

**NASKAH PUBLIKASI**

**HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DAN *SUBJECTIVE WELL-  
BEING* PADA PEKERJA PROYEK BANGUNAN**



Oleh:

Gita Dwi Ramadhani

Fuad Nashori

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA**

**UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**

**YOGYAKARTA**

**2018**

NASKAH PUBLIKASI

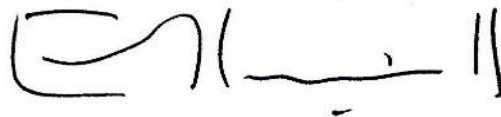
HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DAN SUBJECTIVE WELL-BEING  
PADA PEKERJA PROYEK BANGUNAN

Telah Disetujui Pada Tanggal:

19 MAR 2018

---

Dosen Pembimbing Utama



(Dr. H. Fuad Nashori, S.Psi., M. Psi., Psikolog)

# HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA PEKERJA PROYEK BANGUNAN

Gita Dwi Ramadhani

Fuad Nashori

## INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kebersyukuran dan *subjective well-being* pada pekerja proyek bangunan. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan positif antara kebersyukuran dan *subjective well-being* pada pekerja proyek bangunan atau kuli. Hipotesis penelitian ini diuji dengan melakukan pengambilan data menggunakan skala kebersyukuran yang diadaptasi dari Evananda (2017) berdasarkan teori Al-Munajjid (2006) dan skala *subjective well-being* diadaptasi dari Pratiwi (2017) dengan menggunakan teori *subjective well-being* oleh Diener (2006) yakni; *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) dan aspek dari Watson (1998) *The Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS) dibagikan dan diisi oleh 106 pekerja proyek bangunan atau kuli yang berada di kabupaten Sleman, Yogyakarta. Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan program *SPSS versi 22.0*. uji korelasi *Spearman-rho* menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi 0.276 dan koefisien signifikansi 0.002 ( $p < 0.05$ ) yang bermakna ada hubungan positif antara kebersyukuran dan *subjective well-being* pada pekerja proyek bangunan. Kebersyukuran berkontribusi 7.618% terhadap tingkat *subjective well-being* pada pekerja proyek bangunan.

Kata kunci : Kebersyukuran, *Subjective Well-Being*, Pekerja Proyek Bangunan

## **HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA PEKERJA PROYEK BANGUNAN**

### **Pengantar**

Bekerja pada suatu bidang pekerjaan sudah menjadi tuntutan dalam hidup dari seorang individu. Menurut Harter, Schmidt dan Keyes (Tenggara, Zamralita, & Suyasa, 2008), pekerjaan merupakan salah satu bagian yang signifikan dalam kehidupan seorang individu yang mempengaruhi kehidupannya dan kesejahteraannya di dalam masyarakat. Setiap orang pasti menginginkan pekerjaan yang ideal, dengan lingkungan kerja yang nyaman, gaji yang besar, dan tentunya tidak memiliki resiko pekerjaan yang tinggi sehingga dapat membahayakan diri.

Kecelakaan kerja merupakan resiko yang harus dihadapi oleh seorang pekerja dalam melakukan pekerjaannya. International Labor Organization (ILO) mengemukakan bahwa kecelakaan akibat kerja pada dasarnya disebabkan oleh tiga faktor, yaitu faktor manusia, pekerjaannya, dan lingkungan di tempat kerja. Menurut Suma'mur (Aryantiningsih & Husmaryuli, 2016), 80-85% kecelakaan disebabkan oleh kelalaian (*unsafe human acts*) dan kesalahan manusia (*human error*).

Perkembangan era globalisasi yang pesat menggiring banyak perusahaan untuk terus melakukan pengembangan pembangunan di berbagai bidang. Salah satunya dapat terlihat dari banyaknya proyek yang berjalan di Indonesia. Hal tersebut tampak jelas dengan proyek yang berjalan di Indonesia seperti pembangunan apartemen, jalan, gedung kantor, pusat perbelanjaan, hotel dan penginapan serta lainnya. Sumber daya

manusia yang bekerja sebagai pekerja kasar sebuah bangunan atau proyek bangunan tidak luput dari uraian masalah yang terjadi dalam segi kecelakaan kerja yang dialami.

Seperti data yang didapat yakni melalui Tribunsolo.com (21 April 2017), terjadi kecelakaan pada 3 orang pekerja karena terjatuh dari lantai 10 dan tewas ditempat. Selain itu, liputan6.com (23 Juli 2017) juga memaparkan sebuah berita yang berasal dari sektor konstruksi di mana terjadi kecelakaan kerja, seorang mandor yang tertimpa pilar saat melakukan perobohan beberapa pilar untuk membangun sebuah jalan tol Pasuruan-Probolinggo.

Masalah yang dihadapi para pekerja proyek bangunan mungkin saja membuat para pekerja menjadi resah dalam menjalani pekerjaannya. Hal tersebut bisa saja menimbulkan afek negatif yang menunjuk pada pengertian adanya ketegangan dan ketidaknyamanan sebagai akibat dari berbagai macam rasa yang tidak nyaman, seperti marah, dihina, dibenci, perasaan bersalah, takut dan gelisah (Hefferon & Boniwell, 2011). Berbagai aktivitas yang terjadi di tempat kerja akan dapat mempengaruhi kemampuan kontrol seseorang sehingga ia mampu merasakan emosi dan persepsi baik itu positif ataupun negatif mengenai tempat kerjanya (Ariati, 2010). Diener dan Seligman (Farid & Lazarus, 2008) menyatakan bahwa ketika tempat kerja tersebut tersusun secara teratur maka akan meningkatkan kesejahteraan dan produktivitas. Individu yang bekerja dengan kesejahteraan yang tinggi tidak hanya merasa bahagia

dalam menjalankan tugasnya, namun juga akan dapat memastikan produktivitas serta keuntungan bagi perusahaan.

Kesejahteraan subjektif terdiri dari dua faktor yang dapat mempengaruhi yakni faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari beberapa bagian antara lain genetik, sudut pandang, sifat serta kepribadian. Sifat dan kepribadian memiliki karakter serta emosi yang dapat membentuk sifat maupun kepribadian tersebut, salah satu karakter yang ada adalah kebersyukuran (Park, Peterson & Seligman, 2004). Kebersyukuran sebagai salah satu kajian psikologi positif merupakan variabel psikologis yang dapat dijadikan sebagai prediktor bagi berbagai kondisi dalam diri manusia.

Park, Peterson dan Seligman (2004), melakukan sebuah survey pada 5229 orang dewasa dan menemukan bahwa karakter individu seperti harapan, semangat, kebersyukuran, cinta, serta keingintahuan berhubungan kuat dengan kepuasan hidup. Kebersyukuran juga merupakan salah satu dari kekuatan karakter yang dimiliki oleh seseorang. Husna (2012) menyatakan bahwa ada hubungan positif antara kekuatan karakter dan kesejahteraan subjektif. Kebersyukuran merupakan bentuk perilaku seseorang dalam menerima diri baik secara kognitif dan afektif dengan rasa suka rela yang berorientasi kepada arah yang positif apa yang telah diterimanya (Peterson & Seligman, 2004).

Mengacu pada uraian di atas, peneliti mengansumsikan bahwa kebersyukuran yang dimiliki seseorang dalam kehidupan sehari-hari memiliki keterkaitan dengan kesejahteraan subjektif.

## **Metode Penelitian**

### *Subjek Penelitian*

Subjek penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah para pekerja proyek bangunan atau kuli dari beberapa perusahaan konstruksi yang berada di kabupaten Sleman Yogyakarta.

### *Metode Pengumpulan Data*

Metode pengumpulan data penelitian yang dilakukan menggunakan metode kuantitatif. Metode yang digunakan untuk mengumpulkan data pada penelitian ini adalah menggunakan skala yaitu skala Subjective well-being yang terbagi atas 2 jenis skala yakni skala PANAS (*Positive Affect and Negative Affect Scale*) dan SWLS (*satisfaction with life scale*) dan skala kebersyukuran. Metode penyusunan data pada penelitian ini menggunakan skala likert dengan 5 alternatif untuk skala PANAS, 7 pilihan alternatif untuk SWLS dan 4 pilihan alternatif untuk skala kebersyukuran. Penelitian ini menggunakan sebuah kuisisioner yang terdiri dari skala *subjective well-being* dan skala kebersyukuran.

### 1. Skala *Subjective well-being*

Skala yang digunakan untuk mengukur *subjective well-being* merupakan skala *Positive Affect and Negative Affect* (PANAS) dan skala *Satisfaction with Life Scale* (SWLS). *Subjective well-being* diukur melalui skala *subjective well-being* oleh Diener (2006) yakni; *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) yang terdiri dari lima pernyataan Alternatif jawaban yang disediakan ada tujuh bentuk respon yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), agak setuju (AS), Rata-rata (RR), agak tidak setuju (ATS), tidak setuju (TS) dan sangat tidak setuju (STS). Aitem pada skala ini hanya memiliki aitem favourable dimana jawaban aitem diberi dari skor 7-1. Aspek dari Watson (1998) *The Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS) alternatif jawaban yang disediakan ada lima bentuk respon yaitu sangat jarang (SJ), jarang (J), ragu-ragu (RR), sering (S), dan sangat sering (SS).

### 2. Skala Kebersyukuran

Skala kebersyukuran dalam penelitian ini menggunakan aspek menurut Al-Munajjid (2006) meliputi 3 aspek yaitu mengenal nikmat Allah, menerima nikmat Allah, dan memuji Allah atas nikmat yang telah diberikan-Nya. Alternatif jawaban yang disediakan ada lima bentuk respon yaitu sangat jarang (SJ), jarang (J), ragu-ragu (RR), sering (S), dan sangat sering (SS).



### *Metode Analisis Data*

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dan *subjective well-being* pada pekerja proyek bangunan. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistic dengan menggunakan *software SPSS versi 22.0 for windows*. Analisis statistik digunakan dengan pertimbangan bahwa statistik bekerja dengan angka, sifatnya objektif dan universal dalam artian dapat digunakan hampir dalam semua bidang penelitian (Hadi, 2004). Teknik statistik analisis *product moment* digunakan dalam penelitian ini karena merupakan analisis korelasional yang dapat dipakai untuk menguji hubungan antara dua variabel.

### **Hasil penelitian**

#### 1. Deskripsi Subjek Penelitian

Gambaran umum mengenai subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan terakhir dan pendapatan perbulan.

**Tabel 1. Deskripsi Jenis Kelamin Responden Penelitian**

Klasifikasi Responden	Deskripsi Responden	Jumlah	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-Laki	105	99,1%
	Perempuan	1	0,9%
Total		106	100%

**Tabel 2. Deskripsi Usia Responden Penelitian**

Usia Responden	Jumlah	Persentase
18-21	18	16.9%
22-39	74	69.7%
40-59	13	11.8%
60-65	1	0.9%
Total	106	100%

**Tabel 3. Deskripsi Pendidikan Terakhir Responden Penelitian**

Pendidikan terakhir	Jumlah	Persentase
0	2	1,9%
SD	23	21,7%
SMP	55	51,9%
SMA	26	24,5%
Total	106	100%

**Tabel 4. Deskripsi Pendapatan Perbulan Responden Penelitian**

Pendapatan perbulan	Jumlah	Persentase
0	2	1,9%
≤ Rp. 1.000.000	19	17,9%
≤ Rp. 1.500.000	32	30,2%
≤ Rp. 2.000.000	28	26,4%
≤ Rp. 2.500.000	3	2,8%
≤ Rp. 3.000.000	13	12,3%
>Rp. 3.000.000	9	8,5%
Total	106	100%

## 2. Deskripsi Data Penelitian

Peneliti menggolongkan subjek dalam lima kategori, yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Kategorisasi subjek dibuat dengan menggunakan penormaan untuk kategorisasi, yaitu:

Kategorisasi	Subjective well-being	Kebersyukuran
Sangat Rendah	$X < 70.0$	$X < 46.0$
Rendah	$70.0 \leq X < 76.8$	$46.0 \leq X < 50.0$
Sedang	$76.8 \leq X < 81.2$	$50.0 \leq X < 53.0$
Tinggi	$81.2 \leq X < 87.0$	$53.0 \leq X < 54.0$
Sangat Tinggi	$X \geq 87.0$	$X \geq 54.0$

Berikut merupakan pembagian persentil yang digunakan untuk penormaan:

**Tabel 4.7 Pembagian Persentil Data Penelitian**

Persentil	<i>Subjective well-being</i>	Kebersyukuran
20	70.0	46.0
40	76.8	50.0
60	81.2	53.0
80	87.0	54.0

Berdasarkan rumus penentuan penormaan, maka diketahui kategorisasi data penelitian ini sebagai berikut:

**Tabel 4.9 Kategorisasi Data Penelitian**

Kategorisasi	<i>Subjective well-being</i>		Kebersyukuran	
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
Sangat Rendah	19	17.9%	16	15.1%
Rendah	23	21.7%	22	20.7%
Sedang	22	20.8%	23	21.7%
Tinggi	15	14.2%	15	14.2%
Sangat Tinggi	27	25.4%	30	28.3%
Total	106	100%	106	100%

## Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dan *subjective well-being* pada para pekerja proyek bangunan. Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi *Spearman-rho* dengan bantuan program komputer *SPSS versi 22.0 for windows* diketahui bahwa terdapat hubungan yang positif antara kebersyukuran dan *subjective well-being* pada pekerja proyek bangunan. Hasil dari uji hipotesis atau korelasi yang dilakukan dengan menggunakan *Spearman-rho* menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0.276 dengan  $p < 0.002$  ( $p < 0.05$ ) sehingga hipotesis diterima. Nilai  $r$  yang positif menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara kebersyukuran terhadap *subjective well-being* pada pekerja proyek bangunan.

Sebanyak 25.4% pekerja proyek bangunan memiliki *subjective well-being* yang termasuk dalam kategori sangat tinggi, 21.7% masuk dalam kategori rendah, dan 20.8% masuk dalam kategori sedang. Hal ini menunjukkan seperempat pekerja proyek bangunan sudah memiliki *subjective well-being* yang baik. Selain itu sebanyak 28.3% pekerja proyek bangunan masuk dalam kategori sangat tinggi dalam kebersyukuran. Sumbangan efektif variabel kebersyukuran terhadap variabel *subjective well-being* dapat diketahui dari besarnya koefisien determinasi ( $R^2$ ) yakni sebesar 0.07618. Artinya variabel kebersyukuran memberikan sumbangan efektif sebesar 7.618% terhadap variabel *subjective well-being*. Sedangkan persentase lainnya yaitu sebesar 92.382% merupakan faktor-faktor lain.

Hasil penelitian ini mendukung pernyataan Wood, Joseph dan Linley (2007) yang menyatakan bahwa rasa syukur dapat membantu seseorang dalam mengatasi peristiwa kehidupan yang penuh dengan stress, sehingga meningkatkan kesejahteraan individu dalam jangka panjang. Menurut McCullough (Peterson & Seligman, 2004), rasa syukur memiliki hubungan positif dengan berbagai emosi positif seperti kepuasan hidup, kebahagiaan, kecemasan dan iri hati. Kebersyukuran merupakan bentuk perilaku seseorang dalam menerima diri baik secara kognitif dan afektif dengan rasa suka rela ke arah yang positif terhadap apa yang telah diterima.

Diterimanya hipotesis penelitian ini menunjukkan bahwa kebersyukuran dapat membuat seseorang memiliki tingkat *subjective well-being* yang baik. Individu yang bersyukur terhadap kehidupannya termasuk pekerjaannya merupakan individu yang mengenal nikmat Allah, menerima nikmat Allah dan memuji Allah atas nikmat yang diberikan adalah individu yang memiliki kepuasan serta kesejahteraan dalam kehidupan.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara kebersyukuran dan *subjective well-being* pada pekerja proyek bangunan.

## **Saran**

### 1. Bagi subjek penelitian

Subjek penelitian diharapkan mampu meningkatkan kebersyukuran yang dimiliki karena dapat meningkatkan kepuasan hidup, kesejahteraan dan mengilangkan afek negative serta mampu meningkatkan afek positif dalam kehidupan.

### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya jika ingin menggunakan tema yang sama, sebaiknya lebih banyak mengambil subjek penelitian dengan jenis kalamain subjek yang seimbang. Kemudian disarankan untuk menyesuaikan alat ukur dengan konteks penelitian yang hendak diteliti dengan tidak langsung menggunakan alat ukur penelitian sebelumnya walaupun memiliki variabel yang sama. Sebaiknya juga, untuk pernyataan setiap aitem lebih baik bahasanya disederhanakan, agar memudahkan pengisian skala dan memberikan pemahaman bagi subjek.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al- Munajjid, M.B.S. (2006). *Silsilah Amalan Hati, Ikhlas, Tawakkal, Optimis, Takut, Bersyukur, Ridha, Sabar, Intropeksi Diri, Tafakkur, Mahabbah, Taqwa, Wara'.* Bandung: Irsyad Baitus Salam.
- Ariati, J. (2010). Subjective well-being (Kesejahteraan Subjektif) dan Kepuasan Kerja pada Staff Pengajar (Dosen) di Lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Dipeonegoro. *Jurnal Psikologi Undip*, 8 (2), 117-123.
- Aryantiningsih, D. S. & Husmaryuli, D. (2016). Kejadian kecelakaan kerja pekerja aspal mixing plant (AMP) & batching plant di PT. LWP Pekanbaru tahun 2015. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 10 (2), 145-150.
- Farid, M & Lazarus, H. (2008). Subjective well-being in Rich and Poor Countries. *Journal of Management Development*, 27 (10), 1053-1065.
- Hadi, S. (2004). *Metodologi Research Jilid 3*. Yogyakarta: Andi.
- Hefferon, K & Boniwell, I. (2011). *Positive psychology Theory, research and applications*. England: Open University Press.
- Kurniawan. D, (Juli, 2017). Mandor Proyek Tewas Tertimpa Pilar saat Boldoser Robohkan Rumah. Retrived from <http://regional.liputan6.com/read/3032166/mandor-proyek-tewas-tertimpa-pilar-saat-buldoser-robohkan-rumah>
- Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). Strengths of character and well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23 (5), 603-619.
- Peterson & Seligman. (2004). *Character strength and virtues: A handbook and classifications*. New York: Oxford University Press
- Tenggara.H, Zamralita, & Suyasa. P. Tommy Y. S. (2008). Kepuasan Kerja dan Kesejahteraan Psikologis Karyawan. *Phronesis Jurnal Ilmiah Psikologi Industri dan Organisasi*, 10 (1), 96-115.
- Tribunsolo. (2017, April 21). BREAKING NEWS – Jatuh Saat Bekerjam 3 Pekerja Proyek pembangunan Harris & POP! Hotel Solo Tewas. Retrieved from <http://solo.tribunnews.com/2017/04/21/breaking-news-jatuh-saat-bekerja-3-pekerja-proyek-pembangunan-harris-pop-hotel-solo-tewas>



Wood, A.M., Joseph, S., & Linley, P. A. (2007). Coping Style As A Psychological Resource of Grateful People. *Journal of Social and Clinical Psychology, 26* (9), 1076–1093.