

**HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DENGAN
HAPPINESS PADA TENAGA KESEHATAN PUSKESMAS DI
KECAMATAN RAMBANG NIRU**

KARYA AKHIR



Diajukan Oleh:

Sesi Aprillia

211810035

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS SOSIAL HUMANIORA
UNIVERSITAS BINA DARMA PALEMBANG**

2026

**HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DENGAN
HAPPINESS PADA TENAGA KESEHATAN PUSKESMAS DI
KECAMATAN RAMBANG NIRU**

KARYA AKHIR

Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Guna

Mencapai Derajat Sarjana S1 Psikologi



Oleh :

Sesi Aprillia

211810035

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS SOSIAL HUMANIORA
UNIVERSITAS BINA DARMA PALEMBANG**

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DENGAN *HAPPINESS* PADA
TENAGA KESEHATAN PUSKESMAS DI KECAMATAN RAMBANG
NIRU

KARYA AKHIR

Diajukan Oleh :

Sesi Aprillia

211810035

Telah disetujui Dosen Pembimbing
Pada Tanggal, April 2026

Dosen Pembimbing



Dr. Itryah, S.Psi., M.A.
NIDN. 0028098001

iii

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DENGAN *HAPPINESS* PADA TENAGA KESEHATAN PUSKESMAS DI KECAMATAN RAMBANG NIRU

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Karya Akhir
Program Studi Psikologi
Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma
Untuk memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Derajat Sarjana S1
Psikologi

Pada tanggal 2 April 2026
Mengesahkan,
Program Studi Psikologi, Fakultas Sosial Humaniora

Ketua Program Studi

Universitas Bina Darma
Fakultas Sosial Humaniora

Dr. Itryah, S.Psi., M.A.

NIDN. 0028098001

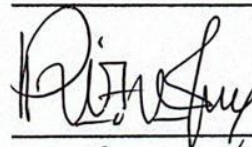
Dewan Penguji

Tanda Tangan

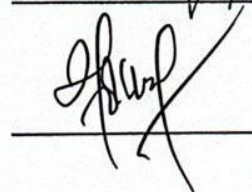
Dr. Itryah, S.Psi., M.A.
NIDN. 0028098001



Dr. Rizki Amaliyah, S.Psi.L., MA.Si
NIDN. 2103129001



Rina Oktaviana, S.Psi., M.M
NIDN. 0216107703



PERNYATAAN AKADEMIK

PERNYATAAN AKADEMIK

Yang Bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Sesi Aprillia

NIM : 211810035

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Antara Kebersyukuran dengan *Happiness* pada Tenaga Kesehatan Puskesmas di Kecamatan Rambang Niru.

Melalui surat ini saya menyatakan bahwa:

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi saya tidak melakukan tindak pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Bina Darma. Karena itu, skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau karya orang lain.
2. Apabila dalam ujian skripsi saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Bina Darma.
3. Di dalam karya tulis ini tidak dapat karya atau pendapat yang telah ditulis oleh orang lain, kecuali kutipan yang diambil dari berbagai teori dengan mencantumkan nama pengarang dan menuliskan hasil kutipan tersebut kedalam daftar rujukan.
4. Karena yakin akan hasil karya tulis ini saya bersedia bahwa tugas akhir/skripsi ini diunggah dan dipublikasikan ke dalam internet.
5. Apabila dikemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi ini adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan Universitas Bina Darma

Palembang, 2 April 2026



Sesi Aprillia
211810035

HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya yang telah memberikan kesehatan, kekuatan, serta kemampuan kepada penulis sehingga karya akhir ini dapat diselesaikan dengan penuh kerendahan hati dan kesabaran.

Gelar sarjana ini penulis persembahkan kepada kedua orang tua tercinta, Ayahanda Sumarjo dan Ibunda Lismarani, yang senantiasa memberikan cinta, doa, dukungan, dan motivasi tanpa henti kepada penulis. Semoga karya akhir ini dapat menjadi sumber kebanggaan bagi Ayah dan Ibu serta menjadi wujud kasih sayang dan bakti penulis yang tak terhingga.

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada Ibu Dr. Itryah, S.Psi., M.A. selaku dosen pembimbing, atas segala bimbingan, arahan, waktu, motivasi, serta dukungan yang telah diberikan selama proses penyusunan karya akhir ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh Bapak dan Ibu dosen Program Studi Psikologi Universitas Bina Darma yang telah memberikan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang psikologi, yang sangat bermanfaat bagi penulis.

Terima kasih pula penulis sampaikan kepada saudara, sepupu, serta teman-teman yang senantiasa memberikan perhatian, dukungan, semangat, dan kebersamaan sehingga penulis mampu menyelesaikan karya akhir ini.

MOTTO

”Allah memang tidak menjanjikan hidupmu akan selalu mudah, tapi dua kali

Allah berjanji bahwa: *fa inna ma'al- 'usri yusra, inna ma'al-usri yusra*”

(Qs. Al-Insyirah 94: 5-6)

”Aku belajar bahwa pelan bukan berarti tertinggal, selama aku terus berjalan.”

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah Rabbil'alamin, Puji syukur kita panjatkan kepada Allah SWT. yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya sehingga peneliti diberikan kemudahan serta pertolongan dalam menyelesaikan penyusunan karya akhir ini dengan baik. Sholawat beserta salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang memberikan kita syafa'at hingga akhir kelak. Penyusunan karya akhir ini merupakan salah satu syarat memenuhi tugas akhir untuk menempuh gelar Sarjana dalam bidang Psikologi Universitas Bina Darma Palembang dengan judul **“Hubungan Antara Kebersyukuran dengan *Happiness* pada Tenaga Kesehatan Puskesmas di Kecamatan Rambang Niru.”**

Dalam kesempatan ini dengan segala kerendahan hati, peneliti ingin menyampaikan banyak terima kasih kepada pihak yang memberikan dorongan dan bantuan, khususnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Edi Surya Negara, M.Kom selaku Plt Rektor Universitas Bina Darma Palembang.
2. Bapak Nuzsep Almigo, S.Psi, M.Si., Ph.D selaku Dekan Fakultas Sosial Humaniora.
3. Ibu Dr. Itryah, S.Psi., M.A. selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Bina Darma Palembang sekaligus dosen pembimbing, yang telah meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan, serta memberikan masukan dan dukungan kepada penulis dalam penyelesaian

karya akhir ini. Penulis mengucapkan terima kasih atas bimbingan, pendidikan, arahan, serta kesediaan mencurahkan waktu, tenaga, dan pikiran, serta atas nasihat dan motivasi yang senantiasa mengingatkan penulis untuk selalu bersyukur dalam setiap perjalanan hidup.

4. Ibu Dr. Rizki Amaliyah, S.Psi.I., MA.Si. dan Ibu Rina Oktaviana, S.Psi., M.M. selaku dosen penguji, penulis mengucapkan terima kasih atas kesediaan, bimbingan, masukan, serta waktu yang telah diberikan kepada penulis dalam rangka penyempurnaan dan penyelesaian karya akhir ini.
5. Kepada seluruh Dosen Program Studi Psikologi Universitas Bina Darma Palembang terima kasih atas segala ilmu pengetahuan, dukungan dan motivasi yang diberikan.
6. Pimpinan, staf, serta seluruh tenaga kesehatan Puskesmas di Kecamatan Rambang Niru, khususnya Puskesmas Muara Emburung, beserta tenaga kesehatan Poskesdes di Desa Gemawang, Suban Jeriji, Muara Emburung, Manunggal Makmur, Air Talas, Air Enau, dan Aur Duri, yang telah memberikan izin, bantuan, serta kerja sama kepada penulis selama proses pelaksanaan penelitian.
7. Orang tua tercinta Ayah Sumarjo dan Ibu Lisarani yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi, dan doa terbaik kepada penulis. Terima kasih atas segala pengertian, kasih sayang, serta semangat yang tiada henti diberikan selama proses penyelesaian karya akhir ini.
8. Abang Ari Aryansa, yang senantiasa hadir memberikan dukungan tulus baik secara materi maupun nonmateri. Terima kasih atas setiap bantuan,

perhatian, semangat, dan doa yang selalu menguatkan penulis dalam setiap proses yang dilalui.

9. Terima kasih kepada pihak-pihak yang senantiasa hadir dan memberikan dukungan, khususnya Remaja Jompo, Dian, Lira, Ulfa, dan Anya, serta teman-teman lain yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, atas semangat, kebersamaan, serta kesediaan untuk selalu membantu dan direpotkan selama proses penyelesaian karya akhir ini.
10. Terima kasih juga penulis sampaikan kepada sepupu Umiatun Atika, A.Md.A.K dan Devy Aprillia serta rekan-rekan kost Panitia Syurga tercinta, yaitu Devy, Syafira, Laura, dan Mega, yang senantiasa setia menemani, memberikan dukungan, serta bersedia mendengarkan keluh kesah penulis selama proses penyelesaian karya akhir ini.

Peneliti menyadari bahwa karya akhir ini tentunya masih banyak kekurangan dalam penulisannya. Oleh karena itu kritik dan saran sangat dibutuhkan untuk membantu peneliti.

Palembang, Januari 2026

Sesi Aprillia

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN AKADEMIK	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
ABSTRAK	xvii
BAB 1	19
PENDAHULUAN.....	19
A. Latar Belakang Masalah.....	19
B. Tujuan Penelitian.....	35
C. Manfaat Penelitian	35
1. Manfaat Teoritis	35
2. Manfaat Praktis	35
D. Keaslian Penelitian.....	36
BAB II	40
TINJAUAN TEORI	40
A. <i>Happiness</i>	40
1. Pengertian <i>Happiness</i>	40
2. Aspek-aspek <i>Happiness</i>	42
3. Faktor-faktor Penyebab <i>Happiness</i>	45
B. Kebersyukuran	51
1. Pengertian Kebersyukuran	51
2. Aspek-aspek Kebersyukuran	54
3. Faktor - Faktor Penyebab Kebersyukuran	57
4. Dimensi Kebersyukuran.....	59

C. Hubungan antara Kebersyukuran dengan <i>Happiness</i> pada Tenaga Kesehatan Puskesmas di Kecamatan Rambang Niru	61
D. Hipotesis.....	67
BAB III.....	68
METODE PENELITIAN	68
A. Identifikasi Variabel Penelitian	68
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	68
C. Subjek Penelitian.....	69
D. Metode Penelitian.....	70
E. Teknik Analisis Data	73
1. Uji Validitas dan Realibilitas.....	73
F. Metode Analisis Data	76
1. Uji Normalitas	76
2. Uji Linieritas	76
3. Uji Hipotesis	76
BAB IV	78
HASIL DAN PEMBAHASAN	78
A. Orientasi Kancan dan Persiapan.....	78
1. Orientasi Kancan.....	78
2. Persiapan	81
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian	82
1. Uji Coba Alat Ukur	82
2. Pelaksanaan Penelitian	83
C. Hasil Penelitian.....	83
1. Hasil Uji Coba Alat Ukur	83
2. Hasil Analisis Data	89
D. PEMBAHASAN	97
BAB V.....	108
PENUTUP.....	108
A. Kesimpulan	108
B. Saran	108
1. Bagi Dinas Kesehatan	108

2. Bagi Tenaga Kesehatan	109
3. Bagi Peneliti Selanjutnya	109
C. Kekurangan Penelitian.....	111
DAFTAR PUSTAKA.....	113



DAFTAR GAMBAR

Halaman

GAMBAR 1. 1 OUTLINE KERANGKA BERPIKIR	66
---	----



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3. 1 Skor respon pada skala	71
Tabel 3. 2 Blue Print Skala <i>Happiness</i>	72
Tabel 3. 3 Blue Print Skala Kebersyukuran	73
Tabel 4. 1 Distribusi Aitem Hasil Try Out Skala <i>Happiness</i>	85
Tabel 4. 2 Distribusi Skala <i>Happiness</i> untuk Penelitian	86
Tabel 4. 3 Distribusi Aitem Hasil Try Out Skala Kebersyukuran	87
Tabel 4. 4 Distribusi Skala Kebersyukuran untuk Penelitian	88
Tabel 4. 5 Deskripsi Data Penelitian	89
Tabel 4. 6 Kategorisasi <i>Happiness</i>	91
Tabel 4. 7 Kategorisasi Kebersyukuran	93
Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas	95
Tabel 4. 9 Hasil Uji Linieritas	96
Tabel 4. 10 Hasil Uji Hipotesis	97

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Angket Awal Penelitian.....	117
Lampiran 2 Skala 1 (<i>Happiness</i>).....	121
Lampiran 3 Skala 2 (Kebersyukuran)	127
Lampiran 4 Tabel Issac & Michael	133
Lampiran 5 Uji Validitas Dan Reliabilitas <i>Happiness</i>	134
Lampiran 6 Uji Validitas Dan Reliabilitas Kebersyukuran.....	143
Lampiran 7 Hasil Data Empirik	149
Lampiran 8 Hasil Uji Kategorisasi.....	149
Lampiran 9 Uji Normalitas	150
Lampiran 10 Uji Linieritas.....	151
Lampiran 11 Uji Hipotesis	152
Lampiran 12 Surat Izin Penelitian.....	156
Lampiran 13 Surat Balasan Izin Penelitian.....	157
Lampiran 14 SK Pembimbing.....	158
Lampiran 15 Lembar Konsultasi.....	159
Lampiran 16 Formulir Permohonan Pengajuan Judul	161
Lampiran 17 Formulir Perbaikan Seminar Proposal.....	162
Lampiran 18 Surat Keterangan Lulus Ujian Seminar Proposal	163
Lampiran 19 Formulir Perbaikan Seminar Akhir.....	164
Lampiran 20 Surat Keterangan Lulus Ujian Seminar Akhir	165
Lampiran 21 LoA Jurnal	166
Lampiran 22 Artikel Jurnal	167
Lampiran 23 Lembar Hasil Turnitin	177
Lampiran 24 Dokumentasi	178
Lampiran 25 Lembar Kelayakan Jilid.....	179

HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DENGAN *HAPPINESS* PADA TENAGA KESEHATAN PUSKESMAS DI KECAMATAN RAMBANG NIRU

Sesi Aprillia

211810035

**Program Studi Psikologi, Fakultas Sosial Humaniora
Universitas Bina Darma Palembang**

ABSTRAK

Lembaga pelayanan kesehatan berkualitas tinggi ditandai dengan adanya tenaga kesehatan yang tidak hanya kompeten secara profesional, tetapi juga memiliki kesejahteraan psikologis yang kuat untuk memberikan layanan yang optimal. Salah satu faktor internal penting yang berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis adalah rasa syukur, yang diyakini berkaitan erat dengan kebahagiaan. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan bukti empiris mengenai hubungan antara rasa syukur dan kebahagiaan di kalangan tenaga kesehatan di puskesmas di Kecamatan Rambang Niru. Populasi penelitian terdiri dari seluruh tenaga kesehatan di pusat kesehatan masyarakat di Kabupaten Rambang Niru, Sumatera Selatan, Indonesia, dengan sampel dipilih menggunakan teknik pengambilan sampel acak. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan regresi sederhana. Data dikumpulkan menggunakan skala rasa syukur dan skala kebahagiaan. Analisis data mencakup pengujian validitas dan reliabilitas, pengujian asumsi, serta pengujian hipotesis menggunakan SPSS versi 27.0. Hasil menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara rasa syukur dan kebahagiaan di kalangan tenaga kesehatan, yang mengindikasikan bahwa tingkat rasa syukur yang lebih tinggi berkaitan dengan tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi. Temuan ini menyoroti pentingnya menumbuhkan rasa syukur sebagai strategi untuk meningkatkan kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis di kalangan tenaga kesehatan, yang pada akhirnya diharapkan dapat memberikan dampak positif terhadap kualitas layanan kesehatan di pusat kesehatan masyarakat.

Kata Kunci: Kebersyukuran, Psikologis, Kebahagiaan.

**THE RELATIONSHIP BETWEEN GRATITUDE AND HAPPINESS AMONG
HEALTH WORKERS AT THE RAMBANG NIRU DISTRICT HEALTH
CENTER**

Sesi Aprillia

211810035

Psychology Study Program, Faculty of Social Humanities

Bina Darma University Palembang

ABSTRACT

High-quality healthcare institutions are characterized by the presence of healthcare workers who are not only professionally competent but also possess strong psychological well-being to provide optimal services. One important internal factor contributing to psychological well-being is gratitude, which is believed to be closely associated with happiness. This study aimed to provide empirical evidence regarding the relationship between gratitude and happiness among healthcare workers at public health centers in Rambang Niru District. The population consisted of all healthcare workers at community health center in Rambang Niru District South Sumatra indonesia , with samples selected using a random sampling technique. This study employed a quantitative method with a simple regression approach. Data were collected using a gratitude scale and a happiness scale. Data analysis included validity and reliability testing, assumption testing, and hypothesis testing using SPSS version 27.0. The results indicated a significant positive relationship between gratitude and happiness among healthcare workers, suggesting that higher levels of gratitude are associated with higher levels of happiness. These findings highlight the importance of fostering gratitude as a strategy to enhance happiness and psychological well-being among healthcare workers, which is ultimately expected to positively impact the quality of healthcare services at public health centers.

Keywords: Gratitude, Psychological, Happiness.