

**HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DAN  
DUKUNGAN KELUARGA DENGAN  
KEBERMAKNAAN HIDUP PADA MAHASISWA  
YANG MENYUSUN SKRIPSI**

**SKRIPSI**

**FADLI HERMAWAN  
1831080275**



**Pogram Studi: Psikologi Islam  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1444 H / 2022 M**

**HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DAN DUKUNGAN  
KELUARGA DENGAN KEBERMAKNAAN HIDUP PADA  
MAHASISWA YANG MENYUSUN SKRIPSI**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-  
syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)  
Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama

Oleh:

**FADLI HERMAWAN**

**1831080275**

**Program Studi: Psikologi Islam**

**Pembimbing 1: Dr. Suhandi, M.Ag**

**Pembimbing 2: Intan Islamia, M.Sc**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1444 H/2022 M**

## ABSTRAK

### **Hubungan antara Kebersyukuran dan Dukungan Keluarga dengan Kebermaknaan Hidup pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi**

Oleh  
**Fadli Hermawan**

Mahasiswa diharuskan untuk mampu menuntaskan tuntutan akademik tanpa terkecuali skripsi sebagai syarat agar dapat menyelesaikan program pendidikan strata satu. Tuntutan tersebut akan sulit tercapai apabila mahasiswa mengalami permasalahan, tidak bahagia, dan sulit memaknai kehidupannya sehingga tidak memiliki kebermaknaan hidup. Kebermaknaan hidup dapat menjadi pendorong mahasiswa yang sedang menyusun skripsi agar beraktifitas dengan bergairah dan penuh semangat hidup sehingga terhindar dari permasalahan psikologis ketika sedang menyusun skripsi. Terdapat beberapa faktor yang memengaruhi kebermaknaan hidup, diantaranya yaitu kebersyukuran dan dukungan keluarga. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dan dukungan keluarga dengan kebermaknaan hidup pada mahasiswa yang menyusun skripsi.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang menyusun skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Teknik sampling yang digunakan *proportional random sampling*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 137 responden. Alat ukur yang digunakan adalah skala kebermaknaan hidup ( $\alpha=0,903$ ), skala kebersyukuran ( $\alpha=0,907$ ), dan skala dukungan keluarga ( $\alpha=0,889$ ). Teknik analisis yang digunakan adalah regresi berganda dengan bantuan *software SPSS 26.0 for windows*.

Hasil analisis data yang diperoleh dari penelitian ini yaitu nilai  $R=0,786$  dan nilai  $F=108,533$  dengan signifikansi  $p<0,01$ . Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kebersyukuran dan dukungan keluarga dengan kebermaknaan hidup pada mahasiswa yang menyusun skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung. Sumbangan efektif variabel kebersyukuran dan dukungan keluarga adalah 61,8%. Hasil analisis data penelitian menunjukkan nilai koefisien korelasi  $(r_{x1-y}) = 0,718$  dan  $p < 0,01$  sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel kebersyukuran memiliki hubungan yang positif signifikan dengan variabel kebermaknaan hidup dengan sumbangan efektif sebesar 35%. Untuk perolehan nilai  $(r_{x2-y}) = 0,679$  dan  $p < 0,01$  menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif signifikan antara variabel dukungan keluarga dengan variabel kebermaknaan hidup, dengan sumbangan efektif sebesar 26,8%.

**Kata Kunci: Kebersyukuran, Dukungan Keluarga, Kebermaknaan hidup**



**KEMENTERIAN AGAMA  
UIN RADEN INTAN LAMPUNG  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

*Alamat: Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721)703278*

**PERSETUJUAN**

Dengan ini diterangkan bahwa Skripsi mahasiswa yang berjudul:

Judul : Hubungan antara Kebersyukuran dan Dukungan  
Keluarga dengan Kebermaknaan Hidup pada  
Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi

Nama : Fadli Hermawan

NPM : 1831080275

Program Studi : Psikologi Islam

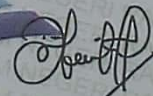
**MENYETUJUI**

Untuk Dimunaqosyahkan dan Dipertahankan dalam Sidang  
Munaqosyah Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama  
Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

**Pembimbing I**

  
**Dr. Sulhandi, M.Ag**  
NIP. 197111171997031003

**Pembimbing II**

  
**Intan Islamia, M.Sc**  
NIP. 199303182018012002

**Mengetahui  
Ketua Program Studi Psikologi Islam**

  
**Drs. M. Nursalim Malay, M.Si**  
NIP. 196301011999031001



**KEMENTERIAN AGAMA  
UIN RADEN INTAN LAMPUNG  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

*Alamat: Jl. Let. Kol. H. Endro Suratnin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721)703278*

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul : “Hubungan antara Kebersyukuran dan Dukungan Keluarga dengan Kebermaknaan Hidup pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi” disusun oleh Fadli Hermawan NPM : 1831080275. Program Studi : Psikologi Islam. Fakultas: Ushuluddin dan Studi Agama, telah dimunaqosyahkan pada hari, tanggal : Kamis, 04 Agustus 2022.

**TIM DEWAN PENGUJI**

Ketua : Agung M. Iqbal, M.Ag

Sekretaris : Angga Natalia, M.Ip

Penguji Utama : Dra. Hj. A. Retnoriani, M.Si Psikolog

Penguji Pendamping I : Dr. Suhandi, M.Ag

Penguji Pendamping II: Intan Islamia, M.Sc

**Dekan  
Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama**



**Dr. Ahmad Isnaeni, MA**  
NIP. 197403302000031001

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Assalamu'alaikum Wr.Wb.,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fadli Hermawan

NPM : 1831080275

Program Studi : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan antara Kebersyukuran dan Dukungan Keluarga dengan Kebermaknaan Hidup pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi” merupakan hasil karya peneliti dan bukan hasil plagiasi hasil karya orang lain. Apabila di kemudian hari ditemukan adanya plagiasi, maka peneliti bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Bandar Lampung, 23 Agustus 2022  
Yang Menyatakan,



Fadli Hermawan  
1831080275

## MOTTO

﴿٥٦﴾ وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ

*“Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan agar mereka beribadah kepada-Ku.” (Q.S. Adz-Dzariyat [51]: 56)*

﴿٧﴾ وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

*“(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.” (Q.S. Ibrahim [14]: 7)*



## PERSEMBAHAN

Yang Utama Dari Segalanya, sembah sujud serta syukur kepada Allah SWT. Taburan cinta dan kasih sayang-Mu telah memberikanku kekuatan, membekaliku dengan ilmu serta memperkenalkanku dengan cinta. Atas karunia serta kemudahan yang Engkau berikan akhirnya skripsi yang sederhana ini dapat terselesaikan. Sholawat dan salam selalu terlimpahkan kepada Rasulullah Muhammad SAW. Segala syukur bagiMu Ya Rabb, karena sudah menghadirkan orang-orang berarti di sekeliling saya. Yang selalu memberi semangat dan doa, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Untuk karya yang sederhana ini, maka saya persembahkan untuk:

1. Ayahku Suandi dan Ibuku Marhaida. Terima kasih atas kasih sayang dan cinta kalian, sehingga aku bisa menjalani perkuliahan dan menyelesaikan skripsi ini, serta berkesempatan merasakan hidup yang bermakna penuh akan keberkahan dan karunia-Nya.
2. Kakaku Febriansyah dan Adikku Ferdian Saputra, Fitri Indah Maharani, dan Fahri Zaki Azizka atas dukungan dan semangat yang telah diberikan sehingga aku bisa menjalani perkuliahan dan menyelesaikan skripsi dengan baik.



## RIWAYAT HIDUP

Nama lengkap peneliti adalah Fadli Hermawan, lahir di Liwa, pada tanggal 22 Februari 2000. Peneliti merupakan anak kedua dari lima bersaudara, putra dari pasangan Bapak Suandi dan Ibu Marhaida. Berikut jenjang pendidikan yang pernah ditempuh peneliti:

1. TK Negeri 1 Balik Bukit, lulus tahun 2006,
2. SD Negeri 1 Way Mengaku, lulus tahun 2012,
3. SMP Negeri 1 Liwa, lulus tahun 2015,
4. SMA Negeri 1 Liwa, lulus tahun 2018.

Kemudian, pada tahun 2018 peneliti terdaftar sebagai mahasiswa program studi S1 Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.



## KATA PENGANTAR

*Bismillahirrahmanirrahim,  
Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,*

*Alhamdulillahirabbil'alamin.* Segala puji bagi Allah SWT., yang telah memberikan keberkahan, kenikmatan, dan karunia yang tak terhingga sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, peneliti menyadari bahwa skripsi yang ditulis ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga kritik dan saran yang membangun sangatlah dibutuhkan untuk kedepannya. Selain itu, terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, dan bimbingan banyak pihak yang juga turut serta dalam memberikan dukungan secara moril maupun materil. Oleh sebab itu, dengan segala hormat peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

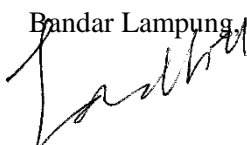
1. Bapak Dr. Ahmad Isaeni, MA selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama.
2. Bapak Drs. M. Nursalim Malay, M.Si selaku Ketua Prodi Psikologi Islam, Dosen pembimbing akademik, yang telah memberikan arahan, dukungan, serta informasi penting dalam hal perkuliahan dan telah menyetujui skripsi saya untuk disidangkan.
3. Ibu Annisa Fitriani, S.Psi, MA selaku Sekretaris Prodi Psikologi Islam yang telah memberikan arahan dan informasi penting dalam perkuliahan tanpa terkecuali perihal skripsi serta membantu mempermudah administrasi yang diperlukan selama penyusunan skripsi hingga pelaksanaan sidang.
4. Bapak Dr. Suhandi, M.Ag selaku Dosen Pembimbing I, dan Ibu Intan Islamia, M.Sc selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktunya untuk mendampingi peneliti, memberi arahan, semangat, dan memperbaiki kekurangan-kekurangan dalam penyusunan skripsi ini dengan penuh kesabaran serta dedikasi yang luar biasa untuk peneliti.
5. Tim Dewan Penguji dalam sidang munaqosyah, Bapak Agung M. Iqbal, M.Ag. selaku Ketua Sidang, Ibu Angga Natalia, M.I.P. selaku Sekretaris Sidang, dan Dra. Hj. A. Retnoriani, M.Si., Psikolog. selaku Penguji Utama yang telah memberikan arahan dan saran dalam penyusunan skripsi.

6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung yang telah memberikan ilmu, pengalaman dan do'a terbaik kepada peneliti selama perkuliahan.
7. Pimpinan dan Karyawan Perpustakaan serta seluruh Civitas Akademika UIN Raden Intan Lampung.
8. Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung yang telah meluangkan waktunya dan bersedia menjadi responden penelitian.
9. Teman-teman Psikologi Islam angkatan 2018, terkhusus teman-teman Psikologi Islam Kelas A, teman-teman seperbimbingan, dan teman-teman KKN Desa Sukarami Liwa atas kebersamaan dan telah menjadi teman yang menyenangkan, juga membantu dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga tali silaturahmi kita tetap terjaga dan kebahagiaan selalu bersama kalian.
10. Sahabat saya Ali Akbar Chaniago, dan Nurwana Putra Pesona atas segala waktu yang telah dihabiskan untuk berdiskusi, berbagi pandangan, serta motivasi dan dukungan yang amat bernilai bagi saya. Semoga kebaikan selalu bersama kalian.
11. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan namanya satu per satu yang telah berperan membantu peneliti baik dalam hal moril maupun materil.

Peneliti berharap kepada Allah SWT semoga apa yang telah mereka berikan dengan segala kemudahan dan keikhlasannya akan menjadi pahala dan amal yang barokah serta mendapat kemudahan dari Allah SWT. *Aamiin Yaa Rabbal 'Alamiin.*

*Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.*

Bandar Lampung, 23 Agustus 2022



Fadli Hermawan  
1831080275

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ii</b>
<b>PERSETUJUAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN</b> .....	<b>v</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>vi</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vii</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Kajian Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>10</b>
A. Kebermaknaan Hidup.....	10
1. Pengertian Kebermaknaan Hidup.....	10
2. Aspek-aspek Kebermaknaan Hidup.....	11
3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Kebermaknaan Hidup ..	12
4. Kebermaknaan Hidup dalam Perspektif Islam.....	13
B. Kebersyukuran.....	17
1. Pengertian Kebersyukuran.....	17
2. Aspek-aspek Kebersyukuran.....	18
C. Dukungan Keluarga.....	19
1. Pengertian Dukungan Keluarga.....	19
2. Aspek-aspek Dukungan Keluarga.....	20
D. Hubungan antara Kebersyukuran dan Dukungan Keluarga dengan Kebermaknaan Hidup.....	20
E. Kerangka Berpikir.....	22
F. Hipotesis.....	23
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	<b>24</b>
A. Identifikasi Variabel.....	24
B. Definisi Operasional.....	24
1. Kebermaknaan Hidup.....	24
2. Kebersyukuran.....	24

3. Dukungan Keluarga .....	25
C. Populasi dan Subjek Penelitian.....	25
1. Populasi .....	25
2. Teknik Sampling .....	26
3. Sampel.....	26
D. Metode Pengumpulan Data.....	27
1. Skala Kebermaknaan Hidup.....	28
2. Skala Kebersyukuran .....	28
3. Skala Dukungan Keluarga.....	29
E. Validitas dan Reliabilitas .....	29
1. Validitas .....	29
2. Reliabilitas.....	30
F. Metode Analisis Data .....	30
<b>BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>31</b>
A. Orientasi Kacah dan Persiapan Penelitian .....	31
1. Orientasi Kacah.....	31
2. Persiapan Penelitian .....	32
3. Pelaksanaan <i>Try Out</i> .....	33
4. Seleksi Aitem dan Reliabilitas Alat Ukur .....	34
5. Penyusunan Skala Penelitian.....	36
B. Pelaksanaan Penelitian.....	37
1. Penentuan Subjek Penelitian .....	37
2. Pelaksanaan Pengumpulan Data.....	37
3. Skoring .....	38
C. Analisis Data Penelitian.....	38
1. Deskripsi Statistik Variabel Penelitian.....	38
2. Kategori Skor Variabel Penelitian.....	39
3. Uji Asumsi .....	42
4. Uji Hipotesis.....	46
5. Sumbangan Efektif Variabel Independen.....	48
D. Pembahasan .....	49
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>54</b>
A. Simpulan.....	54
B. Rekomendasi.....	54
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi Penelitian Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama .....	26
Tabel 2. Sampel Penelitian Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama .....	27
Tabel 3. Blue Print Skala Kebermaknaan Hidup.....	28
Tabel 4. Blue Print Skala Kebersyukuran .....	29
Tabel 5. Blue Print Skala Dukungan Keluarga .....	29
Tabel 6. Hasil Uji Validitas Try Out Skala Kebermaknaan Hidup ....	34
Tabel 7. Hasil Uji Validitas Try Out Skala Kebersyukuran .....	35
Tabel 8. Hasil Uji Validitas Try Out Skala Dukungan Keluarga .....	35
Tabel 9. Distribusi Aitem Skala Kebermaknaan Hidup .....	36
Tabel 10. Distribusi Aitem Skala Kebersyukuran .....	36
Tabel 11. Distribusi Aitem Skala Dukungan Keluarga .....	37
Tabel 12. Deskripsi Data Penelitian .....	38
Tabel 13. Rumus Norma Kategorisasi .....	39
Tabel 14. Kategorisasi Skor Variabel Kebermaknaan Hidup.....	39
Tabel 15. Kategorisasi Skor Variabel Kebersyukuran .....	40
Tabel 16. Kategorisasi Skor Variabel Dukungan Keluarga .....	41
Tabel 17. Hasil Uji Normalitas.....	43
Tabel 18. Hasil Uji Linieritas .....	44
Tabel 19. Hasil Uji Multikolinieritas .....	44
Tabel 20. Hasil Uji Hipotesis Pertama .....	46
Tabel 21. Hasil Uji Hipotesis Kedua dan Ketiga .....	46
Tabel 22. Persamaan Regresi Variabel Y, X1, X2 .....	47
Tabel 23. Sumbangan Efektif Variabel Independen.....	48

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Bagan Hubungan antara Kebersyukuran dan Dukungan Keluarga dengan Kebermaknaan Hidup.....	22
Gambar 2. Diagram Lingkaran Kategorisasi Skor Kebermaknaan Hidup.....	40
Gambar 3. Diagram Lingkaran Kategorisasi Skor Kebersyukuran ....	41
Gambar 4. Diagram Lingkaran Kategorisasi Skor Dukungan Keluarga .....	42
Gambar 5. Scatterlett Plot Heteroskedastisitas .....	45



## DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1. RANCANGAN SKALA PENELITIAN .....	61
LAMPIRAN 2. DISTRIBUSI DATA UJI COBA .....	66
LAMPIRAN 3. VALIDITAS DAN RELIABILITAS .....	74
LAMPIRAN 4. SKALA PENELITIAN .....	78
LAMPIRAN 5. SKALA PENELITIAN BY GOOGLE FORM .....	85
LAMPIRAN 6. TABULASI DATA PENELITIAN .....	91
LAMPIRAN 7. HASIL UJI ASUMSI .....	94
LAMPIRAN 8. HASIL UJI HIPOTESIS.....	97
LAMPIRAN 9. SUMBANGAN EFEKTIF DAN RELATIF .....	100
LAMPIRAN 10. SURAT IZIN PENELITIAN.....	102
LAMPIRAN 11. TURNITIN .....	104





# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Mahasiswa merupakan kelompok sosial yang berkuliah di perguruan tinggi. Salah satu peran mahasiswa adalah sebagai agen perubahan (Hidayat, 2019). Peran tersebut diberikan karena mahasiswa telah diberi bekal selama perkuliahan untuk mampu memiliki kemampuan berpikir logis, konstruktif, serta menguasai perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi. Sehingga wajar jika mahasiswa diharapkan oleh masyarakat agar dapat memberikan pengaruh dan perubahan positif bagi bangsa Indonesia (Cahyani & Akmal, 2017).

Selain itu, mahasiswa diharuskan untuk mampu menuntaskan tuntutan akademik tanpa terkecuali skripsi sebagai syarat agar dapat menyelesaikan program pendidikan strata satu. Idealnya mahasiswa telah mampu memanifestasikan ilmunya selama perkuliahan untuk melakukan penelitian seperti halnya tugas akhir yakni skripsi (Kinansih, 2011). Harapan tersebut tidak dapat tercapai apabila mahasiswa mengalami permasalahan, tidak bahagia dan sulit memaknai kehidupannya sehingga tidak memiliki kebermaknaan hidup (Hidayat, 2019).

Kebermaknaan hidup sangat penting dimiliki oleh tiap mahasiswa, terlebih lagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi (Hidayat, 2019). Hal ini dikarenakan peningkatan kemampuan koping dan emosi positif dipengaruhi oleh kebermaknaan hidup. Pernyataan tersebut berlandaskan temuan Mohseni, Iranpour, Naghibzadeh-Tahami, Kazazi, dan Borhaninejad (2019) bahwa kebermaknaan hidup mampu meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi setiap permasalahannya, sehingga dapat terhindar dari gangguan psikologis seperti stres bahkan depresi.

Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, usianya telah tergolong dalam fase remaja akhir, diharapkan telah mampu menemukan pendirian dan makna hidup (Wardani, 2012). Apabila mahasiswa tersebut memiliki kebermaknaan hidup yang tinggi, hal ini akan berpengaruh positif terhadap hidupnya, termasuk dalam menjalani

perkuliahan dan beradaptasi dengan berbagai permasalahan. Maka dari itu, agar tugas perkembangan tersebut dapat tercapai, mahasiswa yang menyusun skripsi diharapkan mampu untuk memiliki kebermaknaan hidup (Wardani, 2012).

Mahasiswa yang memiliki kebermaknaan dalam hidupnya akan beraktifitas dengan bergairah dan penuh dengan semangat hidup serta terhindar dari kehampaan pada perasaannya (Kurniawan & Widyana, 2013). Kebermaknaan hidup menyumbang dampak yang sangat penting sebagai salah satu pondasi yang meningkatkan kemampuan manusia dalam menjalani kehidupan sehingga berfungsi maksimal. Menurut Steger, Frazier, Oishi, dan Kaler (2006) kebermaknaan hidup merupakan perasaan dan pemahaman seseorang mengenai pentingnya eksistensi dan keberadaan dirinya dalam kehidupan. Fisik yang bugar dan mental yang sehat dapat disebabkan oleh adanya kebermaknaan hidup (Gumilar & Uyun, 2009).

Individu yang belum mampu dalam meraih kebermaknaan hidupnya akan merasakan kehampaan hidup dan kekecewaan, sehingga pada akhirnya akan menyebabkan gangguan perasaan yang cukup berpengaruh negatif terhadap prestasi dan penyesuaian diri (Kurniawan & Widyana, 2013). Lebih lanjut, apabila kehidupan yang dijalani kurang bermakna maka individu akan lebih mudah mengalami psikopatologi, kesehatan menurun, bahkan memicu keinginan untuk bunuh diri. Kebermaknaan hidup yang rendah juga memiliki hubungan yang positif terhadap kecendrungan anomia, neurotis, dan kecemasan pada individu (O'Connor & Chamberlain, 1996).

Penelitian oleh Cao, Fang, Hou, Han, Xu, Dong, dan Zheng (2020) pada Juni 2020 kepada 7.143 partisipan mahasiswa, memaparkan bahwa 21,3% partisipan mengalami kecemasan ringan, 2,7% kecemasan sedang, dan 0,9% kecemasan berat. Kecemasan paling banyak disebabkan karena keterlambatan untuk terlibat dalam kegiatan akademik secara positif. Hal itu disebabkan karena timbulnya demotivasi terkait proses belajar sehingga berakibat pada kurangnya memahami materi perkuliahan.

Cahyani dan Akmal (2017) memaparkan bahwa permasalahan psikologis mahasiswa yang menyusun skripsi tidak hanya bersumber dari tuntutan akademik. Beberapa hal seperti permasalahan finansial, tuntutan keluarga untuk segera lulus, dan keputusan karir antara

mencari pekerjaan atau melanjutkan pendidikan ikut menyumbang beban psikologis bagi mahasiswa yang menyusun skripsi.

Rendahnya kebermaknaan hidup juga ditemukan pada mahasiswa yang menyusun skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Berdasarkan survei pada 26 mahasiswa yang menyusun skripsi Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung pada bulan Januari 2022, ditemukan bahwa mereka merasa terbebani dengan tuntutan akademik, seperti tugas kuliah, dan pengerjaan skripsi. Beberapa hal tersebut berakibat pada kondisi psikis mereka, yakni jenuh, demotivasi, mudah marah, timbulnya perasaan cemas, hingga stres dikarenakan khawatir tidak dapat menyelesaikan tugas akademik dengan baik.

Permasalahan yang mereka rasakan juga berakibat terhadap pola tidur, karena memikirkan tuntutan akademik dan masa depan yang tidak pasti, sehingga berakibat pada kurangnya waktu tidur dan menurunnya kesehatan fisik seperti rambut rontok, sakit kepala, dan mudah lelah. Akibat dari permasalahan itu mereka merasa kurang menikmati aktifitas dalam kehidupannya.

Serangkaian pengalaman serta dampak permasalahan di atas merupakan salah satu pengalaman derita dan memengaruhi berbagai aspek kehidupan, sehingga menimbulkan fenomena yang dikatakan oleh Frankl (2004) sebagai penghayatan hidup tanpa makna (*meaningless*). Keadaan tersebut dapat memicu kehampaan eksistensial yang dimana ketidakpuasan, rasa kecewa dan amarah menjadi lebih dominan dalam kehidupannya sehingga menciptakan hidup yang tanpa makna (Pihasniwati, 2017). Permasalahan mahasiswa di atas juga selaras dengan pernyataan O'Connor dan Chamberlain (1996) bahwa rendahnya kebermaknaan hidup berhubungan dengan psikopatologi.

Al-Qur'an memberitahu kita bahwasanya sebagai manusia, makna hidup manusia adalah untuk beribadah. Eksistensi manusia selama hidup di dunia ini semata-mata untuk beribadah kepada Allah SWT. Pernyataan ini didasarkan dengan Al-Qur'an surat Adz-Dzariyat ayat 56:

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ﴿٥٦﴾

Artinya: “*Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan agar mereka beribadah kepada-Ku.*” (Q.S. Adz-Dzariyat [51]: 56)

Shihab (2002) menafsirkan ayat tersebut bahwa manusia diciptakan Allah SWT adalah untuk merendahkan diri, tunduk kepada-Nya, menyembah-Nya. Hal itu secara bersamaan mengikat setiap makhluk hidup termasuk manusia untuk patuh dan taat terhadap peraturan Allah SWT yaitu menjalankan kewajiban-Nya dan tidak melakukan segala hal yang dilarang-Nya, sehingga ayat tersebut juga merupakan perintah sekaligus pengingat kepada manusia untuk beribadah kepada Allah SWT.

Kebermaknaan hidup sangat berhubungan erat dengan spiritualitas individu (Putri, 2020). Secara spiritual, rasa syukur adalah salah satu cara manusia dalam mengingat penciptanya yakni Allah SWT, yang telah memberikan karunianya dan segala bentuk nikmat kepada hamba-Nya. Rasa syukur inilah yang akan membantu seseorang dalam menemukan makna hidup, karena dengan bersyukur akan menciptakan sikap berserah dan meningkatkan ketakwaan dalam mengikuti ajaran-Nya (Gumilar & Uyun, 2009). Kebersyukuran akan dapat meningkatkan kebermaknaan hidup individu (Bastaman, 2007).

Orang yang bersyukur memiliki cara pandang dimana kehidupan yang dijalani dan setiap hal yang dimiliki adalah anugerah. Orang yang bersyukur memiliki tingkat emosi positif yang lebih tinggi sehingga memiliki kepuasan hidup yang lebih besar (McCullough, Emmons, & Tsang 2002). Sejalan dengan pernyataan tersebut, Watkins, Woodward, Stone, dan Kolts (2003) mengatakan bahwa kebersyukuran merupakan kemampuan untuk mengapresiasi kehidupannya dan menghargai orang lain atas kesejahteraan yang ada pada hidupnya sehingga menciptakan kepuasan dan kebahagiaan tanpa merasa kurang akan kehidupannya. Adapun aspek dari kebersyukuran adalah perasaan menghargai, perasaan positif mengenai kehidupan, dan ekspresi bersyukur (Wulandari, 2018).

Selain kebersyukuran, dukungan keluarga juga merupakan faktor penting lainnya yang memengaruhi tingkat kebermaknaan hidup. Menurut Bastaman (2007) kehidupan yang bermakna berkorelasi dengan suatu hubungan intensif dan menyeluruh antara individu dengan orang lain. Hubungan yang dimaksud ditandai dengan keakraban dan sikap ramah serta kesediaan untuk saling menerima, memahami dan menghargai sepenuhnya antara satu sama lain.

Dukungan keluarga memiliki dampak positif terhadap psikis seseorang dikarenakan kebutuhan seseorang akan perhatian, harga diri, dan cinta akan terpenuhi melalui dukungan yang diberikan keluarga, sehingga hal tersebut akan berhubungan terhadap meningkatnya kebermaknaan hidup (Bastaman, 2007). Selain itu, menurut Husin, Kurniawan, Rasyidin, dan Islamia (2019) individu akan lebih terbantu dalam menyelesaikan permasalahan hidupnya ketika mendapatkan dukungan dan kepedulian dari keluarga.

Hal ini pun berlaku pada mahasiswa yang menyusun skripsi, selain diperlukan faktor internal, juga dibutuhkan dukungan keluarga sebagai faktor eksternal dalam membentuk kebermaknaan hidup. Keluarga merupakan kelompok yang memegang kendali utama sekaligus memberikan pengaruh paling pertama bagi tiap Individu (Reiss dalam Islamia, Sunarti, & Hernawati 2019). Dukungan keluarga yang merupakan bagian dari dimensi sosial merupakan salah satu penyebab individu dapat menghayati kebermaknaan hidupnya (Bastaman, 1996). Pernyataan tersebut, sejalan dengan hasil penelitian Hidayat (2019) yang menyimpulkan bahwa kebermaknaan hidup mahasiswa semester akhir bersumber dari agama, interaksi sosial, keluarga, momen baru, cinta, emosi dan tantangan.

Penelitian sebelumnya tentang kebermaknaan hidup menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan keluarga dengan kebermaknaan hidup, seperti penelitian oleh Kokom dan Edwina (2020) yang memperoleh hasil data bahwa ada hubungan positif antara dukungan keluarga dan kebermaknaan hidup.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara kebersyukuran dan dukungan keluarga dengan kebermaknaan hidup pada mahasiswa yang menyusun skripsi di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

## **B. Rumusan Masalah**

Bersumber pada uraian di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah ada hubungan antara kebersyukuran dan dukungan keluarga dengan kebermaknaan hidup pada mahasiswa yang menyusun skripsi?

2. Apakah ada hubungan antara kebersyukuran dengan kebermaknaan hidup pada mahasiswa yang menyusun skripsi?
3. Apakah ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kebermaknaan hidup pada mahasiswa yang menyusun skripsi?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan pada rumusan masalah yang telah disusun di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dan dukungan keluarga dengan kebermaknaan hidup pada mahasiswa yang menyusun skripsi.
2. Untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dengan kebermaknaan hidup pada mahasiswa yang menyusun skripsi.
3. Untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan kebermaknaan hidup pada mahasiswa yang menyusun skripsi.

### **D. Manfaat Penelitian**

Berlandaskan pada tujuan penelitian di atas, adapun manfaat dari penelitian ini yaitu:

#### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan pengetahuan dalam bidang psikologi khususnya pada bidang psikologi pendidikan, psikologi perkembangan dan psikologi positif.

#### **2. Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi Mahasiswa**

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan motivasi mahasiswa untuk menjalani aktifitas sehari-hari dengan kegiatan positif seperti beribadah sebagai bentuk rasa syukur, dan juga berinteraksi secara intensif dengan keluarga. Aktifitas tersebut tentu bermanfaat dan berkorelasi dengan peningkatan kebermaknaan hidup sehingga mahasiswa mampu memaknai kehidupan dengan baik dan positif.

b. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi Institusi terkait dalam pembentukan program-program dan regulasi yang mendukung seperti seminar, pelatihan, *workshop* dan sejenisnya. Program-program ataupun regulasi yang dimaksud dilaksanakan guna membentuk karakter mahasiswa yang bersyukur, cinta keluarga dan memiliki makna hidup positif.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai rujukan serta pertimbangan jika dilakukan penelitian selanjutnya mengenai kebersyukuran, dukungan keluarga dan kebermaknaan hidup, untuk menciptakan kebaruan dalam penelitian.

### **E. Kajian Penelitian Terdahulu Yang Relevan**

Terdapat beberapa penelitian terdahulu mengenai topik kebermaknaan hidup, diantaranya:

1. Delinda (2018) melakukan penelitian mengenai perilaku prososial dan kebermaknaan hidup pada mahasiswa dengan responden 105 Mahasiswa Jurusan Psikologi Universitas Islam Indonesia angkatan 2016 dan 2017. Penelitian ini menggunakan alat ukur *Meaning in Life Questionnaire*, dan Skala Perilaku Prososial. Analisis data menggunakan teknik korelasi *Spearman Rho*. Hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara perilaku prososial dan kebermaknaan hidup pada mahasiswa.
2. Penelitian tentang hubungan antara kebersyukuran dengan kebermaknaan hidup pada guru honorer oleh Miftahurrahman (2018) yang melibatkan guru honorer rentang usia 20-52 tahun sejumlah 100 responden. Alat ukur yang digunakan adalah Skala Kebermaknaan Hidup dan Skala Kebersyukuran. Teknik analisis data menggunakan analisa korelasi *product moment* dari *Pearson* pada *SPSS 22 for windows*. Hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa ada hubungan antara kebersyukuran dengan kebermaknaan hidup pada guru honorer.

3. Penelitian tentang dukungan keluarga dan kebermaknaan hidup pada lansia di Desa Kemandungan oleh Kokom dan Edwina (2020). Jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 65 lansia dengan kriteria usia  $> 60$  (enam puluh tahun keatas) yang memiliki keluarga diantaranya suami, istri, saudara kandung, anak dan cucu, baik tinggal satu rumah maupun terpisah. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan Skala Kebermaknaan Hidup dan Skala Dukungan Keluarga. Metode analisis data yang digunakan adalah analisis Korelasi *Product Moment Pearson*. Hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa ada hubungan positif antara dukungan sosial keluarga dengan kebermaknaan hidup.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Manihuruk dan Zuraida (2020) tentang hubungan antara dukungan keluarga dengan kebermaknaan hidup pada pasien pusat rehabilitasi narkoba Sibolangit dan LRPPN BI Medan. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 30 orang yang merupakan pasien pusat rehabilitasi narkoba Sibolangit Center dan pusat rehabilitasi narkoba LRPPN Bi Medan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan skala berupa angket, yaitu Skala Dukungan Keluarga dan Skala Kebermaknaan Hidup. Analisis data dengan metode statistik korelasi *product moment* dengan bantuan program *spss 25 for windows*. Hasil penelitiannya menyatakan terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial keluarga dengan kebermaknaan hidup.
5. Penelitian yang dilakukan oleh Hidayat (2019) tentang kebermaknaan hidup pada mahasiswa semester akhir dengan subjek penelitian adalah 65 mahasiswa semester akhir di Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan metode dan pendekatan kualitatif dengan angket terbuka sebagai metode pengumpulan datanya. Hasil penelitian ini adalah kebermaknaan hidup mahasiswa akhir bersumber dari agama sebagai faktor memaknai keagungan Tuhan dan kebersyukuran, interaksi sosial di keluarga maupun dengan lingkungan yang dirasakan ketika membantu orang lain dan membanggakan keluarga.



Berdasarkan pemaparan tersebut, maka penelitian ini dengan penelitian sebelumnya memiliki kesamaan yaitu pada variabel kebermaknaan hidup sebagai variabel terikat. Adapun perbedaannya dengan penelitian ini, terletak pada variabel bebas yang digunakan yaitu kebersyukuran dan dukungan keluarga. Penelitian sebelumnya belum ada yang spesifik meneliti kebermaknaan hidup dengan dua variabel bebas yakni kebersyukuran dan dukungan keluarga. Oleh karena itu, selain sebagai nilai kebaruan dalam penelitian ilmu psikologi, peneliti juga ingin mengetahui apakah dua variabel bebas yang digunakan memiliki hubungan dengan kebermaknaan hidup.



## **BAB V PENUTUP**

### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti laksanakan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kebersyukuran dan dukungan keluarga dengan kebermaknaan hidup pada mahasiswa yang menyusun skripsi. Hasil penelitian dapat dilihat dari nilai  $R = 0,786$  dan nilai  $F = 108,533$  dengan signifikansi  $p < 0,01$ . Sumbangan efektif variabel kebersyukuran dan dukungan keluarga adalah 61,8%, dan sisanya yaitu 38,2% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor kebermaknaan hidup atau variabel di luar penelitian.
2. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kebersyukuran dengan kebermaknaan hidup mahasiswa yang menyusun skripsi. Sumbangan efektif variabel kebersyukuran terhadap kebermaknaan hidup adalah sebesar 35%.
3. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan keluarga dengan kebermaknaan hidup mahasiswa yang menyusun skripsi. Sumbangan efektif variabel dukungan keluarga terhadap kebermaknaan hidup adalah sebesar 26,8%.

### **B. Rekomendasi**

Berikut merupakan rekomendasi yang dapat peneliti sampaikan dalam penelitian ini:

#### 1. Bagi Mahasiswa

Bagi mahasiswa diharapkan untuk mengembangkan rasa kebersyukurannya dapat dilakukan dengan cara mengapresiasi kehidupan yang dijalani dan juga berbuat kebaikan terhadap orang lain. Selain itu, mahasiswa diharapkan juga untuk sebaik mungkin dapat menjalin hubungan yang baik dengan keluarga. Hal tersebut diperlukan guna meningkatkan kebermaknaan hidup pada diri mahasiswa terutama pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

## 2. Bagi Institusi

Bagi Pihak Institusi diharapkan dapat lebih aktif dalam memerhatikan hal-hal yang berhubungan dengan kebersyukuran dan kebermaknaan hidup mahasiswa UIN Raden Intan Lampung. Hal tersebut dapat diwujudkan dengan memberikan dukungan serta pelatihan dalam bentuk seminar atau kampanye guna meningkatkan kebermaknaan hidup pada mahasiswa terutama mahasiswa yang menyusun skripsi.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian mengenai kebermaknaan hidup, diharapkan dapat menelaah lebih lanjut dengan menggunakan variabel-variabel lain seperti inteligensi, spiritual, humor dan juga variabel lainnya dari faktor kebermaknaan hidup. Hal tersebut dapat berguna untuk mengembangkan literatur dan riset mengenai kebermaknaan hidup terutama pada mahasiswa yang menyusun skripsi.



## DAFTAR PUSTAKA

- Ancok, D. (2006). *Logoterapi terapi psikologi melalui pemaknaan eksistensi* (Edisi 2). Yogyakarta: Kreasi Wacana Yogyakarta.
- Arikunto. (2002). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2019a). *Penyusunan skala psikologi* (Edisi 2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2019b). *Reliabilitas dan validitas* (Edisi 4). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bastaman, H. . (1996). *Meraih hidup bermakna: Kisah pribadi dengan pengalaman tragis*. Jakarta: Paramadina.
- Bastaman, H. . (2007). *Logoterapi: Psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*. Yogyakarta: Raja Grafindo Persada.
- Cahyani, Y. E., & Akmal, S. Z. (2017). Peranan spiritualitas terhadap resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Psikoislamedia*, 2(1), 32–41.
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the covid-19 epidemic on collage students in china. *Psychiatry Research*, 287.
- Cohen, S., & Syme, S. L. (1985). *Social support and health*. Orlando, FL: Academic Press.
- Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20(2), 200–207.
- Delinda, D. T. (2018). Perilaku prososial dan kebermaknaan hidup pada mahasiswa jurusan psikologi universitas islam indonesia. *Skripsi*. Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia
- Fitzgerald, P. (1998). Gratitude and justice. *Ethics*, 109(1), 119–253.
- Frankl, V. E. (2004). *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy*. Boston: Bacon Press Book.
- Gottlieb, B. H., & Bergen, A. E. (2010). Social support concepts and measures. *Journal of Psychosomatic Research*, 69(5), 511–520. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2009.10.001>
- Gumilar, F. U., & Uyun, Q. (2009). Kebersyukuran dan kebermaknaan hidup pada mahasiswa. *Psikologika*, 14(1), 65–70.
- Hamdani, R. (2014). Kebermaknaan hidup pada korban tindak kekerasan dalam rumah tangga. *Skripsi*. Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

- Hidayat, V. (2019). Kebermaknaan hidup pada mahasiswa semester akhir. *Jurnal Psikologi Integratif*, 6(2), 141. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v6i2.1491>
- Husin, L. S., Kurniawan, M. I., Rasyidin, Y., & Islamia, I. (2019). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan perilaku agresif pada santri pondok pesantren. *Anfusina: Journal Of Psychology*, 2(2), 207–216.
- Islamia, I., Sunarti, E., & Hernawati, N. (2019). Tekanan psikologis dan kesejahteraan subjektif keluarga di wilayah pedesaan dan perkotaan. *Anfusina: Journal Of Psychology*, 2(1), 91–100.
- Kaniasty, K. (2012). Predicting social psychological well-Being following trauma: The role of postdisaster social support. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 4(1), 22–33. <https://doi.org/10.1037/a0021412>
- Kinansih. (2011). *Skripsi kelar dalam 30 hari*. Klaten: Galmas Publisher.
- Kokom, & Edwina, T. N. (2020). Dukungan sosial keluarga dan kebermaknaan hidup pada lansia di desa kebandungan. *Jurnal Psikologi Talenta*, 5(2).
- Krause, N. (2006). Gratitude toward god, health, and stress in late life. *Research in Aging*, 28(2), 163.
- Kurniawan, W., & Widyana, R. (2013). Pengaruh pelatihan dzikir terhadap peningkatan kebermaknaan hidup pada mahasiswa. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 5(2), 67–88. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol5.iss2.art5>
- Lestari, S. (2016). *Psikologi keluarga: Penanaman nilai dan penanaman konflik dalam keluarga*. Jakarta: Prenada Media.
- Listiyandini, R. A., Nathania, A., Dessy, S., Sonia, L., & Nadya, R. (2015). Mengukur rasa syukur: Pengembangan model awal skala bersyukur versi indonesia. *Jurnal Psikologi Ulayat: Indonesian Journal of Indigenous Psychology*, 2(2), 473–496.
- Manihuruk, E., & Zuraida. (2020). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kebermaknaan hidup pada pasien pusat rehabilitasi narkoba sibolangit center dan Irppn bi medan. *Jurnal Mahasiswa Fakultas Psikologi*, 1(1), 114–126.
- Mccullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. (2002). *The grateful disposition: A conceptual and empirical topography*. 82(1), 112–127. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.82.1.112>
- Miftahurrahman. (2018). Hubungan antara kebersyukuran dengan kebermaknaan hidup pada guru honorer. *Skripsi*. Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya UII Yogyakarta
- Mohseni, M., Iranpour, A., Naghibzadeh-tahami, A., Kazazi, L., &

- Borhaninejad, V. (2019). The relationship between meaning in life and resilience in older adults: A cross-sectional study. *Health Psychology Report*, 7(2), 133–138.
- O'Connor, K., & Chamberlain, K. (1996). Dimensions of life meaning: A qualitative investigation at mid-life. *British Journal of Psychology*, 87(3), 461–477.
- O'Connor, T. G., Hetherington, E. M., & Reiss, D. (1998). Family systems and adolescent development : Shared and nonshared risk and protective factors in nondivorced and remarried families. *Development and Psychopathology*, 10(2), 353–375.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York: Oxford University.
- Pihasniwati. (2017). Pelatihan penghayatan al- qur'an untuk meningkatkan kebermaknaan hidup bagi mahasiswa dengan orang tua bercerai. *Jurnal Psikologi Integratif*, 5(2), 94–101.
- Putri, O. R. (2020). Hubungan antara spiritualitas dengan kebermaknaan hidup pada remaja di panti asuhan budi mulya sukarama bandarlampung. *Skripsi*. Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2012). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (7th ed.). New Jersey: John Wiley & Sons.
- Schultz, D. (2015). *Theories of personality*. Yogyakarta: Kanisius.
- Shihab, M. Q. (2002). *Tafsir al-mishbah: Pesan, kesan dan keserasian al-qur'an*. Jakarta: Lentera Hati.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80–93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Sudaryono. (2017). *Metode Penelitian: Kuantitatif, kualitatif, dan mix method* (Edisi 2). Depok: PT RajaGrafindo Persada.
- Sugiyono. (2015). *Statiska untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Wardani, I. R. K. (2012). Hubungan cita rasa humor (sense of humor) dengan kebermaknaan hidup pada remaja akhir (mahasiswa). *Jurnal Sosiohumaniora*, 3(3), 78–88.
- Watkins, P. C., Woodward, K., Stone, T., & Kolts, R. L. (2003). Gratitude and happiness: Development of a measure of gratitude, and relationships with subjective well-being. *Social Behavior and Personality*, 31(5), 431–452.
- Wicaksono, F. S. (2019). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan penyesuaian diri pada siswa smk pelita nusantara 2

- semarang. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Semarang
- Wood, A. M., Maltby, J., Gillet, R., Linley, P. A., & Joseph, S. (2008). The role of gratitude in the development of social support, stress, and depression: Two longitudinal studies. *Journal of Research in Personality, 42*, 854–871.
- Wulandari, P. A. (2018). Kebersyukuran pada warga prasejahtera program desaku menanti kota malang. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang
- Yulianti, I., & Cahyani, R. (2019). Hubungan kebermaknaan hidup dan keteraturan melaksanakan sholat dengan psychological well-being pada mahasiswa. *Anfusina: Journal Of Psychology, 2*(2), 169–180.
- Yusuf, S. (2010). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Jakarta: PT Remaja Rosdakarya.

