

HUBUNGAN KEBERSYUKURAN DENGAN KEBAHAGIAAN PADA PEGAWAI RUMAH DETENSI IMIGRASI DI MANADO

Valensia A. Kudati

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado
Email: 17101014@unima.ac.id

Deetje J. Solang

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado
Email: Deetsolang@yahoo.com

Gloridei L. Kapahang

Email: glorideikapahang@unima.ac.id

Abstrak : Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kebersyukuran dengan kebahagiaan pada pegawai Rumah Detensi Imigrasi di Manado, dan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan kebersyukuran dengan kebahagiaan yang dilihat dari jenis kelamin, lama bekerja dan tingkat pendidikan. Penelitian ini dilakukan pada pegawai Rumah Detensi Imigrasi di Manado dengan sampel penelitian sebanyak 52 pegawai tetap. Metode pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan Teknik sampling total dimana semua anggota populasi akan menjadi sampel penelitian. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode kuantitatif korelasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 1). Kebersyukuran dengan kebahagiaan memiliki hubungan positif; 2). Kebersyukuran dengan kebahagiaan yang dilihat dari jenis kelamin tidak memiliki perbedaan yang signifikan; 3). Kebahagiaan dan kebersyukuran dilihat dari lama kerja tidak memiliki perbedaan yang signifikan; serta 4). Kebersyukuran dan kebahagiaan yang ditinjau dari tingkat pendidikan juga tidak memiliki perbedaan yang signifikan.

Kata Kunci : Kebahagiaan, Kebersyukuran, Pegawai

***Abstract:** The purpose of this study was to determine the relationship between gratitude and happiness in Immigration Detention Center employees in Manado, and to find out whether there is a difference between gratitude and happiness in terms of gender, length of service and level of education. This research was conducted on employees of the Immigration Detention Center in Manado with a research sample of 52 permanent employees. The data collection method in this study uses a total sampling technique where all members of the population will be the research sample. In this study, researchers used quantitative methods. The results of this study show that 1. Gratitude and happiness have a positive relationship, 2. Gratitude and happiness in terms of gender do not have a significant difference, 3. Happiness and gratitude as seen from the length of work do not have a significant difference, 4. The last is gratitude. and happiness in terms of education level also did not have a significant difference.*

Keyword: *Happiness, Gratitude, Employee*

LATAR BELAKANG

Salah satu kunci utama dalam keberhasilan suatu perusahaan adalah pegawai yang bahagia. Pegawai yang bahagia akan lebih taat bekerja, lebih setia, bahkan pegawai akan lebih loyal dalam menjalankan pekerjaannya (Afrillia, 2019). Pegawai akan merasa bahagia ditempat kerja apabila memiliki komunikasi yang baik satu sama lain, antara pegawai dengan pimpinan dan antara pegawai dengan sesama pegawai selain itu pegawai akan merasa bahagia ditempat kerja jika sara prasarana memadai dan lingkungan kerja yang nyaman dan aman. Setiap individu menginginkan kebahagiaan dalam hidup bahkan kebahagiaan sering menjadi tujuan yang sangat berharga (Diener, 2000). Seligman (2005) mengatakan kebahagiaan merupakan suatu penilaian terhadap diri dan hidup, yang menghasilkan energi positif, seperti rasa nyaman, perasaan gembira yang meluap-luap, maupun aktifitas yang dilakukan merupakan aktifitas yang positif. Diener (dalam Dewantara 2012) menyatakan bahwa kebahagiaan adalah penilaian individu terhadap kehidupannya sendiri, yang mencakup aspek kognitif dan afeksi. Penilaian kognitif sebagai komponen kebahagiaan seseorang diarahkan sebagai penilaian kepuasan individu dalam berbagai sudut pandang kehidupan, seperti pekerjaan, kehidupan dan pernikahan. Sedangkan penilaian afeksi adalah penilaian mengenai seberapa sering seseorang mengalami perasaan positif dan perasaan negatif dalam hidupnya.

Seligman (Devi, 2019), menjabarkan bahwa kebahagiaan memiliki 5 aspek, yaitu: terjalin hubungan positif dengan individu lain, keterlibatan penuh, Penemuan makna

dalam keseharian, Optimisme yang realistis, Resiliensi.

Untuk penjabaran setiap aspek sebagai berikut:

1. Terjalannya hubungan positif dengan individu lain.
Hubungan positif tidak hanya memiliki teman, keluarga, namun dengan menjaga hubungan baik terhadap orang-orang yang ada disekeliling kita. Status perkawinan dan memiliki anak lantas tidak menjamin kebahagiaan seseorang.
2. Keterlibatan Penuh
Keterlibatan penuh tidak hanya pada karir yang kita miliki. Tetapi keterlibatan penuh berkaitan dengan aktivitas yang kita jalani seperti hobi dan aktivitas Bersama keluarga. Dengan melibatkan diri secara penuh, tidak hanya fisik yang melakukan aktivitas, tapi hati dan pikiran yang turut dalam aktivitas yang kita
3. Penemuan makna dalam keseharian.
Dalam keterlibatan penuh, dan hubungan positif dengan orang lain terkandung cara untuk Bahagia, yaitu menemukannya arti dalam setiap hal yang dilakukan.
4. Optimisme dan realistis
Orang yang bersemangat dalam hidupnya didapati lebih Bahagia. Seseorang yang optimis tidak mudah merasa cemas karena menjalankan hidup dengan penuh pengharapan.
5. Resiliensi
Individu yang sering terlihat bahagia bukan berarti tidak pernah mengalami kesusahan dalam hidup. Karena

kebahagiaan tidak bergantung pada seberapa banyak seseorang mengalami peristiwa yang menyenangkan dalam hidup. Namun sejauh mana kemampuan seseorang untuk mampu bangkit dari keterpurukan yang dialami.

Menurut Patnani, (2012) salah satu hal yang membuat seseorang bahagia dengan mensyukuri setiap apa yang dia miliki. Menurut Puyer (Emmos dan McCullough, 2003) kata *gratitude* diambil dari akar Latin, yang mempunyai arti rasa berterimakasih, kelembutan hati dan kebaikan hati. Emmos dan McCullough (2003) menyatakan bahwa kebersyukuran merupakan emosi positif yang ada pada diri seseorang yang kemudian berkembang menjadi sikap yang positif seperti kepribadian yang baik, moral yang baik, dan terus berkembang dan akan mempengaruhi cara seseorang untuk bereaksi dalam setiap situasi. Emmos dan McCullough (2003) juga mengatakan bahwa kebersyukuran dapat membuat seseorang menjadi bahagia, perasaan menjadi lebih nyaman, dan membuat menjadi lebih termotivasi dalam menjalani hidup.

Menurut McCullough (2002) dalam Sulistyarini (2010) mengungkapkan aspek-aspek bersyukur terdiri dari empat unsur, yaitu: 1) Intensity, seseorang yang bersyukur ketika mengalami peristiwa positif diharapkan untuk merasa lebih intens bersyukur; 2) Frequency, seseorang yang memiliki kecenderungan bersyukur akan merasakan banyak perasaan bersyukur setiap harinya dan syukur bisa menimbulkan dan mendukung tindakan dan kebaikan sederhana atau kesopanan; 3) Span, maksudnya adalah dari peristiwa-peristiwa kehidupan bisa membuat seseorang merasa bersyukur,

misalnya merasa bersyukur atas keluarga, pekerjaan, kesehatan, dll; dan 4) Density, maksudnya adalah orang yang bersyukur diharapkan dapat menuliskan lebih banyak nama-nama orang yang dianggap telah membuatnya bersyukur, termasuk orang tua, teman, keluarga, dll. Menurut survei yang dilakukan JobStreet.com yang dilansir oleh situs CCN Indonesia terdapat 33% pekerja yang ada di Indonesia tidak bahagia di tempat kerja.

Berdasarkan latar belakang, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di salah satu instansi pemerintah di Sulawesi Utara yaitu di kantor Rumah Detensi Imigrasi Manado. Dengan topik permasalahan hubungan kebahagiaan dan kebersyukuran pegawai Rumah Detensi Imigrasi di Manado.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang cara pengumpulan data dan analisis menggunakan angka (Creswell, 1998). Jenis penelitian ini menggunakan metode korelasi dengan tujuan untuk melihat hubungan kebersyukuran dengan kebahagiaan pada pegawai rumah detensi imigrasi di Manado.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pegawai tetap rumah detensi imigrasi di Manado. Metode penarikan sampel menggunakan teknik sampling jenuh. Teknik sampling jenuh adalah penentuan sampel dimana seluruh populasi dijamin sebagai sampel. Sampel yang digunakan yaitu sebanyak 52 pegawai tetap yang bekerja pada instansi Rudenim Manado. Penggunaan data dalam penelitian ini menggunakan angket dan

diberikan menggunakan skala likert yaitu 4 pilihan jawaban.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah:

- H0: Tidak Terdapat hubungan positif antara kebersyukuran dengan kebahagiaan pada pegawai/karyawan Rumah Detensi Imigrasi di Manado.
- H1: Terdapat hubungan positif antara kebersyukuran dengan kebahagiaan pada pegawai/karyawan Rumah Detensi Imigrasi di Manado.
- H2: Terdapat hubungan positif antara kebersyukuran dengan kebahagiaan pada laki-laki dan perempuan
- H3: Terdapat hubungan positif antara kebersyukuran dengan kebahagiaan yang ditinjau dari lama kerja
- H4: Terdapat hubungan positif antara kebersyukuran dengan kebahagiaan yang ditinjau dari Pendidikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kebersyukuran dengan kebahagiaan memiliki hubungan yang positif dan signifikan, hasil ini ditunjukkan dalam uji hipotesis yang menggunakan uji korelasi dengan nilai 0,560. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kebersyukuran yang dirasakan pegawai rumah detensi Imigrasi Manado maka semakin tinggi pula kebahagiaan yang dirasakan. Begitu pula sebaliknya semakin rendah kebersyukuran yang dirasakan maka semakin rendah pula kebahagiaan yang dirasakan.

Selain itu analisis yang dilakukan berdasarkan jenis kelamin tidak ada perbedaan yang signifikan dengan nilai kebersyukuran $p(0.808) > 0.05$ hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Surya (2015) pada

mahasiswa Psikologi Universitas Syiah Kuala menurutnya laki-laki dan perempuan memiliki caranya masing-masing dalam bersyukur. Sedangkan pada variabel kebahagiaan juga diperoleh nilai $p(0.450) > 0.005$ yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada variabel kebahagiaan hal ini juga diperkuat oleh penelitian yang dilakukan (Pebriany, 2019) yang menyatakan tidak ada perbedaan tingkat kebahagiaan pada perempuan maupun pada laki-laki.

Selanjutnya ditinjau berdasarkan lama kerja didapatkan hasil pada variabel kebersyukuran nilai $p(0.205) > 0.05$, hal ini menyatakan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan berdasarkan lama kerja pegawai. Pada variabel kebahagiaan juga diperoleh nilai $p(0.847) > 0.005$, hal ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada variabel kebahagiaan berdasarkan lama kerja pegawai. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Anisya, 2020) lewat penelitiannya dia menemukan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kebersyukuran dan kebahagiaan yang ditinjau berdasarkan lama kerja.

Yang terakhir ditinjau berdasarkan tingkat Pendidikan hasil pada variabel kebersyukuran nilai $p(0.205) > 0.05$, hal ini menyatakan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan berdasarkan lama kerja pegawai. Pada variabel kebahagiaan juga diperoleh nilai $p(0.847) > 0.005$, hal ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada variabel kebahagiaan berdasarkan lama kerja pegawai.

KESIMPULAN

Variabel kebersyukuran memiliki hubungan positif dengan variabel kebahagiaan. Dengan kata lain kebersyukuran mempengaruhi dalam keberlangsungan kebahagiaan seseorang, semakin tinggi rasa syukur yang dirasakan maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan yang dirasakan. Sebaliknya jika rasa syukur yang dirasakan rendah maka semakin rendah pula kebahagiaan yang diterima. Kebahagiaan dan kebersyukuran dilihat dari jenis kelamin tidak memiliki perbedaan. Hal ini menunjukkan bahwa anak laki-laki dan perempuan memiliki cara masing-masing dalam mengucap syukur dan mengekspresikan kebahagiaan mereka. Selanjutnya kebahagiaan dan kebersyukuran dilihat dari lama kerja pegawai menunjukkan bahwa tidak memiliki perbedaan yang signifikan. Dan terakhir kebahagiaan dan kebersyukuran yang ditinjau dari latar belakang pendidikan juga merupakan hal yang sama yakni tidak memiliki perbedaan yang sama.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrillia, Dian. 2019 . “Karyawan bahagia lebih produktif”, <https://lokadata.id/artikel/karyawan-bahagia-lebih-produktif>, diakses pada 08 Januari 2021 pukul 09.15.
- Devi, A. S. (2019). Pengaruh Kebersyukuran Terhadap Kebahagiaan Di Tempat Kerja Pada Pegawai Dinas Perhubungan Banjarnegara (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Purwokerto)
- Dewantara, N. D. (2012). *Kebahagiaan sejati (authentic happiness)* remaja dengan latar belakang keluarga broken home: Studi kasus di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34–43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- Pebriany, D. N. (2019). Perbedaan tingkat kebahagiaan pada mahasiswa laki-laki dan perempuan. *Jurnal Ilmu Pendidikan, Sosial Dan Budaya*, 15(2), 141–148. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Surya, M. Y. (2015). Perbedaan Bersyukur Ditinjau Dari Jenis Rnkelamin Pada Mahasiswa Program Studirnpsikologi Fakultas Kedokterannuniversitas Syiah Kuala. *Etd Unsyiah*.