

Mohammad Sigit Hikmawan

by Psikologi Umsida

Submission date: 15-May-2024 07:34PM (UTC+0700)

Submission ID: 2380016009

File name: 4-Revisi_Mohammad_Sigit_Hikmawan_1.docx (109.54K)

Word count: 3020

Character count: 18874

HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DAN STRES KERJA PADA DRIVER GOJEK DI SIDOARJO

Mohammad Sigit Hikmawan¹⁾, Effy Wardati Maryam²⁾

Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

¹⁾sigithikmawan@gmail.com ²⁾effywardati@umsida.ac.id

Abstract. Work Stress are one of the many problem that worker face during individual working process which may bring impact to individual work performance. This research aims to determine the relationship between gratitude and work stress in Gojek drivers in Sidoarjo. This research method uses a quantitative method with a population of Gojek drivers in Sidoarjo 2123 and the research sample is 297 which is determined from the Isaac & Michael table with a tolerance of 5%. Determining the sample uses a purposive sampling technique where samples are taken based on certain criteria. The variables in this research are gratitude and work stress. Data collection in this research used a psychological Likert scale model for gratitude and work stress scales. The hypothesis in this research is that there is a negative relationship between gratitude and work stress among Gojek drivers in Sidoarjo. Data analysis in this research used product moment correlation statistical tests with the help of SPSS 26.0 for Windows. The results of this study show that there is a significant negative relationship between gratitude and work stress, $r = -0.320$ and $p \text{ value} = 0.001$, where $0.001 < 0.005$, so the higher the gratitude, the lower the work stress and vice versa.

Keyword – Gratitude, Work Stress, Drivers Gojek

Abstrak. Stres pekerjaan adalah salah satu permasalahan yang dialami oleh individu terkait dengan profesi yang dialami dimana tidak jarang hal tersebut memberikan dampak kepada performa kerja dari pekerja tersebut. Tujuan Penelitian adalah mengetahui hubungan antara kebersyukuran dengan stres kerja pada driver Gojek di Sidoarjo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah driver Gojek yang berada di Sidoarjo dengan total jumlah 2123. Penentuan sampel menggunakan tabel isaac Michael dengan taraf kesalahan 5% sehingga didapatkan jumlah sampel sebanyak 297 driver. Variabel dalam penelitian ini kebersyukuran dan stres kerja. Penelitian ini mengumpulkan data menggunakan skala penyusunan psikologi model skala Likert untuk skala kebersyukuran dan stres kerja. Hipotesis penelitian ini adalah bahwa ada hubungan negatif antara kebersyukuran dan stres kerja pada driver Gojek di Sidoarjo. Uji statistika korelasi product moment, yang digunakan dengan Windows SPSS 26.0, digunakan untuk menganalisis data penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan kebersyukuran memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan stres kerja $r = -0,320$ dan nilai $p = 0,001$ dimana $0,001 < 0,005$, jadi kebersyukuran menurunkan stres kerja dan sebaliknya.

Kata Kunci – Kebersyukuran, Stres Kerja, Pengemudi Gojek

1.PENDAHULUAN

Variasi suku, etnis, dan budaya ada di Indonesia yang merupakan negara kepulauan. Keaneekaragaman inilah yang membuat gaya hidup masyarakat Indonesia sangat berbeda dan unik, dan salah satu contohnya adalah ojek online. Pekerjaan sebagai driver gojek berarti harus mengikuti peraturan yang diterapkan oleh perusahaan tersebut seperti skema insentif poin yang diberikan perusahaan kepada mitra-mitranya (*driver*) yang berubah setiap saat. Tekanan-tekanan yang terjadi ketika bekerja untuk menaati peraturan yang diterapkan oleh pemerintah serta pemberisan skema insentif yang berubah-ubah menjadi beban kerja yang terkadang menimbulkan konflik kerja terhadap sesama *driver* gojek [1]. Beberapa kompensasi dan aturan kerja dari perusahaan terhadap pengemudi [2] dan juga perasaan persaingan antara sesama *driver* [3] dapat menimbulkan stres kerja pada *driver* gojek.

Ada beberapa pengertian tentang perilaku stres kerja menurut para ahli Luthans [4] mendefinisikan stres sebagai reaksi terhadap penyesuaian diri yang dipengaruhi oleh perubahan dan proses psikologis seseorang, akibat dari perilaku, keadaan, atau situasi berlebihan berdampak pada kebutuhan fisik dan mental seseorang. Maka disimpulkan bahwa stres kerja berasal dari lingkungan dan bagaimana orang menanganinya. Menurut Rivai [5] Stres kerja menyebabkan emosi, pikiran, dan ketidakseimbangan fisik dan psikis. Masalah tersebut muncul karena tuntutan pekerjaan seperti beban kerja yang berlebihan, terbatas waktu kerja, ada perbedaan perspektif, kurangnya harmoni dalam hubungan karyawan, perubahan gaya manajemen yang tidak sesuai dan beberapa hal lain yang dapat menyebabkan ketegangan dan stres di tempat kerja.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wibowo dan Handayani [6] dengan judul “Hubungan antara Dukungan Sosial dan Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Mitra Pengemudi Ojek Online di Komunitas Gojek X” menunjukkan bahwa subjek memiliki stres kerja yang sedang. Hal ini ditunjukkan subjek pada perilaku kelelahan fisik, emosi, maupun reaksi emosional, seperti sering sakit kepala, gangguan pencernaan, dan menjadi lamban karena terlalu banyak pekerjaan. Hasil survey awal dengan wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada dua *driver* Gojek menunjukkan adanya indikasi permasalahan pada variabel stres kerja seperti perasaan cemas terhadap penghasilan yang tidak menentu, marah karena adanya intimidasi dari *driver* lain yang berbuat curang dengan membuat orderan fiktif serta mengakibatkan penurunan kualitas interaksi antar rekan kerja. Beberapa gejala tersebut dapat dikategorikan kedalam beberapa gejala psikologis dan mengindikasikan adanya permasalahan stres kerja pada 2 driver tersebut.

Menurut Smith [7] Banyak hal dapat menyebabkan stres di tempat kerja, seperti kondisi di tempat kerja, keikutsertaan dalam tugas dan dukungan organisasi, beban kerja dan kemampuan untuk menyelesaikan tugas, beban kerja yang berlebihan, bertanggung jawab, serta kesulitan yang timbul dari tugas. Ada beberapa gejala yang menunjukkan stres kerja, termasuk ketakutan, mudah sakit hati, sensitif, tidak fokus, peningkatan detak jantung, masalah tidur, sakit kepala, menunda tugas, dan meningkatnya kemungkinan tindakan beresiko tinggi, seperti tidak hati-hati saat mengemudi [7].

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Permana [8] yang berjudul “Hubungan Antara Kebersyukuran dan Stres Kerja Karyawan BUMN Pertambangan”, menunjukkan bahwa kebersyukuran berhubungan negatif dan signifikan dengan stres kerja pada karyawan. Perilaku kebersyukuran memiliki pengaruh terhadap stres kerja, pengaruh tersebut dapat terlihat ketika karyawan memiliki rasa kebersyukuran yang baik maka mereka tidak akan mudah mengalami stres kerja sehingga mampu bekerja secara maksimal.

Bersyukur adalah salah satu jenis perilaku emosi positif yang bertentangan dengan perilaku cemas, kecemburuan, marah dan tindakan negatif lainnya. Bersyukur memiliki kemampuan untuk mengubah seseorang menjadi lebih baik, cerdas, dan menciptakan keharmonisan dengan lingkungannya seperti yang diutarakan oleh Emmons [9]. Kebutuhan bersyukur dapat menjadikan hidup menjadi lebih baik dalam berbagai hal. Hal tersebut juga sama yang dikatakan Seligman [10] Bersyukur secara personal

dan transpersonal adalah dua kategori. Bersyukur secara pribadi berarti berterima kasih kepada seseorang yang telah memberikan suatu kebaikan kepada Anda. Saat seseorang sering mengalami tekanan kerja, salah satu cara untuk menerima apa yang telah dia capai adalah dengan bersyukur.

Stres pada pekerjaan pengemudi *driver Gojek* adalah hal yang penting untuk dikaji lebih jauh karena pekerjaan dari *driver* berkaitan dengan tugas dari *driver* yang salah satunya mengantarkan penumpang sampai tujuan, dimana stres bekerja besar kemungkinan dapat menjadi pemicu terjadinya kecelakaan bekerja [11]. Oleh sebab itu diperlukan kajian lebih lanjut untuk menemukan solusi terkait permasalahan stres kerja yang dihadapi oleh *driver gojek* jika ditinjau dari variabel kebersyukuran. Berdasarkan pemaparan fenomena tersebut, maka tujuan riset ini adalah untuk mengetahui apakah ada Hubungan antara Kebersyukuran dengan Stres Kerja pada *Driver GO-JEK di Sidoarjo*. Hipotesis yang diajukan oleh peneliti adalah terdapat hubungan antara kebersyukuran dengan stres kerja pada *Driver GO-JEK di Sidoarjo*.

II. METODE

Studi ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Populasi yang diteliti adalah *driver Gojek di Sidoarjo* dengan jumlah keseluruhan 2123 didasarkan pada database dari perusahaan Gojek di Sidoarjo. Selanjutnya jumlah sampel ditentukan dengan menggunakan tabel *Isaac & Michael* dengan taraf signifikansi 5% sehingga didapatkan jumlah sampel yang harus dikumpulkan sebesar 297 pengemudi.

Penelitian ini menggunakan skala Likert untuk membuat dua skala: skala kebersyukuran dan skala item yang diambil dari skala Slamet [12] berdasar aspek-aspek yaitu memiliki rasa hormat (*sense of appreciation*) terhadap orang lain, perasaan optimis tentang kehidupan dan, kecenderungan bersikap optimistis [10]. Semua 16 item dalam skala memiliki nilai reliabilitas 0,892. Skala stres kerja ini mengadopsi skala yang disusun oleh Widiyatmoko [13] berdasarkan aspek-aspek yaitu, gejala psikologis, gejala fisiologis dan gejala perilaku.[14]. 8 item dalam skala ini memiliki nilai reliabilitas 0,904.

Analisis data menggunakan teknik korelasi *product moment*. Software yang digunakan untuk melakukan analisa data adalah *SPSS 26.0 for windows*.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Sebelum menguji hipotesis, peneliti melakukan uji asumsi. Mencakup uji normalitas dan linieritas.

Tabel 1. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
			Unstandardized Residual
N			297
Normal Parameters ^{a,b}	Mean		.0000000
	Std. Deviation		2.99544057
Most Extreme Differences	Absolute		.041
	Positive		.041
	Negative		-.032
Test Statistic			.041
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c			.200 ^d
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^e	Sig.		.257
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.246
		Upper Bound	.269
a. Test distribution is Normal.			
b. Calculated from data.			
c. Lilliefors Significance Correction.			
d. This is a lower bound of the true significance.			
e. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 624387341.			

Dari table 1. Uji Normalitas Kolmogorof-smirnnov diatas dapat diketahui nilai signifkasnsi kebersyukuran dengan stres kerja sebesar 0,200 berarti nilai tersebut > 0,05 (0,200 > 0,05) dan berdistribusi normal. Data pernyataan menunjukkan kedua variable memiliki distribusi normal yaitu kebersyukuran dengan stres kerja.

11
Tabel 2. Uji Linieritas

ANOVA Table

		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Stres Kerja * Kebersyukuran	Between Groups	715.833	20	35.792	4.404	.000
	Linearity	303.229	1	303.229	37.307	.000
	Deviation from Linearity	412.604	19	21.716	2.672	.000
	Within Groups	2243.305	276	8.128		
Total		2959.138	296			

Dalam tabel 2 diketahui bahwa hasil uji linieritas diketahui Sig. deviation from Linearity 0,000. Artinya bahwa Sig. Deviation from Linearity < 0,05 sehingga dapat diartikan bahwa ada hubungan tidak linier antara kebersyukuran dengan stres kerja. Berdasarkan hasil uji asumsi menunjukkan hubungan tidak linier dan distribusi normal dari data kebersyukuran dengan stres kerja.

Tabel 3. Uji Hipotesis

Correlations			
		Kebersyukuran	Stres Kerja
Kebersyukuran	Pearson Correlation	1	-.320**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	297	297
Stres Kerja	Pearson Correlation	-.320**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	297	297

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hasil analisa berdasarkan tabel 3. nilai koefisien korelasi $r_{xy} = -0.320$ signifikansinya 0,000. Maka dapat diartikan adanya hubungan negatif antara kebersyukuran dengan stres kerja pada Driver Gojek di Sidoarjo. Jadi semakin tinggi kebersyukuran maka semakin rendah stres kerja yang dirasakan oleh driver Gojek, pun sebaliknya.

Tabel 4. Kategorisasi Data

Kategori	Skor Subjek			
	Kebersyukuran		Stres Kerja	
	Σ	%	Σ	%
Rendah	20	7%	0	0%
Sedang	240	81%	262	88%
Tinggi	37	12%	35	12%
Jumlah	297	100%	297	100%

Berdasarkan tabel 4. Kategorisasi data tersebut, dari 297 driver Gojek di Sidoarjo terdapat 20 subjek yang memiliki kebersyukuran dalam kategori rendah dengan persentase sebesar 7%, sebanyak 240 subjek memiliki kategori sedang pada kebersyukuran dengan persentase 81% dan terdapat 37 subjek yang memiliki kebersyukuran dalam kategori tinggi dengan persentase 12%.

Kategorisasi untuk skor subjek pada skala stres kerja bisa disimpulkan terdapat 0 driver yang memiliki stres kerja dalam kategori rendah dengan persentase 0%, terdapat 262 driver yang memiliki stres kerja kategori sedang dengan persentase 88%, dan sebanyak 35 driver termasuk kategori tinggi stres kerja, dengan persentase 12%.

B. Pembahasan

Analisis data menunjukkan bahwa hipotesis peneliti diterima, nilai $r = -0.305$ dengan signifikansi 0.000 dimana nilai tersebut < 0.05 . hasil tersebut memperlihatkan hubungan negatif yang signifikan antara kebersyukuran dengan stres kerja pada Driver Gojek di Sidoarjo. Jadi semakin tinggi kebersyukuran maka stres kerja akan rendah yang akan dirasakan driver Gojek di Sidoarjo, pun sebaliknya.

3
5
Berdasarkan penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Permana [8] tentang “Hubungan Antara Kebersyukuran dan Stres Kerja Karyawan BUMN Pertambangan” menjelaskan bahwa kebersyukuran memiliki korelasi yang signifikan dengan stres kerja, dan pekerja yang kebersyukuran yang bagus lebih mampu mengendalikan emosi dan memanfaatkan secara produktif sehingga hal tersebut dapat mempengaruhi stres kerja oleh subjek.

Sebagaimana disebutkan oleh Hakim [15] bahwa faktor yang mempengaruhi stres kerja yaitu lingkungan, organisasi, dan individu. Permana [8] Juga menambahkan bahwa salah satu komponen yang memengaruhi tinggi rendahnya stres kerja adalah dengan kebersyukuran.

Mereka yang bersyukur cenderung lebih baik mengatasi stres dan menunjukkan hasil fisik dan mental lebih positif. Emmons [16] berpendapat bahwa Bersyukur adalah salah satu jenis perilaku emosi positif yang berlawanan dengan perilaku cemas, kecemburuan, marah dan tindakan negatif lainnya. Kebersyukuran juga memberikan dampak positif kepada kehidupan individu baik dari segi emosional, fisik, dan interpersonal dan juga melindungi individu dari perasaan stres dan depresi [17]. Adanya kebersyukuran juga dapat menjadi semangat yang mendorong individu untuk tetap melakukan pekerjaannya sebagai *driver* [18] dengan begitu, dapat *coping* dengan stres kerja yang dialami.

9
Haryanto dan Kertamuda [19] mendefinisikan syukur sebagai cara seseorang berterima kasih kepada Tuhan, sosok sentral yang memiliki kekuatan. Rasa syukur berarti menerima keadaan hidup seseorang dan hal-hal positif yang didapatkan selama hidupnya. Puspitasari [20] dikatakan bahwa bersyukur dapat menjadikan seseorang bahagia dan tidak mengalami kesulitan dalam beberapa situasi yang tidak sesuai dengan harapan, dan kadang itu menyenangkan. Adanya kebersyukuran merupakan emosi positif yang muncul atas beberapa hal yang didapat dan dialami dalam kehidupan, selanjutnya berkembang menjadi satu kebiasaan dan akhirnya dapat mempengaruhi seseorang bereaksi terhadap apa yang dialami dalam kehidupan sehari-hari [21]. Kuatnya perasaan kebersyukuran pada diri seseorang diasosiasikan dengan peningkatan *well-being* serta penurunan emosi negatif yang muncul akibat adanya *stressful event* atau kejadian yang cukup menekan [22]. Berdasarkan beberapa hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa adanya kebersyukuran akan menghadirkan emosi positif pada diri individu yang membantu individu tersebut menghadapi stres kerja yang dia alami.

Bersyukur membantu mengatasi tekanan sehari-hari, meningkatkan resiliensi serta kesehatan dari dan imunitas seseorang [23]. Fitch-Martin [24] juga mengungkapkan bahwa bersyukur merupakan cara yang efektif dalam karena kebersyukuran sangat memengaruhi cara seseorang melihat sesuatu. Individu bersifat kebersyukuran biasanya tidak mudah mengalami tekanan, hal ini disebabkan oleh fakta bahwa individu tersebut menunjukkan optimisme terhadap setiap tantangan yang dihadapinya [20].

Beberapa variabel yang dapat menjadi penghubung antara kebersyukuran dengan tingkat stres diantaranya adalah *style of coping*, *social environment* dimana bagaimana seseorang menghadapi perasaan stresnya serta lingkungan tempat individu tersebut bekerja dapat berpengaruh pada hubungan kedua variabel tersebut [25]. Efek dari kebersyukuran terhadap emosi negatif stres dan *burnout* juga dipengaruhi beberapa faktor seperti religiusitas dan pengalaman spiritual dari individu tersebut [26]. Beberapa hal tersebut mungkin dapat dijadikan dasar bagi penelitian selanjutnya terkait dengan hubungan antara kebersyukuran dengan stres kerja pada individu pekerja.

IV. SIMPULAN

13
Dari hasil koefisien korelasi -0.320 dengan signifikansi $0,000 < 0,05$, penelitian menunjukkan ada hubungan negatif dan signifikan antara kebersyukuran dan stres kerja pada driver Gojek di Sidoarjo.

Menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima, yaitu driver Gojek mengalami tingkat stres kerja yang lebih rendah jika mereka lebih bersyukur. Sebaliknya, jika mereka lebih tidak bersyukur, maka stres kerja mereka lebih tinggi. Kategorisasi yang berada pada driver Gojek di Sidoarjo. Kesimpulan bahwa stres kerja pada kategori sedang dengan persentase 88%, dan kebersyukuran pada kategori sedang dengan persentase 81%.

Manfaat praktis dari penelitian ini dapat ditunjukkan kepada institusi atau perusahaan tempat *driver Gojek* bekerja. Rekomendasi yang diberikan oleh peneliti berdasarkan hasil penelitian ini adalah pemberian psikoedukasi atau pelatihan terkait kebersyukuran sehingga *driver* dapat mengenali konsep kebersyukuran dan manfaatnya dalam mengatasi perasaan stres yang dialami saat bekerja. Adapun secara teoritis, peneliti menyarankan penelitian ini sebagai referensi bagi peneliti lain yang sedang mengkaji topik terkait untuk memperbanyak referensi literatur dari topik yang dibahas.

Keterbatasan dalam studi ini dengan menggunakan satu variabel X yaitu kebersyukuran untuk menjelaskan fenomena Stres Kerja. Adapun penelitian di masa yang akan datang diharapkan dapat memberikan kajian yang lebih komprehensif dengan melibatkan desain penelitian yang mendalam.

10

V. UCAPAN TERIMA KASIH

10

Ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada *driver Gojek* yang telah bersedia meluangkan waktu dalam bersedia menjadi subjek penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] V. C. Hapsari, R. Sovitriana, and A. D. Santosa, "Stress Pada Pengemudi Ojek Online Di Pandemic Covid-19 Masa New Normal Di Jakarta," *J. IKRA-ITH Hum.*, vol. 5, no. 1, pp. 30–38, 2021.
- [2] B. Bayuaji, "Stres Kerja terhadap Kepuasan Kerja pada Pengemudi Gojek Salatiga selama Pandemi COVID-19," *Psyche 165 J.*, vol. 14, no. 4, pp. 333–338, 2021, doi: 10.35134/jpsy165.v14i4.129.
- [3] S. Rahmadina, "Determinan Stres Kerja Pada Pengendara Ojek Online di Jabodetabek," *J. Masy. Sehat Indones.*, vol. 1, no. 2, pp. 72–82, 2022.
- [4] S. R. Ritonga, "Faktor-Faktor Stres Kerja Pada Karyawan PT. LNK Cabang Stabat," *J. Divers.*, vol. 5, no. 1, pp. 37–42, 2019, doi: 10.31289/diversita.v5i1.2266.
- [5] S. Fahmi, "PENGARUH STRESS KERJA DAN KONFLIK KERJA TERHADAP SEMANGAT KERJA KARYAWAN PADA PT . OMEGA MAS PASURUAN Syaifuddin Fahmi," *Ekon. Mod.*, vol. 3, pp. 107–116, 2016, doi: <http://dx.doi.org/10.21067/jem.v12i3.1462>.
- [6] S. A. Wibowo and A. Handayani, "Hubungan antara Dukungan Sosial dan Beban Kerja dengan Stress Kerja pada Mitra Pengemudi Ojek Online di Komunitas Gojek X," *Pros. Berk. Psikol.*, vol. 2, no. November, pp. 185–196, 2020.
- [7] T. T. Siregar, "FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STRES KERJA PADA PENGENDARA GO-JEK COMMUNITY MEDAN TAHUN 2018," UNIVERSITAS SUMATERA UTARA, 2018.
- [8] Y. Permana, "HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DAN STRES KERJA KARYAWAN BUMN PERTAMBANGAN," 2016.
- [9] A. Pratama, N. G. Prasamtiwi, and S. Sartika, "KEBERSYUKURAN DAN KEPUASAN HIDUP PADA TUKANG OJEK," *J. Psikol.*, vol. 8, no. 1, pp. 41–45, 2015.
- [10] R. A. Listiyandini *et al.*, "MENGUKUR RASA SYUKUR: PENGEMBANGAN MODEL AWAL SKALA BERSYUKUR VERSI INDONESIA," *Psikol. Ulayat*, vol. 2, no. 2, pp. 473–496, 2015.
- [11] Y. I. Mahendra, D. Setiawan, A. H. Fawwazir, D. Ratna, and M. U. Zahra, "Analisis pengaruh stress kerja terhadap ojek online di Kota Medan," *Naut. J. Ilm. Multidisiplin Indones.*, vol. 1, no. 4, pp. 246–252, 2022, doi: <https://doi.org/10.55904/nautical.v1i4.293>.
- [12] E. D. Slamet, "KEBERSYUKURAN PADA TUKANG OJEK DI MASA PANDEMI COVID-19," 2020.
- [13] S. A. Widiatmoko, "HUBUNGAN KEPERIBADIAN HARDINESS (HARDINESS PERSONALITY) DAN KEBERSYUKURAN TERHADAP STRES KERJA DI MASA NEW NORMAL PADA PENGEMUDI OJEK ONLINE," UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA, 2022.
- [14] E. S. Ciamas, R. F. B. Siahaan, W. Vincent, Rudy, and Arwin, "Analisis Stress Kerja Pada PT . Gunung Permata Valasindo Medan," *Sainteks*, no. 1, pp. 75–78, 2019.
- [15] D. D. Hakim, "Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stress Kerja Pada Fotografer di Yoyakarta," 2019.
- [16] Miftahurrahman, "HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DENGAN KEBERMAKNAAN HIDUP PADA GURU HONORER," 2018.
- [17] P. Leguminosa, F. Nashori, and M. A. Rachmawati, "Pelatihan Kebersyukuran Untuk Menurunkan Stres Kerja Guru di Sekolah Inklusi," *J. Ilm. Psikol. Terap.*, vol. 5, no. 2 SE-Articles, pp. 186–201, Nov. 2017, doi: 10.22219/jipt.v5i2.4563.
- [18] L. T. Perwira and M. Hidayat, "Memahami Dinamika Bekerja dalam Ketidakpastian: Tinjauan Fenomenologis Pengalaman Bekerja Pengemudi Ojek Online," *Psymphatic J. Ilm. Psikol.*, vol. 7, no. 2, pp. 249–266, 2021, doi: 10.15575/psy.v7i2.7995.

- [19] H. C. Haryanto and F. E. Kertamuda, "Syukur dalam sebuah pemaknaan," *InSight*, vol. 18, no. 2, pp. 2548–1800, 2016.
- [20] Barmawi dkk, "Kebersyukuran dan Stres Kerja Petugas Penjaga Rumah Tahanan (Rutan)," *J. Psikol. AN-NAFS*, vol. 13, no. 2, pp. 45–54, 2018.
- [21] N. S. Putra, "Korelasi Sikap Narima Ing Pandhum Dengan Subjective Well-Being Driver Gojek di Daerah Kemiri Salatiga." 2021.
- [22] J. B. Nezlek, I. Krejtz, M. Rusanowska, and P. Holas, "Within-Person Relationships Among Daily Gratitude, Well-Being, Stress, and Positive Experiences," *J. Happiness Stud.*, vol. 20, no. 3, pp. 883–898, 2019, doi: 10.1007/s10902-018-9979-x.
- [23] R. A. Emmons and R. Stern, "Gratitude as a Psychotherapeutic Intervention," *J. Clin. Psychol.*, vol. 69, no. 8, pp. 846–855, 2013.
- [24] A. Fitch-Martin, "Gratitude and Health : a Brief Intervention To Reduce," *Dissertation*, 2015.
- [25] D. P. Kumar, D. H. Verma, and D. P. Dube, "Moderating role of the gender and religiosity on the relationship between Gratitude and Stress," *Int. J. Innov. Technol. Explor. Eng.*, vol. 8, no. 9, pp. 1670–1676, 2019, doi: 10.35940/ijitee.i8094.078919.
- [26] J.-Y. Lee *et al.*, "The association of gratitude with perceived stress and burnout among male firefighters in Korea," *Pers. Individ. Dif.*, vol. 123, pp. 205–208, 2018, doi: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.11.010>.

Mohammad Sigit Hikmawan

ORIGINALITY REPORT

17%

SIMILARITY INDEX

15%

INTERNET SOURCES

9%

PUBLICATIONS

%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	Lizam Mas'udah, Dwi Nastiti. "Hubungan Antara Adversity Quotient dengan Prestasi Kerja pada Account Officer di PT. PBR Harta Swadiri dan Grup", Web of Scientist International Scientific Research Journal, 2023 Publication	3%
2	123dok.com Internet Source	2%
3	edoc.uii.ac.id Internet Source	1%
4	repositori.usu.ac.id Internet Source	1%
5	repository.ubharajaya.ac.id Internet Source	1%
6	journals.upi-yai.ac.id Internet Source	1%
7	www.researchgate.net Internet Source	1%
8	theses.uin-malang.ac.id Internet Source	

		1 %
9	dspace.uui.ac.id Internet Source	1 %
10	acopen.umsida.ac.id Internet Source	1 %
11	ejurnal.untag-smd.ac.id Internet Source	1 %
12	eprints.umsida.ac.id Internet Source	1 %
13	Mirna Dewi Kalisna, Nur Wahyumiani. "HUBUNGAN ANTARA SINDROM FOMO (FEAR OF MISSING OUT)DENGAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA PADA SISWA KELAS VII DI SMP MUHAMMADIYAH 2 GODEAN SLEMAN TAHUN AJARAN 2019/2020", G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2021 Publication	1 %
14	journal.widyakarya.ac.id Internet Source	1 %
15	repository.fe.unj.ac.id Internet Source	1 %
16	repository.uin-suska.ac.id Internet Source	1 %

17

Izanatul Laily Maulidah. "Kebersyukuran dan Kebermaknaan Hidup pada Penderita Jantung Koroner", Psycho Idea, 2016

Publication

1 %

18

eprints.uny.ac.id

Internet Source

1 %

Exclude quotes Off

Exclude matches < 1%

Exclude bibliography On