	4	3	4	4	3	1	2	3	4	4	4	2	1	2	3	2	1	3	3
41	3	4	4	3	4	4	4	2	1	2	4	3	2	2	1	1	3	3	2	3	4
42	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3
43	4	4	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	2	1	4	2	4	2	2	3
44	4	4	4	4	1	4	3	3	2	1	3	2	3	2	2	2	4	3	3	4	4
45	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
46	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	4
47	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3
48	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4
49	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic U

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Di bagian yang tidak mengikat, penulisan laporan penelitian, penyusunan laporan penelitian, dan lain-lain.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3
3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4
4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4
4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4
4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4
3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3
4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4
3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4
4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4
3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4
4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3

	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	Total
20	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	113
21	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	2	135
22	3	2	2	3	3	2	3	1	3	2	3	2	3	2	3	4	3	3	3	3	123
23	2	4	3	2	3	2	2	1	2	3	3	2	1	3	3	3	3	2	3	3	114
24	4	1	1	4	4	1	4	1	1	2	4	1	2	4	4	3	1	4	2	1	109
25	3	3	2	2	4	3	4	3	2	4	3	3	2	4	4	3	3	4	4	3	135
26	3	3	2	4	4	4	4	1	4	2	2	3	3	3	4	4	3	1	2	2	133
27	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	2	132
28	3	1	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	119
29	3	3	2	3	3	3	3	1	2	2	3	2	2	3	4	2	3	3	3	3	123
30	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	1	3	3	3	3	2	3	2	3	121
31	4	4	3	3	3	4	4	3	2	3	4	2	2	3	4	3	4	4	2	3	136
32	3	2	1	3	4	1	3	1	1	2	2	2	2	3	3	4	3	4	1	2	105
33	3	2	2	1	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	117



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Di bagian awal dari karya tulis, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak mengikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

15	4	3	4	3	3	4	4	3	2	4	3	1	1	4	4	4	3	4	1	4	141
16	2	2	2	3	3	2	3	1	3	1	4	1	2	2	2	4	2	4	1	1	110
17	4	1	1	1	4	1	3	1	1	1	4	1	2	4	3	4	1	3	1	1	100
18	4	2	1	1	4	2	3	1	1	2	4	1	2	4	4	3	1	3	1	1	103
19	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	103
20	4	2	2	1	3	2	4	2	1	1	3	2	2	4	4	3	1	3	2	2	105
21	4	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	108
22	3	2	2	2	4	1	4	1	2	1	3	3	1	2	3	4	3	2	1	2	103
23	2	2	1	3	4	2	4	1	3	4	1	1	2	4	4	4	2	3	2	2	112
24	2	2	1	2	2	2	4	3	2	3	3	2	2	4	4	4	1	3	3	2	107
25	2	2	2	3	4	2	2	1	3	2	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	116
26	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	123
27	3	1	1	1	3	2	3	1	2	1	3	1	2	3	4	2	3	3	1	1	95
28	3	4	1	3	3	3	2	2	2	3	3	1	1	3	3	3	3	4	2	2	109
29	3	1	2	3	3	2	2	2	1	2	4	2	1	3	4	3	1	3	1	2	101
30	4	3	2	1	4	4	4	2	1	1	4	3	3	4	4	4	1	4	1	1	116
31	4	2	1	1	2	1	4	1	2	2	4	1	1	2	4	4	2	3	2	2	101
32	4	2	4	3	4	2	4	2	1	4	3	1	2	4	3	4	4	4	3	4	129
33	4	2	4	3	4	2	4	2	2	4	4	2	1	3	4	4	2	4	4	3	127
34	3	4	3	4	4	2	4	4	2	4	3	1	2	4	3	4	2	4	4	3	133
35	4	4	3	4	4	1	3	1	2	4	4	2	1	3	4	3	1	3	4	3	122
36	3	4	3	4	4	1	4	4	1	4	4	2	1	3	4	3	1	3	4	3	130
37	4	3	4	3	4	2	4	2	1	3	4	2	1	3	4	3	1	3	4	3	127
38	4	4	3	4	4	1	4	2	1	3	4	1	1	4	3	4	1	3	4	3	128
39	4	3	4	3	4	1	4	2	1	3	4	2	1	3	4	3	2	4	3	4	124
40	4	4	3	4	4	2	4	2	2	4	4	2	2	4	3	4	4	4	4	3	137
41	3	4	3	4	4	2	4	2	1	3	3	1	2	4	3	4	4	3	3	4	124



4	1	1	3	4	3	4	2	2	1	4	2	2	4	4	3	4	4	2	3	119
3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	113
3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	4	1	118
4	1	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	4	4	4	3	2	3	2	1	119
3	2	1	3	3	4	2	2	2	3	3	3	1	4	4	4	2	4	3	3	123
3	4	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	130
4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	146
3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	144
3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	141
3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	140
3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	2	2	1	134
3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	154
4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	2	3	138
3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	146
4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	143
3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	144
3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	146
4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	149
4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	143
3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	141

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta	Diindungi Undang-Undang
-----------	-------------------------

42
43
44
45
46
47
48
49
50
51
52
53
54
55
56
57
58
59
60
61

Dianggap mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan untuk tujuan pendidikan atau penelitian, penyusunan laporan atau karya tulis yang bersifat non komersial;
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

Tabulasi Data *Try Out*
Kebersyukuran

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Total
1	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	49
2	5	5	5	5	5	5	5	5	6	6	54
3	5	3	6	4	6	6	6	6	6	6	57
4	5	5	5	5	6	6	6	4	4	5	55
5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	65
6	6	6	5	6	6	5	5	6	6	5	62
7	6	5	5	1	6	6	6	6	6	6	60
8	6	4	5	4	6	6	6	5	6	5	61
9	5	5	5	4	6	5	5	5	6	4	59
10	6	4	4	3	6	6	6	5	6	4	60
11	5	5	5	6	6	6	6	6	6	6	68
12	6	1	6	3	6	6	6	5	6	5	62
13	5	6	6	5	5	4	4	5	4	5	62
14	6	5	5	5	5	5	6	6	6	6	69
15	6	6	5	5	6	5	6	6	5	5	70
16	5	5	5	5	6	5	6	5	5	5	68
17	4	6	5	6	5	6	6	6	5	6	72
18	5	6	5	6	6	6	6	4	6	5	73
19	4	5	5	5	4	4	4	5	5	5	65
20	6	5	4	5	5	4	6	4	5	6	70
21	5	2	5	2	6	6	6	5	5	5	68
22	5	6	6	6	5	6	5	2	5	5	73
23	6	4	6	1	6	6	6	5	6	6	75

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

24	4	6	5	6	2	2	3	3	3	5	63
25	5	6	5	5	6	6	6	5	5	5	79
26	5	4	6	4	6	4	6	5	4	4	74
27	5	4	5	4	6	6	6	4	4	4	75
28	4	4	5	6	6	6	6	6	6	5	82
29	5	6	5	6	5	5	6	4	4	5	80
30	6	6	5	6	6	6	6	5	6	6	88
31	4	5	6	2	4	5	5	6	1	5	74
32	6	4	5	6	4	6	5	6	5	6	85
33	6	4	5	6	5	6	5	6	5	6	87
34	6	5	6	5	6	5	4	6	5	6	88
35	6	5	6	5	6	5	6	5	6	4	89
36	6	5	6	4	5	5	6	6	5	6	90
37	6	5	6	5	6	5	6	5	5	6	92
38	6	5	4	5	5	6	6	5	5	6	91
39	6	5	6	5	6	5	6	5	5	6	94
40	6	5	6	5	6	5	6	5	5	4	93
41	6	5	6	5	5	6	6	5	5	6	96
42	6	6	5	4	6	5	5	4	6	6	95
43	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	83
44	5	4	5	5	6	6	6	4	4	4	93
45	4	3	6	6	6	6	6	5	6	1	94
46	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	106
47	6	3	6	3	6	6	6	6	6	5	100
48	5	6	5	5	6	6	5	5	6	6	103
49	5	5	6	5	6	6	5	5	6	5	103
50	5	6	5	5	5	6	5	4	6	6	103

51	6	5	6	5	6	6	6	5	5	5	106
52	5	5	6	6	5	6	6	5	6	5	107
53	5	6	4	4	6	5	4	5	4	6	102
54	6	6	5	5	6	6	6	5	5	5	109
55	5	5	4	6	4	6	6	5	6	4	106
56	6	5	6	6	6	5	6	5	6	5	112
57	5	6	6	6	6	5	5	5	6	5	112
58	6	6	5	6	6	6	5	6	5	5	114
59	6	5	5	6	6	6	5	4	6	5	113
60	5	5	6	6	6	5	5	4	6	5	113
61	5	5	5	6	6	6	5	5	5	6	115

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN E**Hasil Uji Reliabilitas dan Daya Beda Aitem**

UIN SUSKA RIAU

SKALA PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

ANALISIS I

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,895	42

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A1	120,8689	215,249	,362	,893
A2	120,8197	224,384	-,167	,898
A3	120,6721	223,124	-,081	,898
A4	120,9180	217,743	,273	,894
A5	121,0164	213,050	,279	,895
A6	120,6721	224,124	-,151	,898
A7	121,0328	223,532	-,106	,898
A8	121,8525	209,128	,390	,893
A9	121,6885	205,018	,580	,890
A10	121,7541	201,422	,652	,888
A11	120,8689	217,883	,185	,895
A12	121,4426	205,951	,579	,890
A13	121,0984	215,790	,269	,895
A14	121,3607	206,334	,574	,890
A15	121,9344	202,496	,624	,889
A16	121,6721	203,691	,566	,890
A17	120,7705	219,280	,161	,895
A18	121,7869	205,937	,591	,890
A19	122,0164	204,316	,581	,890
A20	120,9344	220,129	,093	,896
A21	120,8033	218,094	,180	,896
A22	120,7705	216,846	,298	,894
A23	120,9508	219,681	,112	,896
A24	121,5082	203,154	,635	,889
A25	121,7541	201,255	,680	,888
A26	121,3443	205,830	,587	,890

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

A27	120,7705	217,380	,265	,894
A28	121,6885	205,185	,573	,890
A29	120,9344	217,896	,189	,895
A30	121,8852	202,003	,647	,888
A31	122,0328	208,832	,479	,892
A32	121,4754	204,920	,612	,889
A33	121,0000	221,433	,012	,898
A34	122,0656	206,962	,574	,890
A35	122,0000	210,200	,430	,892
A36	120,9016	216,890	,273	,894
A37	120,8525	224,061	-,140	,898
A38	120,8525	218,261	,203	,895
A39	121,6393	206,434	,510	,891
A40	121,0000	218,300	,184	,895
A41	121,6230	204,439	,573	,890
A42	121,7213	206,571	,594	,890

Setelah membuang 14 aitem yang gugur yaitu aitem 2, 3, 6, 7, 11, 17, 20, 21, 23, 29, 33, 37, 38, dan 40, peneliti melakukan analisis ulang

ANALISIS II

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,923	28

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A1	73,3607	203,234	,292	,923
A4	73,4098	204,913	,242	,923
A5	73,5082	199,221	,303	,923
A8	74,3443	194,130	,459	,921
A9	74,1803	190,150	,656	,918
A10	74,2459	189,755	,612	,918

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

A12	73,9344	193,296	,568	,919
A13	73,5902	203,679	,215	,924
A14	73,8525	194,061	,547	,920
A15	74,4262	188,582	,664	,918
A16	74,1639	189,173	,625	,918
A18	74,2787	191,471	,656	,918
A19	74,5082	190,121	,631	,918
A22	73,2623	204,030	,270	,923
A24	74,0000	189,967	,648	,918
A25	74,2459	189,289	,651	,918
A26	73,8361	192,473	,605	,919
A27	73,2623	205,163	,200	,923
A28	74,1803	191,317	,611	,918
A30	74,3770	188,272	,682	,917
A31	74,5246	193,754	,564	,919
A32	73,9672	191,499	,633	,918
A34	74,5574	193,451	,598	,919
A35	74,4918	195,921	,480	,921
A36	73,3934	204,443	,226	,923
A39	74,1311	192,683	,540	,920
A41	74,1148	191,337	,581	,919
A42	74,2131	194,437	,559	,919

Setelah melakukan analisis kedua, terdapat 4 aitem yang gugur yaitu aitem 4, 13, 27, dan 36, selanjutnya peneliti melakukan analisis ulang setelah membuang aitem yang gugur tersebut.

ANALISIS III

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,927	24

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A4	60,0000	188,333	,257	,928
A5	60,1475	183,361	,323	,928



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

A8	60,9836	178,383	,481	,926
A9	60,8197	174,550	,682	,922
A10	60,8852	175,037	,603	,923
A12	60,5738	178,382	,561	,924
A14	60,4918	178,954	,546	,924
A15	61,0656	173,396	,675	,922
A16	60,8033	174,261	,624	,923
A18	60,9180	176,110	,670	,922
A19	61,1475	175,095	,633	,923
A22	59,9016	188,823	,250	,928
A24	60,6393	175,434	,631	,923
A25	60,8852	174,803	,633	,923
A26	60,4754	177,487	,601	,923
A28	60,8197	176,184	,615	,923
A30	61,0164	173,316	,684	,922
A31	61,1639	177,973	,593	,924
A32	60,6066	176,376	,637	,923
A34	61,1967	178,527	,590	,924
A35	61,1311	180,816	,476	,925
A39	60,7705	177,446	,546	,924
A41	60,7541	176,155	,587	,924
A42	60,8525	179,295	,559	,924

SKALA KEBERSYUKURAN

ANALISIS I

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,571	10

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A1	47,0164	13,016	,457	,504
A2	47,4590	14,219	,052	,607
A3	47,0820	14,777	,112	,574
A4	47,4918	13,687	,056	,622
A5	46,8361	12,706	,430	,502
A6	46,9344	12,829	,407	,508
A7	46,8689	13,449	,334	,528
A8	47,3770	13,439	,261	,543
A9	47,1311	11,849	,462	,483
A10	47,1967	13,594	,209	,556

Setelah membuang 4 aitem yang gugur yaitu aitem 2, 3, 4, dan 10, peneliti melakukan analisis ulang.

ANALISIS II

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,766	6

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A1	26,7377	8,230	,474	,742
A5	26,5574	7,284	,625	,702
A6	26,6557	7,396	,595	,710

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

A7	26,5902	7,713	,580	,716
A8	27,0984	8,323	,318	,782
A9	26,8525	7,095	,513	,735

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN F

Alat Ukur Penelitian

UIN SUSKA RIAU



Riset Penelitian

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Perkenalkan saya Salsabila Oschika Putri, mahasiswa S1 Fakultas Psikologi UIN Suska Riau. Saat ini saya sedang melaksanakan penelitian, saya meminta kesediaan saudara/i untuk dapat berpartisipasi dengan mengisi skala ini. Penelitian ini dilakukan guna memperoleh gelar Strata satu (S1) di bawah bimbingan ibu Elyusra Ulfah, M.Psi., Psikolog

Adapun kriteria yang dibutuhkan dalam penelitian ini yaitu:

- Mahasiswa/i aktif S1 yang berkuliah di Kota Pekanbaru
- Bekerja dengan minimal durasi kerja selama 3 jam per hari
- Bekerja dengan durasi kerja kurang dari 35 jam per minggu

Apabila saudara/i termasuk dalam kriteria tersebut, kami bermaksud meminta bantuan saudara/i untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Dalam pengisian skala ini memerlukan waktu sekitar 10-15 menit. Seluruh identitas dan respon jawaban yang saudara/i berikan akan dijaga keamanan dan kerahasiannya oleh peneliti dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian. Untuk itu, kami berharap saudara/i dapat mengisi skala ini dengan jujur. Penelitian ini bersifat sukarela, namun bagi 5 orang responden beruntung masing-masing akan mendapatkan e-wallet sebesar Rp. 20.000 yang akan diundi acak. Untuk itu, diharapkan untuk mencantumkan nomor handphone yang terhubung dengan e-wallet saudara/i.

Terimakasih banyak atas ketersediaan saudara/i dalam meluangkan waktu untuk mengisi skala ini, bantuan saudara/i sangat berarti untuk penelitian ini. Apabila terdapat pertanyaan mengenai skala penelitian ini, saudara/i dapat menghubungi peneliti melalui email berikut: salsabila.oschika@gmail.com

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Hormat Kami,
Tim Peneliti

Jenis Kelamin

Tandai satu oval saja.

- ☐ Laki-laki
☐ Perempuan

Usia (hanya angka) *

Salsabila Oschika Putri
Elyusra Ulfah, M.Psi., Psikolog

* Menunjukkan pertanyaan yang wajib diisi

1. Email *

2. Apakah saudara/i memenuhi kriteria dan bersedia mengisi skala penelitian ini? *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Ya, saya bersedia
☐ Tidak, saya tidak bersedia

Identitas Diri

3. Nama/Inisial *

6. Domisili/Kecamatan Tempat Tinggal *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Binawidya
☐ Bukit Raya
☐ Kulim
☐ Lima Puluh
☐ Marpoyan Damai
☐ Payung Sekaki
☐ Pekanbaru Kota
☐ Rumbai Barat
☐ Rumbai
☐ Rumbai Timur
☐ Sail
☐ Senapelan
☐ Sukajadi
☐ Tuah Madani
☐ Tenayan Raya

7. Asal Universitas *



8. Fakultas *

9. Program Studi *

Semester *

Pekerjaan *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Penulis
- ☐ Desain Grafis
- ☐ Programmer Program dan Web
- ☐ Fotografer
- ☐ Pelayan dan Penjaga Toko
- ☐ Barista
- ☐ Yang lain

Skala 1

Berikut Pengisian Skala

Isilah setiap pernyataan dengan baik, kemudian berikan jawaban atau respon saudara/i dengan memilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi diri saudara/i. Setiap orang memiliki jawaban yang berbeda. Peneliti harap saudara/i mengisi skala ini dengan cermat hingga selesai serta tidak ada pernyataan yang terlewatkan. Adapun pilihan jawaban yang disediakan adalah:

1. Sangat Tidak Sesuai (STS)
2. Tidak Sesuai (TS)
3. Sesuai (S)
4. Sangat Sesuai (SS)

1. Saya mampu menyampaikan pendapat saya, bahkan ketika itu bertentangan dengan pendapat orang lain *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4

Sangat Tidak Sesuai Sangat Sesuai

12. Lokasi Tempat Kerja *

13. Waktu jam kerja perhari *

Tandai satu oval saja.

- ☐ 3 jam
- ☐ 4 jam
- ☐ 5 jam

14. Waktu jam kerja perminggu *

Tandai satu oval saja.

- ☐ < 15 jam
- ☐ 15-25 jam
- ☐ 26-35 jam

15. No handphone (dana/shopeepay) *

17. 2. Saya tidak tertarik dengan aktivitas yang akan memperluas wawasan saya *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4

Sangat Tidak Sesuai Sangat Sesuai

18. 3. Dalam banyak hal, saya merasa kecewa dengan apa yang sudah saya raih dalam hidup saya *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4

Sangat Tidak Sesuai Sangat Sesuai

19. 4. Saya menjalani kehidupan sehari-hari dengan santai dan tidak terlalu memikirkan masa depan *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4

Sangat Tidak Sesuai Sangat Sesuai

Hak 1 2 3 4

Sangat Tidak Sesuai Sangat Sesuai

6. Saya merasa tidak puas dalam mengatur hidup saya *

hidai satu oval saja.

1 2 3 4

Sangat Sesuai

7. Saya berhenti mencoba membuat perubahan besar dalam hidup saya sejak lama *

Tertali satu nyalai saia

1 2 3 4

Sangat Sesuai

11. Sikap saya tentang diri saya mungkin tidak sebaik yang dirasakan beberapa orang tentang diri mereka sendiri *

1 2 3 4

Sangat Tidak Sesuai Sangat Sesuai

12. Secara umum, saya merasa percaya diri dan positif tentang diri saya sendiri *

1 2 3 4

Sangat Tidak Sesuai Sangat Sesuai

13. Saya mudah terpengaruh dengan pendapat orang lain *

1 2 3 4

Sangat Tidak Sesuai Sangat Sesuai

23. 8. Tuntutan kehidupan sehari-hari sering kali membuat saya tertekan *

1 2 3 4

San ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

24. 9. Saya belum banyak merasakan hubungan yang akrab dan saling percaya dengan orang lain *

1 2 3 4

Sangat Tidak Sesuai Sangat Sesuai

25. 10. Menjaga hubungan dekat memang sulit dan membuat saya frustrasi *

1 2 3 4

Sangat Tidak Sesuai Sangat Sesuai

29. 14. Saya tidak nyaman ketika berada dalam lingkungan baru yang mengharuskan saya mengubah kebiasaan lama *

1 2 3 4

San ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

30. 15. Saya tidak cocok dengan orang-orang dan komunitas yang ada di sekitar saya *

1 2 3 4

Sangat Tidak Sesuai Sangat Sesuai

31. 16. Menurut saya, dalam beberapa tahun terakhir belum ada peningkatan dalam diri saya *

1 2 3 4

Sangat Tidak Sesuai Sangat Sesuai



17. Saya sering merasa kesepian karena saya memiliki sedikit teman dekat untuk berbagi cerita dengan saya *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

18. Pada saat saya membandingkan diri saya dengan orang lain, saya merasa nyaman tentang siapa saya *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

19. Saya tidak memiliki pemahaman yang baik tentang apa yang ingin saya raih dalam hidup *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

23. Sulit bagi saya untuk menyuarakan pendapat tentang hal-hal yang kontroversial *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

24. Saya sering merasa terbebani oleh tanggung jawab saya *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

35. 20. Saya merasa orang di sekitar saya mendapatkan lebih banyak hal dalam hidup daripada saya *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

36. 21. Saya yakin dengan pendapat saya, meskipun tidak sesuai dengan kesepakatan umum *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

37. 22. Kegiatan sehari-hari saya sering kali tampak sepele dan tidak penting bagi saya *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

SKALA 2

Petunjuk Pengisian Skala

Bacalah setiap pernyataan dengan baik, kemudian berikan jawaban atau respon saudara/i dengan memilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi diri saudara/i. Setiap orang memiliki jawaban yang berbeda. Peneliti harap saudara/i mengisi skala ini dengan cermat hingga selesai serta tidak ada pernyataan yang terlewatkan. Adapun pilihan jawaban yang disediakan adalah:

- 1 : Sangat Tidak Sesuai (STS)
- 2 : Tidak Sesuai (TS)
- 3 : Agak Tidak Sesuai (ATS)
- 4 : Agak Sesuai (AS)
- 5 : Sesuai (S)
- 6 : Sangat Sesuai (SS)

40. 1. Membalas kebaikan kepada orang lain *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4 5 6
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

State Islamic U

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Mengucapkan terimakasih *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4 5 6
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

Mengucapkan hamdalah *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4 5 6
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

Memuji Allah dalam tiap ibadah *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4 5 6
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

44. 5. Menikmati hidup walau sulit *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4 5 6
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

45. 6. Merasakan nikmat yang melimpah *

Tandai satu oval saja.

1 2 3 4 5 6
Sani ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN G

Data Demografi Subjek Penelitian

UIN SUSKA RIAU

Data Demografi Penelitian

No	Nama/Inisial	Jenis Kelamin	Usia	Asal Universitas	Fakultas	Program Studi	Semester	Pekerjaan	Jam kerja perhari	Jam kerja perminggu
1	Orni	Laki-laki	22	Universitas Riau	Hukum	Ilmu Hukum	6	Driver Ojol	4 jam	15-25 jam
2	A	Laki-laki	23	Uin suska riau	Ilmu hukum	Syariah dan hukum	6	Driver ojol	4 jam	< 15 jam
3	C	Perempuan	25	UIN Suska Riau	Psikologi	Psikologi	10	Pelayan dan Penjaga Toko	5 jam	15-25 jam
4	Tyarani	Perempuan	23	UIN Suska Riau	Syariah dan Hukum	Ilmu Hukum	6	Pelayan dan Penjaga Toko	5 jam	26-35 jam
5	ichi	Laki-laki	22	UIN Suska Riau	Dakwan dan Komunikasi	Ilmu Komunikasi	8	waitters	4 jam	< 15 jam
6	Husni	Perempuan	22	UIN SUSKA RIAU	Dakwah dan Komunikasi	Ilmu komunikasi	8	Barista	5 jam	15-25 jam
7	S	Perempuan	22	UIN Suska Riau	Tarbiyah	Pendidikan Bahasa Inggris	6	Online Shop	5 jam	26-35 jam
8	P	Perempuan	22	UIN Suska Riau	Psikologi	Psikologi	10	Barista	4 jam	15-25 jam
9	T	Perempuan	21	Unri	FEB	Manajemen	8	waitters	5 jam	15-25 jam
10	MLR	Laki-laki	20	Universitas Muhammadiyah Riau	Ekonomi dan Bisnis	Akuntansi	6	Pelayan dan Penjaga Toko	3 jam	< 15 jam
11	EG	Perempuan	21	Universitas Riau	Fisip	Administrasi Negara	8	Barista	4 jam	< 15 jam
12	KR	Perempuan	22	Universitas Riau	FISIP	Ilmu Pemerintahan	6	Barista	4 jam	15-25 jam
13	Yj	Perempuan	21	Universitas Riau	Pertanian	Agroteknologi	4	Penjaga stand	4 jam	15-25 jam

Hak Cipta UIN Suska Riau

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruhnya tulisan ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun t

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic U

14	Laki-laki	20	Universitas Islam Riau	Fikom	Ilmu Komunikasi	6	Desain Grafis	4 jam	15-25 jam
15	Perempuan	22	Univ Riau	ekonomi dan bisnis	manajemen	8	Pelayan dan Penjaga Toko	4 jam	15-25 jam
16	Laki-laki	23	UNRI	Fisip	Ilmu Pemerintahan	6	Admin media sosial	3 jam	< 15 jam
17	Laki-laki	22	Uin suska riau	Psikologi	Psikologi	8	Pelayan dan Penjaga Toko	5 jam	15-25 jam
18	Perempuan	22	Universitas Riau	FISIP	Ilmu Pemerintahan	6	Barista	3 jam	< 15 jam
19	Perempuan	21	Universitas Muhammadiyah Risu	Hukum	Ilmu Hukum	8	Barista	5 jam	15-25 jam
20	Laki-laki	20	Univ Riau	Hukum	Prodi Hukum	4	Driver ojol	4 jam	< 15 jam
21	Perempuan	21	Universitas Riau	Hukum	Ilmu Hukum	6	Desain Grafis	5 jam	15-25 jam
22	Perempuan	21	uin suska riau	psikologi	psikologi	8	Pelayan dan Penjaga Toko	5 jam	15-25 jam
23	Perempuan	22	uin suska riau	Dakwah dan Komunikasi	Ilmu Komunikasi	8	Fotografer	4 jam	15-25 jam
24	Perempuan	22	universitas abdurab	psikologi dan ilmu sosial politik	psikologi	6	Desain Grafis	5 jam	15-25 jam
25	Perempuan	21	UIN Suska Riau	Dakwah dan Komunikasi	Ilmu Komunikasi	6	Pelayan dan Penjaga Toko	3 jam	< 15 jam
26	Perempuan	20	universitas abdurab	psikologi dan ilmu sosial politik	psikologi	6	Barista	4 jam	15-25 jam

27	Perempuan	21	Uin suska riau	Ekonomi dan ilmu sosial	Manajemen	4	Penulis	4 jam	15-25 jam
28	Perempuan	25	Universitas riau	Fisipol	Ilmu pemerintahan	8	Barista	4 jam	26-35 jam
29	Perempuan	20	universitas abdurrahman	psikologi dan ilmu sosial politik	ilmu komunikasi	6	Fotografer	3 jam	< 15 jam
30	Perempuan	21	universitas islam riau	hukum	ilmu hukum	6	Barista	5 jam	15-25 jam
31	Perempuan	23	Universitas Riau	Fisipol	Sosiologi	8	Pelayan dan Penjaga Toko	4 jam	< 15 jam
32	Perempuan	21	Universitas Islam Riau	Pertanian	Agroteknologi	8	Online shop	5 jam	15-25 jam
33	Laki-laki	22	univ islam riau	pertanian	agroteknologi	8	freelance	4 jam	15-25 jam
34	Perempuan	22	universitas Islam riau	hukum	ilmu hukum	6	waiters	4 jam	15-25 jam
35	Perempuan	22	UIN Suska Riau	syariah dan hukum	ilmu hukum	8	reseller baju	4 jam	15-25 jam
36	Perempuan	20	Universitas Islam Riau	Fakultas Ekonomi dan Bisnis	Akuntansi	8	Barista	4 jam	26-35 jam
37	Perempuan	21	Universitas Riau	Perikanan dan Ilmu Kelautan	Perikanan	6	Desain Grafis	4 jam	15-25 jam
38	Perempuan	21	UIN Suska Riau	Faste	Teknik Industri	6	Barista	5 jam	26-35 jam
39	Perempuan	21	Uin Suska Riau	Tarbiyah dan keguruan	Pendidikan geografi	10	Penulis	4 jam	15-25 jam
40	Perempuan	20	UIN Suska Riau	Dakwah dan komunikasi	Bimbingan Konseling islam	6	Pelayan dan Penjaga Toko	5 jam	26-35 jam

41	Perempuan	23	Universitas Riau	Fisipol	Ilmu Komunikasi	6	Fotografer	4 jam	15-25 jam
42	Perempuan	20	Universitas riau	FMIPA	Sistem informasi	10	Fotografer	4 jam	15-25 jam
43	Laki-laki	22	Universitas Islam Riau	Ekonomi dan Bisnis	Manajemen	6	Driver Ojol	5 jam	26-35 jam
44	Perempuan	22	UIN Suska Riau	Saintek	Sistem informasi	6	Freelance sosial media	4 jam	< 15 jam
45	Perempuan	22	Universitas Riau	Matematika dan ilmu pengetahuan	Sistem informasi	8	Desain Grafis	3 jam	15-25 jam
46	Perempuan	22	universitas islam riau	hukum	ilmu hukum	8	content creator	5 jam	26-35 jam
47	Perempuan	20	UIN SUSKA RIAU	Dakwah dan komunikasi	Ilmu Komunikasi	4	Kitchen coffeeshop	5 jam	26-35 jam
48	Perempuan	22	Universitas muhammadiyah riau	Ilmu komputer	Teknik informatika	8	Barista	5 jam	15-25 jam
49	Laki-laki	21	Universitas Islam Riau	Hukum	Ilmu Hukum	6	Barista	5 jam	< 15 jam
50	Perempuan	22	Universitas Muhammadiyah Riau	Ilmu Komputer	Teknik Komputer	8	waiters cafe	5 jam	26-35 jam
51	Laki-laki	22	universitas islam riau	FKIP	administrasi publik	6	driver ojek online	5 jam	15-25 jam
52	Perempuan	20	Universitas islam riau	Teknik	Teknik Informatika	6	Fotografer	3 jam	15-25 jam
53	Perempuan	21	UIN Suska Riau	saintek	teknik industri	6	Desain Grafis	4 jam	< 15 jam

54	Putra Abdi	Laki-laki	22	Universitas islam riau	Fisipol	Ilmu Pemerintahan	6	Vaporista	5 jam	26-35 jam
55	Putra Abdi	Perempuan	22	UIN Suska Riau	SAINTEK	Teknik Industri	8	Pelayan dan Penjaga Toko	5 jam	15-25 jam
56	Putra Abdi	Perempuan	24	Univ Riau	Perikanan	Agribisnis	4	Pelayan dan Penjaga Toko	5 jam	26-35 jam
57	Putra Abdi	Laki-laki	20	Universitas Abdurrab	Teknik	Teknik Informatika	6	Barista	4 jam	15-25 jam
58	Putra Abdi	Perempuan	22	universitas islam riau	ekonomi dan bisnis	manajemen	6	Pelayan dan Penjaga Toko	4 jam	< 15 jam
59	Putra Abdi	Perempuan	23	Universitas Islam Riau	FKIP	Administrasi Publik	6	Pelayan dan Penjaga Toko	4 jam	26-35 jam
60	Putra Abdi	Perempuan	24	Universitas Muhammadiyah Riau	Fakultas Ilmu Komputer	Teknik Informatika	8	Pelayan dan Penjaga Toko	4 jam	15-25 jam
61	Putra Abdi	Perempuan	22	Universitas Abdurrab	Psikologi dan sosial politik	Psikologi	8	Admin sosial media	4 jam	15-25 jam
62	Putra Abdi	Perempuan	22	uin sasuka Riau	Fapertapet	Pertenakan	6	Barista	5 jam	15-25 jam
63	Putra Abdi	Laki-laki	23	UIN Suska Riau	Psikologi	S1 Psikologi	8	Wedding organizer	5 jam	15-25 jam
64	Putra Abdi	Perempuan	21	Universitas Abdurrab	Teknik	Ilmu Komunikasi	4	Kitchen staff	5 jam	26-35 jam
65	Putra Abdi	Laki-laki	20	universitas Muhammadiyah Riau	ekonomi dan bisnis	menejemen	6	wedding organizer	4 jam	15-25 jam
66	Putra Abdi	Perempuan	22	Muhammadiyah Riau	Ekonomi Bisnis	Manajemen	6	Barista	5 jam	15-25 jam

67	Perempuan	22	UMRI	Ilmu Komunikasi	Hubungan Masyarakat	8	Cook Helper	4 jam	< 15 jam
68	Perempuan	20	Universitas Muhammadiyah Riau	Ilmu Komunikasi	Hubungan Masyarakat	4	Barista	4 jam	15-25 jam
69	Perempuan	23	universitas riau	FKIP	Pend. Matematika	8	Kitchen Cafe	4 jam	15-25 jam
70	Perempuan	21	UIN Suska Riau	dakwah dan komunikasi	manajemen dakwah	6	Desain Grafis	4 jam	15-25 jam
71	Perempuan	22	UIN Suska Riau	Syariah dan Hukum	Ilmu Hukum	8	Freelancer	3 jam	< 15 jam
72	Perempuan	22	UIN Suska Riau	Syariah dan hukum	Hukum tata negara	6	Driver ojek komah	5 jam	26-35 jam
73	Perempuan	20	UIN Suska Riau	dakwah dan komunikasi	ilmu komunikasi	4	Pelayan dan Penjaga Toko	4 jam	15-25 jam
74	Perempuan	21	UIN Suska Riau	Dakwah dan komunikasi	Ilmu komunikasi	6	Waitters cafe	4 jam	26-35 jam
75	Laki-laki	22	UIN Suska Riau	Syariah dan Ilmu Hukum	Hukum Keluarga	6	Drivel ojol	3 jam	< 15 jam
76	Perempuan	22	Uin Suska Riau	Dakwah dan Komunikasi	Ilkom	6	Barista	5 jam	26-35 jam
77	Perempuan	21	UIN Suska Riau	Psikologi	Psikologi	8	Barista	5 jam	26-35 jam
78	Perempuan	22	Uin suska riau	Teknik	Elektro	6	Admin sosial media	3 jam	15-25 jam
79	Perempuan	23	Univ muhammadiyah riau	Ilmu komputer	Teknik informatika	6	Online shop	4 jam	< 15 jam
80	Perempuan	20	Uin suska riau	Fapertapet	Gizi	6	Cashier cafe	5 jam	26-35 jam

81	Perempuan	21	UIN Suska Riau	dakwah dan komunikasi	ilmu komunikasi	4	Waiters Coffe	5 jam	15-25 jam
82	Laki-laki	21	Universitas Riau	Hukum	Ilmu Hukum	6	Barista	5 jam	< 15 jam
83	Perempuan	21	UIN Suska Riau	Ekonomi dan Ilmu Sosial	Manajemen	6	waitress cafe	4 jam	15-25 jam
84	Perempuan	21	UIN Suska Riau	Ekonomi dan ilmu sosial	Manajemen	8	Content creator	5 jam	15-25 jam
85	Perempuan	22	Universitas Riau	Hukum	Ilmu hukum	6	Barista	5 jam	26-35 jam
86	Perempuan	22	Universitas Riau	Hukum	Ilmu Hukum	8	Admin Media Sosial	5 jam	15-25 jam
87	Perempuan	23	Umri	Keguruan dan ilmu pendidikan	Pendidikan bahasa Inggris	8	Freelance	5 jam	15-25 jam
88	Perempuan	22	umri	keguruan dan ilmu pendidikan	bahasa inggris	8	admin media sosial	5 jam	15-25 jam
89	Laki-laki	20	Universitas Riau	Hukum	Ilmu Hukum	6	Driver ojek online	3 jam	15-25 jam
90	Perempuan	22	Universitas Riau	Hukum	Ilmu Hukum	6	Purchasing Coffee Shop	3 jam	15-25 jam
91	Perempuan	23	Universitas Muhammadiyah Riau	Keguruan dan ilmu pendidikan	Pendidikan bahasa Inggris	8	Desain Grafis	4 jam	15-25 jam
92	Perempuan	22	Universitas Riau	FKIP	Pendidikan Kimia	2	Purchasing	5 jam	15-25 jam
93	Perempuan	22	Universitas islam riau	Psikologi	Psikologi	6	Waiters cafe	5 jam	15-25 jam

94	Perempuan	22	Universitas Islam Riau	FKIP	Pendidikan Akuntansi	8	Staff kitchen	4 jam	15-25 jam
95	Laki-laki	22	Universitas Riau	FKIP	Pendidikan Kimia	8	Fotografer	4 jam	15-25 jam
96	Perempuan	22	Universitas Islam Riau	Psikologi	Psikologi	6	Online shop	5 jam	< 15 jam
97	Perempuan	20	UIN Suska Riau	Syariah dan hukum	Ilmu Hukum	4	Desain Grafis	5 jam	15-25 jam
98	Perempuan	22	UIN Suska Riau	Syariah dan hukum	Ilmu hukum	8	WO	4 jam	< 15 jam
99	Perempuan	21	Universitas Riau	FKIP	Pendidikan Kimia	6	Pelayan dan Penjaga Toko	4 jam	15-25 jam
100	Perempuan	21	Universitas Riau	Fkip	pendidikan kimia	8	Desain Grafis	5 jam	15-25 jam
101	Perempuan	22	Universitas Islam Riau	FKIP	Pendidikan Akuntansi	6	Pelayan dan Penjaga Toko	4 jam	15-25 jam
102	Perempuan	21	Uin Suska Riau	Faperta	Agroteknologi	6	Fotografer	4 jam	15-25 jam
103	Perempuan	21	Uin Suska Riau	Faperta	Agroteknologi	8	Pelayan dan Penjaga Toko	4 jam	< 15 jam
104	Laki-laki	20	Universitas Islam Riau	Teknik	Teknik informatika	6	Driver ojol	3 jam	< 15 jam
105	Perempuan	21	uin suska riau	faperta	agroteknologi	6	Pelayan dan Penjaga Toko	5 jam	26-35 jam
106	Perempuan	23	Universitas Islam Riau	Fikom	Ilmu Komunikasi	8	Barista	4 jam	15-25 jam
107	Perempuan	22	Universitas Islam Riau	FIKOM	Ilmu Komunikasi	8	Wedding Organizer	3 jam	15-25 jam

108	Perempuan	22	uin suska riau	dakwah dan komunikasi	manajemen dakwah	8	driver komah (ojek online)	3 jam	15-25 jam
109	Perempuan	21	uin suska riau	saintek	teknik informatika	6	Barista	5 jam	< 15 jam
110	Perempuan	22	uin suska riau	Saintek	teknik informatika	8	kasir	4 jam	15-25 jam
111	Perempuan	22	UIN Suska Riau	Fekonsos	Manajemen	8	Driver komah (ojek online)	4 jam	26-35 jam
112	Perempuan	23	UIN SUSKA RIAU	FEKONSOS	Manajemen	6	Driver Komah/Ojol	4 jam	15-25 jam
113	Perempuan	22	UIN SUSKA RIAU	Syariah dan hukum	Ilmu hukum	8	Wedding organizer	4 jam	< 15 jam
114	Perempuan	22	universitas riau	hukum	ilmu hukum	6	content creator	4 jam	15-25 jam
115	Perempuan	18	UIN SUSKA RIAU	SAINTEK	Teknik Industri	2	Admin media sosial	3 jam	< 15 jam
116	Perempuan	21	uin suska riau	dakwah dan komunikasi	komunikasi dan penyiaran Islam	5	Barista	4 jam	15-25 jam
117	Laki-laki	19	Universitas Muhammadiyah Riau	Ilmu Komputer	Sistem Informasi	4	Freelance ojek online	3 jam	15-25 jam
118	Perempuan	20	Universitas Muhammadiyah Riau	Ekonomi dan Bisnis	Management	4	Programmer Program dan Web	4 jam	15-25 jam
119	Perempuan	22	Universitas Islam Riau	Teknik	Teknik Informatika	6	Desain Grafis	5 jam	15-25 jam
120	Perempuan	19	universitas muhammadiyah riau	ilmu komputer	ilmu komputer	2	Programmer Program dan Web	4 jam	26-35 jam

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic U

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, pengumpulan bahan pustaka, atau untuk tujuan lain yang berkaitan dengan kegiatan akademik.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengutip dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun.

121	Perempuan	23	Universitas Riau	Ilmu sosial dan Ilmu Politik	Administrasi publik	8	Admin Media Sosial	5 jam	15-25 jam
122	Perempuan	22	Universitas Riau	Fakultas Hukum	Hukum	8	pramusaji	5 jam	26-35 jam
123	Perempuan	22	universitas riau	hukum	ilmu hukum	8	Pelayan dan Penjaga Toko	5 jam	15-25 jam
124	Perempuan	21	universitas riau	fisipol	sosiologi	6	Fotografer	3 jam	< 15 jam
125	Perempuan	20	Universitas abdurrah	Psikologi dan sosial politik	Psikologi	4	Pelayan dan Penjaga Toko	4 jam	15-25 jam
126	Perempuan	23	Universitas Abdurrah	Psikologi dan sosial politik	Psikologi	2	Desain Grafis	4 jam	15-25 jam
127	Perempuan	23 Tahun	Universitas Muhammadiyah Riau	Studi Islam	Psikologi Islam	8	Penulis	5 jam	< 15 jam
128	Laki-laki	21	UIN SUSKA RIAU	Fekon	Manajemen	8	Desain Grafis	5 jam	15-25 jam
129	Perempuan	22	Universitas Riau	Fisipol	Sosiologi	8	Part Time Content Creator	4 jam	15-25 jam
130	Perempuan	22	Universitas Riau	fkip	pendidikan kimia	8	wedding organizer	3 jam	< 15 jam
131	Laki-laki	23	UIN Suska Riau	Syariah dan Hukum	Hukum Tata Negara	8	Fotografer	4 jam	15-25 jam
132	Perempuan	22	Universitas Muhammadiyah Riau	Studi Islam	Psikologi Islam	8	Freelance Videografer	4 jam	15-25 jam
133	Laki-laki	23	Universitas Riau	Hukum	Ilmu Hukum	8	Fotografer	5 jam	< 15 jam

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic U

134	Laki-laki	22	universitas islam riau	ekonomi dan ilmu sosial	administrasi negara	8	reseller skincare	5 jam	15-25 jam
135	Perempuan	20	Universitas islam riau	ekonomika dan bisnis	akuntansi	4	Programmer Program dan Web	4 jam	15-25 jam
136	Perempuan	22	UIN SUSKA RIAU	SYARIAH DAN HUKUM	HUKUM TATA NEGARA	7	Pelayan dan Penjaga Toko	5 jam	15-25 jam
137	Laki-laki	22	Universitas Islam riau	psikologi	psikologi	6	ojek online (gojek)	5 jam	15-25 jam
138	Laki-laki	23	Umri	Feb	Management	8	Penulis	5 jam	15-25 jam
139	Perempuan	22	Universitas Muhammadiyah Riau	S1 Psikologi	Psikologi	8	Barista	4 jam	15-25 jam
140	Perempuan	21	universitas islam riau	psikologi	psikologi	7	content writing	5 jam	< 15 jam
141	Perempuan	22	UIN SUSKA RIAU	Fdk	Manajemen dakwah	8	Admin online shop	5 jam	< 15 jam
142	Perempuan	22	uin suska riau	saintek	teknik industri	4	Pelayan dan Penjaga Toko	4 jam	15-25 jam
143	Laki-laki	23	Universitas Muhammadiyah Riau	Ekonomi dan Bisnis	Akuntansi	10	Fotografer	5 jam	26-35 jam
144	Perempuan	22	UIN Suska Riau	Fapertapet	Gizi	8	Desain Grafis (Part time)	5 jam	15-25 jam
145	Perempuan	21	Universitas Riau	Hukum	Ilmu Hukum	6	Barista	5 jam	26-35 jam

146	Perempuan	21	UIN Suska Riau	Dakwah dan Komunikasi	Manajemen dakwah	6	Driver ojek online (maxim)	4 jam	15-25 jam
147	Perempuan	21	Universitas Islam Riau	Psikologi	Psikologi	6	admin sosial media	5 jam	15-25 jam
148	Laki-laki	22	Universitas Riau	Fisip	administrasi negara	8	Barista	5 jam	26-35 jam
149	Perempuan	23	universitas riau	fisip	administrasi negar	8	Pelayan dan Penjaga Toko	3 jam	15-25 jam
150	Perempuan	21	UMRI	Ekonomi dan Bisnis	Akuntansi	6	Pelayan dan Penjaga Toko	5 jam	15-25 jam
151	Laki-laki	22	Universitas Muhammadiyah Riau	Ilmu Komputer	Teknik Informatika	8	Fotografer	5 jam	15-25 jam
152	Perempuan	22	universitas islam riau	FKIP	administrasi publik	8	Pelayan dan Penjaga Toko	5 jam	15-25 jam
153	Perempuan	20	uin suska riau	saintek	teknik elektro	4	Barista	5 jam	15-25 jam
154	Laki-laki	20	UIN Suska	Sains dan Teknologi	Teknik Elektro	4	ojek	4 jam	< 15 jam
155	Laki-laki	21	UIN Suska Riau	Saintek	Teknik elektro	6	Barista	5 jam	15-25 jam
156	Perempuan	22	UIN SUSKA RIAU	SAINTEK	Teknik Industri	8	Desain Grafis	4 jam	15-25 jam
157	Perempuan	21	Universitas Abdurrahman	Psikologi dan Sosial Politik	Psikologi	6	host live	5 jam	15-25 jam
158	Perempuan	21	UMRI	Ekonomi dan Bisnis	Manajemen	6	waiters coffee shop	5 jam	15-25 jam

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic U

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dianggap melanggar hak cipta jika seluruh karya tulis ini dipanaskan untuk tujuan komersial atau untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, atau untuk tujuan lain yang berkaitan dengan hak cipta.
2. Dianggap melanggar hak cipta jika ada orang lain yang menyalin atau menjiplak seluruh atau sebagian dari isi karya tulis ini dalam bentuk apapun.

159	Perempuan	21	Universitas Muhammadiyah Riau	Ekonomi dan Bisnis	Bisnis Digital	8	Content Creative	5 jam	26-35 jam
160	Laki-laki	21	universitas muhammadiyah riau	Ekonomi dan Bisnis	bisnis digital	6	Pelayan dan Penjaga Toko	4 jam	< 15 jam
161	Laki-laki	22	Universitas Islam Riau	Fikom	Ilmu komunikasi	8	Barista	5 jam	< 15 jam
162	Perempuan	20	universitas islam riau	fikom	ilmu komunikasi	4	cook helper (part time)	5 jam	15-25 jam
163	Perempuan	21	UIN suska riau	syariah dan hukum	hukum tata negara	4	Desain Grafis	4 jam	15-25 jam
164	Perempuan	21	Universitas Riau	Fisipol	Administrasi Publik	6	Waitters cafe	5 jam	15-25 jam
165	Perempuan	20	UNRI	hukum	ilmu hukum	4	Barista	5 jam	26-35 jam
166	Perempuan	22	Universitas Muhammadiyah Riau	Studi Islam	Psikologi	8	Wedding Organizer	5 jam	15-25 jam
167	Perempuan	22	universitas muhammadiyah riau	studi islam	psikologi	8	Desain Grafis	4 jam	15-25 jam
168	Laki-laki	20	UMRI	Ilmu komputer	Sistem Informasi	4	Fotografer	5 jam	15-25 jam
169	Perempuan	21	Universitas Islam Riau	Agama Islam	Pendidikan Agama Islam	4	Content Writing	5 jam	< 15 jam
170	Laki-laki	22	universitas muhammadiyah riau	ilmu komputer	sistem informasi	8	Barista	5 jam	26-35 jam

171	Laki-laki	23	Universitas islam riau	Teknik	Teknik sipil	10	Barista	5 jam	15-25 jam
172	Perempuan	21	Universitas Riau	Periknan dan Ilmu Kelautan	Perikanan	8	Desain Grafis	5 jam	26-35 jam
173	Perempuan	23	Universitas Riau	Perikanan dan ilmu kelautan	Kelautan	10	Barista	5 jam	26-35 jam
174	Laki-laki	23	universitas riau	teknik	teknik sipil	8	ojek online	4 jam	< 15 jam
175	Perempuan	23	UIN Suska Riau	Fapertapet	Gizi	10	Editor Video/Foto	5 jam	15-25 jam
176	Laki-laki	23	UIN Suska	Ushuluddin	Tafsir Hadis	8	Pelayan dan Penjaga Toko	5 jam	26-35 jam
177	Laki-laki	23	Uin suska riau	Sains dan teknologi	Teknik elektro	10	Driver ojek online	5 jam	26-35 jam
178	Perempuan	22	UIN SUSKA RIAU	FASTE	Teknik Elektro	8	Barista	5 jam	15-25 jam
179	Perempuan	22	universitas muhammadiyah riau	ilmu hukum	ilmu hukum	8	Pelayan dan Penjaga Toko	4 jam	< 15 jam
180	Perempuan	20	universitas islam riau	ekonomi dan bisnis	akuntansi	4	kitchen staff	5 jam	26-35 jam
181	Laki-laki	22	Universitas Riau	Teknik	Teknik Kimia	8	Desain Grafis	5 jam	26-35 jam
182	Perempuan	23	Universitas Riau	FMIPA	Matematika	8	content writing	5 jam	15-25 jam
183	Perempuan	21	Universitas Riau	FEB	Manajemen	6	Barista	5 jam	15-25 jam
184	Laki-laki	20	Universitas Muhammadiyah Riau	Ilmu Komunikasi	Ilmu Komunikasi	4	Ojek online	4 jam	15-25 jam
185	Laki-laki	21	UIN SUSKA Riau	Fapertapet	Agroteknologi	6	Driver Ojek	5 jam	15-25 jam

180	Perempuan	21	UIN Suska Riau	Syariah dan Ilmu Hukum	Ilmu Hukum	6	Desain Grafis	5 jam	26-35 jam
181	Perempuan	21	UIN Suska Riau	Fasih	Hukum Tata Negara	6	Barista	4 jam	< 15 jam
182	Perempuan	23	UIN suska	Fasih	Hukum tata negara	8	Cook Helper Cafe	5 jam	15-25 jam
183	Perempuan	20	UIN Suska Riau	Syariah dan Ilmu Hukum	Ilmu Hukum	4	Pelayan dan Penjaga Toko	5 jam	15-25 jam
190	Perempuan	21	universitas muhammadiyah riau	ilmu komputer	teknik informatika	4	kasir cafe	5 jam	15-25 jam
191	Perempuan	21	Universitas Muhammadiyah Riau	Ilmu Komunikasi	Ilmu Komunikasi	6	Online shop thrifting	5 jam	15-25 jam
192	Laki-laki	22	Universitas Islam Riau	Agama Islam	Perbankan Syariah	8	Wedding orgnizer (WO)	5 jam	< 15 jam
193	Perempuan	22	UIN Suska Riau	FDK	Pengembangan Masyarakat Islam	8	Pelayan dan Penjaga Toko	5 jam	15-25 jam
194	Laki-laki	22	UIN Suska	Dakwah dan Komunikasi	Pengembangan Masyarakat Islam	8	Wedding Organizer	5 jam	< 15 jam
195	Perempuan	20	Universitas muhammadiyah riau	Ekonomi dan bisnis	Manajemen	4	Desain Grafis	5 jam	15-25 jam
196	Perempuan	22	universitas riau	FKIP	pendidikan bahasa inggris	6	Barista	5 jam	26-35 jam
197	Perempuan	23	UNRI	Fisipol	Sosiologi	8	Reseller snack	5 jam	15-25 jam

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dianggap mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dianggap mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

1998	Perempuan	21	UIN suska riau	Fekon	Administrasi negara	6	Admin medsos	4 jam	15-25 jam
1999	Laki-laki	23	UIN SUSKA RIAU	FDK	Manajemen dakwah	10	Ojek online	4 jam	< 15 jam
2000	Perempuan	21	universitas islam riau	fisipol	ilmu pemerintahan	6	Barista	5 jam	15-25 jam
2001	Perempuan	21	Universitas Islam Riau	FISIP	Ilmu Pemerintahan	6	Content Creator	5 jam	15-25 jam
2002	Perempuan	22	universitas muhammadiyah riau	studi islam	psikologi	8	content media sosial	5 jam	15-25 jam
2003	Laki-laki	23	universitas muhammadiyah riau	teknik	teknik mesin	8	Barista	5 jam	26-35 jam
2004	Laki-laki	23	Universitas Muhammadiyah Riau	Teknik	Teknik Mesin	8	Fotografer	4 jam	15-25 jam
2005	Perempuan	23	UIN Suska Riau	Faste	Teknik Industri	10	Barista	5 jam	15-25 jam

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN H

Tabulasi Data Penelitian

UIN SUSKA RIAU

Tabulasi Data Penelitian

Psychological Well-Being

		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	Total
1. Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	Total
2. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:	1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	37
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penerjemahan atau pengolahan informasi yang bersifat non komersial	2	2	1	2	3	2	2	1	2	1	2	2	1	3	2	1	2	1	2	1	2	1	2	41
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	33
	4	3	3	2	2	4	2	2	3	3	4	3	3	4	3	2	3	2	1	2	2	2	1	64
	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	38
	2	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	35
	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	3	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	40
	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	2	38
	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	35
	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	36
	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	36
	3	4	3	2	2	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	4	1	4	65
	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	34
	2	1	2	4	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	3	2	1	2	1	3	3	2	1	44
	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	86
	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	82
	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	81
	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	81
	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	84
	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	82
	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	84
	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	84
	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	87
	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	83
	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	84
	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	80
	4	4	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	2	3	3	4	3	3	75



28	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	84
29	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	85
30	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	84
31	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	83
32	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	82
33	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	89
34	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	83
35	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	77
36	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	83
37	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	84
38	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	72
39	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	1	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	79
40	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	85
41	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	71
42	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	81
43	4	1	1	2	1	1	1	2	1	2	3	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	36
44	3	2	1	3	1	2	2	2	3	2	2	4	3	3	3	2	2	2	3	2	1	1	2	2	53
45	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	83
46	4	4	4	3	1	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	85
47	2	3	4	3	2	3	3	2	3	4	2	2	2	3	3	4	3	3	2	2	2	3	3	3	66
48	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	85
49	1	2	1	1	4	3	3	4	3	1	2	4	4	3	4	3	2	1	3	4	4	2	3	3	65
50	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	76
51	3	1	3	1	2	1	2	1	2	1	1	4	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	38
52	3	3	3	4	2	2	3	1	2	2	1	3	2	1	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	56
53	3	4	2	3	1	2	3	1	2	2	1	4	2	2	3	2	1	1	3	1	1	3	2	2	51
54	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	84
55	4	3	2	2	1	1	1	2	1	1	2	4	4	3	3	2	3	1	3	1	1	2	3	1	51
56	3	4	4	3	3	3	4	2	4	3	3	4	3	2	3	3	4	2	2	3	2	4	3	3	74
57	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	2	3	3	3	3	2	3	3	1	3	2	2	66
58	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	84

2. Ditaring mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	76
2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	33
4	4	4	3	4	4	3	2	3	2	4	4	2	3	4	2	4	4	2	2	4	2	4	77
2	1	2	3	1	1	2	1	2	1	3	1	3	1	2	1	2	1	3	2	1	3	1	44
4	4	4	3	3	4	2	3	3	2	4	4	3	3	3	4	3	4	3	2	4	3	3	79
4	4	4	3	3	4	4	3	4	2	4	3	2	3	4	3	2	3	2	2	3	3	3	75
4	3	3	2	1	4	3	2	3	1	4	2	1	3	2	1	2	2	1	3	3	2	3	58
1	3	3	1	3	4	2	2	3	2	4	3	3	3	3	2	1	3	2	2	4	2	2	61
2	2	4	1	2	3	2	2	2	1	2	2	2	3	3	3	4	3	2	2	2	1	2	54
3	3	1	2	2	3	2	4	3	2	3	1	3	4	3	2	3	3	2	2	4	1	3	62
4	3	4	2	2	3	2	3	4	1	2	2	4	3	3	1	3	2	1	2	1	2	3	60
4	2	3	2	2	2	2	3	1	2	4	2	2	4	1	2	2	1	1	3	4	3	2	57
4	3	3	2	2	3	1	3	2	1	3	3	2	3	2	3	3	2	1	2	3	2	1	57
4	3	4	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	74
3	3	4	1	2	4	2	3	3	3	3	1	1	3	4	4	1	2	1	1	3	1	1	57
4	2	1	4	2	3	2	1	1	3	1	3	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	50
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	2	2	2	67
4	4	4	3	3	3	2	3	3	2	4	3	4	4	3	1	1	2	1	1	3	1	3	65
4	3	3	1	2	3	2	4	4	3	4	3	1	4	3	3	2	1	1	2	2	3	2	64
1	1	2	1	1	2	3	2	1	1	3	1	2	2	1	1	1	2	1	2	3	3	2	42
3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	64
2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	3	2	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	38
1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	3	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	39
3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	84
4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	82
3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	82
3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	82
4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	85
3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	82
4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	83
3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	74



2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

90	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	85
91	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	81
92	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	84
93	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	80
94	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	83
95	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	82
96	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	84
97	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	84
98	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	82
99	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	81
100	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	83
101	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	82
102	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	84
103	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	81
104	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	79
105	4	4	2	3	1	1	3	1	1	3	2	3	4	3	3	1	1	2	4	1	1	2	4	2	56
106	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	82
107	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	84
108	4	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	3	2	1	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	41
109	3	2	1	2	3	3	2	1	1	2	3	2	2	1	2	3	2	1	2	1	1	2	3	1	46
110	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	84
111	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	86
112	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	84
113	2	3	3	3	2	2	2	2	1	3	2	3	3	2	3	2	1	3	3	2	3	2	2	2	56
114	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	85
115	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	88
116	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	85
117	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	84
118	3	1	2	1	2	1	2	1	3	2	1	2	2	1	3	2	1	3	2	1	3	1	3	1	44
119	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	89
120	3	1	2	2	1	2	2	2	1	2	1	3	2	2	1	1	1	3	3	2	1	1	1	2	42



121	2	3	2	4	3	3	4	3	3	4	4	2	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	79
122	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	87
123	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	86
124	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	79
125	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	83
126	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	1	2	77
127	3	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	3	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	37
128	4	4	2	4	3	3	1	1	2	1	1	3	4	4	3	1	1	2	2	1	1	4	3	1	56
129	4	4	3	4	2	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	68
130	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	84
131	3	4	3	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	4	4	3	3	2	3	4	2	4	3	4	77
132	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	82
133	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	85
134	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	78
135	4	4	4	3	3	3	3	1	1	1	2	4	1	2	1	1	1	1	2	3	2	1	3	3	54
136	2	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	81
137	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	85
138	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	50
139	4	4	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	1	3	2	3	61
140	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	84
141	3	4	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	56
142	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	84
143	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	51
144	2	2	3	3	1	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	3	55
145	2	2	3	3	2	2	1	2	2	3	2	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	4	3	55
146	4	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	4	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	40
147	1	1	2	2	2	1	3	2	2	1	1	2	2	2	1	2	3	2	2	1	1	1	1	3	41
148	4	2	3	2	3	3	4	2	3	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	71
149	4	2	2	3	2	2	1	2	3	2	2	4	1	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	3	53
150	3	2	3	2	1	3	3	3	1	3	2	4	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	58
151	3	1	2	2	2	3	2	2	2	3	2	4	1	3	2	1	2	2	3	2	2	1	1	2	50



152	4	1	2	2	2	2	1	2	2	3	3	4	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	51
153	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	63
154	4	2	2	2	2	3	2	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	53
155	3	2	3	2	2	2	2	3	3	1	3	4	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	1	59
156	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	4	2	3	3	3	4	69
157	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	60
158	4	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	4	67
159	4	3	4	2	2	3	3	3	3	2	2	4	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	66
160	3	2	2	2	2	2	3	2	3	1	2	4	1	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	56
161	4	2	3	3	2	2	1	2	3	3	2	4	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	54
162	3	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	4	2	2	1	2	2	2	2	3	1	2	2	3	51
163	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	65
164	3	3	2	2	1	2	1	2	3	3	1	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	49
165	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	52
166	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	3	50
167	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	56
168	4	2	1	2	3	2	2	2	1	2	3	4	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	55
169	3	2	3	4	2	1	2	3	2	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	63
170	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	63
171	3	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	4	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	43
172	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	4	3	2	3	3	66
173	3	2	3	2	3	2	3	1	2	2	2	3	3	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	1	53
174	3	3	1	2	2	2	2	3	2	2	2	4	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	50
175	3	2	2	3	2	2	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	61
176	3	2	2	2	1	3	1	2	2	3	3	4	2	2	1	2	2	3	3	3	2	2	2	1	53
177	3	2	2	2	2	2	3	1	2	2	3	4	1	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	1	53
178	3	1	2	1	3	2	2	1	3	2	2	4	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	46
179	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	50
180	3	2	4	1	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	58
181	3	2	2	2	2	3	1	2	1	2	2	4	2	2	2	3	1	2	2	1	2	2	1	2	48
182	4	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	1	59



2. Dianggap mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

183	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	48
184	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	3	2	1	3	2	2	2	2	54
185	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	1	3	2	1	1	2	2	48
186	3	2	2	1	3	2	3	2	4	3	3	4	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	61
187	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	4	2	1	1	3	2	2	2	1	1	1	2	2	49
188	4	4	2	3	3	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	58
189	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	4	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	61
190	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	3	1	48
191	4	2	3	3	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	2	2	3	2	1	2	2	3	3	3	57
192	4	3	2	3	2	1	2	3	2	3	1	4	2	2	2	3	2	3	2	3	2	1	2	2	56
193	3	4	2	3	2	2	2	3	3	3	3	4	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	63
194	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	4	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	3	3	60
195	3	2	1	2	2	3	1	2	3	2	2	4	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	51
196	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	2	63
197	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	58
198	3	3	4	2	2	3	2	3	2	1	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	58
199	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	1	1	2	2	2	2	48
200	4	2	2	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	2	2	3	2	4	3	2	2	3	3	4	69
201	4	2	2	2	3	3	3	2	1	2	3	4	2	3	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	57
202	3	2	1	2	3	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	3	48
203	4	2	2	2	1	2	2	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	48
204	4	2	1	3	2	2	2	3	2	1	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	55
205	3	2	3	3	2	2	3	2	1	2	2	3	2	3	3	1	2	3	2	2	2	3	2	3	56

Tabulasi Data Penelitian

Kebersyukuran

No	1	2	3	4	5	6	Total
1	5	5	5	6	5	6	32
2	5	6	5	5	5	6	32
3	5	6	6	6	5	5	33
4	6	6	4	6	5	5	32
5	5	6	5	6	6	5	33
6	5	5	6	6	5	5	32
7	5	6	5	6	5	6	33
8	5	6	6	6	5	6	34
9	5	6	5	5	5	6	32
10	5	6	6	5	5	6	33
11	5	6	5	6	5	6	33
12	6	6	5	6	5	6	34
13	6	6	5	6	6	5	34
14	6	6	6	6	4	5	33
15	5	5	6	5	6	5	32
16	5	5	6	6	5	6	33
17	5	5	4	6	5	4	29
18	5	5	5	6	4	6	31
19	5	5	6	5	6	6	33
20	5	6	6	5	6	6	34
21	6	6	5	6	5	6	34
22	5	6	6	6	5	6	34
23	6	6	6	6	6	6	36
24	5	6	6	6	5	5	33
25	6	6	5	6	5	5	33
26	5	6	6	6	6	5	34
27	6	5	5	6	5	6	33
28	6	6	6	6	6	6	36
29	6	6	5	5	6	6	34
30	5	6	5	5	5	6	32
31	5	6	5	6	5	6	33
32	5	6	5	5	5	6	32
33	5	5	5	5	6	5	31
34	5	5	6	5	5	6	32
35	5	6	6	6	4	6	33
36	6	6	5	6	6	5	34
37	6	6	6	6	5	6	35
38	5	5	6	6	4	5	31
39	5	6	6	6	5	5	33
40	5	5	5	6	6	5	32
41	5	5	5	5	5	6	31
42	6	6	5	5	5	5	32
43	6	6	5	6	5	6	34
44	5	4	5	5	5	5	29

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

45	5	5	5	6	5	6	32
46	5	5	6	5	6	6	33
47	6	6	6	6	5	5	34
48	5	6	5	6	6	6	34
49	6	6	6	6	4	6	34
50	6	6	6	6	6	6	36
51	4	5	6	6	5	6	32
52	6	6	5	5	5	5	32
53	6	6	5	6	5	6	34
54	6	6	6	6	5	5	34
55	5	6	6	6	4	6	33
56	5	6	6	5	5	5	32
57	5	6	6	6	5	6	34
58	6	5	6	6	5	6	34
59	5	6	5	5	6	5	32
60	6	6	6	6	6	6	36
61	6	6	6	6	6	6	36
62	2	4	5	6	5	5	27
63	6	6	6	6	5	6	35
64	6	6	6	6	6	6	36
65	5	6	6	6	5	4	32
66	5	6	5	6	6	6	34
67	4	5	3	3	1	4	20
68	5	6	5	5	4	5	30
69	5	6	6	6	5	6	34
70	6	6	6	6	5	5	34
71	5	6	5	6	4	5	31
72	5	6	6	6	5	5	33
73	5	6	4	6	5	5	31
74	6	5	5	6	4	6	32
75	5	6	5	5	6	5	32
76	6	6	6	5	6	5	34
77	5	6	4	5	3	3	26
78	4	5	6	2	5	5	27
79	6	5	4	4	5	5	29
80	4	5	6	5	6	6	32
81	6	6	6	5	5	5	33
82	5	6	5	6	5	6	33
83	5	6	6	6	5	6	34
84	5	6	5	5	6	6	33
85	5	6	6	6	5	5	33
86	5	6	5	5	6	5	32
87	5	6	6	5	6	6	34
88	4	5	5	6	6	5	31
89	6	6	6	6	5	5	34
90	5	6	6	5	5	5	32
91	6	6	6	6	5	6	35
92	5	6	6	6	5	6	34



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

93	5	5	6	6	5	6	33
94	5	6	6	5	6	6	34
95	5	5	6	5	6	6	33
96	6	6	5	6	5	6	34
97	5	5	5	6	6	4	31
98	5	6	5	5	5	6	32
99	5	6	5	5	6	6	33
100	5	6	6	6	5	5	33
101	5	6	5	6	5	6	33
102	5	6	6	5	6	5	33
103	5	6	5	5	6	5	32
104	5	6	5	5	5	5	31
105	6	6	5	5	4	4	30
106	6	6	6	6	6	6	36
107	6	6	6	5	5	5	33
108	6	5	6	4	4	5	30
109	4	6	4	5	3	4	26
110	5	5	6	5	6	6	33
111	6	6	5	6	6	6	35
112	5	5	6	6	6	5	33
113	5	6	5	6	5	5	32
114	5	5	6	5	5	6	32
115	6	6	5	6	5	6	34
116	5	5	6	6	6	5	33
117	5	6	6	5	6	5	33
118	1	2	3	4	5	6	21
119	5	5	6	6	6	6	34
120	6	5	5	5	6	6	33
121	5	5	6	6	5	6	33
122	5	5	5	6	6	5	32
123	5	6	6	5	6	5	33
124	5	6	5	6	5	5	32
125	5	5	5	6	5	6	32
126	5	5	5	6	6	6	33
127	4	6	4	4	3	5	26
128	5	6	6	5	5	6	33
129	6	5	6	5	6	6	34
130	5	5	6	5	6	5	32
131	5	6	6	6	5	6	34
132	6	6	6	6	5	6	35
133	6	5	6	6	6	5	34
134	5	6	5	6	4	5	31
135	5	5	3	5	2	5	25
136	5	6	5	6	6	6	34
137	5	5	6	6	6	6	34
138	4	5	5	5	5	5	29
139	6	6	6	5	5	5	33
140	6	5	5	6	6	5	33



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

141	5	6	5	5	5	6	32
142	5	6	5	5	5	6	32
143	5	4	5	5	3	5	27
144	5	4	6	5	6	4	30
145	5	4	3	4	5	6	27
146	4	3	5	3	6	4	25
147	6	5	4	3	3	3	24
148	4	6	6	5	5	6	32
149	5	3	4	3	3	5	23
150	3	5	6	4	3	6	27
151	5	5	3	6	6	5	30
152	4	3	4	3	6	4	24
153	5	5	5	6	5	6	32
154	6	5	5	4	3	3	26
155	4	4	5	5	4	4	26
156	5	6	3	6	4	6	30
157	5	6	6	6	4	6	33
158	5	5	4	6	4	4	28
159	4	4	4	6	4	4	26
160	4	4	4	5	5	4	26
161	4	4	3	5	6	3	25
162	5	3	5	6	3	3	25
163	5	5	6	5	4	5	30
164	4	3	3	5	5	4	24
165	6	5	4	5	4	3	27
166	4	4	4	5	6	5	28
167	5	3	5	6	4	4	27
168	5	5	3	6	4	6	29
169	4	6	5	5	5	6	31
170	4	6	6	5	6	6	33
171	4	4	3	5	6	3	25
172	4	5	6	3	6	4	28
173	6	3	5	3	5	4	26
174	3	4	4	3	4	4	22
175	3	6	3	5	5	6	28
176	5	4	3	5	4	5	26
177	5	3	3	6	4	5	26
178	5	5	3	3	5	4	25
179	4	4	4	5	3	4	24
180	5	6	5	5	3	4	28
181	3	5	3	6	3	3	23
182	6	3	6	3	3	5	26
183	6	3	6	3	3	3	24
184	6	4	5	6	3	3	27
185	6	3	6	4	4	3	26
186	4	3	6	5	6	4	28
187	6	4	3	5	3	5	26
188	4	4	5	4	6	3	26

189	4	4	3	6	5	4	26
190	3	3	5	6	3	3	23
191	4	5	6	3	4	6	28
192	5	6	4	3	5	3	26
193	5	6	4	5	4	6	30
194	4	5	4	5	5	4	27
195	4	6	4	3	5	5	27
196	5	5	6	5	4	4	29
197	6	3	5	6	3	6	29
198	6	3	4	6	4	6	29
199	4	4	4	6	4	3	25
200	6	6	5	6	6	5	34
201	4	4	6	6	3	4	27
202	3	4	5	6	6	5	29
203	3	6	4	6	4	3	26
204	4	5	5	6	5	3	28
205	4	6	6	4	5	3	28

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN I

Hasil Uji Asumsi

UIN SUSKA RIAU



Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		205
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	0E-7
	Std. Deviation	13,97573858
Most Extreme Differences	Absolute	,090
	Positive	,086
	Negative	-,090
Kolmogorov-Smirnov Z		1,291
Asymp. Sig. (2-tailed)		,071

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	(Combined)	16459,867	16	1028,742	5,102	,000
	Linearity	14523,242	1	14523,242	72,024	,000
	Deviation from Linearity	1936,625	15	129,108	,640	,839
	Within Groups	37908,913	188	201,643		
Total		54368,780	204			

dan menyebutkan sumber:

populasi * keberagaman

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN J**Hasil Uji Hipotesis**

UIN SUSKA RIAU

Hasil Uji Hipotesis

Correlations

		kebersyukuran	pwb
kebersyukuran	Pearson Correlation	1	,517**
	Sig. (1-tailed)		,000
	N	205	205
pwb	Pearson Correlation	,517**	1
	Sig. (1-tailed)	,000	
	N	205	205

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN K

Analisis Tambahan

UIN SUSKA RIAU

Kategorisasi Data Penelitian

Kebersyukuran

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Sedang	18	8,8	8,8	8,8
Tinggi	187	91,2	91,2	100,0
Total	205	100,0	100,0	

Psychological Well-Being

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rendah	28	13,7	13,7	13,7
Sedang	90	43,9	43,9	57,6
Tinggi	87	42,4	42,4	100,0
Total	205	100,0	100,0	

Sumbangan Efektif Kebersyukuran Terhadap Psychological Well-Being

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
pwb * kebersyukuran	,517	,267	,550	,303

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

UJI KORELASI ASPEK KEBERSYUKURAN TERHADAP PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

Correlations

	Ekstrinsik	Skor Total PWB
Pearson Correlation	1	,452**
Ekstrinsik Sig. (1-tailed)		,000
N	205	205
Pearson Correlation	,452**	1
pwb Sig. (1-tailed)	,000	
N	205	205

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Correlations

	Intrinsik	Skor Total PWB
Pearson Correlation	1	,445**
Intrinsik Sig. (1-tailed)		,000
N	205	205
Pearson Correlation	,445**	1
pwb Sig. (1-tailed)	,000	
N	205	205

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN L**Surat Penelitian**

UIN SUSKA RIAU



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI

كلية علم النفس

FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id



Nomor
Sifat
Lampiran
Hal

: B-771E/Un.04/F.VI/PP.00.9/05/2025

Pekanbaru, 07 Mei 2025

: Biasa

: -

: Mohon Izin Try Out Penelitian

Kepada Yth.
Rektor UIN Sultan Syarif Kasim Riau
Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.
Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa:

Nama : Salsabila Oschika Putri
NIM : 12060124434
Jurusan : Psikologi S1
Semester : X (Sepuluh)

akan melakukan *try out* penelitian di tempat Bapak/Ibu guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian/ skripsi / tesis, yaitu:

"Hubungan Kebersyukuran Dengan Psychological Well-being Pada Mahasiswa Yang Kuliah Sambil Bekerja".

Untuk itu kami mohon Bapak/Ibu berkenan memberi izin *try out* kepada yang bersangkutan dalam rangka penyelesaian penyusunan laporan penelitian / skripsi / tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu, kami mengucapkan terima kasih.

Wassalamualaikum wr wb,
Dekan,



Dr. Kusnadi, M.Pd
NIP. 19671212 199503 1 001

UIN SUSKA RIAU

UIN SUSKA RIAU

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
2. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU**

Jl. H.R. Soebrantas KM.15 No.155 Tuahmadani Kec. Tuahmadani - Pekanbaru 28298 PO Box. 1004
Telepon : (0761) 5780056 Web: www.uin-suska.ac.id, E-mail: rektor04@uin-suska.ac.id

Nomor : B-1371/Un.04/WR.I/TL.00/05/2025
Sifat : Biasa
Lamp : -
Hal : Izin Try Out Penelitian

22 Mei 2025

Yth. 1. Dekan Fakultas _____
2. Kepala Bagian _____
pada UIN Sultan Syarif Kasim Riau
Pekanbaru

Assalamualaikum Wr. Wb.

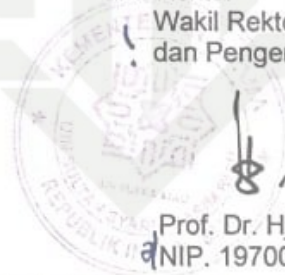
Dengan hormat, menindaklanjuti surat Dekan Fakultas Psikologi Nomor: B-771E/Un.04/F.VI/PP.00.9/05/2025 tanggal 07 Mei 2025 hal Mohon izin Try Out Penelitian Tugas Akhir/Skripsi, maka kami minta kepada Saudara agar dapat membantu Penelitian nama tersebut di bawah ini :

Nama : Salsabila Oschika Putri
NIM : 12060124434
Program Studi : Psikologi S1

Untuk dapat melaksanakan Penelitian dan Pengambilan Data guna mendapatkan Data dan Informasi yang terkait dengan Judul Penelitian: "Hubungan Kebersyukuran dengan *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa yang Kuliah Sambil Bekerja" pada unit kerja saudara.

Demikian kami sampaikan atas kerjasamanya diucapkan terimakasih.

Wassalam
a.n. Rektor
Wakil Rektor Bidang Akademik
dan Pengembangan Lembaga



Prof. Dr. Hj. Helmiati, M.Ag.
NIP. 19700222 199703 2 001

Tembusan
Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau (sebagai laporan)

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



pusaka





UIN SUSKA RIAU

**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU**

Jl. H.R. Soebrantas KM.15 No.155 Tuahmadani Kec. Tuahmadani - Pekanbaru 28298 PO Box. 1004
Telepon : (0761) 5780056 Web: www.uin-suska.ac.id, E-mail: rektor04@uin-suska.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor 194 /Un.04/06/2025

Rector Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Salsabila Oschika Putri
NIM : 12060124434
Tempat/Tgl. Lahir : Bukittinggi, 06 Februari 2002
Program Studi : Psikologi

yang bersangkutan benar telah selesai melaksanakan Try Out Penelitian di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, terhitung tanggal 2 Mei 2025 s.d. 13 Mei 2025 dengan judul penelitian: "Hubungan Kebersyukuran dengan *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa yang Kuliah Sambil Bekerja".

Demikian Surat Keterangan ini dikeluarkan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 11 Juni 2025

a.n. Rektor

Wakil Rektor Bidang Akademik
dan Pengembangan Lembaga

Prof. Dr. Hj. Helmiati, M.Ag.
NIP. 19700222 199703 2 001

Tembusan

Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau (sebagai laporan)

UIN SUSKA RIAU

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

b. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau





KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI
كلية علم النفس
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

Nomor
Sifat
Lampiran
Hal

: B-815E/Un.04/F.VI/PP.00.9/05/2025

Pekanbaru, 14 Mei 2025

: Biasa

: -

: Mohon Izin Riset

Kepada Yth.

1. Rektor UIN Sultan Syarif Kasim Riau
 2. Rektor Universitas Riau
 3. Rektor Universitas Muhammadiyah Riau
- Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.
Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada bapak/ibu bahwa:

Nama : Salsabila Oschika Putri
NIM : 12060124434
Jurusan : Psikologi S1
Semester : X (Sepuluh)

akan melakukan riset penelitian di tempat Bapak/Ibu guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

"Hubungan Kebersyukuran Dengan Psychological Well-being Pada Mahasiswa Yang Kuliah Sambil Bekerja".

untuk itu kami mohon Bapak/Ibu berkenan memberi izin riset yang bersangkutan dalam rangka penyelesaian penyusunan laporan penelitian / skripsi / tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.
Dekan,



Dr. Kusnadi, M.Pd
NIP. 19671212 199503 1 001





KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI
كلية علم النفس
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

Pekanbaru, 22 Juli 2025

: B-1181E/Un.04/F.VI/PP.00.9/07/2025

: Biasa

: -

: Mohon Izin Riset

Kepada Yth.

1. Rektor Universitas Islam Riau
2. Rektor Universitas Abdurrah Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.
Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada bapak/ibu bahwa:

Nama : Salsabila Oschika Putri
NIM : 12060124434
Jurusan : Psikologi S1
Semester : X (Sepuluh)

akan melakukan riset penelitian di tempat Bapak/Ibu guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

"Hubungan Kebersyukuran Dengan Psychological Well-being Pada Mahasiswa Yang Kuliah Sambil Bekerja".

untuk itu kami mohon Bapak/Ibu berkenan memberi izin riset yang bersangkutan dalam rangka penyelesaian penyusunan laporan penelitian / skripsi / tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Dekan,



Dr. Lisya Chairani, S. Psi., M.A., Psikolog
NIP. 19791207 200604 2 001

Nomor
: B-1181E/Un.04/F.VI/PP.00.9/07/2025
Sifat
: Biasa
Tempat
: Pekanbaru
Hal
: 1

Hal
: 1

Hal
: 1

Hal
: 1

Hal
: 1

Hal
: 1

Hal
: 1

Hal
: 1

Hal
: 1

Hal
: 1

Hal
: 1

Hal
: 1

Hal
: 1

Hal
: 1

Hal
: 1

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU**

Jl. H.R. Soebrantas KM.15 No.155 Tuahmadani Kec. Tuahmadani - Pekanbaru 28298 PO Box. 1004
Telepon : (0761) 5780056 Web: www.uin-suska.ac.id, E-mail: rektor04@uin-suska.ac.id

Nomor : B-1731 /Un.04/WR.I/TL.00/06/2025
Sifat : Biasa
Lamp : -
Hal : Izin Riset

1/ Juni 2025

Yth. Dekan Fakultas _____
a. Kepala PTIPD _____
b. Kepala Bagian _____
pada UIN Sultan Syarif Kasim Riau
Pekanbaru

Assalamualaikum Wr. Wb.

Dengan hormat, menindaklanjuti surat Dekan Fakultas Psikologi Nomor: B-8156/Un.04/F.VI/PP.00.9/05/2025 tanggal 14 Mei 2025 hal Mohon izin Riset Skripsi/Tesis, maka kami minta kepada Saudara agar dapat membantu Penelitian nama tersebut di bawah ini :

Nama : Salsabila Oschika Putri
NIM : 12060124434
Program Studi : Psikologi S1

Untuk dapat melaksanakan Riset dan Pengambilan Data guna mendapatkan Data dan Informasi yang terkait dengan Judul Penelitian: "Hubungan Kebersyukuran dengan *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa yang Kuliah Sambil Bekerja" pada unit kerja saudara.

Demikian kami sampaikan atas kerjasamanya diucapkan terimakasih.

Wassalam
a.n. Rektor
Wakil Rektor Bidang Akademik
dan Pengembangan Lembaga

Prof. Dr. Hj. Helmiati, M.Ag.
NIP. 19700222 199703 2 001

Tembusan
Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau (sebagai laporan)

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau





KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,
DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS RIAU

Kampus Bina Widya Km. 12,5 Simpang Baru Pekanbaru 28293
Telepon (0761) 63266 Faksimile (0761) 63279
Laman www.unri.ac.id

SURAT IZIN

Nomor : 19746/UN19.5.2.1/TU.00.00/2025

Berdasarkan surat dari Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Nomor: B-815E/Un.04/F.VI/PP.00.9/05/2025, tanggal 14 Mei 2025, Kepala Biro Akademik dan Kemahasiswaan Universitas Riau dengan ini memberi izin kepada:

Nama : Salsabila Oschika Putri
NIM : 12060124434
Universitas Asal : UIN Sultan Syarif Kasim Riau
Program Studi : S1 Psikologi
Lokasi Penelitian : Universitas Riau

Untuk melakukan Riset dengan Judul Penelitian "**Hubungan Kebersyukuran dengan Psychological Well-being pada Mahasiswa yang Kuliah Sambil Kerja**", dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan yang tidak ada hubungan dengan kegiatan Riset dan pengumpulan data ini.
2. Pelaksanaan kegiatan Riset ini berlangsung selama 3 (tiga) bulan terhitung mulai tanggal surat izin ini dikeluarkan.

Demikian surat izin ini diberikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 5 Juni 2025

Kepala Biro Akademik dan Kemahasiswaan,



Dessy Riasari, SE., Ak., MM
NIP 197012112002122001

tembusan:
Rektor Universitas Riau



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH RIAU

Kampus : Jl. Tuanku Tambusai, Pekanbaru 28294
: Telp./Fax. (0761) 839577

e-mail : umri@umri.ac.id

<http://www.umri.ac.id>

Nomor : 925 /II.3.AU/D/1/2025

16 Dzulhijjah 1446 H

Lamp : -

12 Juni 2025 M

Hal : Balasan izin riset

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau
di

Tempat

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Do'a dan harapan kami mudah-mudahan kita semua senantiasa berada dalam lindungan Allah SWT serta sukses dalam menjalankan aktivitas sehari – hari, Amin.

Selanjutnya, sehubungan dengan surat dari Dekan Fakultas Psikologi Nomor B-815E/Un.04/F.VI/PP.00.9/05/2025 perihal Permohonan Izin Riset, maka dengan ini kami memberikan izin Penelitian kepada mahasiswa :

Nama	: Salsabila Oschika Putri
Nim	: 12160124434
Program Studi	: Psikologi
Judul Penelitian	: "Hubungan Kebersyukuran Dengan Psychological Well-being Pada Mahasiswa Yang Kuliah Sambil Bekerja".

Perlu kami informasikan bahwa Universitas Muhammadiyah Riau dapat memberikan data-data untuk penelitian selama data tersebut tidak bersifat rahasia dan yang bersangkutan bersedia mematuhi ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Riau.

Demikianlah hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wassalâmu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

An. Rektor,

✶ Wakil Rektor II,

Dr. Baldarus M.M., M.Ag
NPK. 08060871199601004

Dilindungi Undang-Undang

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



YAYASAN LEMBAGA PENDIDIKAN ISLAM (YLPI) RIAU UNIVERSITAS ISLAM RIAU

الجامعة الإسلامية في رiau

Alamat: Jalan Kaharuddin Nasution No. 113, Marpoyan, Pekanbaru, Riau, Indonesia - 28284
Telp. +62 761 674674 Fax. +62 761 674834 Email: info@uir.ac.id Website: www.uir.ac.id

Pekanbaru, 13 Oktober 2025 M
21 Rabiul Akhir 1447 H

Nomor : 4261 /E-UIR/27-2025
Perihal : IZIN RISET

Yth. **DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI**
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
Di
Pekanbaru

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh,
Dengan hormat, teriring salam dan do'a semoga Saudari berada dalam keadaan sehat dan sukses selalu, Aamiin.

Memperhatikan surat Saudari Nomor : B-1181E/Un.04/F.VI/PP.00.9/07/2025 tanggal 22 Juli 2025 (diterima tanggal 12 Agustus 2025), perihal Izin Riset Mahasiswa atas nama:

Nama : **Salsabila Oshika Putri**
NIM : 12060124434
Program Studi : Psikologi (S1)
Judul Penelitian : Hubungan Kebersyukuran Dengan *Psychological Well-being* Pada Mahasiswa Yang Kuliah Sambil Bekerja

Maka bersama ini disampaikan bahwa permohonan Izin Riset Mahasiswa yang bersangkutan pada prinsipnya dapat kami setujui, untuk melakukan pengumpulan data dan informasi pada Universitas Islam Riau, dengan ketentuan yang bersangkutan dapat mematuhi peraturan dan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Riau.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terimakasih.



Wassalam
Rektor,
Assoc. Prof. Dr. Admiral, S.H., M.H.
NIDPTK. 1540759660137013

Tembusan:
Sdri. Salsabila Oshika Putri di Pekanbaru.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



UNIVERSITAS ABDURRAB

LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

IZIN MENDIKNAS RI NOMOR : 75/D/O/2005

Alamat : Jl. Riau Ujung No. 73 Pekanbaru - 28292 Telp. (0761) 38762, 839036, Fax: (0761) 859839
Website: www.univrab.ac.id Email: info@univrab.ac.id

SURAT IZIN PENELITIAN

Nomor : 491/LPPM-UNIVRAB/IX/2025

Kami dari Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Abdurrahman Pekanbaru, dengan ini memberikan izin penelitian kepada:

Nama : Salsabila Oschika Putri
NIM : 12060124434
Prodi/ Fakultas : S1 Psikologi/ Psikologi
Institusi : UIN Sultan Syarif Kasim Riau
No HP/ WA : -
Judul Penelitian: Hubungan Kebersyukuran dengan *Psychological Well-being* pada Mahasiswa yang Kuliah Sambil Bekerja

Dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari peraturan yang berlaku di Lingkungan Universitas Abdurrahman.
2. Mengumpulkan laporan hasil penelitian ke LPPM Universitas Abdurrahman melalui link berikut ini: <https://bit.ly/lppm-keterangan-penelitian>.
3. Kepada pihak yang terkait diharapkan dapat memberikan kemudahan serta membantu kelancaran kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data dimaksud.

Demikianlah surat ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 01 September 2025

Ketua LPPM

a.n
dr. May Valzon

dr. May Valzon, M.Sc

NIK. 11.201.0109003



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU

Jl. H.R. Soebrantas KM.15 No.155 Tuahmadani Kec. Tuahmadani - Pekanbaru 28298 PO Box. 1004
 Telepon : (0761) 5780056 Web: www.uin-suska.ac.id, E-mail: rektor04@uin-suska.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor: 272 /Un.04/07/2025

Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Salsabila Oschika Putri

NIM : 12060124434

Program Studi : Psikologi

yang bersangkutan benar telah selesai melaksanakan Penelitian di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, terhitung tanggal 14 Mei s.d 30 Juni 2025 dengan judul penelitian: "Hubungan Kebersyukuran Dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa yang Kuliah Sambil Bekerja".

Demikian Surat Keterangan ini dikeluarkan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, Juli 2025

a.n. Rektor

Wakil Rektor Bidang Akademik
dan Pengembangan Lembaga



Prof. H. Raihani, M.Ed., Ph.D.
NIP. 19711005 199703 1 002

Tembusan

Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau (sebagai laporan)

UIN SUSKA RIAU



2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Statistik Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,
DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS RIAU

Kampus Bina Widya Km. 12,5 Simpang Baru Pekanbaru 28293
Telepon (0761) 63266 Faksimile (0761) 63279
Laman www.unri.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 26926/UN19.5.2.1/TU.00.01/2025

Kepala Biro Akademik dan Kemahasiswaan Universitas Riau dengan ini menerangkan bahwa:

: Salsabila Oschika Putri
: 12060124434
: UIN Sultan Syarif Kasim Riau
: S1 Psikologi
: X (Sepuluh)

Sehubungan dengan surat izin penelitian nomor : 19746/UN19.5.2.1/TU.00.00/2025 tanggal 5 Juni 2025, yang mana mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan riset dengan bukti laporan hasil penelitian yang berjudul ***"Hubungan Kebersyukuran dengan Psychological Well-being pada Mahasiswa yang Kuliah Sambil Bekerja"***.

Dengan surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 15 Juli 2025

Kepala Biro Akademik dan Kemahasiswaan,



Dessy Riasari,SE.,Ak.,MM
NIP 197012112002122001

UIN SUSKA RIAU



Balai Besar
Sertifikasi
Elektronik

Catatan :

UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSR

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Halaman mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengemukakan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Sehubungan dengan surat izin penelitian nomor : 19746/UN19.5.2.1/TU.00.00/2025 tanggal 5 Juni 2025, yang mana mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan riset dengan bukti laporan hasil penelitian yang berjudul ***"Hubungan Kebersyukuran dengan Psychological Well-being pada Mahasiswa yang Kuliah Sambil Bekerja"***.

Dengan surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 15 Juli 2025
Kepala Biro Akademik dan Kemahasiswaan,

Dessy Riasari,SE.,Ak.,MM
NIP 197012112002122001

UIN SUSKA RIAU



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH RIAU

Kampus : Jl. Tuanku Tambusai, Pekanbaru 28294
: Telp./Fax. (0761) 839577

e-mail : umri@umri.ac.id

<http://www.umri.ac.id>

SURAT KETERANGAN

Nomor: 58 /KET/II.3.AU/D/10/2025

Biro Sumber Daya Manusia dan Umum Universitas Muhammadiyah Riau (UMRI) dengan ini menerangkan bahwa:

Nama	: Salsabila Oschika Putri
Nim	: 12060124434
Prodi	: Psikologi S1
Fakultas	: Psikologi
Universitas	: Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Benar telah mengadakan penelitian di Universitas Muhammadiyah Riau pada tanggal 14 Mei 2025 s.d 30 Juni 2025 guna melengkapi data pada penyusunan Skripsi yang berjudul: "*Hubungan Kebesyukurannya dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Yang Kuliah Sambil Bekerja.*".

Demikianlah Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 23 Muharram 1447 H
18 Juli 2025 M

An. Rektor
Wakil Rektor II
Ub

Biro Sumber Daya Manusia dan Umum,



Raja Supri Harlizah, MM

NPK. 08090482200802030

ciptanya milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UNIVERSITAS ABDURRAB

LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

IZIN MENDIKNAS RI NOMOR : 75/D/O/2005

Alamat : Jl. Riau Ujung No. 73 Pekanbaru - 28292 Telp. (0761) 38762, 839036, Fax: (0761) 859839
Website: www.univrab.ac.id Email: info@univrab.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 534/LPPM-UNIVRAB/X/2025

Kami dari Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Abdurabb Pekanbaru, dengan ini menerangkan:

Nama : Salsabila Oschika Putri
NIM : 12060124434
Prodi/ Fakultas : S1 Psikologi/ Psikologi
Institusi : UIN Suska Riau
No HP : 085349408338

Judul Penelitian: Hubungan Kebersyukuran dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Yang Kuliah Sambil Bekerja

Bahwa yang bersangkutan Telah Selesai melaksanakan Kegiatan Penelitian di Lingkungan Universitas Abdurabb.

Demikianlah Surat Keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 07 Oktober 2025
Ketua LPPM



dr. May Valzon, M.Sc
NIK. 11.201.0109003

UIN SUSKA RIAU



YAYASAN LEMBAGA PENDIDIKAN ISLAM (YLPI) RIAU UNIVERSITAS ISLAM RIAU

الجامعة الإسلامية السُّكَا رِيَاوِيَّة

Alamat: Jalan Kaharuddin Nasution No. 113, Marpoyan, Pekanbaru, Riau, Indonesia - 28284
Telp. +62 761 674674 Fax. +62 761 674834 Email: info@uir.ac.id Website: www.uir.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 4521/A-UIR/5-2025

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : **Prof. Dr. Fathurrahman, S.P., M.Sc.**
NUPTK : 9350747648130073
Jabatan : Wakil Rektor Bidang Akademik, Riset dan Inovasi

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : **Salsabila Oschika Putri**
NIM : 12060124434
Program Studi : Psikologi
Universitas : Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

telah melaksanakan Penelitian di Universitas Islam Riau untuk memperoleh data dalam penyusunan Skripsi dengan judul **"Hubungan Kebersyukuran Dengan *Psychological Well-being* Pada Mahasiswa Yang Kuliah Sambil Bekerja"**.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 31 Oktober 2025 M
9 Jumadil Awal 1447 H
Wakil Rektor Bidang Akademik,
Riset dan Inovasi



Prof. Dr. Fathurrahman, S.P., M.Sc.
NUPTK. 9350747648130073

UIN SUSKA RIAU

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.