

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Gratitude

2.1.1 Definisi Gratitude

Peterson dan Seligman (2004) mendefinisikan “gratitude is a feeling of happiness and gratitude towards each individual and other people when they get something that the individual thinks is valuable” atau dapat diartikan “gratitude adalah sebuah perasaan bahagia serta rasa terima kasih pada masing-masing individu maupun orang lain pada saat mendapatkan sesuatu yang menurut individu tersebut berharga”. Emmons et al., (2002) mengatakan Gratitude dapat dinilai sebagai perasaan positif yang diperlihatkan oleh seseorang dengan rasa syukur sampai pada akhirnya individu tersebut dapat dengan mudah mengenali dan menanggapi suatu hal dengan positif dari hasil yang diperoleh, pengalaman, dan hadirnya peran orang lain dalam lingkungannya. Gratitude is a feeling that arises only when someone receives good news that has happened and other people feel it too” (Watkins, 2021, hal 17) atau dapat diartikan sebagai “perasaan yang muncul hanya pada saat ada menerima kabar baik telah terjadi dan orang lain juga merasakannya”. Seseorang yang memiliki gratitude dapat menghargai hidup yang sedang dijalani mulai dari hal sederhana hingga hal yang sangat dinantikan.

Definisi yang telah dijabarkan peneliti mengacu pada definisi gratitude menurut Emmons et al., (2002) sebagai landasan penelitian ini. Emmons et al., (2002) mengatakan “many positive life events that are not due to the actions of another person”. Dapat diartikan bahwa “rasa Syukur (gratitude) merupakan suatu perasaan positif yang mampu dirasakan dalam segala kondisi hingga tidak hanya dirasakan sebatas ketika individu mendapatkan apa yang diinginkan”. Peneliti tidak menggunakan teori yang dikemukakan oleh Peterson dan Seligman (2004) yang menyatakan bahwa “gratitude arises when receiving good news” atau dapat diartikan “gratitude muncul pada saat menerima kabar baik”, sedangkan menurut Watkins (2021) menyatakan bahwa “gratitude is earned simply because something good appears” atau dapat diartikan “gratitude diperoleh hanya karena suatu hal yang baik muncul”. Selain itu, teori dari Emmons et al., (2002) dipilih karena banyak dijadikan landasan teori penelitian yang berfokus pada gratitude, terdapat 13,900 penelitian di google scholar yang menggunakan teori gratitude dari emmons.

2.2.2 Facet dari Variabel Gratitude

Facet gratitude menurut Emmons et al., (2002) berikut adalah beberapa facet gratitude yang dapat melihat sejauh mana seseorang mampu bersyukur:

Intensitas (Intensity)

Intensitas dapat dilihat dari seberapa banyak hal yang membuat individu tersebut mampu merasa bersyukur. Individu dengan tingkat rasa syukur tinggi dapat mencapai penghargaan pada banyak hal, yang berdampak pada meningkatkan rasa kebahagiaan dan rasa syukur pada diri mereka dibandingkan dengan individu yang tidak banyak bersyukur.

Frekuensi (Frequency)

Frekuensi dapat dilihat dari seberapa sering individu merasa bersyukur. Individu yang bersyukur tentu mampu menunjukkan rasa syukurnya setiap waktu dapat dilihat dari hal sederhana maupun hal yang besar seperti mendapatkan pertolongan.

Jangka (Span)

Jangka dapat dilihat dari seberapa banyak sesuatu yang terjadi sehingga membuat individu dapat menunjukkan gratitude pada jangka waktu tertentu, contohnya bersyukur karena memiliki keluarga, pekerjaan, kesehatan yang baik, dan sebagainya. Sedangkan Seseorang yang memiliki tingkat gratitude yang rendah akan lebih sedikit merasa bersyukur pada aspek kehidupannya.

Densitas (Density)

Densitas maksudnya adalah jumlah orang yang membuat individu merasa bersyukur. Seseorang dengan gratitude yang tinggi cenderung dapat menyebutkan lebih banyak hal atau orang lain seperti teman, keluarga, dan lain sebagainya yang membuat mereka bersyukur. Sedangkan seseorang dengan tingkat gratitude yang rendah lebih sedikit dalam menyebutkan hal atau orang lain yang dapat membuat dirinya merasa bersyukur.

2.2.3 Faktor-faktor yang Memengaruhi Gratitude

Emmons et al., (2002) mengatakan bahwa terdapat tiga faktor yang dapat berpengaruh terhadap gratitude yaitu:

Afek Positif dan Kesejahteraan

Faktor utama yang mempengaruhi gratitude individu adalah afek positif dan kesejahteraan. Ketika individu memperoleh dukungan, memiliki rasa saling menghargai dan rasa percaya dapat membuat individu tersebut lebih bersyukur. Hal tersebut dapat meningkatkan rasa kebahagiaan dan kesejahteraan individu sepanjang waktu.

Sifat Prososial

Sifat prososial yang mempengaruhi gratitude karena pada saat individu saling membantu maka akan berkontribusi terhadap kesejahteraan orang lain sehingga individu tersebut mempunyai rasa syukur dengan apa yang telah dimilikinya.

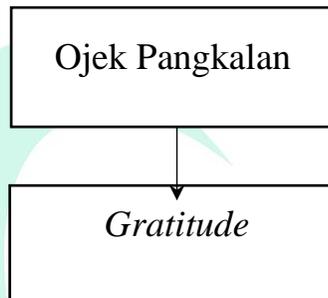
Agama dan spiritualitas

Faktor selanjutnya yang mempengaruhi gratitude adalah agama atau spiritualitas, yaitu keyakinan individu terhadap keberadaan Tuhan dan rasa syukur atas apa yang telah diberikan.

Terdapat penelitian lain oleh Yunanto (2020) yang membahas tentang peran dukungan sosial terhadap gratitude dengan konstruk yang sama kepada orang dewasa, menjelaskan bahwa dukungan sosial mempengaruhi tingkat gratitude.

2.3 Kerangka Berpikir

Gratitude menjadi landasan utama untuk para pengemudi ojek pangkalan tetap bertahan pada pekerjaannya walaupun mendapatkan hasil yang tidak tentu, dengan adanya gratitude yang tinggi pengemudi ojek pangkalan tetap menjalankan pekerjaannya. Berdasarkan dari hasil wawancara awal yang dilakukan dengan beberapa ojek pangkalan mereka tetap bersyukur dengan segala resiko kerja dan hasil yang diterima. Emmons et al., (2002) mengatakan bahwa gratitude merujuk pada perasaan positif yang ditunjukkan oleh individu dengan rasa syukur yang tinggi sehingga mereka lebih memilih untuk menanggapi dan mengenali sesuatu dengan positif dari hasil yang didapatkan, pengalaman, dan peran individu lain dalam hidupnya. Penjelasan tersebut menjadi dasar peneliti ingin mengetahui gambaran gratitude pada pengemudi ojek pangkalan.



gambar 2. 1 Gambar alur kerangka berpikir

2.4 Hipotesis

Penelitian ini memiliki hipotesis

Hipotesis null (H₀) : Gratitude pada ojek pangkalan cenderung rendah

Hipotesis alternatif (H_a) : Gratitude pada ojek pangkalan cenderung tinggi