

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KEBERSYUKURAN DENGAN TINGKAT KESEPIAN PADA SISWA SMA NEGERI 1 JEPARA

Zulham Armashaf¹, Prasetyo Budi Widodo¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

zulham.armashaf@gmail.com

ABSTRAK

Kesepian merupakan kondisi universal yang dapat dialami oleh manusia dari rentang usia berapa pun, salah satunya pada usia remaja. Permasalahan psikologis tersebut dapat diatasi dengan kebersyukuran. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat kebersyukuran dengan tingkat kesepian pada siswa SMA Negeri 1 Jepara. Sampel pada penelitian ini berjumlah 262 siswa dari tiga tingkatan kelas dengan kategori usia remaja yang ditentukan dengan teknik *Stratified Random Sampling*. Pengumpulan data menggunakan Skala Kebersyukuran (50 aitem; $\alpha = 0,909$) dan Skala Kesepian (32 aitem; $\alpha = 0,890$). Uji Hipotesis menggunakan analisis korelasi *Spearman's Rank* menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,686 dengan nilai signifikansi sebesar 0,00 ($p < 0,05$). Hasil tersebut membuktikan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara tingkat kebersyukuran dengan tingkat kesepian. Artinya semakin rendah tingkat kebersyukuran individu, maka semakin tinggi tingkat kesepiannya. Sebaliknya, semakin tinggi tingkat kebersyukuran individu, maka semakin rendah tingkat kesepiannya.

Kata kunci: kebersyukuran, kesepian, siswa SMA, remaja

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE LEVEL OF GRATITUDE AND THE LEVEL OF LONELINESS OF STUDENTS OF 1 PUBLIC SENIOR HIGH SCHOOL JEPARA

Zulham Armashaf¹, Prasetyo Budi Widodo¹

Faculty of Psychology, Diponegoro University
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

zulham.armashaf@gmail.com

ABSTRACT

Loneliness is a universal condition that can be experienced by humans of any age category, one of which is in adolescence. This psychological problem can be overcome with gratitude. The purpose of this study was to determine the relationship between the level of gratitude and the level of loneliness in students of 1 Public Senior High School Jepara. The sample in this study consisted of 262 students from three grade levels with the adolescent age category determined by the Stratified Random Sampling technique. The data collection used the Gratitude Scale (50 items; $\alpha = 0.909$) and the Loneliness Scale (32 items; $\alpha = 0.890$). Spearman's Rank analysis showed a correlation coefficient value of -0.686 with a significance value of 0.00 ($p < 0.05$). These results showed that there is a significant negative relationship between the level of gratitude and the level of loneliness. This means that the lower the level of individual gratitude, the higher the level of loneliness. Conversely, the higher the level of individual gratitude, the lower the level of loneliness.

Kata kunci: gratitude, loneliness, highschool students, adolescent