

## VALIDASI THE GRATITUDE QUESTIONNAIRE (GQ-6)

Listyo Yuwanto, Cyntia Maria, Sonya Septine, & Meliawati Santoso

Fakultas Psikologi Universitas Surabaya Raya Kalirungkut Surabaya

listyo@ubaya.ac.id / yuwanto81@gmail.com

**Abstrak.** Bersyukur (*gratitude*) merupakan salah satu karakter penting demi tercapainya kebahagiaan dan kesejahteraan hidup bagi masyarakat yang terdampak Erupsi Merapi. Terapi bersyukur merupakan bentuk *trauma healing* yang dilakukan untuk penanganan psikologis masyarakat yang terdampak erupsi Merapi. Keefektifan program terapi bersyukur perlu diukur sebagai evaluasi program. Salah satu alat ukur tingkat bersyukur adalah *The Gratitude Questionnaire-Six Item Form* (GQ-6) (Emmons, McCullough, & Tsang, 2002). GQ-6 mengukur *gratitude* berdasarkan tiga komponen *frequency*, *intensity*, dan *density* dengan 7 pilihan respon (sangat tidak setuju, tidak setuju, sedikit tidak setuju, netral, sedikit setuju, setuju, dan sangat setuju). Penelitian ini bertujuan memodifikasi dan validasi alat ukur GQ-6 yang digunakan untuk mengukur tingkat bersyukur masyarakat yang terdampak Erupsi Merapi pada tahun 2010. Modifikasi dilakukan dalam bentuk pilihan respon menjadi 4 pilihan respon (sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai). Validasi meliputi pengujian validitas berdasarkan bukti *internal structural analysis* dan reliabilitas *internal consistency alpha cronbach*. Subjek penelitian 200 penduduk Desa Kaliadem, Petung, dan Jambu yang berada di Shelter Pengungsi Merapi Gondang 1 Wukirsari Cangkringan Sleman. Hasil *confirmatory factor analysis* menunjukkan CQ-6 terdiri atas 5 butir sehingga alat ukur *gratitude* hasil validasi dinamakan *The Gratitude Questionnaire-Five Item Form* (CG-5). Alat ukur CG-5 memiliki komposisi 2 butir *frequency*, 1 butir *intensity*, dan 2 butir *density* dengan rentang *factor loading* 0,768-0,949 dan tidak ada indikasi *cross loading*. CG-5 memiliki reliabilitas *internal consistency alpha cronbach* 0,754. Hasil validasi dan norma alat ukur *The Gratitude Questionnaire-Five Item Form* (GQ-5) didiskusikan lebih lanjut.

**Kata Kunci :** Gratitude, *The Gratitude Questionnaire-Six Item Form* (GQ-6), *The Gratitude Questionnaire-Five Item Form* (GQ-5).

### 7. Pendahuluan

Erupsi Gunung Merapi pada tahun 2010 menyebabkan dampak psikologis salah satunya penurunan tingkat kebahagiaan pengungsi Merapi. Salah satu faktor yang berhubungan dengan kebahagiaan adalah aktivitas bersyukur. Bersyukur merupakan salah satu karakter penting demi tercapainya kebahagiaan dan kesejahteraan hidup bagi masyarakat yang terdampak erupsi Gunung Merapi.

Bersyukur (*gratitude*) merupakan kekuatan manusia yang dapat mempertinggi diri seseorang dan berhubungan dengan kesejahteraan dan secara keseluruhan dapat menguntungkan masyarakat (Emmons & Crumpler, 2000 ; Emmons & Sbelton, 2002). Bersyukur memberikan rasa nyaman dan aman bagi psikologis individu ataupun komunitas dalam keadaan tidak

menyenangkan atau kekurangan (Yuwanto, 2010). Sehingga perlu adanya upaya untuk meningkatkan kebahagiaan pengungsi Merapi melalui kegiatan bersyukur sebagai bentuk *psychological first aid*.

Sebelum diberikan aktivitas bersyukur, perlu adanya pengukuran tingkat bersyukur pada pengungsi Merapi. Salah satu alat ukur tingkat bersyukur adalah *Gratitude Questionnaire Six Item Form* (GQ-6) yang dikembangkan Emmons, McCullough, dan Tsang (2002). GQ-6 mengukur bersyukur berdasarkan tiga komponen yaitu frekuensi, intensitas, dan densitas. Alat ukur ini terdiri atas 6 butir dan 7 pilihan respon yaitu sangat tidak setuju, sedikit tidak setuju, netral, sedikit setuju, setuju, dan sangat setuju. Alat ukur GQ-6 belum pernah divalidasi dalam konteks pengungsi atau masyarakat yang

terdampak bencana alam di Indonesia, sehingga memerlukan validasi sebelum digunakan untuk mengukur tingkat bersyukur pengungsi Merapi.

### 8. Kajian Pustaka

#### Bersyukur (*Gratitude*)

Bersyukur berasal dari bahasa latin yaitu *gratia* yang memiliki arti berkah, memberkahi, atau berterimakasih. Berterimakasih didasarkan adanya perbuatan baik yang telah dilakukan orang lain ataupun Tuhan (alam, kosmos). Sehingga dapat dikatakan bersyukur merupakan emosi empatik untuk menunjukkan berterimakasih atas segala sesuatu yang telah diterima atau dirasakan. Emmons, McCullough, dan Tsang (2002) mendefinisikan bersyukur sebagai kecenderungan untuk mengenali, merespon atas bantuan yang diberikan orang lain melalui pengalaman yang positif ataupun atas hasil yang didapatkan.

Emmons, McCullough, dan Tsang (2002) mengemukakan komponen bersyukur terdiri atas 3 aspek yaitu frekuensi, *intensity*, dan *density*. Frekuensi adalah seberapa banyak atau seberapa sering individu berterimakasih. *Intensity* adalah seberapa banyak pengalaman positif yang telah dialami individu. Terakhir *density* yaitu seberapa banyak jumlah orang yang kehadirannya telah memberikan dampak positif dalam kehidupan individu. Dengan mengacu pada ketiga komponen tersebut, makin tinggi tingkat *intensity*, frekuensi, dan *density* yang dialami individu maka individu termasuk memiliki tingkat bersyukur yang tinggi.

### 9. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian validasi alat ukur yang meliputi uji validitas dan reliabilitas *The Gratitude Questionnaire-Six Item Form* (GQ-6). Uji validitas menggunakan bukti internal struktural analisis (American Educational Research Association, American Psychological Association, & National Council on Measurement in Education, 1999). Bukti *internal structural analysis* dengan menggunakan analisis faktor *confirmatory*. Uji reliabilitas menggunakan

metode *internal consistency alpha cronbach* dengan nilai yang disyaratkan  $\geq 0,7$ .

Subjek penelitian 200 penduduk Desa Kaliadem, Petung, dan Jambu yang berada di Shelter Pengungsi Merapi Gondang 1 Wukirsari Cangkringan Sleman.

*Blue print The Gratitude Questionnaire-Six Item Form* (GQ-6) terdapat pada Tabel 1, terdiri atas 6 butir *favorable* dengan 4 pilihan respon (Sangat Sesuai = 4, Sesuai = 3, Tidak Sesuai = 2, Sangat Tidak Sesuai = 1).

Tabel 1  
*Blue Print The Gratitude Questionnaire-Six Item Form* (GQ-6)

Aspek	Nomor Butir
<i>Frequency</i>	1, 2
<i>Intensity</i>	3, 4
<i>Density</i>	5, 6

### 10. Diskusi dan Bahasan

Hasil penelitian sebagai berikut, hasil analisis faktor menunjukkan nilai Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling sebesar 0,777 ( $> 0,5$ ). Nilai Bartlett's Test of Sphericity menunjukkan sig 0,000 ( $< 0,05$ ). Persyaratan untuk dilakukan analisis faktor mengacu pada nilai Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling dan Bartlett's Test of Sphericity terpenuhi.

Tabel 2  
*Komponen Faktor*

Butir	Faktor1	Faktor2	Faktor3
Butir1	0,843		
Butir2	0,832		
Butir3	0,473		
Butir4			0,949
Butir5		0,891	
Butir6		0,768	

Berdasarkan Tabel 5 hasil analisis faktor menunjukkan butir 3 memiliki nilai loading factor di bawah 0,5 sehingga digugurkan. Butir 1, 2, 4, 5, dan 6 memiliki nilai loading factor yang memadai ( $>0,5$ ). Hasil pengujian *The Gratitude Questionnaire-Six Item Form* (GQ-6) menghasilkan 5 butir sehingga disebut

dengan *The Gratitude Questionnaire-Five Item Form* (GQ-5). CG-5 memiliki reliabilitas *internal consistency alpha cronbach* 0,754. Norma alat ukur *The Gratitude Questionnaire-Five Item Form* (GQ-5) sebagai berikut

Kategori	Batas Nilai
Sangat Tinggi	$x \geq 17$
Tinggi	$14 \leq x < 17$
Sedang	$11 \leq x < 14$
Rendah	$8 \leq x < 11$
Sangat Rendah	$x < 8$

### 11. Simpulan, Saran, dan Keterbatasan Penelitian

Mengacu pada hasil validasi alat ukur bersyukur, maka dapat disimpulkan untuk konteks pengungsi, alat ukur GQ-6 tereduksi menjadi lima butir sehingga diberi nama GQ-5. GQ-5 terdiri atas komponen frekuensi, intensitas, dan densitas sehingga tidak berbeda dengan kerangka konseptual yang dikemukakan Emmons, McCullough, dan Tsang (2002).

Berdasarkan norma GQ-5, terdapat 9 pengungsi (4,5%) yang memiliki tingkat bersyukur rendah, 1 pengungsi yang memiliki tingkat bersyukur sangat rendah (0,5%), dan 35 pengungsi yang memiliki tingkat bersyukur sedang/cukup (17,5%). Untuk kategori bersyukur yang sangat tinggi terdapat 85 pengungsi (42,5) dan tinggi sebanyak 70 (35%) pengungsi. Dengan demikian pengungsi yang hendaknya mendapatkan terapi bersyukur diutamakan yang memiliki tingkat bersyukur yang sedang, rendah, dan sangat rendah.

Keterbatasan penelitian ini terletak pada butir yang merupakan terjemahan dari alat ukur GQ-6 menyebabkan subjek penelitian mengalami kesulitan saat mengisi karena pemahaman yang kurang, terutama pada butir nomor 3. Untuk mengatasinya peneliti membacakan setiap butir dan memberikan penjelasan ringkas terhadap setiap butir sehingga dapat dipahami pengungsi Merapi. Saran yang dapat diberikan adalah perlu adanya perbaikan bunyi butir sehingga lebih mudah dipahami terutama untuk individu dengan tingkat

pendidikan dasar ataupun tidak mengenyam pendidikan.

Keterbatasan yang lain adalah komposisi butir pada setiap komponen alat ukur. Komposisi butir awalnya hanya terdiri atas 2 butir pada setiap aspek atau komponen dan setelah divalidasi untuk aspek intensitas hanya terdiri atas 1 butir. Hasil penelitian ini perlu ditindaklanjuti dengan menambah butir-butir yang homogen pada setiap butir sehingga dapat mengungkap konstruk bersyukur dengan lebih baik.

### 12. Referensi

- American Educational Research Association, American Psychological Association, and National Council on Measurement in Education. (1999). *Standards for educational and psychological testing*. Washington, DC : American Educational Research Association.
- Emmons, R. A., & Crumpler, C. A. (2000). Gratitude as a human strength : Appraising the evidence. *Journal of Social and Clinical Psychology, 19*, 56-69
- Emmons, R. A., & Sbelton, C. S. (2002). Gratitude and the science of positive psychology. In C. R. Snyder & J. Lopez (Eds.). *Handbook of positive psychology* (pp. 459-471). New York : Oxford University Press.
- Emmons, R. A., McCullough, M. E., & Tsang, J. (2002). The grateful disposition : A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology, 82*, 112-127.
- Hair, J.E., Anderson, R.E., Tatham, R.L., & Black, W.C. (1998). *Multivariate data analysis (5<sup>th</sup> ed.)*. Upper Saddle River, New Jersey : Prentice-Hall, Inc.
- Yuwanto, L. (2010). Benci Kekalahan : Wujud Arogansi Esensi Manusia. Dalam L. Yuwanto (Ed.). *Joy in my heart : Kumpulan artikel kebahagiaan* (pp. 42-46). Surabaya : Putra Media Nusantara.