



Lampiran 1. Tabel Populasi *Isaac Michael*

| N | S | | | N | S | | | N | S | | |
|-----|-----|-----|-----|------|-----|-----|-----|---------|-----|-----|-----|
| | 1% | 5% | 10% | | 1% | 5% | 10% | | 1% | 5% | 10% |
| 10 | 10 | 10 | 10 | 280 | 197 | 115 | 138 | 2800 | 537 | 310 | 247 |
| 15 | 15 | 14 | 14 | 290 | 202 | 158 | 140 | 3000 | 543 | 312 | 248 |
| 20 | 19 | 19 | 19 | 300 | 207 | 161 | 143 | 3500 | 558 | 317 | 251 |
| 25 | 24 | 23 | 23 | 320 | 216 | 167 | 147 | 4000 | 569 | 320 | 254 |
| 30 | 29 | 28 | 27 | 340 | 225 | 172 | 151 | 4500 | 578 | 323 | 255 |
| 35 | 33 | 32 | 31 | 360 | 234 | 177 | 155 | 5000 | 586 | 326 | 257 |
| 40 | 38 | 36 | 35 | 380 | 242 | 182 | 158 | 6000 | 598 | 329 | 259 |
| 45 | 42 | 40 | 39 | 400 | 250 | 186 | 162 | 7000 | 606 | 332 | 261 |
| 50 | 47 | 44 | 42 | 420 | 257 | 191 | 165 | 8000 | 613 | 334 | 263 |
| 55 | 51 | 48 | 46 | 440 | 265 | 195 | 168 | 9000 | 618 | 335 | 263 |
| 60 | 55 | 51 | 49 | 460 | 272 | 198 | 171 | 10000 | 622 | 336 | 263 |
| 65 | 59 | 55 | 53 | 480 | 279 | 202 | 173 | 15000 | 635 | 340 | 266 |
| 70 | 63 | 58 | 56 | 500 | 285 | 205 | 176 | 20000 | 642 | 342 | 267 |
| 80 | 71 | 65 | 62 | 600 | 315 | 221 | 187 | 40000 | 563 | 345 | 269 |
| 85 | 75 | 68 | 65 | 650 | 329 | 227 | 191 | 50000 | 655 | 346 | 269 |
| 90 | 79 | 72 | 68 | 700 | 341 | 233 | 195 | 75000 | 658 | 346 | 270 |
| 95 | 83 | 75 | 71 | 750 | 352 | 238 | 199 | 100000 | 659 | 347 | 270 |
| 100 | 87 | 78 | 73 | 800 | 363 | 243 | 202 | 150000 | 661 | 347 | 270 |
| 110 | 94 | 84 | 78 | 850 | 373 | 247 | 205 | 200000 | 661 | 347 | 270 |
| 120 | 102 | 89 | 83 | 900 | 382 | 251 | 208 | 250000 | 662 | 348 | 270 |
| 130 | 109 | 95 | 88 | 950 | 391 | 255 | 211 | 300000 | 662 | 348 | 270 |
| 140 | 116 | 100 | 92 | 1000 | 399 | 258 | 213 | 350000 | 662 | 348 | 270 |
| 150 | 122 | 105 | 97 | 1050 | 414 | 265 | 217 | 400000 | 662 | 348 | 270 |
| 160 | 129 | 110 | 101 | 1100 | 427 | 270 | 221 | 450000 | 663 | 348 | 270 |
| 170 | 135 | 114 | 105 | 1200 | 440 | 275 | 224 | 500000 | 663 | 348 | 270 |
| 180 | 142 | 119 | 108 | 1300 | 450 | 279 | 227 | 550000 | 663 | 348 | 270 |
| 190 | 148 | 123 | 112 | 1400 | 460 | 283 | 229 | 600000 | 663 | 348 | 270 |
| 200 | 154 | 127 | 115 | 1500 | 469 | 286 | 232 | 650000 | 663 | 348 | 270 |
| 210 | 160 | 131 | 118 | 1600 | 477 | 289 | 234 | 700000 | 663 | 348 | 270 |
| 220 | 165 | 135 | 122 | 1700 | 485 | 292 | 235 | 750000 | 663 | 348 | 271 |
| 230 | 171 | 139 | 125 | 1800 | 492 | 294 | 237 | 800000 | 663 | 348 | 271 |
| 240 | 176 | 142 | 127 | 1900 | 498 | 297 | 238 | 850000 | 663 | 348 | 271 |
| 250 | 182 | 146 | 130 | 2000 | 510 | 301 | 241 | 900000 | 663 | 348 | 271 |
| 260 | 187 | 149 | 133 | 2200 | 520 | 304 | 243 | 950000 | 663 | 348 | 271 |
| 270 | 192 | 152 | 135 | 2600 | 529 | 307 | 245 | 1000000 | 664 | 349 | 272 |

H Y A . .

W G U N A . .

Lampiran 2. Kuesioner Penelitian The PERMA-Profiler dan GQ-6

KUESIONER PENELITIAN

Perkenalkan saya Priska Marsyela Devi mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya angkatan tahun 2019. Saat ini saya sedang melakukan penelitian mengenai kondisi pada lansia untuk memenuhi tugas akhir saya.

Penelitian ini membutuhkan informasi demografi dan beberapa informasi lainnya mengenai kondisi Anda saat ini. Sebelum Anda mengisi kuesioner yang diberikan, saya meminta Anda untuk membaca beberapa penjelasan di bawah ini.

Tata Cara Pelaksanaan

Pelaksanaan pengisian kuesioner dilakukan secara online maupun langsung. Bila Anda bersedia, maka Anda harus menjawab semua pertanyaan/pernyataan. Pengisian kuesioner ini membutuhkan waktu kurang lebih 5-10 menit. Pada kuesioner ini tidak ada jawaban benar atau salah, oleh karena itu Anda bisa mengisi sesuai dengan kondisi yang sebenarnya.

Kerahasiaan

Data yang terdapat pada kuesioner ini akan menjadi kerahasiaan dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Data yang Anda isikan sepenuhnya terjamin kerahasiaannya.

IDENTITAS DIRI

Nama/Inisial :

Jenis Kelamin : (L / P)

Usia :

Domisili :

Tinggal Bersama siapa?

Pasangan

Anak

Cucu

Menantu

Keponakan

Sendiri

Lainnya.....

Status Pernikahan:

Menikah

Bercerai

Tidak Menikah

Pasangan Meninggal Dunia

Apakah Anda Mengikuti Aktivitas maupun Komunitas khusus Lansia?

Ya

Tidak

BAGIAN I

Pada bagian I terdapat 15 pertanyaan yang bisa saja 'sesuai' maupun 'tidak sesuai' dengan diri Anda. Berilah tanda centang (V) pada kolom yang sudah disediakan, sesuai dengan jawaban Anda.

Bacalah pernyataan dengan hati-hati untuk memberikan jawaban yang sebenar-benarnya, karena tidak ada pilihan jawaban yang benar atau salah pada kuesioner ini.

1. Seberapa sering Anda merasa telah membuat kemajuan dalam mencapai tujuan Anda?

| | | | | | | | | | | | | |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------|
| Tidak Pernah | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Selalu |
| | | | | | | | | | | | | |

2. Seberapa sering Anda menjadi sangat menikmati sesuatu yang sedang dikerjakan?

| | | | | | | | | | | | | |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------|
| Tidak Pernah | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Selalu |
| | | | | | | | | | | | | |

3. Secara umum, seberapa sering Anda merasa gembira?

| | | | | | | | | | | | | |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------|
| Tidak Pernah | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Selalu |
| | | | | | | | | | | | | |

4. Seberapa sering anda mencapai tujuan-tujuan penting yang telah anda susun untuk diri Anda?

| | | | | | | | | | | | | |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------|
| Tidak Pernah | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Selalu |
| | | | | | | | | | | | | |

5. Secara umum, seberapa bermakna hidup Anda?

| | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|-----------------|
| Sangat Tidak Bermakna | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Sangat Bermakna |
| | | | | | | | | | | | | |

6. Seberapa sering Anda meminta bantuan dari orang lain ketika memerlukannya?

| | | | | | | | | | | | | |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------|
| Tidak Pernah | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Selalu |
| | | | | | | | | | | | | |

7. Seberapa sering Anda merasa bahwa apa yang dilakukan dalam kehidupan ini bermakna?

| | | | | | | | | | | | | |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------|
| Tidak Pernah | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Selalu |
| | | | | | | | | | | | | |

8. Seberapa sering Anda merasa bersemangat terhadap berbagai hal?

| | | | | | | | | | | | | |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------|
| Tidak Pernah | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Selalu |
| | | | | | | | | | | | | |

9. Secara umum, seberapa sering Anda merasa positif?

| | | | | | | | | | | | | |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------|
| Tidak Pernah | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Selalu |
| | | | | | | | | | | | | |

10. Seberapa sering Anda mampu menjalankan tanggung jawab Anda?

| | | | | | | | | | | | | |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------|
| Tidak Pernah | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Selalu |
| | | | | | | | | | | | | |

11. Seberapa kuat Anda merasa dicintai?

| | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|-----------------|
| Sangat Tidak Dicintai | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Sangat Dicintai |
| | | | | | | | | | | | | |

12. Secara umum, seberapa sering Anda merasa memiliki kesadaran akan hidup?

| | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|------------------|
| Sangat Tidak Menyadari | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Sangat Menyadari |
| | | | | | | | | | | | | |

13. Seberapa puas Anda terhadap hubungan personal Anda?

| | | | | | | | | | | | | |
|-------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|-------------|
| Sangat Tidak Puas | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Sangat Puas |
| | | | | | | | | | | | | |

14. Secara umum, seberapa puas Anda terhadap kehidupan Anda?

| | | | | | | | | | | | | |
|-------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|-------------|
| Sangat Tidak Puas | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Sangat Puas |
| | | | | | | | | | | | | |

BAGIAN II

Pada bagian II terdapat 6 pertanyaan yang bisa saja 'sesuai' maupun 'tidak sesuai' dengan diri Anda.

Anda dipersilakan memilih satu dari 5 pilihan jawaban yang telah disediakan untuk menggambarkan seberapa sesuai pernyataan tersebut dengan diri Anda.

Bacalah pernyataan dengan hati-hati untuk memberikan jawaban yang sebenar-benarnya, karena tidak ada pilihan jawaban yang benar atau salah pada kuesioner ini.

Berilah tanda centang (V) pada kolom yang sudah disediakan, sesuai dengan jawaban Anda. Terdapat 5 pilihan jawaban yang tersedia, yaitu:

1 = Sangat Tidak Setuju (STS)

2= Tidak Setuju (TS)

3= Agak Setuju (AS)

4= Setuju (S)

5= Sangat Setuju (SS)

| No. | Pernyataan | Sangat Tidak Setuju | Tidak Setuju | Agak Setuju | Setuju | Sangat Setuju |
|-----|---|---------------------|--------------|-------------|--------|---------------|
| 1 | Saya berterima kasih atas apa yang saya miliki dalam hidup saya | | | | | |
| 2 | Saya bersyukur kepada banyak orang di sekitar saya | | | | | |
| 3 | Dalam hidup, saya melihat banyak hal yang sulit disyukuri | | | | | |
| 4 | Seiring bertambahnya usia, saya mampu menghargai banyak hal di sekitar saya | | | | | |
| 5 | Saya memiliki banyak hal yang bisa saya syukuri | | | | | |
| 6 | Saya memerlukan waktu untuk menyadari bahwa ada banyak hal yang dapat disyukuri | | | | | |



Lampiran 3. Tabel Hasil Validitas Isi pada Alat Ukur THE-PERMA Profiler

| Sebelum revisi | Setelah revisi |
|--|--|
| Seberapa sering anda merasakan bahwa anda sedang membuat kemajuan ke arah pencapaian tujuan-tujuan anda? | Seberapa sering Anda merasa telah membuat kemajuan dalam mencapai tujuan Anda? |
| Seberapa sering anda menjadi sangat asyik dalam sesuatu yang sedang anda kerjakan? | Seberapa sering Anda menjadi sangat menikmati sesuatu yang sedang dikerjakan? |
| Secara umum, seberapa sering anda merasa gembira? | Secara umum, seberapa sering Anda merasa gembira? |
| Seberapa sering anda mencapai tujuan-tujuan penting yang telah anda susun untuk diri anda? | Seberapa sering anda mencapai tujuan-tujuan penting yang telah anda susun untuk diri Anda? |
| Secara umum, seberapa terarah anda pada kehidupan yang penuh tujuan dan bermakna? | Secara umum, seberapa bermakna hidup Anda? |
| Seberapa sering anda menerima bantuan dan dukungan dari orang lain ketika anda memerlukannya? | Seberapa sering Anda meminta bantuan dari orang lain ketika memerlukannya? |
| Secara umum, seberapa sering anda merasa bahwa apa yang anda lakukan di kehidupan ini bermakna dan berharga? | Seberapa sering Anda merasa bahwa apa yang dilakukan dalam kehidupan ini bermakna? |
| Secara umum, seberapa sering anda merasa bersemangat dan berminat terhadap berbagai hal? | Seberapa sering Anda merasa bersemangat terhadap berbagai hal? |
| Secara umum, seberapa sering anda merasa positif? | Secara umum, seberapa sering Anda merasa positif? |
| Serapa sering anda mampu menjalankan tanggung jawab anda? | Seberapa sering Anda mampu menjalankan tanggung jawab Anda? |
| Seberapa kuat anda merasa dicintai? | Seberapa kuat Anda merasa dicintai? |
| Secara umum, seberapa anda merasa memiliki kesadaran akan arah hidup? | Secara umum, seberapa sering Anda merasa memiliki kesadaran akan hidup? |
| Seberapa puas anda terhadap hubungan personal anda? | Seberapa puas Anda terhadap hubungan personal Anda? |
| Secara umum, seberapa anda merasa puas terhadap kehidupan anda? | Secara umum, seberapa puas Anda terhadap kehidupan Anda? |

Lampiran 4 Hasil Perhitungan Uji Normalitas

| | <i>Shapiro-Wilk</i> | <i>P-Value of Shapiro-Wilk</i> |
|-------------------|---------------------|--------------------------------|
| <i>Gratitude</i> | 0,933 | <0,01 |
| <i>Well-Being</i> | 0,974 | <0,01 |

Lampiran 5 Hasil Perhitungan Uji Independen Error

Model Summary - TOTAL WELL-BEING

| Model | R | R ² | Adjusted R ² | RMSE | Durbin-Watson | | |
|----------------|-------|----------------|-------------------------|-------|-----------------|-----------|--------|
| | | | | | Autocorrelation | Statistic | p |
| H ₀ | 0.000 | 0.000 | 0.000 | 8.867 | 0.355 | 1.290 | < .001 |
| H ₁ | 0.240 | 0.058 | 0.055 | 8.619 | 0.316 | 1.368 | < .001 |

Lampiran 6 Hasil Uji Regresi Logistik

Model Summary - Coding WB

| Model | Deviance | AIC | BIC | df | X ² | p | McFadden R ² | Nagelkerke R ² | Tjur R ² | Cox & Snell R ² |
|----------------|----------|---------|---------|-----|----------------|--------|-------------------------|---------------------------|---------------------|----------------------------|
| H ₀ | 510.976 | 512.976 | 516.906 | 375 | | | | | | |
| H ₁ | 500.031 | 504.031 | 511.890 | 374 | 10.945 | < .001 | 0.021 | 0.039 | 0.030 | 0.029 |

Lampiran 7 Formulir Bimbingan Skripsi

| | | |
|---|---|----------------------|
|  | FORMULIR PEMBIMBINGAN SKRIPSI/TA | SPT-1/03/SOP-28/F-03 |
| | | |

Nama Mahasiswa : Priska Marsyela Devi
 Prodi/NIM : Psikologi / 2019031042
 Judul Skripsi/TA yang diajukan : Pengaruh Gratitude terhadap Well-being pada Lansia di Jakarta

| No | Tanggal | Materi Pembimbingan | Paraf Mhs | Paraf Dosen Pembimbing |
|----|------------|---|--|---|
| 1 | 09/02/2023 | Revisi BAB I - III |  |  |
| 2 | 15/02/2023 | Melakukan Revisi BAB I |  |  |
| 3 | 31/03/2023 | Revisi, Alat Ukur, serta persiapan pengambilan data |  |  |
| 4 | 18/04/2023 | Melakukan Revisi BAB I - III serta alat ukur |  |  |
| 5 | 25/04/2023 | Revisi BAB I - III |  |  |
| 6 | 02/05/2023 | Revisi |  |  |
| 7 | 09/05/2023 | Feedback Revisi |  |  |
| 8 | 31/05/2023 | Penulisan BAB IV |  |  |
| 9 | 05/06/2023 | Revisi BAB IV dan Penulisan BAB V |  |  |

* Jika pembimbingan lebih dari minimal 8 kali, mohon membuat salinan formulir ini

| | | |
|---|---|--|
|  |  |  |
| Priska Marsyela Devi | Dr. Clara Moringka, S.Psi., M.Si | Maria Jane Hanovani Simanguntak, M.Psi., Psikolog |

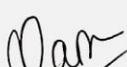
Lampiran 8 Formulir Bimbingan Skripsi

| | | |
|--|---|----------------------|
|  Universitas Pembangunan Jaya | FORMULIR PEMBIMBINGAN SKRIPSI/TA | SPT-I/03/SOP-28/F-03 |
| | | No. Pelamar |

Nama Mahasiswa : Priska Marsyela Devi
 Prodi/NIM : Psikologi / 2019031042
 Judul Skripsi/TA yang diajukan : Pengaruh Gratitude terhadap Well-being pada Lansia di Jakarta

| No | Tanggal | Materi Pembimbingan | Paraf Mhs | Paraf Dosen Pembimbing |
|----|------------|--|---|---|
| 1 | 14/02/2023 | Feedback Revisi BAB I - BAB III |  |  |
| 2 | 18/04/2023 | Merevisi BAB I - BAB III |  |  |
| 3 | 04/05/2023 | Revisi BAB I - III, Alat Ukur, Pembahasan BAB IV |  |  |
| 4 | 31/05/2023 | Feedback Revisi BAB I serta Penulisan BAB IV |  |  |
| 5 | 05/06/2023 | Penulisan BAB IV dan BAB V |  |  |
| 6 | | | | |
| 7 | | | | |
| 8 | | | | |

* Jika pembimbingan lebih dari minimal 8 kali, mohon membuat salinan formulir ini

| | | |
|---|---|---|
|  |  |  |
| Priska Marsyela Devi | Dr. Clara Moningka, S.Psi., M.Si. | Maria Jane Tierloviani Simanjuntak, M.Psi., Psikolog |