

**HUBUNGAN *GRATITUDE* DAN MAKNA HIDUP
DENGAN *POST TRAUMATIC GROWTH*
PADA REMAJA KORBAN *BROKEN HOME***

TESIS

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Guna Mencapai Gelar Magister Psikologi**



Oleh :

YUNIS FUTIHAT ROHMAWATI

NIM: 1532400010

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2026

**HUBUNGAN GRATITUDE DAN MAKNA HIDUP DENGAN POST
TRAUMATIC GROWTH PADA REMAJA KORBAN BROKEN HOME**

Tesis

Untuk memenuhi persyaratan

Mencapai Gelar Magister Psikolog S-2



diajukan oleh:

Yunis Futihat Rohmawati

NIM: 1532400010

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI**

UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA

2026

TESIS

HUBUNGAN *GRATITUDE* DAN MAKNA HIDUP DENGAN *POST TRAUMATIC GROWTH* PADA REMAJA KORBAN *BROKEN HOME*

diajukan oleh:

Yunis Futihat Rohmawati

NIM 1532400010

Disetujui untuk diseminarkan:

Surabaya, 6 Januari 2026

Dosen Pembimbing



Dr. IGAA Noviekayati, M.Si., Psikolog

Dosen Pembimbing



Anrilia E.M Ningdyah, S.Psi., M.Ed., Ph.D., Psikolog

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2026

**HUBUNGAN GRATITUDE DAN MAKNA HIDUP DENGAN POST
TRAUMATIC GROWTH PADA REMAJA KORBAN BROKEN HOME**

diajukan oleh:

Yunis Futihat Rohmawati

NIM 1532400010

Telah dipertimbangkan di depan Tim Penguji
Dan dinyatakan lulus pada ujian tesis Program Magister Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Pada tanggal, 6 Januari 2026

Tim Penguji

Ketua : Dr. Niken Titi Pratitis, M.Si., Psikolog

Anggota : 1. Dr. IGAA Noviekayati, M.Si., Psikolog

2. Anrilia E.M Ningdyah, S.Psi., M.Ed., Ph.D., Psikolog

Dekan



Dr. Diah Sofiah., M.Si., Psikolog

NPP. 20510.02.0551

MOTTO

“Manfaatkan setiap kesempatan sebelum ia berubah menjadi penyesalan, karena waktu tidak menunggu kesiapan, dan keberanian yang ditunda hanya akan menyisakan sesal.”

(Refleksi dari HR. Al-Hakim)

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Yunis Futihat Rohmawati

NIM : 1532400010

Alamat : Dusun Jajar Tengah RT/RW 001/004 Kelurahan
Gondangwetan, Kecamatan Gondangwetan, Kabupaten
Pasuruan, Jawa Timur

Telp. : 088290906666

Menyatakan bahwa “Tesis” yang saya buat untuk memenuhi persyaratan kelulusan Magister Psikologi Fakultas Psikologi UNTAG Surabaya dengan judul: **HUBUNGAN GRATITUDE DAN MAKNA HIDUP DENGAN POST TRAUMATIC GROWTH PADA REMAJA KORBAN BROKEN HOME** adalah hasil karya saya sendiri, bukan “Duplikasi” dari karya orang lain. Selanjutnya apabila dikemudian hari ada claim dari pihak lain bukan tanggung jawab Pembimbing dan atau Pengelola Program tetapi menjadi tanggung jawab saya sendiri. Atas hal tersebut saya bersedia menerima sanksi, sesuai hukum atau aturan yang berlaku di Indonesia. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa paksaan dari siapapun.

Surabaya, 6 Januari 2026

Hormat saya,



Yunis Futihat Rohmawati, S.Psi

1532400010



LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yunis Futihat Rohmawati
NBI/ NPM : 1532400010
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Magister Psikologi
Jenis Karya : Skripsi/ Tesis/ Disertasi/ Laporan Penelitian/Praktek*

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya *Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)*, atas karya saya yang berjudul:

Hubungan Gratitude dan Makna Hidup Dengan Post Traumatic Growth Pada Remaja Korban Broken Home

Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Nonexclusive Royalty - Free Right*), Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap tercantum

Dibuat di : Surabaya
Pada tanggal : 27 Januari 2026

Yang Menyatakan,



Yunis Futihat Rohmawati

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah Swt. atas segala rahmat, karunia, dan hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan tesis yang berjudul “Hubungan *Gratitude* dan Makna Hidup dengan *Post traumatic growth* pada Remaja Korban *Broken Home*”. Tesis ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Psikologi pada Program Studi Magister Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Penyusunan tesis ini dilatar belakangi oleh ketertarikan peneliti terhadap dinamika psikologis remaja yang mengalami peristiwa keluarga yang tidak utuh (*broken home*), serta bagaimana individu mampu bangkit, bertumbuh, dan menemukan makna positif setelah pengalaman traumatis. Melalui penelitian ini, peneliti berharap dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam memahami peran *Gratitude* dan makna hidup sebagai faktor psikologis yang berhubungan dengan *post traumatic growth* pada remaja.

Peneliti menyadari bahwa proses penyusunan tesis ini tidak terlepas dari berbagai tantangan, baik secara akademik maupun personal. Namun, melalui bimbingan, dukungan, dan doa dari berbagai pihak, peneliti dapat menyelesaikan tesis ini dengan sebaik-baiknya. Oleh karena itu, Dikesempatan ini, peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. Harjo Seputro, ST., MT selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, yang senantiasa mendukung proses pendidikan di lingkungan kampus.
2. Dr. Diah Sofiah, M.Si., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, atas arahan dan fasilitas yang diberikan selama masa studi.
3. Dr. Dyan Evita Santi, M.Si., Psikolog, selaku Kepala Program Studi Magister Psikologi yang selalu memberikan bimbingan, motivasi, serta petunjuk yang sangat berarti dalam proses akademik peneliti.

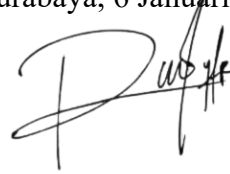
4. Dr. IGAA Noviekayati, M.Si., Psikolog, selaku dosen pembimbing I, atas kesabaran, ketelitian, dan bimbingan yang luar biasa dalam mengarahkan peneliti selama penyusunan tesis ini.
5. Anrilia E.M Ningdyah, S.Psi., M.Ed., Ph.D., Psikolog, selaku dosen pembimbing II, atas masukan, saran, dan dukungan akademik yang sangat berharga dalam proses penyempurnaan karya ini.
6. Kedua orang tua tercinta, Suwito dan Arwati Siti Rosida, yang selalu menjadi sumber kekuatan, inspirasi, dan doa dalam setiap langkah hidup peneliti.
7. Aripin sebagai motivator kehidupan, dukungan dan nasihat-nasihatnya sangat membantu dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
8. Beasiswa Unggulan yang telah memberikan dukungan pendanaan selama masa studi, sehingga saya dapat menyelesaikan pendidikan Magister ini dengan baik.
9. Rekan-rekan seperjuangan di Magister Psikologi Angkatan 51, yang telah menjadi teman diskusi, berbagi semangat, dan saling mendukung selama masa studi.
10. Terakhir tesis ini peneliti persembahkan untuk peneliti sendiri, terimakasih telah memilih untuk bertahan dan berkomitmen pada proses hingga mampu menyelesaikan studi Magister Psikologi dalam waktu 1,5 tahun. Terima kasih atas keberanian mengambil kesempatan melalui Beasiswa Unggulan, atas disiplin yang dijaga di tengah berbagai keterbatasan, serta atas keteguhan untuk terus melangkah meski lelah, ragu, dan diuji. Perjalanan ini bukan hanya tentang gelar, tetapi tentang pembuktian bahwa usaha yang konsisten, niat yang kuat, dan keberanian mengambil peluang mampu membawa pada pencapaian yang bermakna.

Peneliti menyadari bahwa tesis ini masih memiliki keterbatasan dan jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi pengembangan penelitian selanjutnya. Semoga tesis ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya

psikologi perkembangan dan klinis, serta menjadi referensi bagi peneliti berikutnya yang tertarik pada kajian *post traumatic growth* pada remaja.

Akhir kata, peneliti berharap tesis ini tidak hanya menjadi pemenuhan kewajiban akademik, tetapi juga memberikan kontribusi yang bermakna bagi dunia keilmuan dan praktik psikologi.

Surabaya, 6 Januari 2026

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Yunis Futihat Rohmawati', with a stylized, cursive script.

Yunis Futihat Rohmawati

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PESERTUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan	1
1. Latar Belakang Masalah	1
2. Rumusan Masalah	10
3. Keaslian Penelitian	12
B. Tujuan dan Manfaat Penelitian	16
1. Tujuan Penelitian	16
2. Manfaat Penelitian	17
BAB II KAJIAN PUSTAKA	19
A. Tinjauan Pustaka	19
1. <i>Post Traumatic Growth</i>	19
2. <i>Gratitude</i>	33
3. Makna Hidup.....	42
B. Landasan Pemikiran	52
C. Hipotesis.....	59
BAB III METODE PENELITIAN	58
A. Subjek Penelitian	58

1. Populasi	58
2. Sampel Penelitian	58
B. Variabel Penelitian dan Pengukurannya	59
C. Teknik Analisis Data.....	85
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	86
A. Hasil Penelitian	86
B. Pembahasan	90
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	104
A. Kesimpulan	104
B. Saran	106
DAFTAR PUSTAKA	109
LAMPIRAN.....	118

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Distribusi Kategori Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	78
Tabel 2. Distribusi Kategori Responden Berdasarkan Usia	79
Tabel 3. Distribusi Kategori Responden Berdasarkan Keadaan Orang Tua	64
Tabel 4. Distribusi Kategori Responden Berdasarkan Lama Kondisi Keluarga Broken Home	64
Tabel 5. Distribusi Kategori Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin	80
Tabel 6. Skoring Skala <i>Post Traumatic Growth</i>	61
Tabel 7. Blue Print Skala <i>Post Traumatic Growth Inventory Scale</i>	61
Tabel 8. Hasil Uji Validitas Aitem <i>Post Traumatic Growth</i>	63
Tabel 9. Hasil Uji Reliabilitas <i>Post Traumatic Growth</i>	64
Tabel 10. Skoring Skala <i>Gratitude</i>	66
Tabel 11. Blue Print Skala <i>Gratitude Questionnaire (GQ-6)</i>	66
Tabel 12. Hasil Uji Validitasi Aitem Skala <i>Gratitude</i>	67
Tabel 13. Hasil Uji Reliabilitas Aitem Skala <i>Gratitude</i>	68
Tabel 14. Skoring Skala Makna Hidup	70
Tabel 15. Blue Print Skala Bastman (2007)	70
Tabel 16. Hasil Uji Validasi Aitem Skala Makna Hidup	79
Tabel 17. Hasil Uji Reliabilitas Aitem Skala Makna Hidup	80
Tabel 18. Blue Print Skala Makna Hidup Setelah Uji Coba	80
Tabel 19. Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov	82
Tabel 20. Hasil Uji Linieritas	82
Tabel 21. Hasil Uji Multikolinieritas	83
Tabel 22. Hasil Uji Heterokedastisitas	84

Tabel 23. Hasil Uji Regresi Linier Berganda (Uji Simultan).....	86
Tabel 24. Hasil Uji Regresi Parsial	87
Tabel 25 Sumbangan Efektif	88
Tabel 26 Hasil Mean Empirik	90
Tabel 27 Perbandingan ME dan MH	91

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Pemikiran.....	56
-----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Persetujuan Responden	129
Lampiran 2. Kuesioner Karakteristik Responden	130
Lampiran 3. Skala <i>Post Traumatic Growth</i>	131
Lampiran 4. Skala <i>Gratitude</i>	133
Lampiran 5. Skala Makna Hidup	134
Lampiran 6. Laporan Hasil Uji Coba Alat Ukur	136
Lampiran 7. Hasil Uji Coba Statistik Skala <i>Post Traumatic Growth</i>	139
Lampiran 8. Hasil Uji Statistik Skala <i>Gratitude</i>	141
Lampiran 9. Hasil Uji Statistik Skala Makna Hidup	142
Lampiran 10. Hasil Uji Normalitas	146
Lampiran 11. Hasil Uji Linieritas	150
Lampiran 13. Hasil Uji Multikolinieritas.....	151
Lampiran 14. Hasil Uji Heterokedastisitas	152
Lampiran 15. Formulir Penelitian (Gform).....	152
Lampiran 16. Hasil Uji Regresi Linier Berganda	153
Lampiran 17. Hasil Uji Regresi Uji T	153
Lampiran 18. Hasil Uji Deskriptif Variabel	153
Lampiran 19. Hasil Uji Distribusi Kategori Variabel <i>Post Traumatic Growth</i>	155
Lampiran 20. Hasil Uji Distribusi Kategori Variabel <i>Gratitude</i>	155
Lampiran 21. Hasil Uji Distribusi Kategori Variabel Makna Hidup	155
Lampiran 22. Data Responden	156
Lampiran 23. Hasil Responden	169
Lampiran 19. Dokumentasi Uji Coba Alat Ukur	150

HUBUNGAN *GRATITUDE* DAN MAKNA HIDUP DENGAN *POST TRAUMATIC GROWTH* PADA REMAJA KORBAN *BROKEN HOME*

Yunis Futihat Rohmawati

Magister Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

yunisfutihat6@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara *gratitude* dan makna hidup dengan *post traumatic growth* (PTG) pada remaja korban *broken home*. *Broken home* merupakan kondisi keluarga yang berpotensi menimbulkan pengalaman traumatis bagi remaja, namun tidak selalu berujung pada dampak psikologis negatif. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek penelitian berjumlah 302 remaja korban *broken home* yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui skala *Post Traumatic Growth Inventory Scale*, *Gratitude Questionnaire (GQ-6)*, dan Makna Hidup. Kemudian dianalisis menggunakan regresi linier berganda. Hasil analisis menunjukkan bahwa *gratitude* dan makna hidup secara simultan berkontribusi signifikan dalam memprediksi PTG. Secara parsial, *gratitude* dan makna hidup juga memiliki hubungan positif dan signifikan dengan PTG. Penelitian ini menyimpulkan bahwa PTG pada remaja korban *broken home* dipengaruhi oleh sumber daya psikologis positif, khususnya rasa syukur dan kemampuan menemukan makna hidup, yang membantu remaja memaknai pengalaman traumatis secara adaptif dan mendorong pertumbuhan *post traumatic growth*.

Kata kunci: *gratitude*, makna hidup, *post traumatic growth*, *broken home*, remaja

HUBUNGAN GRATITUDE DAN MAKNA HIDUP DENGAN POST TRAUMATIC GROWTH PADA REMAJA KORBAN BROKEN HOME

Yunis Futihat Rohmawati

Magister Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

yunisfutihat6@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between gratitude and meaning of life with post-traumatic growth (PTG) in adolescents who are victims of broken homes. A broken home is a family condition that has the potential to cause traumatic experiences for adolescents, but does not always lead to negative psychological effects. This study uses a quantitative approach with a correlational design. The research subjects consisted of 302 adolescents who were victims of broken homes, selected using purposive sampling. Data were collected using the Post Traumatic Growth Inventory Scale, Gratitude Questionnaire (GQ-6), and Meaning of Life. Then analyzed using multiple linear regression. The results of the analysis show that gratitude and meaning of life simultaneously contribute significantly to predicting PTG. Partially, gratitude and meaning of life also have a positive and significant relationship with PTG. This study concludes that PTG in adolescents who are victims of broken homes is influenced by positive psychological resources, particularly gratitude and the ability to find meaning in life, which help adolescents make sense of traumatic experiences in an adaptive manner and encourage post-traumatic psychological growth.

Keywords: *gratitude, meaning of life, post-traumatic growth, broken home, adolescents*