**HUBUNGAN ANTARA RASA SYUKUR DENGAN PERILAKU PROSOSIAL PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MERCU BUANA YOGYAKARTA**

Feby Dhimas Setyawan

Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta

febydhimas69@gmail.com

**Abstrak**

 Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara rasa syukur dengan perilaku prososial pada Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Hipotesis yang diajukan adalah hubungan positif antara rasa syukur dengan perilaku prososial di Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 50 orang yang memiliki karakteristik minimal usia 18 sampai 21 tahun. Cara pengambilan subjek dengan menggunakan *random sampling*. Pengambilan data penelitian ini menggunakan Skala Rasa Syukur dan Skala Perilaku Prososial. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *product moment* dari Karl Pearson. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi (R) sebesar 0,569 dengan p = 0,000 (p < 0,05). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara rasa syukur dengan perilaku prososial. Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan koefisien determinasi (R2) sebesar 0,324 variabel rasa syukur menunjukkan kontribusi 32,4% terhadap perilaku prososial dan sisanya 67,6% dipengaruhi oleh faktor lain yaitu faktor situasional dan faktor dalam diri.

**Kata Kunci**: Perilaku Prososial, Rasa Syukur, *Random Sampling*

**THE RELATIONSHIP BETWEEN GRATITUDE AND PROSOCIAL BEHAVIOR IN MERCU BUANA YOGYAKARTA UNIVERCITY STUDENTS**

Feby Dhimas Setyawan

Faculty of Psychology at Mercu Buana Univercity in Yogyakarta

febydhimas69@gmail.com

**Abstrak**

This study aims to determine the relationship between gratitude and prosocial behavior at Mercu Buana University, Yogyakarta. The hypothesis proposed is a positive relationship between gratitude and prosocial behavior at Mercu Buana University, Yogyakarta. The subjects in this study amounted to 50 people who have the characteristics of a minimum age of 18 to 21 years. How to take a subject using random sampling. The data collection in this study used the Gratitude Scale and the Prosocial Behavior Scale. The data analysis technique used is the product moment correlation from Karl Pearson. Based on the results of data analysis obtained correlation coefficient (R) of 0.569 with p = 0.000 (p < 0.05). These results indicate that there is a significant positive relationship between gratitude and prosocial behavior. Acceptance of the hypothesis in this study showed a coefficient of determination (R2) of 0.324, the variable of gratitude showed a contribution of 32.4% to prosocial behavior and the remaining 67.6% was influenced by other factors namely situational and internal factors.

**Keywords**: Prosocial Behavior, Gratitude, Random Sampling

**PENDAHULUAN**

Manusia adalah makhluk sosial yang bisa hidup berkelompok dan tidak dapat hidup sendiri. Manusia membutuhkan orang lain untuk bisa tumbuh dan berkembang. Dalam proses tersebut terjadi interaksi antar sesama manusia didalam sebuah kelompok. Dalam interaksi tersebut, manusia dapat menjalani kehidupannya sehari-hari dan tidak akan lepas dari pertolongan yang diberikan oleh orang lain (Anjani, 2018). Manusia di dalam kehidupannya itu tidak terlepas dari manusia lainnya. Hal ini karena manusia adalah makhluk sosial, yang artinya manusia tidak bisa terlepas dari manusia lainnya, tidak mampu menjalani kehidupan sendiri tanpa adanya manusia yang lain (Nuralifah, 2015). Sears (dalam Istiana, 2016) juga memberikan pemahaman mendasar bahwa masing-masing individu bukanlah semata mata makhluk tunggal yang mampu hidup sendiri, melainkan sebagai makhluk sosial yang sangat bergantung pada individu lain. Individu tidak dapat menikmati hidup yang wajar dan bahagia tanpa lingkungan sosial. Manusia dalam kehidupan sehari-hari tidak bisa lepas dari tolong menolong (Lestari, Partini; 2015). Oleh karena itu manusia sebagai makhluk sosial diharapkan bisa berinteraksi dengan orang lain, memiliki rasa saling memberi dan menerima, memiliki rasa kesetiakawanan dalam kehidupan bermasyarakat (Faturochman, 2006).

Elistantia, Yusmansyah, dan Utaminingsih (2018) menyatakan bahwa pada dasarnya manusia memang selalu ingin dekat dengan orang lain untuk memenuhi kebutuhan sosial di dalam dirinya. Penyataan tersebut menunjukkan bahwa manusia senantiasa memiliki dorongan dalam dirinya untuk selalu berhubungan dengan orang lain, baik untuk dirinya sendiri maupun untuk lingkungan sosial disekitarnya. Hal ini tidak hanya terjadi pada orang dewasa namun terjadi juga pada remaja yang pada umumnya sedang aktif menerima informasi dari luar. Masa remaja merupakan suatu periode penting dari rentang kehidupan, suatu periode transisional, masa perubahan, masa usia bermasalah, masa dimana individu mencari identitas diri, usia menyeramkan, masa *unrealism*, dan ambang menuju kedewasaan.

Cobb (dalam Pitaloka dan Ediati, 2015) juga mengungkapkan bahwa kompetensi sosial remaja meliputi tiga hal, yaitu menilai situasi, bagaimana individu merespon situasi tersebut, kemudian bagaimana mereka membangun hubungan. Perilaku prososial termasuk dalam poin kedua yaitu bagaimana individu merespon terhadap tindakan orang lain. Kompetensi sosial ini menjadi tolok ukur remaja apakah ia disukai dalam lingkungannya atau tidak. Jika individu bisa bertindak sesuai harapan lingkungannya, misalnya memberi pertolongan saat dibutuhkan, individu bisa lebih diterima dalam lingkungannya. Individu yang telah mencapai tingkat kematangan moral bukan saja menghindari berbagai perilaku negatif, tetapi juga dapat termotivasi untuk berperilaku positif.

Akan tetapi kenyataannya nilai-nilai prososial yang ada di masyarakat semakin menunjukkan adanya kemunduran. Hal ini terutama banyak dialami oleh para remaja di kehidupan sehari-harinya. Remaja lebih mementingkan diri sendiri serta keberhasilannya tanpa banyak mempertimbangkan keadaan orang lain disekitarnya. Hal ini juga menyebabkan remaja menjadi semakin menunjukkan sikap individualis dan sikap sosial yang dimiliki semakin pudar. Fenomena perilaku prososial dapat terjadi pada setiap lapisan masyarakat, tak terkecuali mahasiswa. Mahasiswa secara harafiah adalah orang yang belajar di perguruan tinggi, entah di universitas, institut atau akademi (Renata, 2016). Tidaklah mengherankan jika sekarang nilai-nilai kesetiakawanan, pengabdian, dan tolong-menolong mengalami penurunan yang dapat berdampak pada perwujudan kepentingan diri sendiri atau egois dan rasa individualis (Awaliya, 2012).

Setiadi dan kawan-kawan, mengemukakan bahwa kecenderungan pada manusia Indonesia, antara lain merosotnya semangat gotong royong, tidak menghargai prestasi dan menempuh jalan pintas, cenderung menyelamatkan diri sendiri begitu juga dengan solidaritas sosial dan kedisiplinan sosial terhadap orang lain maupun lingkungan disekitarnya menjadi menurun. Beberapa kenyataan sekarang ini menunjukkan semakin lunturnya perilaku prososial dari kehidupan masyarakat, seperti tolong menolong, solidaritas sosial, kesejahteraan, kepedulian terhadap orang lain (Lestari & Partini, 2015).

Perilaku prososial merupakan salah satu bentuk perilaku yang muncul dalam kontak sosial, sehingga perilaku prososial adalah tindakan yang dilakukan atau direncanakan untuk menolong orang lain tanpa mempedulikan motif-motif si penolong (Asih & Pratiwi, 2010). Maka dapat dikatakan, menolong merupakan tanggung jawab sosial, yaitu setiap individu dinilai dapat berkontribusi bagi kesejahteraan orang lain. Prososial dalam kehidupan bermasyarakat menjadi bagian yang tak terpisahkan. Ada kalanya individu akan dihadapkan dalam kondisi memberikan pertolongan, ada pula individu yang dalam kondisi membutuhkan pertolongan (Kurniawan & habibah, 2015).

Perilaku prososial merupakan suatu tindakan menolong yang menguntungkan orang lain tanpa harus menyediakan suatu keuntungan langsung (Baron & Byrne, 2005). Mussen, dkk., (dalam Nashori, 2008) menyatakan bahwa perilaku prososial memilki beberapa jenis, diantaranya : 1). Menolong, yaitu membantu orang lain dengan cara meringankan beban fisik atau psikologis orang tersebut, 2). Berbagi rasa, yaitu kesediaan untuk ikut merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, 3). Kerjasama, yaitu melakukan pekerjaan atau kegiatan secara bersama-sama berdasarkan atas kesepakatan untuk mencapai tujuan bersama pula, 4). Menyumbang, yaitu berlaku murah hati kepada orang lain, 5). Memperhatikan kesejahteraan orang lain, yaitu peduli terhadap permasalahan orang lain.

Perilaku prososial memiliki peranan penting di sepanjang kehidupan, terutama dalam hal meningkatkan penerimaan akan kebersamaan dan dukungan serta menjaga hubungan yang positif dengan orang lain. (Caprara dan Bonino, dalam Caprara dan Steca, 2007). Selain itu Caprara dan Steca (2007) mengatakan bahwa perilaku prososial juga meningkatkan rasa kesatuan dan kepemilikan terhadap kelompok, perasaan positif, keinginan untuk tetap sehat, dan kepuasan hidup. Hal ini dapat menjadikan peneliti tertarik untuk meneliti perilaku prososial pada mahasiswa.

Baron & Byrne (2005) menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor situasional yang mempengaruhi perilaku prososial, seperti pengorbanan yang harus dikeluarkan. Apabila individu melakukan pengorbanan uang, tenaga, waktu, atau resiko terluka fisik diantisipasikan terlalu banyak, maka individu memiliki kemungkinan kecil untuk bertindak prososial (William, 1981 dalam Taufik, 2012). Selain itu, suasana hati juga memengaruhi individu dalam melakukan perilaku prososial. Individu akan lebih suka memberikan pertolongan pada orang lain apabila mengalami suasana hati yang gembira. Suasana hati yang positif bisa didapatkan dari bersyukur. Froh, Yurkewicz, dan Kashdan (2009) menyatakan bahwa sikap syukur tinggi mengindikasikan kebahagiaan, optimisme, perilaku prososial, dan sebagainya.

Syukur adalah salah satu aktivitas yang dapat meningkatkan kebahagiaan (Emmons & Shelton, 2002). Kebahagiaan adalah salah satu bentuk dari emosi atau suasana hati yang positif. Syukur ini memberi dampak positif berupa suasana hati yang baik. Suasana hati yang baik lebih cenderung menghasilkan perilaku yang membantu karena membangkitkan pikiran positif dan aktivitas seperti perilaku prososial (Brown, Carol, 2006). Menurut Schwarz's (dalam Brown, Carol, 2006), suasana hati yang positif memberitahu individu bahwa sebuah lingkungan aman dan sebagai hasilnya bantuan lebih mungkin ditawarkan. Sebaliknya, dalam suasana hati yang buruk berarti seseorang menjadi lebih fokus pada diri sendiri dan cenderung menawarkan bantuan kepada orang lain atau berperilaku prososial.

Pitaloka dan Ediati (2015) menyatakan bahwa keadaan emosional atau mood yang positif ini membuat individu melihat segalanya dengan cara positif dan lebih peka dengan keadaan sekitarnya. Emosi atau mood yang positif membantu meningkatkan suasana hati individu sehingga cenderung untuk mempengaruhi pikiran dan perilaku individu. Secara empiris, syukur adalah keadaan yang menyenangkan dan berhubungan dengan emosi atau mood positif (Walker dkk dalam Snyder & Lopez, 2005). Makna syukur menurut Peterson dan Seligman (2004), yakni perasaan berterima kasih dan bahagia sebagai merespon atas suatu pemberian, entah pemberian tersebut merupakan keuntungan yang nyata dari orang tertentu ataupun momen kedamaian yang diperoleh dari keindahan alamiah.

Watkins, Woodward, Stone & Kolts (2003) mengidentifikasi tiga karakteristik berbeda dalam individu yang bersyukur, yaitu: (a) *Lack of a Sense of Deprivation* (LOSD), (b) *Appreciation for Others* (AO), (c) *Simple Appreciation* (SA), & (d) *Experiencing and Expressing* (EE). Keempat aspek tersebut menjadi acuan bagi seseorang untuk menjalani kehidupan dan memaknai setiap peristiwa hidup dengan positif dan penuh rasa syukur. Apabila individu bersyukur, maka suasana hati yang positif, kedamaian, dan rasa bahagia dapat diperoleh (Yasin, Ahmad Hadi, 2010). Apabila suasana hati positif, maka individu akan lebih terdorong untuk berperilaku prososial. Hal ini disebabkan karena suasana hati dapat berpengaruh pada kesiapan individu untuk membantu orang lain (Berkowitz, 1972 dalam Dayakisni, Tri dan Hudaniah, 2012).

**METODE**

 Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa-mahasiswi di Universitas Mercu Buana Yogyakarta dengan karakteristik mahasiswa aktif dan berusia 18-21 tahun. Pengambilan subjek dalam penelitian ini menggunakan *random sampling*. Jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 50 subjek.

 Metode pengumpulan data penelitian ini dengan menggunakan dua skala yaitu Skala Perilaku Prososial dan Skala Rasa Syukur. Bentuk skala yang digunakan adalah model skala likert dengan 4 alternatif jawaban yaitu: Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), Sangat Setuju (S). Berdasarkan hasil perhitungan dari Skala Rasa Syukur diperoleh koefisien reliabilitas alpha ($α$) sebesar 0,920, dan Skala Perilaku Prososial sebesar 0,897. Analisis data dilakukan dengan analisis regresi. Keseluruhan data dianalisis dengan menggunakan program SPSS v.20.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

 Berdasarkan hasil pengujian terhadap hipotesis penelitian, diperoleh koefisien korelasi sebesar rxy = 0,569 dengan taraf signifikansi sebesar p = 0,01 (p < 0,01), yang berarti ada hubungan positif yang signifikan antara rasa syukur dengan perilaku prososial, sehingga hipotesis yang diajukan teruji. Artinya semakin positif rasa syukur maka semakin tinggi perilaku prososial pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

 Makna syukur menurut Peterson dan Seligman (2004), yakni perasaan berterima kasih dan bahagia sebagai merespon atas suatu pemberian, entah pemberian tersebut merupakan keuntungan yang nyata dari orang tertentu ataupun momen kedamaian yang diperoleh dari keindahan alamiah. Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan koefisien determinasi (R2) dalam penelitian ini sebesar 0,324. Menunjukkan bahwa hubungan rasa syukur memberikan sumbangan efektif terhadap perilaku prososial sebesar 32,4% dan sisanya sebesar 67,6% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Sedangkan hasil dari kategorisasi variabel perilaku prososial diketahui bahwa subjek penelitian yang berada dalam kategori tinggi sebanyak 38 orang (76%), kategori sedang sebanyak 12 orang (24%) dan kategori rendah sebanyak 0 orang (0%). Kategorisasi variabel rasa syukur diketahui bahwa subjek penelitian yang berada dalam kategori tinggi sebanyak 30 orang (60%), kategori sedang sebanyak 20 orang (40%), dan kategori rendah sebanyak 0 orang (0%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini memiliki rasa syukur yang tinggi dengan perilaku perilaku prososial yang tinggi.

 Syukur merupakan salah satu kondisi psikologis sebagai sebuah emosi, sikap, kebajikan moral, sifat kepribadian, atau sebuah cara merespon yang dapat memberi kontribusi terhadap kesehatan mental (McCullough, Emmons, & Tsang, 2002). Syukur dapat memberi dampak positif berupa suasana hati yang baik. Suasana hati yang baik lebih cenderung menghasilkan perilaku yang membantu karena membangkitkan pikiran positif dan aktivitas seperti perilaku prososial (Brown, Carol, 2006). Menurut Schwarz's (1990, dalam Brown, Carol, 2006), suasana hati yang positif memberitahu individu bahwa sebuah lingkungan aman dan sebagai hasilnya bantuan lebih mungkin ditawarkan. Sebaliknya, dalam suasana hati yang buruk berarti seseorang menjadi lebih fokus pada diri sendiri dan cenderung menawarkan bantuan kepada orang lain atau berperilaku prososial. Apabila individu bersyukur, maka suasana hati yang positif, kedamaian, dan rasa bahagia dapat diperoleh (Yasin, Ahmad Hadi, 2010). Apabila suasana hati positif, maka individu akan lebih terdorong untuk berperilaku prososial. Hal ini disebabkan karena suasana hati dapat berpengaruh pada kesiapan individu untuk membantu orang lain (Berkowitz, 1972 dalam Dayakisni, Tri dan Hudaniah, 2012). Terdapat 4 aspek rasa syukur yaitu, *Lack of a Sense of Deprivation* (LOSD), *Appreciation for Others* (AO), *Simple Appreciation* (SA), dan *Experiencing and Expressing* (EE). (Watkins, Woodward, Stone & Kolts, 2003).

 Aspek *Lack of a Sense of Deprivation* (LOSD), aspek ini mengungkapkan bahwa rasa syukur yang melimpah dan tidak kekurangan dalam kehidupan. Individu selalu bersyukur tidak akan merasakan kekurangan dalam kehidupannya. Aspek *Appreciation for Others* (AO), aspek ini mengungkapkan bahwa rasa senang terhadap orang lain. Individu yang bersyukur akan dapat menghargai kontribusi orang lain untuk kesejahteraan mereka. Aspek *Simple Appreciation* (SA), aspek ini mengungkapkan bahwa rasa senang atas hal-hal yang sederhana. Individu yang bersyukur akan ditandai dengan adanya kecenderungan untuk menghargai kesenangan yang sederhana. Kesenangan yang sederhana mengacu pada kesenangan dalam hidup yang tersedia bagi kebanyakan orang. Dan aspek *Experiencing and Expressing* (EE), aspek ini mengungkapkan bahwa orang yang bersyukur seharusnya menyadari, mengakui dalam mengekspresikan rasa terima kasih.

 Dan penelitian ini, subjek memiliki rasa syukur yang tergolong tinggi. Hal ini dapat dilihat dari hasil data yang menunjukkan bahwa mean empiris lebih besar daripada mean hipotetik (107,04 > 85) dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Data tersebut menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara ,eam hipotetik dan mean empiris pada variabel rasa syukur. Nilai mean empiris yang lebih besar dibandingkan nilai mean hipotetik menunjukkan bahwa subjek penelitian termasuk orang yang memiliki rasa syukur yang tinggi. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa subjek memiliki perilaku prososial yang tergolong tinggi. Hal ini dapat dilihat dari data yang menunjukkan bahwa mean empiris lebih besar dari mean hipotetik (80,22 > 62,5) dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Data tersebut menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara mean hipotetik dengan mean empiris pada variabel perilaku prososial.

**KESIMPULAN**

 Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa terdapat hubungan positif antara rasa syukur dengan perilaku prososial pada mahasiswa yang dilihat dari R = 0,569 dan p =0,000. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada korelasi yang positif antara perilaku prososial dengan rasa syukur. Semakin tinggi perilaku prososial maka semakin tinggi pula rasa syukur.

 Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis ada hubungan positif antara perilaku prososial dengan rasa syukur pada penelitian ini diterima. Hasil kategorisasi pada penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa-mahasiswi di Yogyakarta memiliki perilaku prososial yang tinggi dan rasa syukur yang tinggi.

**SARAN**

Saran yang dapat diberikan berdasarkan dari hasil penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Bagi Subjek Penelitian

Bagi subjek, penelitian ini dapat dijadikan sebagai pengetahuan untuk mempertahankan perilaku prososial dengan meningkatkan rasa syukur. Usaha yang dapat dilakukan untuk meningkatkan rasa syukur yaitu dengan selalu berusaha untuk mengelola emosi positif dalam mengekspresikan kebahagiaan dan rasa terima kasih terhadap segala kebaikan yang diterima.

1. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti tentang variabel perilaku prososial agar dapat memasukan faktor-faktor lain yang belum dilibatkan dalam penelitian ini dan berhubungan dengan perilaku prososial. Selain itu, peneliti selanjutnya juga dapat memilih subjek penelitian denganlebih spesifik, terutama dari segi rentang usia agar dapat member gambaran yang lebih spesifik.

**DAFTAR PUSTAKA**

Anjani, K., Y. (2018). Hubungan Antara Empati dengan Perilaku Prososial pada Siswa SMK Swasta X di Surabaya. *Jurnal Psikologi*, *5*(2), 1-6.

Asih & Pratiwi. (2010). Perilaku Prososial ditinjau dari Empati dan Kematangan Emosi. Jurnal Psikologi, 1(1). Kudus: Universitas Muria Kudus.

Baron, Robert A., & Donn Byrne. (2005). Psikologi Sosial (Ratna Juwita, penerjemah) (10th ed). Jakarta: Erlangga.

Caprara, G., V., & Steca, P. (2007). Prosocial Agency: The Contribution of Values and Self-Efficacy Beliefs to Prosocial Behavior Across Age, *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26(2), 220-241.

Dayakisni, T.,& Hudaniah. (2003). Psikologi Sosial. Malang: UMM Press.

Elistantia. R., Yusmansyah, & Utaminingsih. D. (2018). Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Perilaku Prososial. *Jurnal Fkip Unila*, 6(1), 1-11.

Emmons R. A. & Shelton C. M.. (2002). Gratitude and The Science of PositivePsychology. Dalam Handbook of Positive Psychology. Snyder C. R. & Lopez, Shane J. (eds). Oxford University Press.

Froh, J.J., YurkewicZ, C., Kashdan, T.B. (2009). Gratitude and Subjective WellBeing In Early Adolescence: Examining Gender Differences*. Journal of Adolescence*, 32, 633-650.

Istiana. (2016). Hubungan Empati dengan Perilaku Prososial pada Relawan KSR PMI Kota Medan. *Jurnal Diversita*, *2*(2), 1-13.

Lestari. D., & Partini. (2015). Hubungan Antara Penalaran Moral dengan Perilaku Prososial pada Remaja. *Jurnal Indigenous*, 13(2), 41-46.

McCullough, M. E., Emmons, R.A., & Tsang, J. (2002). The Grateful Disposition: A Conceptual and Empirical Topography*. Journal of Personality and Social Psychology*. The American Psychological Association, 82 (1), 112– 127.

Nashori Fuaad, 2008. Psikologi Sosial Islami, Jakarta : PT Refika Aditama.

Nuralifah. I. P., & Rohmatun. (2015). Perilaku Prososial pada Siswa SMP Islam Plus Assalamah Ungaran Semarang Ditinjau dari Empati dan Dukungan Sosial Teman Sebaya. *Jurnal Unissula*, 10(1), 7-19.

Peterson, C., & Seligman, M.E.P. (2004). Character Strength and Virtues: A Handbook & Classification. New York: Oxford University Press.

Pitaloka. D. A., & Ediati. A. (2015). Rasa Syukur dan Kecenderungan Perilaku Prososial pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Dipenogoro. *Jurnal Empati*, 4(2), 43-50.

Renata, S., & Parmitasari, D., L., N. (2016), Perilaku Prososial pada Mahasiswa Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Tipe Kepribadian. *Jurnal Unika*, 15(1), 24-39.

Taufik. (2012). Empati: Pendekatan Psikologi Sosial. Jakarta: Raja Grafindo.

Watkins, P. C; Woodward, K; Stone, T; Kolts, R. L. 2003. Gratitude and Happiness: Development Of A Measure Of Gratitude, and Relationship with Subjective Well Being. Journal Social Behaviour and Personality, 31 (5), 431-452.