PENGEMBANGAN SKALA KEBERSYUKURAN: UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

Diajeng Laily Hidayati
Magister Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
diajenglaily11@gmail.com

Eny Purwandari
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
ep271@ums.ac.id

Abstract

Gratitude is one of the positive emotions closely linked to an individual's psychological well-being. Individuals who perceive and approach problems or suffering positively are more capable of enduring and overcoming such challenges. HIV is a disease for which a cure has not yet been found. Therefore, an assessment of gratitude among People Living with HIV (PLHIV) is necessary to formulate more precise psychological interventions. Testing the validity and reliability of this gratitude measurement scale can significantly contribute to research, evaluation, or intervention efforts related to feelings of gratitude within the population of PLHIV. The researcher obtained responses from 232 participants, with the majority being male aged 25-49, accounting for 59.05%, and the majority having completed high school education, totaling 56.90%. The construct testing of gratitude in the research was conducted using the outer model in Partial Least Squares (PLS) through the application SmartPLS 3.0. After undergoing psychometric testing, including assessments of internal consistency and construct validity, it can be concluded that the gratitude scale used in this study demonstrates good validity and reliability. This scale consistently measures the same concept and has been validated in assessing gratitude through three main factors: sense of appreciation, positive feelings, and expressions of gratitude. Based on the analysis, the aspect of sense of appreciation contributes most dominantly in reflecting the construct of gratitude

Keywords: Gratitude Scale, People Living with HIV (PLHIV)

Abstrak

Bersyukur merupakan salah satu emosi positif yang memiliki keterkaitan erat dengan kesejahteraan psikologis individu. Individu yang merasakan dan melihat sebuah masalah ataupun penderitaan dengan positif akan lebih mampu bertahan dalam mengatasi permasalahan. HIV merupakan salah satu penyakit yang hingga saat ini belum ditemukan obatnya. Untuk itu, pemeriksaan atas kebersyukuran ODHIV perlu dilakukan agar dapat merumuskan intervensi psikologis yang lebih tepat. Pengujian keabsahan dan keterandalan skala pengukuran rasa syukur ini dapat memberikan kontribusi yang berarti dalam penelitian, evaluasi, atau upaya intervensi terkait perasaan syukur pada kelompok populasi yang mengalami ODHIV. Jumlah responden yang berhasil diperoleh peneliti adalah 232 responden

dengan mayoritas jenis kelamin adalah laki-laki dengan kelompok usia 25-49 tahun sebesar 59.05%, dan mayoritas pendidikan terakhir SMA 56.90%. Pengujian konstruk kebersyukuran dalam penelitian dilakukan dengan outer model dalam Partial Least Squares (PLS) melalui aplikasi SmartPLS 3.0. Setelah melalui uji psikometri yang mencakup penilaian konsistensi internal dan validitas konstruk, dapat disimpulkan bahwa skala kebersyukuran dalam penelitian ini memiliki validitas dan reliabilitas yang baik. Skala ini secara konsisten dapat mengukur konsep yang sama dan terbukti valid dalam mengukur konsep bersyukur melalui tiga faktor utama, yaitu *sense of appreciation*, perasaan positif, dan ekspresi rasa syukur. Berdasarkan analisis, aspek *sense of appreciation* berkontribusi paling dominan dalam merefleksikan konstruk kebersyukuran.

Kata Kunci : Skala Kebersyukuran, Orang Dengan HIV

A. PENDAHULUAN

Rasa syukur bukan hanya sebuah emosi dan perasaan, tetapi juga merupakan sikap dan sifat karakter, dan bahkan cara hidup. Hal ini menunjukkan bahwa rasa terima kasih tidak mengacu pada ucapan terima kasih dengan cara yang konvensional dan dangkal, tetapi lebih pada perasaan dan pengembangan rasa terima kasih pada tingkat yang lebih dalam. Rasa syukur dapat membuat hidup menjadi lebih bahagia dan lebih memuaskan. Ketika seseorang merasa bersyukur, maka ia akan mendapat manfaat dari ingatan yang menyenangkan tentang fakta atau peristiwa positif dalam hidupnya; ia merasa baik dan hidup nya memiliki makna. Selain itu, ketika seseorang mengungkapkan rasa terima kasih kepada orang lain, maka seseorang telah membentuk hubungan yang lebih dekat dengan orang lain dan membuat mereka merasa lebih baik.[1]

Individu yang terinfeksi HIV, yang sering disebut sebagai orang dengan HIV (ODHIV) atau orang dengan HIV/AIDS (ODHA), sering mengalami perasaan seperti malu, isolasi, ketidakpastian mengenai masa depan, ketakutan akan tidak ada pengobatan yang efektif, kehilangan semangat hidup, dan kecemasan tentang memiliki waktu hidup yang terbatas.[2] Hal ini terjadi karena adanya stigma yang sering melekat pada mereka. Di Amerika Serikat dan Kanada, stigma yang diberikan kepada ODHA sering kali menyebabkan masalah psikologis seperti depresi, rasa putus asa, kecemasan, rendahnya harga diri, dan kekurangan dukungan sosial.[3] Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap krisis kesejahteraan psikologis pada ODHA adalah stigma negatif yang tidak hanya ditujukan kepada penderita, tetapi juga kepada

1 M. Rosa Elosúa, "The Influence of Gratitude in Physical, Psychological, and Spiritual Well-Being," Journal of Spirituality in Mental Health 17, no. 2 (April 3, 2015): 110–18, https://doi.org/10.1080/19349637.2015.957610.

2 Komang Diatmi and I. Gusti Ayu Diah Fridari, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Pada Orang Dengan HIV Dan AIDS (ODHA) Di Yayasan Spirit Paramacitta," Jurnal Psikologi Udayana 1, no. 2 (April 1, 2014), https://doi.org/10.24843/JPU.2014.v01.i02.p14.

3 Gregory M. Herek, Sona Saha, and Jeffrey Burack, "Stigma and Psychological Distress in People With HIV/AIDS," Basic and Applied Social Psychology 35, no. 1 (January 1, 2013): 41–54, https://doi.org/10.1080/01973533.2012.746606.

keluarga mereka.[4]

Individu yang terinfeksi HIV memiliki risiko yang lebih tinggi terhadap gangguan kesehatan mental, karena mereka cenderung mengalami gangguan *mood* dan kecemasan yang lebih sering. Pengalaman traumatis yang dialami oleh banyak orang dengan HIV juga dapat menyebabkan tingkat stres yang signifikan terkait dengan penyakit ini dan stigma yang mungkin mereka alami dari masyarakat.[5] Terdapat beberapa cara yang dapat dilakukan untuk menghadapi berbagai perasaan tidak menyenangkan akibat pengalaman traumatis, salah satunya dengan bersyukur. McCullough de Souza & Kamble menjelaskan bahwa bersyukur dapat meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan seseorang serta menurunkan psikopatologi.[6]

Carmen & Boțu menjelaskan bahwa perilaku prososial dan kebersyukuran memiliki efek interaksi yang dekat dan signifikansi pada kesejahteraan remaja.[7] Sejalan dengan Carmen, Anggraini & Palupi, mendapatkan hasil bahwa ada hubungan antara rasa syukur dengan kesejahteraan psikologis pada penduduk di sekitar semburan lumpur Lapindo.[8] Hoffman juga menyebutkan bahwa kebersyukuran memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan perasaan depresif.[9]

Haworth & Lewis menyatakan bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah rasa syukur.[10] Syukur dikaitkan dengan fungsi psikologis dan indikator kesehatan mental, seperti kepositifan, efisiensi, kepuasan, kebahagiaan, dan kepuasan. Wood et al. mengungkapkan bahwa rasa syukur memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis.[11] Menurut Lyubomirsky & Layous, bersyukur dapat meningkatkan kualitas diri dan perubahan positif individu, mendorong individu untuk meningkatkan tujuan hidup dan mengembangkan perilaku positif untuk menjadi individu yang lebih baik.[12]

---

4 Marcin Rzeszutek et al., "HIV/AIDS Stigma and Psychological Well-Being after 40 Years of HIV/AIDS: A Systematic Review and Meta-Analysis," European Journal of Psychotraumatology 12, no. 1 (January 1, 2021): 1990527, https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1990527.

5 Dewi Purnamawati and Ayunda Larasati Sekarputri, "Kesehatan Mental Orang Dengan Hiv (Odhiv) Untuk Kesetaraan Akhiri Aids," in Prosiding Forum Ilmiah Tahunan (FIT) IAKMI, 2022.

6 Alvita de Souza and Shanmukh V. Kamble, Spirituality and Gratitude as Predictors of the Quality of Life in Adult Cancer Patients, vol. 3 (The International Journal of Indian Psychology, 2016).

7 Costea Carmen and Georgiana Boțu, "Associations Between Prosocial Behaviours, Gratitude, and Psychological Well-Being in Vulnerable Adolescents with Mild Intellectual Disabilities," Educatia 21, August 17, 2019, 8, https://doi.org/10.24193/ed21.2019.17.08.

8 Dian Anggraini and Listyati Palupi, "Relationship between Gratitude and Psychological Well-Being around Lapindo Mudflow Resident," E3S Web of Conferences 153 (2020): 03005, https://doi.org/10.1051/e3sconf/202015303005.

9 Donna L. Hoffman, "The Effects of a Practice of Gratitude on Quality of Life and Depression in Head and Neck Cancer Survivors" (PhD Thesis, Capella University, 2015).

10 John Haworth and Suzan Lewis, "Work, Leisure and Well-Being," British Journal of Guidance & Counselling 33, no. 1 (February 1, 2005): 67–79, https://doi.org/10.1080/03069880412331335902.

11 Alex Wood, Stephen Joseph, and John Maltby, "Gratitude Predicts Psychological Well-Being above the Big Five Facets," Personality and Individual Differences 46 (March 1, 2009): 443–47, https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.11.012.

12 Sonja Lyubomirsky and Kristin Layous, "How Do Simple Positive Activities Increase Well-Being?," Current Directions in Psychological Science 22 (February 1, 2013): 57–62, https://doi.org/10.1177/0963721412469809.

Kebersyukuran memiliki hubungan dengan berbagai manfaat bagi individu, seperti peningkatan kesejahteraan psikologis, kualitas hidup yang lebih baik, dan kesehatan fisik yang lebih baik. Oleh karena itu, pengukuran kebersyukuran menjadi penting. Skala untuk mengukur rasa syukur telah dikembangkan dalam beberapa tahun terakhir, namun masih perlu pengembangan lebih lanjut. Perkembangan psikologi positif telah menyebabkan peningkatan fokus pada penelitian terkait kebersyukuran, dan para peneliti telah mempelajari hubungan antara rasa syukur dan berbagai hal seperti prestasi, perilaku bermasalah, dan adaptasi sosial.[13]

Beberapa contoh skala kebersyukuran yang telah dikembangkan antara lain *Islamic Gratitude Scale* (IGS-10)[14] dan *Work Gratitude Scale* (WGS).[15] Listiyandani dkk juga telah mengembangkan skala kebersyukuran versi Indonesia. Skala kebersyukuran tersebut memiliki koefisien Alpha Cronbach sebesar α=0.949. Berdasarkan hasil uji validitas konstruk yang mengkaitkan nilai bersyukur dengan nilai SWLS diperoleh hasil korelasi sebesar r =0,474 (p<0,01). Selain korelasi dengan SWLS, korelasi nilai bersyukur dengan nilai BDI diketahui sebesar r=-0.327 (p<0,01). Skala tersebut juga memiliki corrected item total correlation (Cit) r=0.3-0..[16]

Namun, masih diperlukan pengukuran rasa syukur yang lebih spesifik dan berbeda, seperti rasa syukur terhadap entitas tertentu seperti Tuhan.[17] Oleh karena itu, penting untuk terus mengembangkan skala kebersyukuran dengan tetap mengkritisi penggunaan dan potensi keterbatasannya. Hal ini juga bertujuan untuk mengembangkan skala kebersyukuran yang valid dan reliabel yang dapat digunakan dalam berbagai konteks penelitian.

Pengembangan skala kebersyukuran yang valid dan reliabel akan memberikan manfaat besar bagi berbagai disiplin ilmu, termasuk psikologi positif, kesehatan mental, pendidikan, dan bidang-bidang lain yang berkaitan dengan kesejahteraan manusia. Skala kebersyukuran yang baik dapat digunakan untuk mengukur tingkat kebersyukuran individu, mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi kebersyukuran, dan mengukur dampak intervensi atau program yang bertujuan untuk meningkatkan kebersyukuran.

Dalam konteks ini, penelitian ini bertujuan untuk menguji validitas dan reliabilitas skala kebersyukuran yang telah disusun oleh Listiyandini dkk yang kemudian telah dimodifikasi oleh Rini Lestari dkk. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi alat ukur yang berguna bagi para peneliti dan praktisi dalam memahami dan mengukur kebersyukuran, sehingga dapat memberikan wawasan yang lebih baik tentang peran kebersyukuran dalam

[13] Sun Wei-we, "Analysis and Enlightenment of Adolescent Gratitude Education Literature for Adolescent," *Journal of Yulin University*, 2013, https://www.semanticscholar.org/paper/Analysis-and-Enlightenment-of-Adolescent-Gratitude-Wei-we/02652b712406a09165492645d729caa310a52560.

[14] Ahmad Rusdi et al., "The Development and Validation Of The Islamic Gratitude Scale (IGS-10)," *Psikis : Jurnal Psikologi Islami* 7, no. 2 (December 29, 2021): 120–42, https://doi.org/10.19109/psikis.v7i2.7872.

[15] Carolyn M. Youssef-Morgan, Llewellyn E. van Zyl, and Barbara L. Ahrens, "The Work Gratitude Scale: Development and Evaluation of a Multidimensional Measure," *Frontiers in Psychology* 12 (January 5, 2022): 795328, https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.795328.

16 Ratih Arruum Listiyandini et al., "Mengukur Rasa Syukur: Pengembangan Model Awal Skala Bersyukur Versi Indonesia," Jurnal Psikologi Ulayat Vol. 2 (December 1, 2015), https://doi.org/10.24854/jpu22015-41.

[17] Marcin Wnuk, "Links between Faith and Some Strengths of Character: Religious Commitment Manifestations as a Moderators," *Religions* 12, no. 9 (September 18, 2021): 786, https://doi.org/10.3390/rel12090786.

memengaruhi kesejahteraan individu dan masyarakat. Dengan adanya skala kebersyukuran yang baik, kita dapat lebih memahami bagaimana kebersyukuran dapat ditingkatkan dan dimanfaatkan untuk meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan individu secara keseluruhan.

B. METODE PENELITIAN

1. Partisipan

Populasi dalam penelitian ini adalah orang dengan HIV (ODHIV) yang mendapat layanan dari KP Mahakam Plus di Provinsi Kalimantan Timur yang melakukan pengobatan di Kota Samarinda. Pemilihan Kota Samarinda didasarkan pada data dari KP Mahakam Plus yang menyebutkan bahwa penderita ODHIV paling banyak melakukan pengobatan di Kota Samarinda dengan jumlah 1.507 orang. Meski demikian, penelitian ini hanya melibatkan populasi ODHIV di rentang usia produktif antara 20-49 tahun yang berjumlah 1.299 orang. Populasi dipilih karena kelompok orang dengan HIV memiliki pengalaman hidup yang kompleks. Dengan pengalaman selama menjadi orang dengan HIV akan mewujudkan perenungan yang selanjutnya dapat memunculkan perasaan bersyukur.

Penelitian ini tidak menggunakan keseluruhan populasi penelitian. Melihat karakteristik populasi di atas, Teknik pengambilan sampel berjenjang (*stratified random sampling*) diterapkan untuk memperoleh sampel penelitian. Hal ini didasarkan pertimbangan peneliti mengenai karakteristik responden dan sampel yang paling sesuai dengan penelitian ini.[18] Penelitian ini mengacu pada tabel penentuan sampel menurut Isaac dan Michael dengan taraf kesalahan 10%. Berdasarkan tabel tersebut maka jumlah minimum total sampel dalam penelitian ini adalah 224 orang. Kriteria inklusif dari sampel dalam penelitian ini adalah ODHIV yang melakukan pengobatan di Kota Samarinda, berusia antara 20-49 tahun, mendapat pendampingan dari KP Mahakam Plus, mengikuti terapi antiretroviral (ARV), dan mampu menjawab kuesioner.

Jumlah responden yang berhasil diperoleh peneliti adalah 232 responden dengan mayoritas jenis kelamin ODHIV adalah laki-laki dengan kelompok usia 25-49 tahun sebesar 59.05%, mayoritas pendidikan terakhir SMA 56.90%, mayoritas status pernikahan belum atau tidak menikah 51.29%, mayoritas belum atau tidak punya anak 58.19%, mayoritas mengidap HIV selama 2-3 tahun 20.69%, mayoritas bekerja sebanyak 79.74% dengan jenis pekerjaan wiraswasta 48.71% dan penghasilan sebanyak Rp. 2.000.001 - 3.000.000 39.66%, dan mayoritas tinggal bersama keluarga 28.88%.

2. Desain

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan analisis korelasional dan pendekatan *cross sectional*. Dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* peneliti dapat menganalisis korelasi antara variabel bebas dan variabel terikat yang dilakukan pada suatu saat (*point time approach*). Pendekatan kuantitatif digunakan untuk mendapatkan penjelasan yang didukung oleh data empiris terkait dengan hubungan antar variabel yang dikaji.[19] Variabel

18 Saiyidi Mat Roni, Margaret Kristin Merga, and Julia Elizabeth Morris, Conducting Quantitative Research in Education (Springer, 2020).

19 David Clark-Carter, Quantitative Psychological Research: The Complete Student's Companion, 4th edition (New York: Routledge, 2018).

kebersyukuran diamati dengan menggunakan metode laporan diri, yang berarti peserta penelitian akan diminta untuk menilai tingkat kebersyukuran yang mereka rasakan sendiri. Dengan data yang terkumpul, peneliti kemudian melakukan analisis untuk mengevaluasi sejauh mana skala kebersyukuran memiliki validitas dan reliabilitas yang memadai.

3. Prosedur

a. *Expert Judgement*

Sebelum pengambilan data penelitian, peneliti melakukan uji coba alat ukur terlebih dahulu untuk mengetahui validitas dan koefisiensi reliabialitas dari alat ukur yang dipakai dalam penelitian ini. Validitas menunjukkan sejauh mana skala atau intrumen yang digunakan oleh peneliti mampu mengungkapkan dengan akurat atribut yang akan diukur. Untuk itu, validitas berhubungan erat dengan tujuan alat ukur.[20]

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan pemvalidasian isi dengan pendekatan "*expert judgment*". Para expert tersebut dalam penelitian ini disebut sebagai rater. Rater dalam penelitian ini adalah para ahli yang memiliki kemampuan dan pengalaman dalam penelitian psikologi. Jumlah rater yang terlibat dalam penelitian ini adalah tujuh orang rater. Peneliti menganalisis validitas item dengan menggunakan pendekatan Aiken atau disebut *content validity item* (CVI). Jika merujuk pada tabel aiken maka item dapat dikatakan valid jika berada pada $\geq 0{,}76$.[21]

Instrumen dalam penelitian ini ini dinilai oleh 7 rater dengan kategori rating 1-4. Jika merujuk pada tabel aiken maka item dapat dikatakan valid jika berada pada $\geq$ 0,76. Berdasarkan hasil analisis, skala kebersyukuran, item dengan skor tertinggi adalah 1 dan item dengan skor terendah adalah 0,95. Dari hasil yang diperoleh dan kemudian dianalisis dengan melihat kesesuaian tabel Aiken maka didapatkan hasil bahwa seluruh butir item memiliki CVI $\geq 0{,}76$ dan dinyatakan valid.

b. Uji Coba

Penelitian ini melibatkan minimal 30 responden untuk ujicoba agar hasil pengujian mendekati kurva normal.[22] Selanjutnya, reliabilitas alat ukur dilakukan untuk menunjukkan konsistensi hasil pengukuran ketika digunakan untuk mengukur ulang gejala serupa dengan alat ukur yg sama.[23] Untuk mengetahui koefisiensi reliabilitas alat ukur, peneliti menggunakan bantuan program Aiteman versi 3.6 untuk mengetahui nilai cronbach's alpha. Instrumen dikatakan reliabel jika memiliki nilai cronbach's alpha $\geq 0{,}60$.[24]

Pada tahap uji coba, skala kebersyukuran disebarkan kepada responden melalui *google form*. Subjek yang terlibat dalam uji coba adalah 49 ODHIV yang mendapat pendampingan

20 Saifuddin Azwar, Reliabilitas Dan Validitas, Edisi 4 (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2019).

21 Lewis R. Aiken, "Three Coefficients for Analyzing the Reliability and Validity of Ratings," Educational and Psychological Measurement 45, no. 1 (March 1, 1985): 131–42, https://doi.org/10.1177/0013164485451012.

22 Sugiyono, Metode penelitian pendidikan: (pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R & D) (Alfabeta, 2008).

23 Azwar, Reliabilitas Dan Validitas.

24 Imam Ghozali, Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 25 Edisi Ke-9 (Universitas Diponegoro, 2018).

KP Mahakam Plus di Kota Samarinda. Setelah itu, hasil pengujian data dianalisis dengan menggunakan perangkat lunak aiteman untuk mengetahui nilai koefisien reliabilitas dari instrumen pengukur. Berdasarkan hasil uji reliabilitas tersebut, diketahui bahwa alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini memiliki nilai koefisien reliabilitas sebesar 0.864. Hal ini bermakna bahwa skala kebersyukuran memiliki nilai cronbach's alpha ≥ 0,60. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa skala tersebut dapat dianggap reliabel.

Dalam model penelitian ini, peneliti juga menganalisis reliabilitas konstruk. Penelitian ini menggunakan nilai *composite reliability* untuk menguji akurasi, konsistensi, dan ketepatan instrumen dalam mengukur konstruk. Secara umum, untuk penelitian yang bersifat konfirmatori, nilai *composite reliability* antara 0,6-0,7 masih dapat diterima.[25]

c. Pengambilan Data Utama

Skala kebersyukuran yang *terdiri* dari 29 item, diujicobakan ulang kepada subjek dengan jumlah yang lebih besar. Tindakan ini diperlukan untuk kemudian melihat validitas dan reliabilitas skala. Seperti pada tahap uji coba sebelumnya, saat mengisi skala kebersyukuran ini, responden diminta untuk mengevaluasi sejauh mana pernyataan yang disajikan mencerminkan kondisi pikiran dan perasaan mereka, menggunakan skala Likert dari 1 hingga 5 (dari "Sangat Tidak Sesuai" hingga "Sangat Sesuai"). Jumlah partisipan dalam pengumpulan data utama adalah 232 responden.

4. Analisis Data

Uji validitas skala kebersyukurab dilakukan dengan validitas isi dan validitas konstruk. Validitas isi dilakukan dengan *expert judgement.* Pengujian validitas pada konstruk kebersyukuran dilakukan menggunakan outer model dalam Partial Least Squares (PLS) yang diterapkan melalui aplikasi SmartPLS 3.0. Outer model ini berperan sebagai alat pengukuran untuk menilai validitas dan reliabilitas model. Metode PLS (Partial Least Square) memungkinkan dilakukannya estimasi parameter tanpa memerlukan persyaratan kriteria goodness of fit. Penelitian ini menggunakan SmartPLS dalam analisis data karena data dalam penelitian ini tidak memenuhi asumsi parametrik yakni terdistribusi normal secara multivariat.

Dalam konteks Partial Least Squares (PLS), validitas memiliki dua aspek, yaitu validitas konvergen dan validitas diskriminan. Validitas konvergen bertujuan untuk mengukur sejauh mana variabel laten berkorelasi dengan konstruknya, yang dievaluasi dengan *standardized loading factor*.[26] Di sisi lain, Pengukuran validitas diskriminan dilakukan dengan membandingkan akar kuadrat AVE untuk setiap konstruk dengan nilai korelasi antar konstruk dalam model. Validitas diskriminan yang baik ditunjukkan dengan akar kuadrat AVE lebih besar dari korelasi antar konstruk dalam model.[27] Sesuai dengan panduan yang dikemukakan oleh Hair, suatu loading factor dianggap signifikan secara praktis jika nilainya > 0,5, dan

25 Imam Ghozali and Hengky Latan, Partial Least Squares: Konsep, Teknik Dan Aplikasi Menggunakan Program SmartPLS 3.0 Untuk Penelitian Empiris (Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro, 2015).

26 Ghozali and Latan.

27 Ghozali and Latan.

average variance extracted (AVE) > 0,5.[28]

Sementara itu, reliabilitas dalam Partial Least Squares (PLS) untuk menganalisis konstruk kebersyukuran diperiksa melalui penggunaan nilai Cronbach's alpha dan Composite reliability. Cronbach's alpha berfungsi untuk menetapkan batas minimal reliabilitas suatu konstruk, sementara Composite reliability digunakan untuk menunjukkan tingkat konsistensi internal dan keandalan setiap item dalam mengukur variabel laten atau nilai reliabilitas sejati suatu konstruk. Nilai yang diinginkan untuk Cronbach's alpha dan Composite reliability adalah > 0,7.[29]

Tabel 1. *Blue Print* Awal Skala Kebersyukuran

Komponen	Sumber	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Sense Of Appreciation (SA) : Rasa apresiasi terhadap orang lain, Tuhan dan kehidupan	Transpersonal	13, 18, 23	8, 19, 7	6
	Personal	2, 4	1, 5, 9, 29	6
Perasaan Positif (PP) : Perasaan positif terhadap kehidupan yang dimiliki	Transpersonal	14	6, 10, 11, 20	5
	Personal	24	22, 16	3
Ekspresi Bersyukur (EB) : Kecenderungan untuk bertindak positif sebagai ekspresi dari perasaan positif dan apresiasi yang dimiliki	Transpersonal	12, 17, 25	3, 27	5
	Personal	15, 28	21, 26,	4
Jumlah		12	17	29

C. PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan skala kebersyukuran yang disusun oleh Listiyandini dkk yang kemudian telah dimodifikasi oleh Rini Lestari. Aspek yang diukur dalam skala ini adalah rasa apresiasi, perasaan positif, dan ekspresi bersyukur. Skala kebersyukuran ini mengacu pada teori Watkins (2003) dan Fitzgerald (1998). Total item dalam skala kebersyukuran ini adalah 29 aitem dengan validitas antara 0,75 – 0,9167 dan reliabilitas Cronbach Alpha skala kebersyukuran 0,890.

Berikut adalah tabulasi nilai *loading factor* skala kebersyukuran dengan 29 aitem:

Tabel 2. *Loading Factor* Skala Kebersyukuran

Aitem Skala Kebersyukuran	*Loading Factor*	Keterangan
EB1	0.570	Valid

28 Joseph F. Hair et al., "When to Use and How to Report the Results of PLS-SEM," European Business Review 31, no. 1 (2019): 2–24.

29 Ghozali and Latan, Partial Least Squares: Konsep, Teknik Dan Aplikasi Menggunakan Program SmartPLS 3.0 Untuk Penelitian Empiris.

EB2	0.539	Valid
EB3	0.368	Tidak Valid
EB4	0.613	Valid
EB5	0.625	Valid
EB6	0.604	Valid
EB7	0.579	Valid
EB8	0.508	Valid
EB9	0.578	Valid
PP1	0.839	Valid
PP2	0.828	Valid
PP3	0.855	Valid
PP4	0.349	Tidak Valid
PP5	0.677	Valid
PP6	0.857	Valid
PP7	0.800	Valid
PP8	0.404	Tidak Valid
SA1	0.535	Valid
SA2	0.571	Valid
SA3	0.567	Valid
SA4	0.348	Tidak Valid
SA5	0.658	Valid
SA6	0.766	Valid
SA7	0.677	Valid
SA8	0.343	Tidak Valid
SA9	0.481	Tidak Valid
SA10	0.477	Tidak Valid
SA11	0.393	Tidak Valid
SA12	0.703	Valid

Berdasarkan tabel di atas terlihat bahwa aitem EB3, PP4, PP8, SA4, SA8, SA9, SA10, dan SA11 memiliki *loading factor* dibawah 0.5 yang berarti aitem tidak valid. Setelah menghapus kedelapan aitem tersebut, analisis dilakukan kembali dan didapatkan hasil bahwa nilai AVE masih rendah dan model fit belum tercapai. Untuk itu perlu kembali menghapus aitem dengan nilai loading factor rendah yakni SA2, SA3, EB2, EB4, EB6, dan EB9.

Selanjutnya, nilai validitas diskriminan konstruk kebersyukuran dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 3. *Average Variance Extracted* Skala Kebersyukuran

	Ekspresi Bersyukur	Perasaan Positif	Sense Of Appreciation
Ekspresi Bersyukur	0.732		
Perasaan Positif	0.466	0.828	

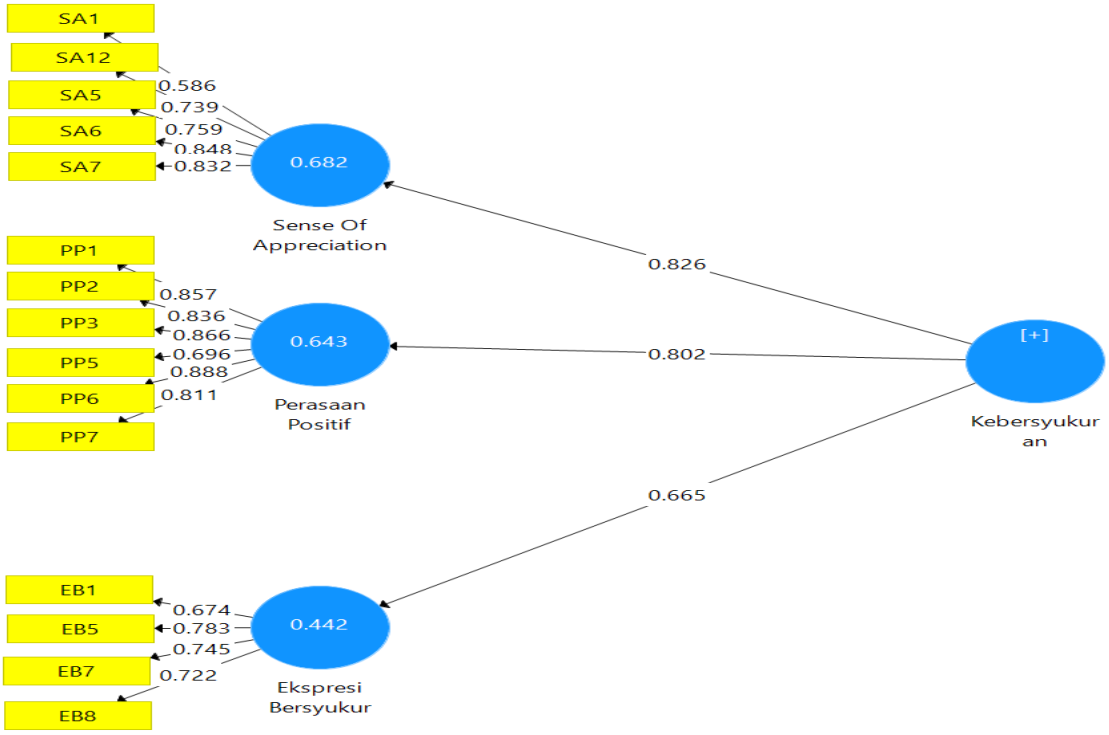
Sense Of Appreciation	0.512	0.811	0.758

Berdasarkan tabel di atas, nilai korelasi antar aspek ekspresi bersyukur, perasaan positif, dan *sense of appreciation* lebih kecil daripada akar AVE. Untuk itu, maka dapat dikatakan bahwa validitas diskrimina model penelitian ini baik. Lebih lanjut, model fit dari dari 15 aitem yang tersisa diukur dan didapatkan hasil berikut:

Tabel 4. Model Fit Skala Kebersyukuran

	Saturated Model
SRMR	0.076

Dari tabel di atas terlihat bahwa skala ini memiliki nilai SRMR 0.076 (<0.10) sehingga dapat dikatakan bahwa model *acceptable fit*. Selanjutnya seluruh aitem diuji kembali dan didapatkan hasil seperti pada gambar berikut.



Gambar 1. Hasil Analisis Loading Factor Skala Kebersyukuran

Pada gambar satu terlihat bahwa seluruh aitem telah memiliki nilai loading factor di atas 0.5 sehingga dapat dikatakan valid. Dari ketiga aspek dalam skala kebersyukuran, terlihat

bahwa aspek *sense of appreciation* berkontribusi paling dominan dalam merefleksikan konstruk kebersyukuran. Sedangkan aspek yang paling kecil merefleksikan konstruk adalah ekspresi bersyukur. Nilai *composite reliability* (CR) dan *Cronbach's Alpha* skala kebersyukuran adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Nilai CR dan AVE Skala Kebersyukuran

	CR	Cronbach's Alpha
Ekspresi Bersyukur	0.822	0.711
Perasaan Positif	0.929	0.907
Sense Of Appreciation	0.870	0.811

Dalam tabel terlihat bahwa nilai CR dan Cronbach's Alpha lebih besar dari 0.7 sehingga dapat dikatakan bahwa semua aitem reliabel. Oleh karena itu dapat dikatakan bahwa 15 aitem yang tersisa pada skala kebersyukuran valid dan reliabel. Berikut adalah *blue print* akhir dari skala kebersyukuran.

Tabel 6. *Blue Print* Akhir Skala Bersyukur

Komponen	Sumber	*Favorable*	*Unfavorable*	Jumlah
Sense Of Appreciation (SA) : Rasa apresiasi terhadap orang lain, Tuhan dan kehidupan	Transpersonal	-	4, 5	2
	Personal	-	1, 6, 15	3
Perasaan Positif (PP) : Perasaan positif terhadap kehidupan yang dimiliki	Transpersonal	-	3, 7, 8, 10	4
	Personal	-	12, 9	2
Ekspresi Bersyukur (EB) : Kecenderungan untuk bertindak positif sebagai ekspresi dari perasaan positif dan apresiasi yang dimiliki	Transpersonal	-	2, 14	2
	Personal	-	11, 13	2
Jumlah			15	15

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, dapat diketahui bahwa skala dalam penelitian ini memiliki kualitas psikometrik yang memadai. Skala ini terbukti valid dalam mengukur konsep kebersyukuran dan menunjukkan tingkat konsistensi internal. Berdasarkan analisis terdapat tiga komponen dalam mengukur skala kebersyukuran pada Orang dengan HIV, yakni *Sense Of Appreciation*, perasaan positif, dan ekspresi bersyukur.

Fitzgerald menjelaskan bahwah bersyukur adalah rasa penghargaan yang hangat seseorang atau sesuatu, keinginan atau niat baik terhadap seseorang atau sesuatu tersebut, dan

kecenderungan untuk bersikap positif berdasarkan yang mengalir atau dirasakan individu dari niat baik tersebut.[30] Listiyandini dkk mendefinisikan bersyukur sebagai kondisi dimana seseorang merasa bahagia, memiliki perasanan berterimakasih, serta mengapresiasi segala hal yang ia dapatkan selama hidup yang berasal dari Tuhan, manusia, dan alam semesta. Perasaan tersebut memberikan dorongan kepada individu untuk melakukan kebaikan yang sama.[31]

McCullough de Souza & Kamble menjelaskan bahwa bersyukur dapat meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan seseorang serta menurunkan psikopatologi.[32] Sejalan dengan Kamble, Hoffman menyebutkan bahwa kebersyukuran memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan perasaan depresif.[33] Lebih lanjut, Watkins dkk menyarankan bahwa rasa syukur dapat berkontribusi pada kesejahteraan dengan mekanisme sebagai berikut: meningkatkan kemampuan untuk menikmati manfaat, adaptasi emosional bergantian terhadap status, termasuk yang baik, dengan mendorong orang dari manfaat yang telah dialami, mengalihkan orang dari emosi yang tidak menyenangkan dan perasaan negatif, terlibat dalam bias ingatan yang mendorong dan meningkatkan penekanan pada aspek positif kehidupan, serta meningkatan penghargaan sosial.[34]

Haworth & Lewis menyatakan bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah rasa syukur. Syukur dikaitkan dengan fungsi psikologis dan indikator kesehatan mental, seperti kepositifan, efisiensi, kepuasan, kebahagiaan, dan kepuasan.[35] Woods dkk mengungkapkan bahwa rasa syukur memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis.[36] Menurut Lyubomirsky & Layous bersyukur dapat meningkatkan kualitas diri dan perubahan positif individu, mendorong individu untuk meningkatkan tujuan hidup dan mengembangkan perilaku positif untuk menjadi individu yang lebih baik.[37]

Pengenmbang awal skala ini, Listiyandini dkk, menjelaskan bahwa skala kebersyukuran versi Indonesia berbeda dengan skala kebersyukuran yang dikembangan di negara Barat. Dalam perspektif skala kebersyukuran yang berasal dari negara Barat, perasaan, kata-kata, dan ekspresi rasa terima kasih hanya mencakup aspek hubungan dengan individu lain (personal) dan elemen-elemen alam semesta atau kekuatan lain (transpersonal), tanpa secara eksplisit mengakui peran Tuhan. Hal ini sangan erat kaitannya dengan pandangan sekularisme, yang memisahkan unsur agama dan ilmu pengetahuan. Di Indonesia, pemisahan antara peran Tuhan dan agama dalam dimensi psikologis pribadi tidak memiliki relevansi. Hal ini berkaitan dengan karakteristik Masyarakat Indonesia yang memegang teguh nilai-nilai keagamaan. Selain itu, Indonesia juga menetapkan agama dan kepercayaan kepada Tuhan sebagai fondasi

30 Patrick Fitzgerald, "Gratitude and Justice," Ethics 109, no. 1 (1998): 119–53, https://doi.org/10.1086/233876.

31 Listiyandini et al., "Mengukur Rasa Syukur."

32 Souza and Kamble, Spirituality and Gratitude as Predictors of the Quality of Life in Adult Cancer Patients.

33 Hoffman, "The Effects of a Practice of Gratitude on Quality of Life and Depression in Head and Neck Cancer Survivors," 2015.

34 Philip C. Watkins et al., "GRATITUDE AND HAPPINESS: DEVELOPMENT OF A MEASURE OF GRATITUDE, AND RELATIONSHIPS WITH SUBJECTIVE WELL-BEING," Social Behavior and Personality: An International Journal 31, no. 5 (January 1, 2003): 431–51, https://doi.org/10.2224/sbp.2003.31.5.431.

35 Haworth and Lewis, "Work, Leisure and Well-Being."

36 Wood, Joseph, and Maltby, "Gratitude Predicts Psychological Well-Being above the Big Five Facets."

37 Lyubomirsky and Layous, "How Do Simple Positive Activities Increase Well-Being?"

negaranya.[38]

Goodness of fit model bertujuan untuk menguji kekuatan prediksi model dan kelayakan model. Model fit dalam SmartPLS dilakukan dengan melihat nilai *Standardized Root Mean Square* (SRMR) yang harus kurang dari 0.10.[39] Untuk mengetahui ukuran fit model pada PLS dapat dilihat melalui nilai *Standardized Root Mean Square* (SRMR). Nilai ini merupakan fit model yaitu perbedaan antara matrik korelasi data dengan matrik korelasi taksiran model. Nilai SRMR antara .05 < SRMR ≤ .10 menunjukkan model *acceptable fit*.[40] Berdasarkan hasi analisis, diketahui bahwa nilai SRMR model penelitian ini adalah 0.076 sehingga dapat dikatakan bahwa model ini *acceptable fit*. Data empiris dapat menjelaskan pengaruh antara variabel dalam model.

Dalam uji validitas dan reliabilitas yang dilakukan oleh peneliti, terdapat beberapaa item yang tidak valid dalam skala ini. Hal ini berkaitan dengan Bahasa yang mungkin sulit dipahami oleh responden seperti yang dijelaskan oleh pengembang awal skala ini,[41] Listiyandini dkk menyarankan untuk memperhatikan tingkat pendidikan responden sebelum menggunakan skala ini. Meski demikian melihat karakteristik ekslusivitas responden ODHA dalam penelitian ini, memilah latar belakang pendidikan adalah salah satu hal yang sulit dilakukan. Selain itu, penggunaan skala dengan metode lapor-diri rentan mengalami subjektifitas personal. Subjektifitas personal ini sangat memungkinkan mempengaruhi hasil dari analisis. Untuk itu, dalam penelitian selanjutnya perlu melibatkan unsur eksternal yang mampu menilai secara lebih objektif seperti laporan orang terdekat dan hasil observasi terkait ekspresi rasa Syukur.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan pada konstruk kebersyukuran didapatkan hasil bahwa komponen-komponen dan item-item pada konstruk kebrsyukuran valid dan reliabel. Untuk itu, skala kebersyukuran dapat dimanfaatkan secara maksimal sebagai alat ukur untuk mengukur kebersyukuran pada Orang dengan HIV (ODHIV). Berdasarkan analisis terdapat tiga komponen dalam mengukur skala kebersyukuran pada Orang dengan HIV, yakni *sense of appreciation*, perasaan positif, dan ekspresi bersyukur. Berdasarkan analisis, aspek *sense of appreciation* berkontribusi paling dominan dalam merefleksikan konstruk kebersyukuran. Sedangkan aspek yang paling kecil merefleksikan konstruk adalah ekspresi bersyukur. Untuk itu, seluruh komponen dalam alat ukur ini dapat memenuhi kriteria-kriteria sebagai aitem yang baik.

38 Listiyandini et al., "Mengukur Rasa Syukur."

39 Ali Muhson, "Analisis Statistik Dengan SmartPLS: Path Analysis, Confirmatory Factor Analysis, & Structural Equation Modeling," n.d.

40 Karin Schermelleh-Engel, Helfried Moosbrugger, and Hans Müller, "Evaluating the Fit of Structural Equation Models: Tests of Significance and Descriptive Goodness-of-Fit Measures," Methods of Psychological Research Online 8 (May 25, 2003): 23–74.

41 Listiyandini et al., "Mengukur Rasa Syukur."

DAFTAR PUSTAKA

Aiken, Lewis R. "Three Coefficients for Analyzing the Reliability and Validity of Ratings." *Educational and Psychological Measurement* 45, no. 1 (March 1, 1985): 131–42. https://doi.org/10.1177/0013164485451012.

Anggraini, Dian, and Listyati Palupi. "Relationship between Gratitude and Psychological Well-Being around Lapindo Mudflow Resident." *E3S Web of Conferences* 153 (2020): 03005. https://doi.org/10.1051/e3sconf/202015303005.

Azwar, Saifuddin. *Reliabilitas Dan Validitas*. Edisi 4. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2019.

Carmen, Costea, and Georgiana Boțu. "Associations Between Prosocial Behaviours, Gratitude, and Psychological Well-Being in Vulnerable Adolescents with Mild Intellectual Disabilities." *Educatia 21*, August 17, 2019, 8. https://doi.org/10.24193/ed21.2019.17.08.

Clark-Carter, David. *Quantitative Psychological Research: The Complete Student's Companion*. 4th edition. New York: Routledge, 2018.

Diatmi, Komang, and I. Gusti Ayu Diah Fridari. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Pada Orang Dengan HIV Dan AIDS (ODHA) Di Yayasan Spirit Paramacitta." *Jurnal Psikologi Udayana* 1, no. 2 (April 1, 2014). https://doi.org/10.24843/JPU.2014.v01.i02.p14.

Elosúa, M. Rosa. "The Influence of Gratitude in Physical, Psychological, and Spiritual Well-Being." *Journal of Spirituality in Mental Health* 17, no. 2 (April 3, 2015): 110–18. https://doi.org/10.1080/19349637.2015.957610.

Fitzgerald, Patrick. "Gratitude and Justice." *Ethics* 109, no. 1 (1998): 119–53. https://doi.org/10.1086/233876.

Ghozali, Imam. *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 25 Edisi Ke-9*. Universitas Diponegoro, 2018.

Ghozali, Imam, and Hengky Latan. *Partial Least Squares: Konsep, Teknik Dan Aplikasi Menggunakan Program SmartPLS 3.0 Untuk Penelitian Empiris*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro, 2015.

Glasdam, Stinne, and Tobba Therkildsen Sudmann. "Use of Measuring Tools in Practice Development Projects: A Critical Perspective." *Canadian Journal of Occupational Therapy. Revue Canadienne D'Ergotherapie* 88, no. 1 (March 2021): 59–70. https://doi.org/10.1177/0008417421994365.

Hair, Joseph F., Jeffrey J. Risher, Marko Sarstedt, and Christian M. Ringle. "When to Use and How to Report the Results of PLS-SEM." *European Business Review* 31, no. 1 (2019): 2–24.

Haworth, John, and Suzan Lewis. "Work, Leisure and Well-Being." *British Journal of Guidance & Counselling* 33, no. 1 (February 1, 2005): 67–79. https://doi.org/10.1080/03069880412331335902.

Herek, Gregory M., Sona Saha, and Jeffrey Burack. "Stigma and Psychological Distress in People With HIV/AIDS." *Basic and Applied Social Psychology* 35, no. 1 (January 1, 2013): 41–54. https://doi.org/10.1080/01973533.2012.746606.

Hoffman, Donna L. “The Effects of a Practice of Gratitude on Quality of Life and Depression in Head and Neck Cancer Survivors.” PhD Thesis, Capella University, 2015.

———. “The Effects of a Practice of Gratitude on Quality of Life and Depression in Head and Neck Cancer Survivors.” PhD Thesis, Capella University, 2015.

Listiyandini, Ratih Arruum, Rima Nadya, Lidwina Sonia, Andita Nathania, and Dessy Syahniar. “Mengukur Rasa Syukur: Pengembangan Model Awal Skala Bersyukur Versi Indonesia.” *Jurnal Psikologi Ulayat* Vol. 2 (December 1, 2015). https://doi.org/10.24854/jpu22015-41.

Lyubomirsky, Sonja, and Kristin Layous. “How Do Simple Positive Activities Increase Well-Being?” *Current Directions in Psychological Science* 22 (February 1, 2013): 57–62. https://doi.org/10.1177/0963721412469809.

Muhson, Ali. “Analisis Statistik Dengan SmartPLS: Path Analysis, Confirmatory Factor Analysis, & Structural Equation Modeling,” n.d.

Purnamawati, Dewi, and Ayunda Larasati Sekarputri. “KESEHATAN MENTAL ORANG DENGAN HIV (ODHIV) UNTUK KESETARAAN AKHIRI AIDS.” In *Prosiding Forum Ilmiah Tahunan (FIT) IAKMI*, 2022.

Roni, Saiyidi Mat, Margaret Kristin Merga, and Julia Elizabeth Morris. *Conducting Quantitative Research in Education*. Springer, 2020.

Rusdi, Ahmad, Sakinah Sakinah, Putri Nilam Bachry, Novia Anindhita, and Muflihah Azahra Iska Hasibuan. “The Development and Validation Of The Islamic Gratitude Scale (IGS-10).” *Psikis : Jurnal Psikologi Islami* 7, no. 2 (December 29, 2021): 120–42. https://doi.org/10.19109/psikis.v7i2.7872.

Rzeszutek, Marcin, Ewa Gruszczyńska, Małgorzata Pięta, and Paula Malinowska. “HIV/AIDS Stigma and Psychological Well-Being after 40 Years of HIV/AIDS: A Systematic Review and Meta-Analysis.” *European Journal of Psychotraumatology* 12, no. 1 (January 1, 2021): 1990527. https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1990527.

Schermelleh-Engel, Karin, Helfried Moosbrugger, and Hans Müller. “Evaluating the Fit of Structural Equation Models: Tests of Significance and Descriptive Goodness-of-Fit Measures.” *Methods of Psychological Research Online* 8 (May 25, 2003): 23–74.

Souza, Alvita de, and Shanmukh V. Kamble. “Spirituality and Gratitude as Predictors of the Quality of Life in Adult Cancer Patients.” *The International Journal of Indian Psychology* 3, no. 2 (2016): 40–47.

Souza, Alvita de, and Shanmukh V. Kamble. *Spirituality and Gratitude as Predictors of the Quality of Life in Adult Cancer Patients*. Vol. 3. The International Journal of Indian Psychology, 2016.

Sugiyono. *Metode penelitian pendidikan: (pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R & D)*. Alfabeta, 2008.

Watkins, Philip C., Kathrane Woodward, Tamara Stone, and Russell L. Kolts. “GRATITUDE AND HAPPINESS: DEVELOPMENT OF A MEASURE OF GRATITUDE, AND RELATIONSHIPS WITH SUBJECTIVE WELL-BEING.” *Social Behavior and Personality: An International Journal* 31, no. 5 (January 1, 2003): 431–51. https://doi.org/10.2224/sbp.2003.31.5.431.

Watkins, Philip, Kathrane Woodward, Tamara Stone, and Russell Kolts. “Gratitude and Happiness: Development of a Measure of Gratitude, and Relationships with Subjective Well-Being.” *Social Behavior and Personality: An International Journal* 31 (January 1, 2003): 431–51. https://doi.org/10.2224/sbp.2003.31.5.431.

Wei-we, Sun. "Analysis and Enlightenment of Adolescent Gratitude Education Literature for Adolescent." *Journal of Yulin University*, 2013. https://www.semanticscholar.org/paper/Analysis-and-Enlightenment-of-Adolescent-Gratitude-Wei-we/02652b712406a09165492645d729caa310a52560.

Wnuk, Marcin. "Links between Faith and Some Strengths of Character: Religious Commitment Manifestations as a Moderators." *Religions* 12, no. 9 (September 18, 2021): 786. https://doi.org/10.3390/rel12090786.

Wood, Alex, Stephen Joseph, and John Maltby. "Gratitude Predicts Psychological Well-Being above the Big Five Facets." *Personality and Individual Differences* 46 (March 1, 2009): 443–47. https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.11.012.

Youssef-Morgan, Carolyn M., Llewellyn E. van Zyl, and Barbara L. Ahrens. "The Work Gratitude Scale: Development and Evaluation of a Multidimensional Measure." *Frontiers in Psychology* 12 (January 5, 2022): 795328. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.795328.