

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

Pada bab ini peneliti memaparkan data penelitian yang didapat melalui kuesioner yang dibagikan peneliti kepada para responden, yakni para guru PAUD/TK di Desa Danau Panggang. Data yang terkumpul kemudian diolah serta dianalisis untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian ini, dengan mengkaji serta mengidentifikasi apakah ada Kontribusi Kebersyukuran terhadap Kesejahteraan Psikologis pada guru PAUD/TK di Desa Danau Panggang, serta mengetahui seberapa besar Kontribusi Kebersyukuran terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Guru PAUD/TK di Desa Danau Panggang .

##### 1. Gambaran umum lokasi penelitian

Penelitian ini dilakukan di enam sekolah PAUD ataupun TK di Desa Danau Panggang, yakni di TK Pertiwi, PAUD Al-Ikhlas, PAUD Intan, PAUD Bunda, PAUD Al-Hikmah, dan PAUD Al-Zahra. Yang masing-masing sekolah memiliki jumlah guru yang berbeda-beda, ada yang 7 orang guru, ada yang 6 orang guru, dan ada yang cuman 4 orang guru saja.

TABEL 4. 1 PEMBAGIAN JUMLAH GURU BERDASARKAN SEKOLAH

No	Nama Sekolah	Jumlah Guru
1	TK Pertiwi	7
2	PAUD Al-Ikhlas	6

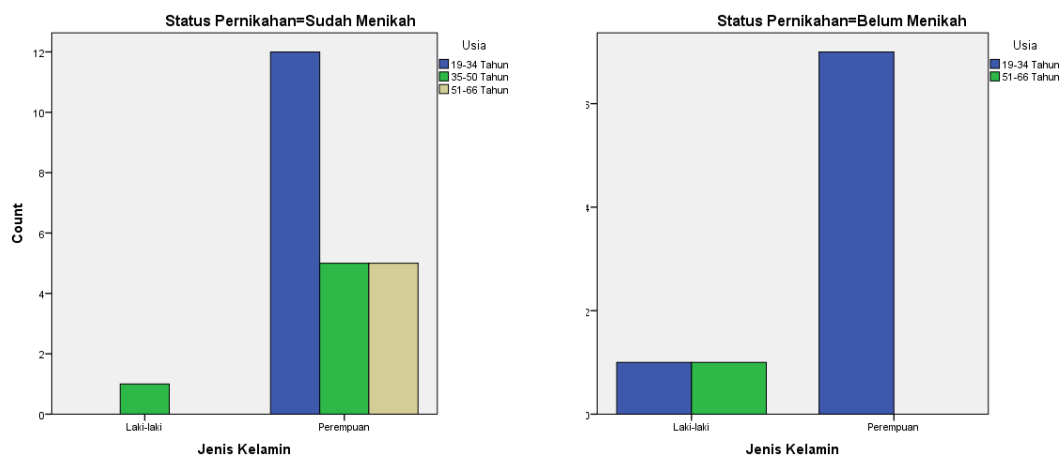
No	Nama Sekolah	Jumlah Guru
3	PAUD Intan	4
4	PAUD Bunda	6
5	PAUD Al-Hikmah	5
6	PAUD Al-Zahra	4
<b>Total</b>		32

## 2. Gambaran umum responden penelitian

Responden dalam penelitian ini ialah guru-guru yang mengajar di sekolah PAUD/TK di Danau Panggang, yang dalam penelitian ini terbagi menjadi 6 buah sekolah. Dengan jumlah keseluruhan gurunya ialah sebanyak 32 orang guru. Adapun deskripsi atau gambaran umum responden terkait jenis kelamin, usia, pendidikan terakhir, status pernikahan, dan lama bekerja dalam penelitian ini ialah sebagai berikut:

TABEL 4. 2 CROSSTABS JENIS KELAMIN, STATUS PERNIKAHAN DAN RENTANG USIA

Status Pernikahan				Usia			Total
				19-34 Tahun	35-50 Tahun	51-66 Tahun	
Sudah Menikah	Jenis Kelamin	Laki-laki	0	1	0	1	
		Perempuan	12	5	5	22	
	Total		12	6	5	23	
Belum Menikah	Jenis Kelamin	Laki-laki	1		1	2	
		Perempuan	7		0	7	
	Total		8		1	9	
Total	Jenis Kelamin	Laki-laki	1	1	1	3	
		Perempuan	19	5	5	29	
	Total		20	6	6	32	



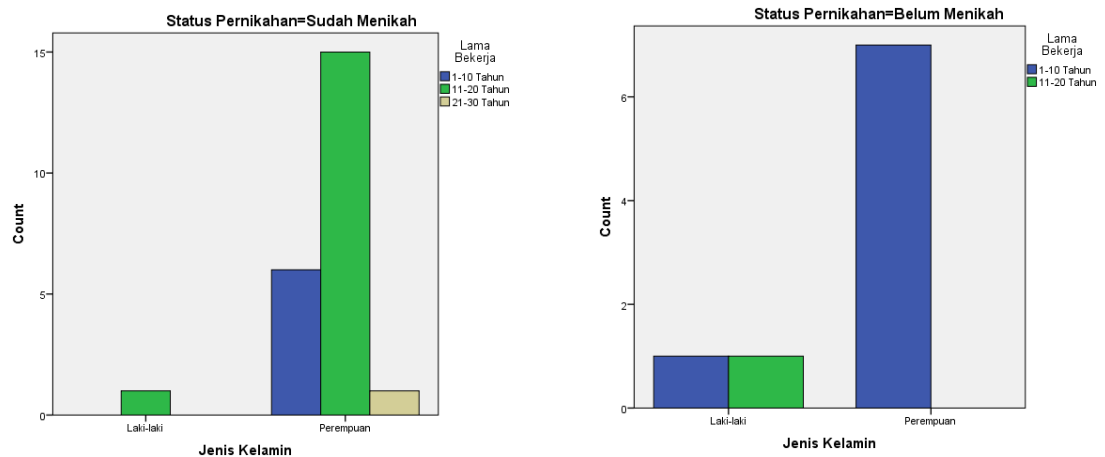
Gambar 4. 1 Chart Jenis Kelamin, dan Usia berdasarkan Status Pernikahan

Dari tabel di atas diketahui bahwa responden laki-laki yang sudah menikah hanya terdapat 1 orang saja, direntang usia 35-50 tahun, sedangkan untuk perempuan yang sudah menikah terdapat total 22 orang, yang terbagi di tiga rentang usia, di rentang usia 19-34 tahun, 12 orang, di 35-50 tahun, 5 orang, dan di 51-66 tahun, juga sama berjumlah 5 orang.

Sedangkan untuk responden yang belum menikah diketahui terdapat 2 orang laki-laki yang belum menikah, yang berada di rentang usia 19-34 tahun, dan 51-66 tahun. Adapun untuk perempuan, terdapat 7 orang responden yang belum menikah, yakni di rentang usia 19-34 tahun.

Tabel 4. 3 Crosstabs Jenis kelamin, status pernikahan dan lama bekerja

Status Pernikahan			Lama Bekerja			Total
			1-10 Tahun	11-20 Tahun	21-30 Tahun	
Sudah Menikah	Jenis Kelamin	Laki-laki	0	1	0	1
		Perempuan	6	15	1	22
		Total	6	16	1	23
Belum Menikah	Jenis Kelamin	Laki-laki	1	1		2
		Perempuan	7	0		7
		Total	8	1		9
Total	Jenis Kelamin	Laki-laki	1	2	0	3
		Perempuan	13	15	1	29
		Total	14	17	1	32



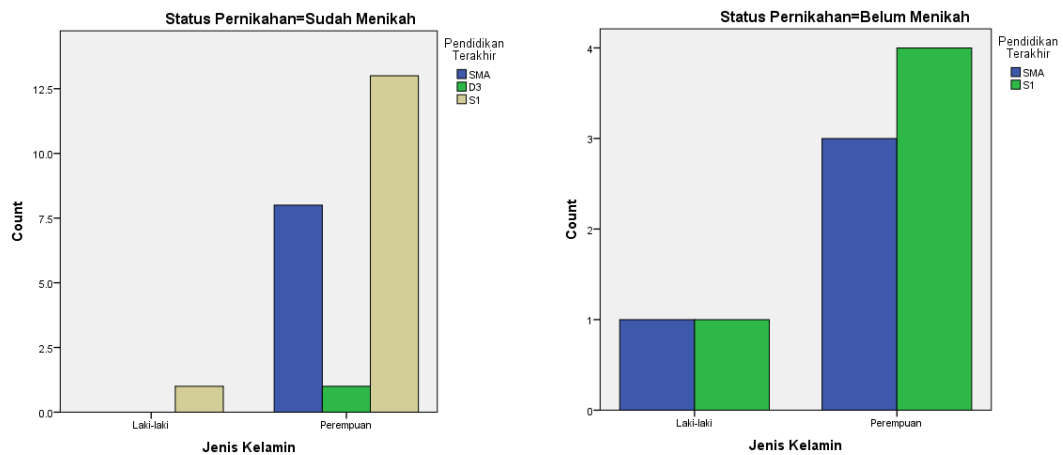
Gambar 4. 2 Chart Jenis Kelamin dan Lama Bekerja, Berdasarkan Status Pernikahan

Dari tabel di atas diketahui bahwa responden laki-laki yang sudah menikah hanya terdapat 1 orang saja, yang bekerja menjadi guru selama 11-20 tahun, adapun untuk responden perempuannya yang sudah menikah, terdapat total 22 orang, yang terbagi menjadi 3 rentang lamanya mengajar, yakni antara masa kerja 1-10 tahun, ada 6 orang, pada 11-20 tahun, ada 15 orang, dan yang paling lama 21-30 tahun, ada 1 orang.

Sedangkan untuk responden yang belum menikah diketahui juga 2 orang laki-laki yang belum menikah, yang pada masa kerja antara 1-10 tahun, 1 orang dan pada masa kerja 11-20 tahun, 1 orang. Adapun untuk perempuan, terdapat 7 orang perempuan yang belum menikah, pada masa kerja 1-10 tahun.

TABEL 4. 4 CROSSTAB JENIS KELAMIN, STATUS PERNIKAHAN DAN PENDIDIKAN TERAKHIR

Status Pernikahan			Pendidikan Terakhir			Total
			SMA	D3	S1	
Sudah Menikah	Jenis Kelamin	Laki-laki	0	0	1	1
		Perempuan	8	1	13	22
	Total		8	1	14	23
Belum Menikah	Jenis Kelamin	Laki-laki	1		1	2
		Perempuan	3		4	7
	Total		4		5	9
Total	Jenis Kelamin	Laki-laki	1	0	2	3
		Perempuan	11	1	17	29
Total					12	1 19 32



Gambar 4. 3 Chart Jenis Kelamin dan Pendidikan Terakhir, berdasarkan Status Pernikahan

Dari tabel di atas diketahui bahwa responden laki-laki yang sudah menikah hanya terdapat 1 orang saja, yang menempuh jejang pendidikan S1, adapun untuk responden perempuannya yang sudah menikah, terdapat total 23 orang, yang terbagi menjadi 3 rentang pendidikan terakhir, pada tingkatan SMA 8 orang, pada D3 1 orang, dan pada S1 14 orang.

Sedangkan untuk responden yang belum menikah diketahui juga 2 orang laki-laki yang belum menikah, yang berada di tingkat pendidikan akhir SMA 1

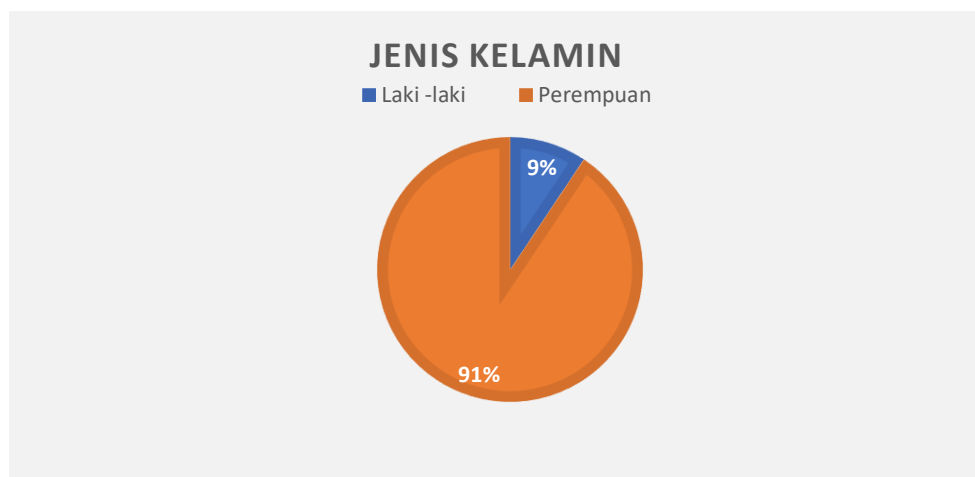
orang dan pada S1 1 orang. Adapun untuk perempuan, terdapat 7 yakni dari lulusan SMA terdapat 3 orang, dan pada lulusan S1 terdapat 4 orang.

Jika di lihat berdasarkan masing-masing kategori ialah sebagai berikut:

**TABEL 4. 5 DATA STATISTIK RESPONDEN PENELITIAN BERDASARKAN JENIS KELAMIN**

<b>Jenis kelamin</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
Laki- laki	3	9%
Perempuan	29	91%
Total	32	100%

Dari tabel 4.5 tersebut diketahui responden yang berjumlah laki-laki sebanyak 3 orang, sedangkan untuk responden perempuannya sebanyak 29 orang. Jadi dapat disimpulkan jumlah responden pada penelitian ini di dominasi oleh perempuan.

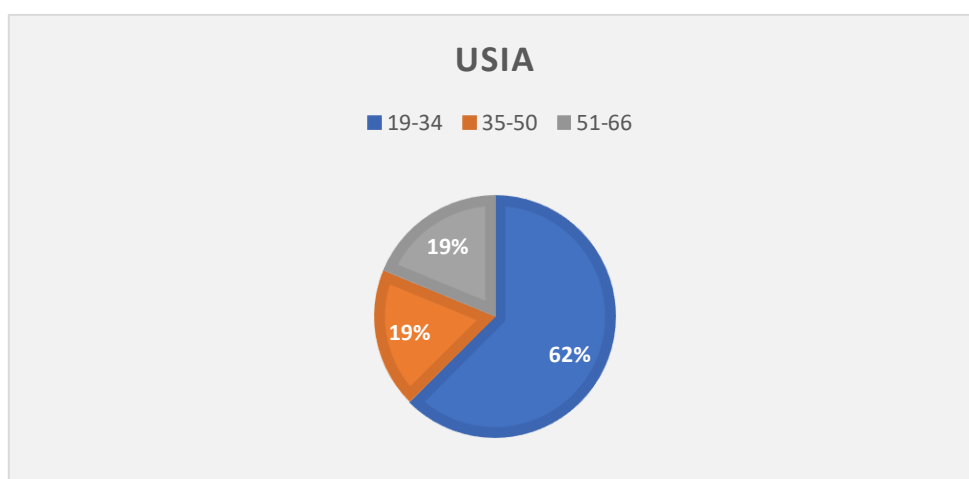


Gambar 4. 4 Diagram jenis kelamin

TABEL 4. 6 DATA STATISTIK RESPONDEN PENELITIAN BERDASARKAN USIA

Usia	Frekuensi	Persentase
19-34 Tahun	20	63%
35-50 Tahun	6	19%
51-66 Tahun	6	19%
Total	32	100%

Dari tabel 4.6 diketahui bahwa responden dalam penelitian ini didominasi oleh responden yang usianya rata-rata kisaran 19-34 tahun.

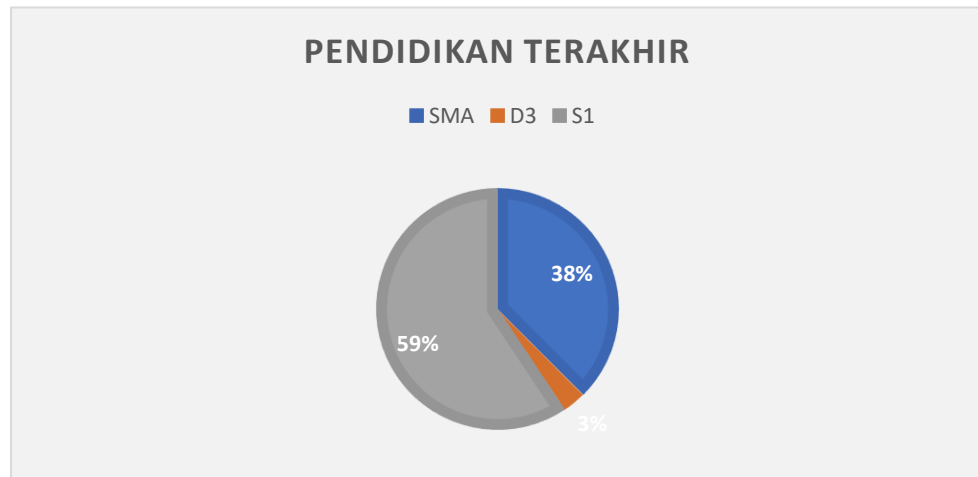


Gambar 4. 5 Diagram usia

TABEL 4. 7 DATA STATISTIK RESPONDEN BERDASARKAN PENDIDIKAN TERAKHIR

Pendidikan Terakhir	Frekuensi	Persentase
SMA	12	38%
D3	1	3%
S1	19	59%
Total	32	100%

Berdasarkan tabel 4.7 diketahui juga bahwa responden dalam penelitian ini didominasi oleh para guru-guru yang berlatar belakang pendidikan S1.

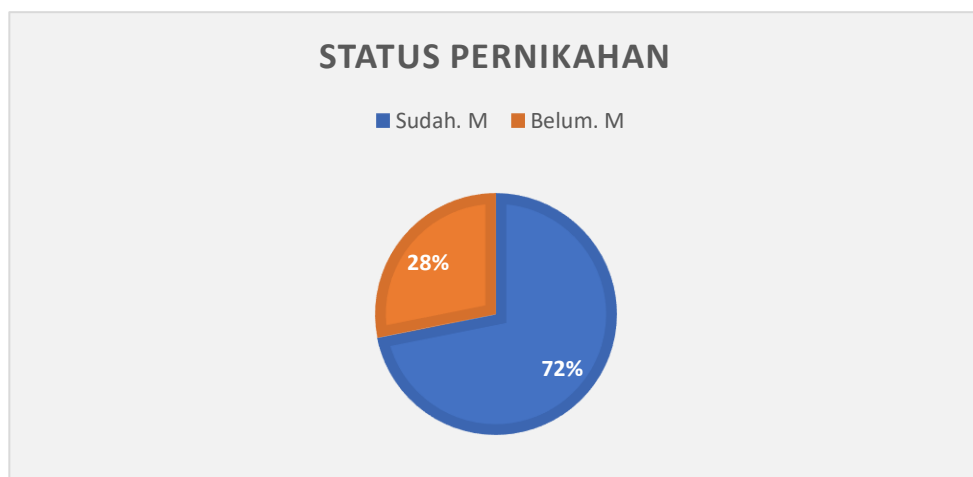


Gambar 4. 6 Diagram tingkat pendidikan akhir

**TABEL 4. 8 DATA STATISTIK RESPONDEN PENELITIAN BERDASARKAN STATUS PERNIKAHAN**

<b>Pernikahan</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
Sudah menikah	23	72%
Belum menikah	9	28%
Total	32	100%

Berdasarkan tabel 4.8 diketahui bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini, ialah di dominasi oleh responden yang sudah menikah



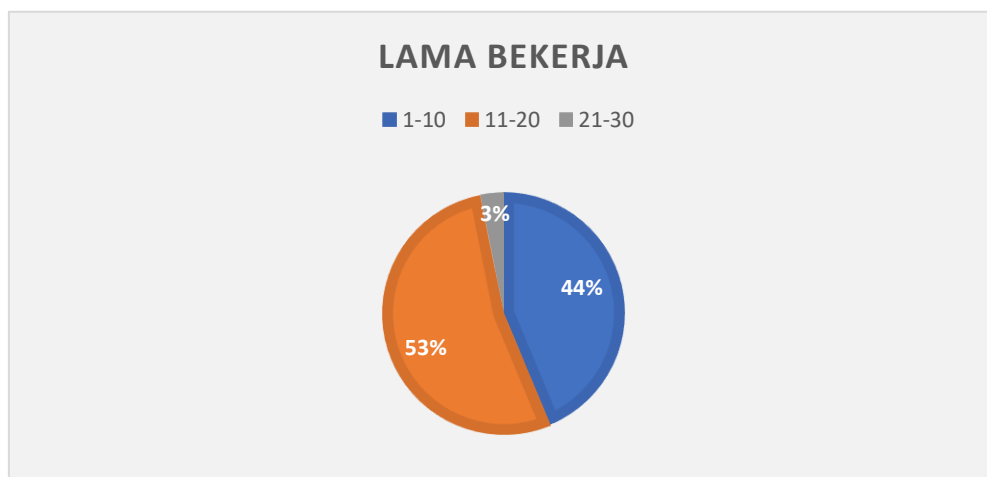
Gambar 4. 7 Diagram status pernikahan



TABEL 4. 9 DATA STATISTIK RESPONDEN PENELITIAN BERDASARKAN LAMA BERKERJA

Lama Bekerja	Frekuensi	Persentase
1-10 Tahun	14	44%
11-20 Tahun	17	53%
21-30 Tahun	1	3%
Total	32	100%

Berdasarkan tabel 4.9 diketahui bahwa rata-rata responden dalam penelitian kali ini di dominasi oleh responden guru-guru yang sudah mengajar selama 11-20 tahun.



Gambar 4. 8 Diagram lama bekerja

## B. Hasil uji instrumen

Untuk mendapatkan hasil uji instrumen, peneliti melakukan uji *tryout* penelitian terlebih dahulu, di tiga sekolah PAUD/TK di Banjarmasin, yakni di PAUD Tarbiyatul Athfal yang berjumlah 20 orang, di TK Kemala Bhayangkari berjumlah 5 orang, dan di TK Ikal Bulog, yang berjumlah 5 orang, jadi jumlah keseluruhan responden *tryout* berjumlah 30 orang responden. Adapun alasan

pemilihan sampel *tryout* tersebut dikarenakan memiliki kemiripan karakteristik sampel, dengan target sampel sebenarnya, yakni guru yang mengajar di PAUD/TK.

Akan tetapi sebelum uji *tryout* dilakukan, peneliti sudah melakukan uji *Professional Judgement* Skala dengan tiga dosen Psikologi, yakni dengan Bapak Musfichin, M. A, Ibu Dra. Mulyani, M. Ag, dan Ibu Yulia Hairina, M. Psi. Psikolog. Untuk memastikan skala yang digunakan peneliti untuk penelitian tentang Kebersyukuran dan Kesejahteraan Psikologis sudah sesuai.

### 1. Uji Validitas

Untuk mengetahui valid atau tidaknya suatu item penelitian. Maka dilakukan dulu proses uji validitas, dan untuk melakukan pengujian ini peneliti menggunakan Software *Statistical Package for Social Science* atau lebih dikenal (SPSS) versi 22. Untuk memastikan suatu item dinyatakan valid, itu jika  $r$  hitung lebih besar dari pada  $r$  table, sebaliknya jika  $r$  hitung lebih kecil dari pada  $r$  tabel maka item dinyatakan tidak valid.<sup>1</sup>

Untuk mengetahui jumlah  $r$  tabel dapat diketahui dengan rumus  $df = n - 2$  dan probabilitas 0,05.  $N$  merupakan jumlah keseluruhan responden yakni 30, berarti  $df = 30 - 2 = 28$  dengan *probabilitas* 0,05, berarti nilai  $r$  tabelnya ialah 0,374. Jadi apabila suatu item memiliki nilai  $r$  hitung lebih dari 0,374 maka item tersebut dapat dikatakan valid, sebaliknya jika kurang dari 0,374 maka item tersebut dinyatakan tidak valid.

---

<sup>1</sup> Solikhah and Amyati, *Biostatistik: Sebuah Aplikasi SPSS Dalam Bidang Kesehatan Dan Kedokteran* (Yogyakarta: Jejak Pustaka, 2021). 18

### a. Skala kebersyukuran

Skala kebersyukuran memiliki 3 aspek yang kemudian diolah oleh peneliti menjadi 15 item pertanyaan, yang berdasarkan modifikasi dari skala yang sudah ada, dan dari 15 item pertanyaan tersebut kemudian dibagikan ke responden uji coba untuk *uji tryout*.

TABEL 4. 10 BLUEPRINT SKALA KEBERSYUKURAN

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Favo	Unfavo	
1	Syukur dengan hati	Mengakui segala nikmat datang dari Allah	1, 5	-	6
		Merasa bahagia, puas dan gembira atas nikmat yang telah Allah berikan	3, 11	6, 13	
2	Syukur dengan lisan	Melakukan sanjungan kepada Allah atas nikmat yang diberikannya	15	4	4
		Melakukan pujian kepada Allah, dengan mengucap "Alhamdulillah"	7	-	
3	Syukur dengan anggota badan	Melakukan amal soleh dan beribadah	9*, 12	2	
		Menggunakan nikmat yang diberikan Allah untuk kebaikan	14*	8, 10	
Total			9	6	15
Item Valid		1,2,3,4,5,6,7,8,10,11,12,13,15			13
Item tidak valid		9*,14*			2

Setelah uji tryout kepada 30 responden uji coba, diketahui ada 2 item yang tidak valid, dari 15 item pertanyaan yang di ujikan, yakni item 9 dan 14. Yang

berarti hanya 13 item pertanyaan saja yang valid dan dapat dipakai untuk bahan penelitian.

### b. Skala kesejahteraan psikologis

Skala Kesejahteraan psikologis memiliki 6 aspek yang kemudian diolah oleh peneliti menjadi 31 item pertanyaan, yang mana merupakan hasil modifikasi juga dari penelitian sudah ada, dan dari 31 item pertanyaan tadi kemudian dibagikan ke responden uji coba untuk *uji tryout*.

TABEL 4. 11 BLUEPRINT KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Favo	Unfavo	
1	Penerimaan diri	Memiliki sikap positif terhadap diri sendiri	29		7
		Dapat menerima aspek positif dan negatif diri	4, 27	15	
		Menilai positif kehidupan yang di jalani	12, 14*	10	
2	Pertumbuhan Pribadi	Menyadari potensi yang dimiliki serta berkeinginan untuk terus mengembangkan potensi	6*, 22	7	4
		Terbuka terhadap pengalaman baru	16	-	
3	Tujuan dalam hidup	Memiliki tujuan dan arah hidup	24*	21	4
		Merasakan arti dalam hidup masa kini maupun yang telah dijalani	18	26	

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Favo	Unfavo	
4	Penguasaan Lingkungan	Mampu mengelola serta mengontrol lingkungan sekitar	28*	25	5
		Memanfaatkan kesempatan yang ada secara efektif	1, 2	17	
5	Otonomi	Mampu mengarahkan diri serta bersikap mandiri	8, 20*	13*	5
		Mampu mengambil keputusan tanpa adanya pengaruh orang lain.	9	3*	
6	Hubungan positif dengan orang lain	Mampu membangun hubungan positif dengan orang lain, atas dasar saling percaya	5*, 11	23, 30	6
		Memiliki perasaan empati	19*	31	
Total			19	12	31
Item Valid		1,2,4,7,8,9,10,11,12,15, 16,17,18,21, 22,23, 25,26,27,29,30,31			22
Item tidak valid		3*,5*,6*,13*,14*,19*,20*,24*,28*			9

Dari hasil uji tryout kepada 30 responden uji coba, diketahui ada 9 item yang tidak valid, dari 31 item pertanyaan yang di ujikan, yakni item 3, 5, 6,13, 14, 19, 20, 24, dan 28, yang berarti hanya 22 item pertanyaan saja yang valid dan bisa dibawa untuk bahan penelitian ke responden sebenarnya

## 2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah suatu alat ukur yang berguna untuk mengetahui instrumen penelitian yang digunakan dapat dipercaya sebagai alat pengumpul data atau tidak, dengan melihat kekonsistenan atau kestabilan jawaban dari responden terhadap pernyataan yang ada. Dengan menggunakan SPSS versi 22, dengan cara

melihat hasil uji reliabilitas yang diperoleh dari nilai *Cronbach Alpha*. Jika nilai *Cronbach Alpha* > 0,6 maka alat ukur dianggap sempurna atau reliabel serta dapat digunakan untuk penelitian.<sup>2</sup> Berikut hasil uji reliabilitas skala kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis.

TABEL 4. 12 HASIL UJI RELIABILITAS

Skala	Total Item	Cronbach Alpha	Keterangan
Kebersyukuran	15	0.813	Reliabel
Kesejahteraan Psikologis	31	0.841	Reliabel

### C. Hasil dan Interpretasi data

#### 1. Uji Asumsi Dasar

##### a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan agar dapat mengetahui apakah data dari variabel x dan variabel y berdistribusi normal atau tidak, karena uji normalitas merupakan salah satu syarat wajib untuk bisa lanjut ke uji hipotesis. Tabel *One Sampel Kolmogorov-Smirnov* adalah dasar dari pengambilan keputusan dalam uji normalitas. Jika nilai *asyp. Sig. (2-tailed)* lebih dari 0.05, maka data dikatakan normal, sebaliknya jika data kurang dari 0,05, maka data tersebut tidak normal.<sup>3</sup>

Adapun hasil uji normalitas pada variabel kebersyukuran dan Kesejahteraan Psikologis bisa diamati dari tabel di bawah ini

<sup>2</sup> Duwi Priyatno, *SPSS: Panduan Mudah Olah Data Bagi Mahasiswa & Umum* (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2018). 25

<sup>3</sup> Nikolaus Dini, *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Beberapa Konsep Dasar Untuk Penulisan Skripsi & Analisis Data Dengan SPSS* (Yogyakarta: Deepublish, 2019). 115

TABEL 4. 13 UJI NORMALITAS DATA

		Unstandardized Residual
N		32
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.97075222
Most Extreme Differences	Absolute	.115
	Positive	.109
	Negative	-.115
Test Statistic		.115
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

Berdasarkan tabel di atas diketahui nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* ialah 0.200. yang mana lebih besar dari 0,05, maka dari hasil tersebut data variabel kebersyukuran dan variabel kesejahteraan psikologis dapat dikatakan berdistribusi normal.

#### b. Uji linieritas

Uji linieritas merupakan salah satu uji prasyarat agar data penelitian bisa diteruskan ke uji hipotesis. Uji linier ini digunakan untuk mengetahui apakah data dalam penelitian yang didapatkan apakah sudah tersebar secara linier atau tidak. Dasar pengambilan dari keputusan dalam uji ini yakni apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka data dari kedua variabel sudah tersebar secara linier.<sup>4</sup>

TABEL 4. 14 UJI LINIERITAS DATA

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Kesejahteraan Psikologis * Kebersyukuran	Between Groups	(Combined)	542.200	9	60.244	2.431	.043
		Linearity	321.540	1	321.540	12.972	.002
		Deviation from Linearity	220.660	8	27.582	1.113	.392

<sup>4</sup> Imam Ghozali, *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 25* (Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro, 2018). 167

	Within Groups	545.300	22	24.786		
	Total	1087.500	31			

Berdasarkan hasil uji linier diketahui nilai *Sig Deviation from Linearity* sebesar 0,392, nilai tersebut berarti lebih besar daripada 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa data dari variabel kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis bersifat linier.

## 2. Uji Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini akan diuji melalui aplikasi *Statistical Packages for social science versi 22* dengan menggunakan teknik analisis regresi sederhana. Alat uji analisis regresi sederhana ini digunakan untuk menguji dan mengetahui pengaruh antara satu variabel dependen terhadap variabel independen. Adapun dua hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini ialah,  $H_a$  terdapat kontribusi Kebersyukuran terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Guru PAUD/TK di Desa Danau Panggang Kabupaten Hulu Sungai Utara, dan untuk  $H_0$  ialah tidak terdapat Kontribusi Kebersyukuran terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Guru PAUD/TK di Desa Danau Panggang Kabupaten Hulu Sungai Utara.

Untuk mendapatkan hasil hipotesis yang cepat dan tepat, maka peneliti menggunakan aplikasi SPSS versi 22, untuk mengetahui hipotesis mana yang diterima, dengan melihat di bagian nilai signifikansi, apabila nilai yang diperoleh kurang dari 0,05, maka artinya  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, kemudian sebaliknya jika nilai signifikansi lebih dari 0,05, maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak.<sup>5</sup>

---

<sup>5</sup> Priyatno, *SPSS: Panduan Mudah Olah Data Bagi Mahasiswa & Umum*. 93-94



TABEL 4. 15 HASIL UJI REGRESI LINIER SEDERHANA

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	30.743	9.449		3.254	.003
	Kebersyukuran	.767	.216	.544	3.549	.001

Pada tabel 4.15 dapat diketahui bahwa nilai signifikansi dari variabel kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis adalah 0.001, nilai tersebut berarti lebih kecil dari 0.05. maka dari hasil signifikansi tersebut dapat diputuskan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel Kebersyukuran terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Guru PAUD/TK di Desa Danau Panggang Kabupaten Hulu Sungai Utara.

TABEL 4. 16 HASIL UJI HIPOTESIS

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.	
1	Regression	321.540	1	321.540	12.594	.001 <sup>b</sup>
	Residual	765.960	30	25.532		
	Total	1087.500	31			

Tabel 4.16 memberikan informasi mengenai kontribusi variabel kebersyukuran terhadap kesejahteraan psikologis guru PAUD/TK di Desa Danau Panggang. Dari tabel ini dapat dilihat bahwa nilai signifikansi sebesar 0,001 yang mana nilai tersebut kurang dari 0,05, sehingga dapat dikatakan bahwa variabel kebersyukuran memiliki kontribusi terhadap kesejahteraan psikologis pada guru PAUD/TK di Desa Panau Panggang Kabupaten Hulu Sungai Utara.

TABEL 4. 17 HASIL ANALISIS DETERMINASI

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.544 <sup>a</sup>	.296	.272	5.053

Tabel 4.17 menunjukkan bahwa skor koefisien determinasi (*R Square*) senilai 0,296, sehingga dapat dinyatakan bahwa variabel kebersyukuran memiliki kontribusi sebesar 29,6% terhadap kesejahteraan psikologis pada guru PAUD/TK, dan 70,4% nya disebabkan oleh hal lain. Nilai skor R pada tabel di atas menunjukkan seberapa besar hubungan korelasi di antara kedua variabel dengan menggunakan pedoman interpretasi koefisien korelasi.

TABEL 4. 18 PEDOMAN INTERPRETASI KORELASI

Interval koefisien	Interpretasi tingkat hubungan
0,00-0,199	Sangat Rendah
0,20-0,399	Rendah
0,40-0,599	Sedang
0,60-0,799	Kuat
0,80-1,000	Sangat Kuat

Tabel 4.18 menunjuk kan bahwa nilai R sejumlah 0,544, yang mana jika dilihat pada tabel 4.18 nilai tersebut masuk dalam interval 0,40-0,599. Sehingga jika ditarik kesimpulan bahwasanya kontribusi kebersyukuran terhadap kesejahteraan psikologis pada guru PAUD/TK di Desa Danau Panggang berada di pada kategori sedang.

### 3. Kategorisasi Skala Instrumen

Pengkategorisasian skala instrumen ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui tingkatan responden berdasarkan kelompok dengan atribut yang akan

diukur. Kategorisasi ini dapat dilakukan dengan melihat nilai rata-rata dan satuan standar deviasi populasi.<sup>6</sup>

TABEL 4. 19 DESKRIPSI STATISTIK DATA PENELITIAN

	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Kebersyukuran	32	37	49	43.50	4.197
Kesejahteraan Psikologis	32	53	73	64.12	5.923
Valid N (listwise)	32				

Berdasarkan tabel 4.19 terdapat informasi mengenai nilai minimal, nilai maksimal, mean, dan standar deviasi dari skala variabel kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis pada guru. Kategorisasi ini dilakukan untuk menghitung tinggi rendahnya nilai suatu subjek yang mana dihitung dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

TABEL 4. 20 RUMUS BERDASARKAN TIGA KATEGORISASI

Tinggi	$\text{Mean} + \text{Standar deviasi} \leq X$
Sedang	$\text{Mean} - \text{Standar deviasi} \leq X < \text{Mean} + \text{Standar deviasi}$
Rendah	$X < \text{M} - \text{Standar deviasi}$

Setelah melakukan perhitungan secara manual dengan menggunakan rumus di atas, maka diperoleh kategorisasi tiap variabel yang dijabarkan sebagai berikut:

#### a. Analisis data variabel kebersyukuran

Dalam penelitian ini skala kebersyukuran memiliki 13 item, yang terbagi menjadi 4 opsi jawaban dengan skor 1-4. Dan diketahui dari hasil perhitungan peneliti nilai maksimal sebesar 52, nilai minimal sebesar 13, nilai mean 32,5 dan

<sup>6</sup> Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2013). 16

nilai standar deviasinya sebesar 6,5. Jadi berdasarkan data yang sudah diperoleh tadi, kemudian diolah kembali oleh peneliti dengan penghitungan manual untuk mengetahui rentang nilai kategorisasi variabel kebersyukuran, yang kemudian dilanjutkan dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 22 untuk mengetahui frekuensi dan persentase yang didapatkan dari hasil jawaban responden. Adapun nilai yang diperoleh ialah seperti tabel berikut:

TABEL 4. 21 KATEGORISASI VARIABEL KEBERSYUKURAN

Level	Rentang	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$39 \leq X$	26	81.3%
Sedang	$26 \leq X < 39$	6	18.8%
Rendah	$X < 26$	0	0%
Total		32	100%

Berdasarkan tabel 4.16 diketahui dari 32 orang responden, tingkat responden yang mempunyai kebersyukuran yang tinggi ialah sebanyak 26 orang, sedangkan pada tingkatan sedang sebanyak 6 orang, dan dari 32 orang responden tersebut tidak ada satu pun responden yang berada di tingkatan rendah

TABEL 4. 22 NILAI MEAN KEBERSYUKURAN BERDASARKAN JENIS KELAMIN

	Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Kebersyukuran	Laki-laki	3	44.67	4.041	2.333
	Perempuan	29	43.38	4.263	.792

Tabel 4.22 menunjukkan bahwa 3 guru laki-laki memiliki nilai skor rata-rata 44,67, dan pada 29 guru perempuan memiliki nilai skor rata-rata 43,38. Jadi berdasarkan nilai-nilai tersebut dapat diketahui bahwa guru laki-laki memiliki kebersyukuran yang lebih tinggi dibandingkan perempuan.

TABEL 4. 23 NILAI MEAN KEBERSYUKURAN BERDASARKAN USIA

	Usia	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Kebersyukuran	19-34 Tahun	20	42.70	4.207	.941
	35-50 Tahun	6	44.67	4.131	1.687
	51-66 Tahun	6	45.00	4.243	1.732

Tabel 4.23 menunjukkan bahwa terdapat 3 pembagian usia responden, yang pertama dari usia 19-34 tahun, dengan skor rata-rata 42,70, dan yang kedua dari usia 35-50 tahun, memiliki skor rata-rata 44,67, dan yang ketiga dari usia 51-66 tahun, memiliki skor rata-rata 45.00

Berdasarkan ketiga nilai tersebut dapat diketahui bahwa tingkat kebersyukuran responden jika dilihat dari usianya, maka responden yang berusia 51-66 tahun lebih tinggi kebersyukurannya, dibandingkan usia 19-34 tahun dan usia 35-50 tahun.

TABEL 4. 24 NILAI MEAN KEBERSYUKURAN BERDASARKAN PENDIDIKAN TERAKHIR

	Pendidikan Terakhir	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Kebersyukuran	SMA	12	42.25	4.864	1.404
	D3	1	46.00	.	.
	S1	19	44.16	3.746	.859

Tabel 4.24 menunjukkan bahwa nilai skor rata-rata kebersyukuran yang dimiliki oleh 12 responden yang pendidikan akhirnya SMA ialah sebanyak 42,25, dan skor rata-rata yang dimiliki responden yang pendidikan akhirnya D3 ialah sebanyak 46,00. Sedangkan untuk skor rata-rata yang dimiliki oleh 19 orang responden yang berpendidikan akhir Sarjana atau S1 ialah sebanyak 44,16.

Jadi berdasarkan hasil data yang sudah diperoleh, maka dapat disimpulkan bahwa responden yang lulusan sarjana lebih tinggi nilai kebersyukurannya karena skor rata-rata dari 19 responden lulusan S1 lebih tinggi dibandingkan lulusan D3 dan SMA.

**TABEL 4. 25 NILAI MEAN KEBERSYUKURAN BERDASARKAN STATUS PERNIKAHAN**

	Status Pernikahan	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Kebersyukuran	Sudah Menikah	23	44.09	4.316	.900
	Belum Menikah	9	42.00	3.674	1.225

Tabel 4.25 menunjukkan bahwa nilai skor rata-rata kebersyukuran yang dimiliki oleh responden yang sudah menikah adalah 44,09. Dan sedangkan skor rata-rata yang didapatkan oleh responden yang belum menikah adalah 42.00.

Hal ini berarti responden yang statusnya sudah menikah lebih tinggi kebersyukurannya, dibandingkan dengan yang belum menikah.

**TABEL 4. 26 NILAI MEAN KEBERSYUKURAN BERDASARKAN LAMA BEKERJA**

	Lama Bekerja	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Kebersyukuran	1-10 Tahun	14	42.36	4.162	1.112
	11-20 Tahun	17	44.24	4.191	1.017
	21-30 Tahun	1	47.00	-	-

Tabel 4.26 menunjukkan bahwa nilai skor rata-rata pada rentang lamanya responden bekerja dari 1-10 tahun, ialah sebanyak 42,36, dan pada rentang 11-20 tahun, ialah 44,24, sedangkan pada rentang 21-30 tahun, sebanyak 47.00 skor rata-ratanya.

Jadi berdasarkan tabel di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa responden yang bekerja lebih lama menjadi guru, yakni 21-30 tahun cenderung memiliki kebersyukuran yang lebih tinggi dibanding guru yang baru mengajar 1-10 tahun dan 11-20 tahun.

#### **b. Analisis data variabel kesejahteraan psikologis**

Dalam penelitian ini skala kesejahteraan psikologis memiliki 22 item, yang juga terbagi menjadi 4 opsi jawaban dengan skor 1-4. Diketahui dari hasil perhitungan peneliti nilai maksimal sebesar 88, nilai minimal sebesar 22, nilai mean 55 dan nilai standar deviasinya sebesar 11. Jadi berdasarkan data yang sudah diperoleh tadi, kemudian diolah kembali oleh peneliti dengan penghitungan manual untuk mengetahui rentang nilai kategorisasi variabel kesejahteraan psikologis, yang kemudian dilanjutkan dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 22 untuk mengetahui frekuensi dan persentase yang didapatkan dari hasil jawaban responden. Adapun nilai yang diperoleh ialah seperti tabel berikut:

**TABEL 4. 27 KATEGORISASI VARIABEL KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS**

Level	Rentang	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$66 \leq X$	15	46,9%
Sedang	$44 \leq X < 66$	17	53,1%
Rendah	$X < 44$	0	0%
Total		32	100%

Berdasarkan tabel 4.27 dapat diketahui tingkat responden yang mempunyai kesejahteraan psikologis yang tinggi ialah sebanyak 15 orang, sedangkan pada tingkatan sedang sebanyak 17 orang, dan dari 32 orang responden tersebut tidak ada satu pun responden yang berada di tingkatan rendah.

**TABEL 4. 28 NILAI MEAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS BERDASARKAN JENIS KELAMIN**

	Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Kesejahteraan Psikologis	Laki-laki	3	68.00	4.583	2.646
	Perempuan	29	63.72	5.964	1.107

Tabel 4.28 menunjukkan bahwa 3 guru laki-laki memiliki nilai skor rata-rata 68,00, dan sedangkan pada 29 guru perempuan memiliki nilai skor rata-rata 63,72. Jadi berdasarkan nilai-nilai tersebut dapat diketahui bahwa guru laki-laki juga memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan perempuan.

**TABEL 4. 29 NILAI MEAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS BERDASARKAN USIA**

	Usia	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Kesejahteraan Psikologis	19-34 Tahun	20	62.75	6.223	1.391
	35-50 Tahun	6	65.17	4.875	1.990
	51-66 Tahun	6	67.67	4.761	1.944

Tabel 4.29 menunjukkan bahwa terdapat 3 pembagian usia responden, yang pertama dari usia 19-34 tahun, dengan skor rata-rata 62,75 dan yang kedua dari usia 35-50 tahun, memiliki skor rata-rata 65,17, dan yang ketiga dari usia 51-66 tahun, memiliki skor rata-rata 67,67.

Berdasarkan ketiga nilai tersebut dapat diketahui bahwa tingkat kesejahteraan psikologis responden jika dilihat dari usianya, maka responden yang berusia 51-66 tahun lebih tinggi juga kesejahteraan psikologisnya dibandingkan pada usia 19-34 tahun dan usia 35-50 tahun.



**TABEL 4. 30 NILAI MEAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS BERDASARKAN PENDIDIKAN**

	Pendidikan Terakhir	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Kesejahteraan Psikologis	SMA	12	64.58	5.195	1.500
	D3	1	71.00	.	.
	S1	19	63.47	6.380	1.464

Tabel 4.30 menunjukkan bahwa nilai skor rata-rata kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh 12 responden yang pendidikan akhirnya SMA ialah sebanyak 64,58, dan skor rata-rata yang dimiliki responden yang pendidikan akhirnya D3 ialah sebanyak 71,00. Sedangkan untuk skor rata-rata yang dimiliki oleh 19 orang responden yang berpendidikan akhir Sarjana atau S1 ialah sebanyak 63,47.

Jadi berdasarkan hasil data yang sudah diperoleh, maka dapat disimpulkan bahwa responden yang lulusan SMA lebih tinggi nilai kesejahteraan psikologisnya karena skor rata-rata dari 12 responden lulusan SMA lebih tinggi dibandingkan lulusan D3 dan S1.

**TABEL 4. 31 NILAI MEAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS BERDASARKAN PERNIKAHAN**

	Status Pernikahan	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Kesejahteraan Psikologis	Sudah Menikah	23	64.74	5.801	1.210
	Belum Menikah	9	62.56	6.287	2.096

Tabel 4.31 menunjukkan bahwa nilai skor rata-rata kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh responden yang sudah menikah adalah 64,74. Sedangkan skor rata-rata yang didapatkan oleh responden yang belum menikah adalah 62,56. Hal

ini berarti responden yang statusnya sudah menikah lebih tinggi kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan yang belum menikah.

**TABEL 4. 32 NILAI MEAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS BERDASARKAN LAMA BEKERJA**

	Lama Bekerja	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Kesejahteraan Psikologis	1-10 Tahun	14	62.14	4.959	1.325
	11-20 Tahun	17	65.41	6.374	1.546
	21-30 Tahun	1	70.00	-	-

Tabel 4.27 menunjukkan bahwa nilai skor rata-rata pada rentang lamanya responden bekerja dari 1-10 tahun, ialah sebanyak 62,14, dan pada rentang 11-20 tahun, ialah 65,41, sedangkan pada rentang 21-30 tahun, sebanyak 70,00 skor rata-ratanya.

Jadi berdasarkan tabel di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa responden yang bekerja lebih lama menjadi guru, yakni 21-30 tahun cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi dibanding guru yang baru mengajar 1-10 tahun dan 11-20 tahun.

#### 4. Perhitungan Aspek Pembentuk Utama

##### a. Aspek pembentuk kebersyukuran

Dalam penelitian ini ada 3 aspek utama yang membentuk kebersyukuran, yaitu aspek bersyukur dengan hati, bersyukur dengan lisan, dan bersyukur dengan anggota badan. Cara mengetahui nilai dari setiap aspek ialah dengan cara membagi nilai skor total tiap aspek dengan skor aspek keseluruhan. Seperti yang di bawah ini.

TABEL 4. 33 PERSENTASE NILAI TIAP ASPEK KEBERSYUKURUAN

Aspek kebersyukuran	
Bersyukur dengan hati	$646 / 1392 \times 100\% = 46\%$
Bersyukur dengan lisan	$336 / 1392 \times 100\% = 24\%$
Bersyukur dengan anggota badan	$410 / 1392 \times 100\% = 30\%$

Berdasarkan perhitungan pada tabel di atas diketahui, aspek yang paling banyak memberikan kontribusi terhadap kebersyukuran ialah aspek, bersyukur dengan hati, yang memiliki persentase sebesar 46%, nilai tersebut lebih tinggi daripada aspek-aspek yang lain.

##### b. Aspek pembentuk kesejahteraan psikologis

Sedangkan dalam aspek pembentukan kesejahteraan psikologis penelitian ini terdapat 6 aspek utama yang membentuk kesejahteraan psikologis, yaitu aspek. Penerimaan diri, pertumbuhan pribadi, tujuan dalam hidup, penguasaan lingkungan, otonomi, dan hubungan positif dengan orang lain. Adapun cara mengetahui nilai dari setiap aspek, sama seperti perhitungan sebelumnya. Yakni seperti yang di bawah ini.

TABEL 4. 34 PERSENTASE PEMBENTUKAN ASPEK KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS

Aspek kesejahteraan psikologis	
Penerimaan diri	$565 / 2052 \times 100\% = 28\%$
Pertumbuhan pribadi	$298 / 2052 \times 100\% = 15\%$
Tujuan dalam hidup	$283 / 2052 \times 100\% = 14\%$
Penguasaan lingkungan	$392 / 2052 \times 100\% = 19\%$
Otonomi	$176 / 2052 \times 100\% = 8\%$
Hubungan positif dengan orang lain	$338 / 2052 \times 100\% = 16\%$

Berdasarkan perhitungan pada tabel di atas diketahui, aspek yang paling banyak memberikan kontribusi terhadap kesejahteraan psikologis ialah aspek, penerimaan diri, yang memiliki persentase sebesar 28%, nilai tersebut lebih tinggi dibandingkan aspek-aspek yang lain.

#### D. Pembahasan

Menjadi seorang guru merupakan suatu pekerjaan yang mulia, akan tetapi tidaklah mudah untuk menjalaninya, apalagi menjadi seorang guru di sekolah PAUD/TK. karena di sana mereka di hadapkan dengan anak-anak yang usianya kisaran 0-6 tahun yang mana di usia tersebut merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan anak yang paling pesat, baik dari segi aspek fisik maupun psikis.<sup>7</sup> Oleh karena itu menjadi guru PAUD/TK tidaklah mudah, banyak sekali tantangan yang harus di hadapi, dari mulai pekerjaan yang begitu banyak, dan tanggung jawab besar terhadap perkembangan si anak usia dini yang tentu menguras tenaga dan pikiran. Karena menghadapi anak usia dini ini tidak semudah menghadapi anak-anak SMP ataupun SMA, karena anak usia dini ini mereka sangat memerlukan

<sup>7</sup> Ahmad Susanto, *Perkembangan Anak Usia Dini: Pengantar Dalam Berbagai Aspeknya* (Jakarta: Prenada Media Group, 2014), 133.

totalitas perhatian dari sang guru, anak-anak juga membutuhkan pendampingan ketika proses pembelajaran. Selain itu juga guru PAUD/TK mereka juga harus menyiapkan segala perlengkapan pembelajaran, seperti mainan dan lain sebagainya, membuat RPPM, RPPH, media pembelajaran, strategi pembelajaran dan metode pembelajaran, yang mana sudah pasti menyita banyak waktu, tenaga dan pikiran.

Jadi selain menjadi guru PAUD/TK merupakan tugas yang berat, pekerjaan sebagai guru pun kurang mendapat dukungan dari pemerintah, hal ini dikarenakan lembaga pendidikan anak usia dini ini masih belum di akui secara *de jure* oleh pemerintah seperti lembaga sekolah lainnya karena lembaga PAUD/TK ini tidak termasuk sebagai sekolah dasar atau disebut juga sebagai lembaga pendidikan *Non Formal*. Oleh sebab itu hanya sedikit institusi pendidikan anak usia dini yang di kelola langsung oleh pemerintah. Sedangkan sebagian besar institusi pendidikan anak usia dini yang sekerang ada ini ialah di kelola oleh pihak swasta atau yayasan dan masyarakat. Artinya segala pembiayaan di tanggung oleh yayasan dan juga dari hasil uang SPP dari orang tua murid. Oleh karena itu segala sarana prasarana yang tersedia hanyalah ala kadarnya. Seperti bangunan sekolah yang seadanya, ruangan yang begitu terbatas, kurangnya fasilitas yang mendukung pengembangan potensi anak. Seperti halnya, area bermain yang kurang, alat permainan yang masih belum memadai. Dengan kata lain lembaga institusi PAUD harus menghidupi dirinya sendiri tanpa bantuan pemerintah. Institusi PAUD juga berjalan dengan dana operasional yang ada, yang mana itu tentu sangat minim, sehingga gaji yang didapatkan oleh para guru pun bisa dikatakan masih kurang memadai, karena

banyak institusi PAUD yang hanya mampu membayar gaji gurunya di kisaran 200.000 sampai 300.000 per bulan, dan bahkan di beberapa sekolah masih di bawah angka tersebut.

Dengan minimnya kesejahteraan guru tersebut membuat konsentrasi guru terpecah. Di satu sisi mereka harus menambah kapasitas akademis pembelajaran dengan terus memperbaharui dan berinovasi dengan media, metode pembelajaran. Disisi lain, mereka dituntut memenuhi kebutuhan hidupnya dengan melakukan usaha atau kegiatan lain seperti, bimbingan belajar, berjualan dan lain-lain.<sup>8</sup> Dan hal tersebut harus mereka lakukan demi memenuhi kebutuhan hidupnya untuk mencapai kesejahteraan. Pemenuhan kebutuhan tersebut berkaitan dengan kesejahteraan psikologi. Di mana semakin terpenuhinya kebutuhan hidup. Maka semakin sejahtera kondisi psikologisnya. Kesejahteraan psikologis sendiri dapat dipengaruhi oleh banyak faktor salah satunya adalah religiusitas. Dan salah satu bentuk religiusitas adalah dengan cara bersyukur atau disebut juga dengan kebersyukuran.<sup>9</sup> Oleh sebab itu peneliti melakukan penelitian tentang kontribusi kebersyukuran terhadap kesejahteraan psikologis guru PAUD/TK, dikarenakan ingin mengetahui apakah ada kontribusi atau pengaruh dari rasa syukur terhadap kesejahteraan psikologis seseorang.

Dari data-data yang sudah dikumpulkan yang kemudian diolah peneliti maka diketahui bahwa terdapat pengaruh atau kontribusi kebersyukuran terhadap

---

<sup>8</sup> Aisyah and Chisol, "Rasa Syukur Kaitannya Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Honorer Sekolah Dasar."

<sup>9</sup> Fitria, "Studi Eksploratif Tentang Kesejahteraan Psikologis Guru Honorer Sekolah Negeri Di Kabupaten Bantul.", 14-15.

kesejahteraan psikologis seseorang, yang dalam penelitian ini ialah guru PAUD/TK di Desa Danau Panggang Kabupaten Hulu Sungai Utara. Dengan nilai kontribusi sebesar 29,6% yang artinya kebersyukuran memberikan pengaruh sebesar 29,6% terhadap kesejahteraan psikologis seseorang, yang berarti 70,4% sisanya ialah disebabkan oleh hal lain, di luar penelitian ini. Kemudian berdasarkan hasil perhitungan melalui SPSS diketahui nilai R berjumlah 0,544, yang mana jika dilihat dipedoman koefisien korelasi maka tingkat korelasi antara kebersyukuran dan juga kesejahteraan psikologis berada di tingkatan sedang.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ikhlas Wardina di penelitiannya tahun 2022, tentang “hubungan *gratitude* dengan *psychological well-being* guru”. Dengan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *gratitude* memiliki arah hubungan yang positif terhadap *psychological well-being*. Artinya, semakin tinggi tingkat *gratitude* guru maka semakin meningkat pula *psychological well-being* guru tersebut.<sup>10</sup> Selain itu temuan ini juga selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Dzakiyyah dan Citra pada tahun 2022, tentang “pengaruh rasa syukur terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa S1 UIN Tulungagung di masa pandemi covid-19”, yang mana dari hasil penelitian tersebut diketahui juga bahwasanya rasa syukur memiliki pengaruh yang positif terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. Dengan nilai pengaruh rasa syukur sebesar 26,7% terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa.<sup>11</sup>

---

<sup>10</sup> Salsabila, “Hubungan Gratitude Dengan Psychological Well-Being Guru.”, 12.

<sup>11</sup> Dzakiyyah Fatmala and Citra Ayu Kumala Sari, “Pengaruh Rasa Syukur Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa S1 UIN Tulungagung Di Masa Pandemi Covid-19,” *Journal of Islamic and Contemporary Psychology* 2, no. 1 (2022).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa tingkat kebersyukuran guru di danau panggang dari 32 orang responden 26 orang di antaranya memiliki kebersyukuran yang tinggi dengan nilai persentase (81,3 %) dan 6 sisanya memiliki tingkat kebersyukuran yang sedang yakni (18,8%), dan dari keseluruhan responden, tidak ada satu responden memiliki tingkat kebersyukuran yang rendah. Dari data tersebut, mayoritas guru-guru yang mengajar di sana memiliki tingkat kebersyukuran yang tinggi. Berarti mayoritas guru PAUD/TK di Danau Panggang, merupakan individu yang kerap bersyukur atas nikmat yang sudah Allah berikan, baik itu berupa kesehatan, pendapatan, dan juga pekerjaan. Dengan cara bersyukur dengan hati, lisan dan juga perbuatan.

Adapun jika dilihat dari aspek-aspek pembentuk kebersyukuran, diketahui bahwa aspek bersyukur dengan hati memiliki nilai persentase tertinggi, jika dibanding aspek lisan dan juga perbuatan. Dalam penelitian ini aspek hati memiliki nilai persentase sebanyak 46%, yang artinya para guru PAUD/TK di Danau Panggang ini, memiliki keyakinan bahwa rezeki yang ia terima sampai detik ini ialah bersumber dari Allah SWT, serta meyakini bahwa rezeki tiap orang berbeda-beda, dan sudah ditentukan oleh Allah SWT. Sehingga mereka lebih bisa menerima dan bersabar atas situasi dan kondisi yang mereka rasakan saat ini.

Selanjutnya jika dilihat dari aspek pembentuk kebersyukuran yang lain, maka diketahui bahwa aspek bersyukur dengan lisan memiliki nilai persentase sebanyak 24%, yang artinya para guru PAUD/TK di Danau Panggang ini, cukup kerap berdzikir mengingat Allah, serta mensyukuri nikmat yang sudah Allah berikan, dengan mengucap Hamdallah (Alhamdulillah). Ungkapan Hamdallah



memang terkesan sepele, dan terkesan mudah diucapkan oleh siapa saja, namun ungkapan ini memiliki arti yang dalam bagi individu yang selalu dekat dengan Allah dan ingat terhadap nikmat Allah SWT. Karena ungkapan ini merupakan ungkapan yang dapat meneguhkan hati/keimanan seseorang. Dengan mengungkapkan rasa syukur melalui lisan berarti individu tersebut mengakui nikmat yang sudah Allah SWT berikan kepadanya.<sup>12</sup>

Selanjutnya jika dilihat dari aspek pembentuk kebersyukuran yang terakhir yakni aspek bersyukur dengan perbuatan, maka diketahui nilai persentase sebanyak 30%, yang artinya para guru PAUD/TK di Danau Panggang ini, sudah tepat menggunakan nikmat yang sudah Allah berikan di jalan kebaikan, seperti halnya nikmat kesehatan, yang mana dengan nikmat tersebut para guru menggunakannya untuk mengajar dan mendidik anak-anak di PAUD/TK guna menjadi penerus bangsa yang berpendidikan dan agamis, selain itu juga dengan kesehatan yang mereka miliki para guru juga dapat melaksanakan ibadah seperti sholat, puasa dan ibadah yang lainnya. Selain nikmat kesehatan, para guru juga menggunakan rezeki yang diterima di jalan yang Allah ridhoi, dengan cara mereka masih bisa menyisihkan rezeki yang mereka dapatkan, demi bersedekah kepada orang lain.

Berikutnya jika dilihat dari temuan peneliti berikutnya diketahui bahwa tingkat kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh guru-guru PAUD/TK di Danau Panggang, ialah masuk ke dalam tingkatan sedang, hal ini diketahui dari 32 orang responden terdapat 17 orang responden memiliki kesejahteraan psikologis yang

---

<sup>12</sup> Takdir, *Psikologi Syukur: Suplemen Jiwa Untuk Menggapai Kebahagiaan Sejati (Authentic Happiness)*, 7.

tinggi, dengan nilai persentase 53,1%, sedangkan 15 orang responden sisanya memiliki kesejahteraan psikologis dikategori sedang, dengan nilai persentase 46,9%. Dari data tersebut artinya guru-guru PAUD/TK yang ada disana merupakan individu yang memiliki motivasi, semangat dan antusias dalam mengajar, memiliki keterampilan emosional yang baik, memiliki kepercayaan diri yang kuat, memiliki ketahanan mental yang baik, serta dapat membangun hubungan yang harmonis antara rekan kerja dan orang tua murid.

Dari hasil temuan penelitian apabila dilihat dari aspek-aspek pembentuk kesejahteraan psikologis, maka diketahui bahwa aspek penerimaan diri menjadi aspek yang paling dominan diantara aspek yang lain, dengan nilai persentase sebesar 28%. Artinya para guru PAUD/TK di Danau Panggang ini, memiliki penerimaan diri yang sangat baik, serta dapat menerima kelebihan dan kekurangan dirinya, yang mana dalam hal ini guru tersebut menyadari bahwa terdapat perbedaan dan keunikan di setiap guru sehingga beda juga dalam hal pengajarannya dalam mendidik peserta didik, tetapi memiliki tujuan yang sama yakni mencerdaskan generasi bangsa.

Selanjutnya jika dilihat dari aspek pembentuk kesejahteraan psikologis yang lain, yakni aspek pertumbuhan pribadi, diketahui bahwa nilai persentasenya sebesar 15%, yang artinya para guru PAUD/TK di Danau Panggang ini, memiliki keinginan untuk terus mengembangkan potensinya, baik secara profesional maupun personal, terbuka untuk belajar hal baru dan mencari sumber referensi yang relevan guna mengembangkan diri mereka sendiri.

Selanjutnya jika dilihat dari aspek pembentuk kesejahteraan psikologis yang berikutnya, yakni aspek tujuan dalam hidup, diketahui bahwa nilai persentasenya sebesar 14%, yang artinya para guru PAUD/TK di Danau Panggang ini, masih ada beberapa yang belum menemukan tujuan hidupnya, dan mungkin bingung tentang apa yang ingin mereka capai setelah ini.

Selanjutnya jika dilihat dari aspek pembentuk kesejahteraan psikologis yang berikutnya, yakni penguasaan lingkungan, diketahui bahwa nilai persentasenya sebesar 19%, yang artinya para guru PAUD/TK di Danau Panggang ini, mayoritas mereka dapat menyesuaikan dengan kondisi tempat ia bekerja, yang mana dengan fasilitas yang seadanya mereka tetap bisa menciptakan lingkungan dan suasana yang menyenangkan dan juga aman untuk anak didik mereka, karena dengan penguasaan lingkungan yang baik, hal tersebut dapat membantu menciptakan pengalaman pembelajaran yang positif bagi peserta didik.

Selanjutnya jika dilihat dari aspek pembentuk kesejahteraan psikologis yang berikutnya, yakni aspek otonomi, diketahui bahwa nilai persentasenya sebesar 8%, yang artinya para guru PAUD/TK di Danau Panggang ini, mayoritas belum bisa melawan tekanan sosial, seperti bisa bebas dalam materi pembelajaran karena sudah ditentukan oleh pihak sekolah, kemudian belum berani menyampaikan pendapat yang berbeda dengan orang lain, artinya mereka cenderung mengikuti perintah dari atasan ketimbang memberikan masukan-masukan untuk kemajuan sekolah.

Selanjutnya jika dilihat dari aspek pembentuk kesejahteraan psikologis yang berikutnya, yakni aspek hubungan positif dengan orang lain, diketahui bahwa nilai

persentasenya sebesar 16%, yang artinya para guru PAUD/TK di Danau Panggang ini, mayoritas mampu membangun tali persaudaraan antar sesama guru, memiliki sifat empati terhadap sesama, dapat menjalin hubungan komunikasi yang baik, baik untuk rekan kerja maupun orang tua murid.

Jadi berdasarkan penjelasan yang sudah di uraikan di atas diketahui bahwa kebersyukuran memiliki pengaruh atau kontribusi terhadap kesejahteraan psikologis, yang mana kebersyukuran memiliki kontribusi sebesar 29,6% yang artinya cukup signifikan dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang.

#### **E. Temuan Penelitian**

Pada penelitian ini, peneliti menemukan beberapa temuan, antara lain:

1. Jika dilihat dari perbedaan kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis berdasarkan jenis kelamin, dari hasil olah data maka diketahui bahwa guru laki-laki memiliki kebersyukuran yang lebih tinggi dibandingkan perempuan. Serta memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih bagus juga dibandingkan perempuan.
2. Jika dilihat dari perbedaan kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis berdasarkan usia, dari hasil olah data diketahui guru yang berusia 51-66 tahun lebih tinggi tingkat kebersyukurannya, dibandingkan guru yang berusia 19-34 tahun dan yang berusia 35-50 tahun. Hasil tersebut juga sama halnya dengan temuan berdasarkan kondisi kesejahteraan psikologisnya yang mana guru yang berusia lebih tua lebih memiliki kesejahteraan psikologisnya yang baik jika dibandingkan dengan individu guru yang lebih muda.

3. Jika dilihat dari perbedaan kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis berdasarkan pendidikan terakhir, dari hasil data yang sudah diperoleh, diketahui bahwa guru yang tingkat lulusan sarjana lebih tinggi nilai kebersyukurannya dibandingkan lulusan D3 dan juga SMA. Sedangkan temuan yang berbeda di dapatkan kala berdasarkan kesejahteraan psikologisnya, dari hasil yang diperoleh diketahui bahwa guru yang tingkat pendidikan akhirnya SMA cenderung memiliki kesejahteraan psikologis lebih tinggi apabila dibandingkan dengan guru-guru yang lulusan lebih tinggi seperti D3 ataupun S1.
4. Jika dilihat dari tingkat kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis guru berdasarkan status pernikahan, diketahui bahwa guru yang statusnya sudah menikah lebih tinggi tingkat kebersyukurannya, dibandingkan dengan guru yang masih lajang. Hal serupa juga terjadi dengan kondisi kesejahteraan psikologisnya, mana guru-guru yang statusnya sudah menikah lebih tinggi kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan guru yang belum menikah.
5. Jika dilihat dari tingkat kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis berdasarkan lama bekerja, dari hasil olah data diketahui, bahwa individu yang sudah lama berprofesi jadi guru, cenderung memiliki kebersyukuran yang lebih tinggi dibanding individu yang baru menekuni profesi menjadi guru. Dan temuan yang sama juga didapatkan bahwa individu yang sudah lama bekerja sebagai guru, cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik dibandingkan individu yang baru menjadi guru.

## **F. Keterbatasan Penelitian**

1. Saat pengambilan data, metode wawancara yang digunakan hanya pada studi pendahuluan dan hanya kepada beberapa perwakilan guru. Sehingga kurang menggambarkan kondisi sebenarnya yang di alami guru-guru di sana.
2. Keterbatasan jumlah sampel dalam penelitian ini membuat temuan kurang representatif, sehingga masih kurang dalam menggambarkan keadaan yang sesungguhnya.
3. Tidak adanya pengukuran mengenai gaji guru, sehingga belum diketahui apakah perbedaan kesejahteraan psikologis dan kebersyukuran guru, dengan guru yang memiliki gaji yang lebih besar dan guru yang gajinya lebih sedikit.
4. Tidak ada juga pengukuran terkait sarana dan prasarana yang digunakan, apakah sarana dan prasarana yang optimal, bisa menambah kesejahteraan psikologis, dan kebersyukuran guru atau tidak.
5. Pengambilan data atau informasi yang diberikan responden melalui kuesioner terkadang tidak menunjukkan pendapat responden yang sesuai atau sebenarnya, hal ini mungkin terjadi dikarenakan perbedaan pemikiran, anggapan dan pemahaman yang berbeda tiap responden dalam pengisian pendapat responden dalam kuesionernya.