

**PENGARUH *GRATITUDE* DAN *JOB CRAFTING* TERHADAP  
*EMPLOYEE WELL-BEING* PADA DOSEN**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya  
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata  
Satu (S1) Psikologi (S.Psi)



**NILNA MUNA SHOLIAH**  
11020120076

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL  
SURABAYA  
2023**

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “**Pengaruh *Gratitude* dan *Job Crafting* terhadap *Employee Well-Being* pada Dosen**” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 27 Desember 2023



Nilna Muna Sholihah

**HALAMAN PERSETUJUAN**

SKRIPSI

**PENGARUH *GRATITUDE* DAN *JOB CRAFTING* TERHADAP  
*EMPLOYEE WELL-BEING* PADA DOSEN**

Oleh

**NILNA MUNA SHOLIAH**

11020120076

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, 27 Desember 2023

Dosen Pembimbing



Lucky Abrorry, M.Psi, Psikolog

NIP. 197910012006041005

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**PENGARUH *GRATITUDE* DAN *JOB CRAFTING* TERHADAP  
*EMPLOYEE WELL-BEING* PADA DOSEN**

Yang disusun oleh  
Nilna Muna Sholihah  
11020120076

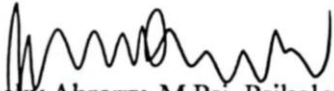
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji  
pada Tanggal 04 Januari 2024

Mengetahui,  
Dean Fakultas Psikologi dan Kesehatan



Dr. Plak Khoirun Ni'am  
NIP. 197007251996031004

Susunan Tim Penguji  
Penguji I



Lucky Abrorry, M.Psi, Psikolog  
NIP. 197910012006041005

Penguji II




Dr. Nailatin Fauziyah, S.Psi, M.Si, M.Psi, Psikolog  
NIP. 197406122007102006

Penguji III



Dr. Dwi Rukma Santi, S.ST., M.Kes  
NIP. 197902072014032001

Penguji IV



Muhammad Syifaul Muntafi, M.Sc.  
NIP. 199211142020121016

## PERNYATAAN PUBLIKASI



### KEMENTERIAN AGAMA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300  
E-Mail: [perpus@uinsby.ac.id](mailto:perpus@uinsby.ac.id)

#### LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Nilna Muna Sholihah .....

NIM : 11020120076 .....

Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan / Psikologi .....

E-mail address : [11020120076@student.uinsby.ac.id](mailto:11020120076@student.uinsby.ac.id) .....

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi  Tesis  Desertasi  Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh *Gratitude* dan *Job Crafting* terhadap *Employee Well-Being* pada Dosen

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 11 Januari 2024

Penulis

( Nilna Muna Sholihah )

## INTISARI

Peningkatan *employee well-being* sangat diperlukan dalam meningkatkan produktivitas, keterlibatan, kepuasan, serta kebahagiaan dosen dalam melakukan pekerjaannya. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh *gratitude* dan *job crafting* terhadap *employee well-being* pada dosen. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional, dengan jumlah subjek 227 orang dari total populasi sebanyak 523 dosen di perguruan tinggi swasta Kabupaten Tuban. Teknik pengambilan sampel tersebut menggunakan *simple random sampling*. Dalam pengumpulan data, digunakan alat ukur *Employee Well-Being Scale* (EWBS), adaptasi *Gratitude Questionnaire-6* (GQ-6), dan *Job Crafting Questionnaire* (JCQ). Analisis regresi linier berganda digunakan untuk menganalisis data yang diperoleh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif *gratitude* dan *job crafting* terhadap *employee well-being* secara signifikan pada dosen. Selain itu, secara parsial *gratitude* dan *job crafting* memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap *employee well-being*. Tingginya *gratitude* dapat meningkatkan *employee well-being* pada individu. Begitu pula pada tingkat *job crafting* yang tinggi juga akan menyebabkan tingkat *employee well-being* yang tinggi.

Kata Kunci: *gratitude*, *job crafting*, *employee well-being*, dosen.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## ABSTRACT

Increasing employee well-being is very necessary in increasing lecturers' productivity, engagement, satisfaction and happiness in carrying out their work. This research aims to determine the influence of gratitude and job crafting on employee well-being in lecturers. This research is a correlational quantitative research, with a total of 227 subjects from a total population of 523 lecturers at private universities in Tuban Regency. The sampling technique uses simple random sampling. In data collection, the Employee Well-Being Scale (EWBS), adapted Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6), and Job Crafting Questionnaire (JCQ) were used. Multiple linear regression analysis was used to analyze the data obtained. The research results indicated that there is a significant positive influence of gratitude and job crafting on employee well-being among lecturers. Apart from that, partial gratitude and job crafting have a significant positive influence on employee well-being. High levels of gratitude can increase employee well-being in individuals. Likewise, a high level of job crafting will also lead to a high level of employee well-being.

Keywords: gratitude, job crafting, employee well-being, lecturer.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN PUBLIKASI .....	v
INTISARI.....	vi
ABSTRACT .....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Keaslian Penelitian .....	9
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>12</b>
A. <i>Employee Well-Being</i> .....	12
1) Definisi <i>Employee Well-Being</i> .....	12
2) Dimensi <i>Employee Well-Being</i> .....	13
3) Faktor yang Mempengaruhi <i>Employee Well-Being</i> .....	14
B. <i>Gratitude</i> .....	18
1) Definisi <i>Gratitude</i> .....	18
2) Dimensi <i>Gratitude</i> .....	19
3) Faktor yang Mempengaruhi <i>Gratitude</i> .....	20
C. <i>Job Crafting</i> .....	21
1) Definisi <i>Job Crafting</i> .....	21
2) Dimensi <i>Job Crafting</i> .....	23
3) Faktor yang Mempengaruhi <i>Job Crafting</i> .....	25
D. Hubungan <i>Gratitude</i> , <i>Job Crafting</i> , dan <i>Employee Well-Being</i> .....	26
E. Kerangka Teoritik .....	28
F. Hipotesis .....	29
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>31</b>
A. Rancangan Penelitian.....	31
B. Identifikasi Variabel.....	31
C. Definisi Konseptual .....	31
D. Definisi Operasional .....	32
E. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling .....	32
F. Instrumen Penelitian .....	34
G. Analisis Data.....	43
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>47</b>
A. Hasil Penelitian.....	47
B. Pengujian Hipotesis .....	63
C. Pembahasan .....	66
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>73</b>



A. Kesimpulan.....	73
B. Saran .....	73
DAFTAR PUSTAKA .....	75
LAMPIRAN.....	82



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

**DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1. Kerangka Teoritik.....	29
Gambar 2. Hasil Uji Heterokedastisitas .....	45



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Populasi Penelitian .....	33
Tabel 2 Blueprint <i>Employee Well-Being Scale</i> (EWBS).....	35
Tabel 3 Hasil Uji Validitas <i>Employee Well-Being Scale</i> .....	36
Tabel 4 Hasil Uji Reliabilitas <i>Employee Well-Being Scale</i> .....	37
Tabel 5 Blueprint Skala Adaptasi <i>Gratitude Questionnaire-6</i> (GQ-6).....	38
Tabel 6 Hasil Uji Validitas <i>Gratitude Questionnaire-6</i> .....	39
Tabel 7 Hasil Uji Reliabilitas <i>Gratitude Questionnaire-6</i> .....	40
Tabel 8 Blueprint <i>Job Crafting Questionnaire</i> (JCQ).....	41
Tabel 9 Hasil Uji Validitas <i>Job Crafting Questionnaire</i> .....	42
Tabel 10 Hasil Uji Reliabilitas <i>Job Crafting Questionnaire</i> .....	43
Tabel 11 Hasil Uji Normalitas.....	44
Tabel 12 Hasil Uji Multikolinieritas .....	46
Tabel 13 Jenis Kelamin .....	48
Tabel 14 Rentang Usia .....	49
Tabel 15 Pendidikan Terakhir .....	49
Tabel 16 Status .....	50
Tabel 17 Jumlah Anak.....	50
Tabel 18 Tempat Bekerja.....	51
Tabel 19 Status Pekerjaan .....	51
Tabel 20 Lama Bekerja .....	52
Tabel 21 Jumlah SKS yang Diajar .....	52
Tabel 22 Pendapatan per Bulan.....	53
Tabel 23 Ada Tidaknya Pekerjaan Selain Dosen dan Besaran Pendapatan .....	53
Tabel 24 Perhitungan Kategorisasi Variabel .....	54
Tabel 25 Kategorisasi <i>Employee Well-Being</i> .....	54
Tabel 26 Kategorisasi <i>Gratitude</i> .....	55
Tabel 27 Kategorisasi <i>Job Crafting</i> .....	55
Tabel 28 Tabulasi Silang Jenis Kelamin dengan <i>Employee Well-Being</i> .....	56
Tabel 29 Tabulasi Silang Rentang Usia dengan <i>Employee Well-Being</i> .....	56
Tabel 30 Tabulasi Silang Pendidikan Terakhir dengan <i>Employee Well-Being</i> .....	57
Tabel 31 Tabulasi Silang Status dengan <i>Employee Well-Being</i> .....	57
Tabel 32 Tabulasi Silang Jumlah Anak dengan <i>Employee Well-Being</i> .....	58
Tabel 33 Tabulasi Silang Status Pekerjaan dengan <i>Employee Well-Being</i> .....	58
Tabel 34 Tabulasi Silang Lama Bekerja dengan <i>Employee Well-Being</i> .....	59
Tabel 35 Tabulasi Silang Jumlah SKS dengan <i>Employee Well-Being</i> .....	60
Tabel 36 Tabulasi Silang Pendapatan per Bulan dengan <i>Employee Well-Being</i> ...	60
Tabel 37 Tabulasi Silang Ada Tidaknya Pekerjaan Selain Dosen dan Besaran Pendapatan dengan <i>Employee Well-Being</i> .....	61
Tabel 38 Tabulasi Silang <i>Gratitude</i> dengan <i>Employee Well-Being</i> .....	62
Tabel 39 Tabulasi Silang <i>Job Crafting</i> dengan <i>Employee Well-Being</i> .....	62
Tabel 40 Hasil Uji Asumsi Korelasi .....	63
Tabel 41 Hasil Uji T .....	64
Tabel 42 Hasil Uji F .....	65
Tabel 43 Hasil Koefisien Determinasi .....	65
Tabel 44 Hasil Sumbangan Efektif Masing-Masing Variabel.....	66

**DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian.....	83
Lampiran 2 Surat Perijinan Penelitian .....	92
Lampiran 3 Output SPSS Uji Validitas dan Reliabilitas .....	100
Lampiran 4 Output SPSS Uji Prasyarat .....	103
Lampiran 5 Output SPSS Tabulasi Silang.....	104
Lampiran 6 Output SPSS Uji Analisis Regresi Linier Berganda.....	116
Lampiran 7 Lembar Bimbingan Skripsi.....	118



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR PUSTAKA

- 5 Dosen UIN Sunan Gunung Djati Paling Produktif Versi SINTA. (2023). uinsgd.ac.id.
- Adair, K. C., Rodriguez-Homs, L. G., Masoud, S., Mosca, P. J., & Sexton, J. B. (2020). Gratitude at Work: Prospective Cohort Study of a Web-Based, Single-Exposure Well-Being Intervention for Health Care Workers. *Journal of Medical Internet Research*, 22(5), e15562. <https://doi.org/10.2196/15562>
- Aditama, Y. (2023). Dosen Unirow Wujudkan Ekowisata Kuliner Digital Melalui Pengembangan Produk Olahan Pisang di Desa Ngino. *Jawa Pos Radar Tuban*.
- Afrianti, L., Rahmi, T., & Febriani, U. (2023). Work Engagement dan Employee Wellbeing pada Dosen. *Jurnal Riset Psikologi*, 6(2).
- Afrijal, A. (2015). Pengaruh Sistem Pengupahan terhadap Kinerja Dosen Swasta di Propinsi Riau. *Jurnal Daya Saing*, 1(3), 296–305. <https://doi.org/10.35446/dayasaing.v1i3.37>
- Ahdiat, A. (2023). *Ini Perkembangan Produktivitas Pekerja Indonesia 5 Tahun Terakhir*. databoks.katadata.com.
- Akhbar, M. N., Harding, D., & Yanuarti, N. (2020). Peran Kesejahteraan di Tempat Kerja terhadap Kesiapan untuk Berubah. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 25(2), 229–244. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol25.iss2.art5>
- Amanda, R., & Sadida, N. (2018). Hubungan antara Health Consciousness dengan Employee Well-Being pada Karyawan di DKI Jakarta. *Journal of Psychological Science and Profession*, 2(3), 216. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v2i3.19223>
- Amin, N., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep Umum Populasi dan Sampel dalam Penelitian. *JURNAL PILAR: Jurnal Kajian Islam Kontemporer*, 14(1).
- Antara STITMA, IAINU, dan Regenerasi Dosen*. (2022). iainutuban.ac.id.
- Arikunto, S. (2011). *Prosedur penelitian: suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.
- Azizah, R., & Ratnaningsih, I. Z. (2020). Hubungan antara Job Crafting dengan Keterikatan Kerja pada Karyawan Generasi Y di Kantor Pusat PT. Bank Bukopin, TBK Jakarta. *Jurnal EMPATI*, 7(2), 575–581. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21679>

- Azwar, S. (2016). Reliabilitas dan Validitas Aitem. *Buletin Psikologi*, 3(1).
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2007). The Job Demands-Resources Model: State of the Art. *Journal of Managerial Psychology*, 22(3), 309–328. <https://doi.org/10.1108/02683940710733115>
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2017). Job Demands–Resources Theory: Taking Stock and Looking Forward. *Journal of Occupational Health Psychology*, 22(3), 273–285. <https://doi.org/10.1037/ocp0000056>
- Berg, J., Dutton, J., & Wrzesniewski, A. (2013). *Job Crafting and Meaningful Work*. American Psychological Association.
- Boleyn-Fitzgerald, P. (2016). *Perspectives on Gratitude* (D. Carr, Ed.; 1st ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315736891>
- Champion, M., Mumford, T., Morgeson, F., & Nahrgang, J. (2005). Work Redesign: Eight Obstacles and Opportunities. *Human Resource Management Journal*, 44(4).
- Cooper, C. L., & Marshall, J. (1978). *Understanding Executive Stress*. Petrocelli Books.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (H. Salmon, Ed.; fifth edition). SAGE Publications.
- Danna, K., & Griffin, R. W. (1999). Health and Well-Being in the Workplace: A Review and Synthesis of the Literature. *Journal of Management*, 25(3), 357–384. <https://doi.org/10.1177/014920639902500305>
- Demerouti, E., Bakker, A. B., & Halbesleben, J. R. B. (2015). Productive and Counterproductive Job Crafting: A Daily Diary Study. *Journal of Occupational Health Psychology*, 20(4), 457–469. <https://doi.org/10.1037/a0039002>
- Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F., & Schaufeli, W. B. (2001). The Job Demands-Resources Model of Burnout. *Journal of Applied Psychology*, 86(3), 499–512. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.86.3.499>
- Dutta, T., Chhajer, R., Nag, S., & Dhir, S. (2023). Impact of Intolerance of Uncertainty on Well-Being during COVID-19 Pandemic in India: Does Practising Gratitude and Mindfulness Help? *IIMB Management Review*, 35(3), 286–297. <https://doi.org/10.1016/j.iimb.2023.07.004>
- Emmons, R. A., McCullough, M. E., & Tsang, J.-A. (2003). The Assessment of Gratitude. In *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures*. (pp. 327–341). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10612-021>

- Feist, J., Feist, G. J., & Roberts, T.-A. (2008). *Theories of Personality*. McGrawHill.
- Gennaro, D. de. (2019). *Job Crafting: The Art of Redesigning a Job* (First). Emerald Publishing Limited.
- Gooier, W., & Sutapa, I. N. (2023). Desain Job Crafting Guna Meningkatkan Efektivitas Kinerja Operator pada PT. "X". *Jurnal Tirta*, 11(2).
- Grant-Vallone, E. J., & Donaldson, S. I. (2001). Consequences of Work-Family Conflict on Employee Well-Being Over Time. *Work & Stress*, 15(3), 214–226. <https://doi.org/10.1080/02678370110066544>
- Grimaldy, D. V., & Haryanto, H. C. (2020). Adaptation of Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6) in Indonesian Context. *Jurnal Psikologi*, 47(1), 18. <https://doi.org/10.22146/jpsi.39608>
- Gunawan, H. (2012). *Pendidikan Karakter: Konsep dan Implementasi*. Alfabeta.
- Harju, L. K., Kaltiainen, J., & Hakanen, J. J. (2021). The Double-Edged Sword of Job Crafting: The Effects Job Crafting on Changes in Job Demand and Employee Well-Being. *Human Resource Management*, 60(6), 953–968. <https://doi.org/10.1002/hrm.22054>
- Herawati, J., & Rinofah, R. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kinerja Dosen. *Jurnal Akuntansi & Manajemen Akmenika*, 16(2).
- Hu, D., Zhou, T., Zhou, K., & Deng, F. (2022). The Relationship Between Psychological Capital and Teacher Career Commitment in Ethnic Areas of China: The Mediating Effects of Gratitude and Career Well-Being. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.818274>
- Ihsan, M., & Qodariah, S. (2019). Kontribusi Gratitude terhadap Well Being Pada Guru Honorer di MDTA "X" Kabupaten Bandung Barat. *SPeSIA: Seminar Penelitian Sivitas Akademika Unisba*.
- 'Ilmi, M. A. N., & Kusdiyati, S. (2019). Gratitude and Well-Being in Unfixed-Salary Teacher. *Proceedings of the Social and Humaniora Research Symposium (SoRes 2018)*. <https://doi.org/10.2991/sores-18.2019.32>
- Indah Roziyah Cholilah, & Anugrah Sulistiyowati. (2022). Gratitude dan Psychological Well Being pada Penyintas Covid-19. *Jurnal Riset Psikologi*, 115–122. <https://doi.org/10.29313/jrp.v2i2.1601>
- Jans-Beken, L., Jacobs, N., Janssens, M., Peeters, S., Reijnders, J., Lechner, L., & Lataster, J. (2020). Gratitude and Health: An Updated Review. *The Journal of Positive Psychology*, 15(6), 743–782. <https://doi.org/10.1080/17439760.2019.1651888>

- Juniper, B., White, N., & Bellamy, P. (2010). A New Approach to Evaluating the Well-Being of Police. *Occupational Medicine*, 60(7), 560–565. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqq130>
- Karniawati, N. (2013). Kinerja Dosen Perempuan: Studi Relasi Gender di UNIKOM. *Jurnal Ilmu Politik Dan Komunikasi UNIKOM*, 1.
- Komase, Y., Watanabe, K., Hori, D., Nozawa, K., Hidaka, Y., Iida, M., Imamura, K., & Kawakami, N. (2021). Effects of Gratitude Intervention on Mental Health and Well-Being among Workers: A Systematic Review. *Journal of Occupational Health*, 63(1). <https://doi.org/10.1002/1348-9585.12290>
- Kundi, Y. M., Aboramadan, M., Elhamalawi, E. M. I., & Shahid, S. (2021). Employee Psychological Well-Being and Job Performance: Exploring Mediating and Moderating Mechanisms. *International Journal of Organizational Analysis*, 29(3), 736–754. <https://doi.org/10.1108/IJOA-05-2020-2204>
- Laila, W., Syaputra, R., Kartikawati, M., & Sekarini, D. (2021). *I'm Mismatch, But I'm Well-Being: Employee Well-Being, Job Crafting, dan Psychological Empowerment* (W. Kurniawan & Amrizal, Eds.). CV. Pena Persada.
- Lambert, N. M., Graham, S. M., Fincham, F. D., & Stillman, T. F. (2009). A Changed Perspective: How Gratitude Can Affect Sense of Coherence Through Positive Reframing. *The Journal of Positive Psychology*, 4(6), 461–470. <https://doi.org/10.1080/17439760903157182>
- Loi, N. M., & Ng, D. H. (2021). The Relationship between Gratitude, Wellbeing, Spirituality, and Experiencing Meaningful Work. *Psych*, 3(2), 85–95. <https://doi.org/10.3390/psych3020009>
- Lumentut, F. J. E., & Ambarwati, K. D. (2021). Job Crafting dan Eemployee Well-Being pada Karyawan Generasi Y di Indonesia. *Jurnal EMPATI*, 10(1), 1–14. <https://doi.org/10.14710/empati.2021.30415>
- Luu, T. T. (2019). Discretionary HR Practices and Employee Well-Being. *Personnel Review*, 49(1), 43–66. <https://doi.org/10.1108/PR-05-2018-0162>
- Maslikhah, Hapsyah, D., Jabbar, A., & Hidayat, D. (2019). Implementasi Teori Donald E. Super pada Program Layanan BK Karir di SMK. *Jurnal Ilmu Dan Budaya*, 41(64).
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J.-A. (2002). The Grateful Disposition: A Conceptual and Empirical Topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112–127. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.112>



- McCullough, M. E., Tsang, J.-A., & Emmons, R. A. (2004). Gratitude in Intermediate Affective Terrain: Links of Grateful Moods to Individual Differences and Daily Emotional Experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 295–309. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.86.2.295>
- Muhid, A. (2019). *Analisis Statistik: 5 Langkah Praktis Analisis Statistik dengan SPSS for Windows* (D. Hidayat, Ed.). Zifatama Jawara.
- Narasuci, W., Setiawan, M., & Noermijati, N. (2018). Effect of Work Environment on Lecturer Performance Mediated by Work Motivation and Job Satisfaction. *Jurnal Aplikasi Manajemen*, 16(4), 645–653. <https://doi.org/10.21776/ub.jam.2018.016.04.11>
- Nugraha, W., Sartika, D., & Permana, R. H. (2023, January 27). Pengaruh Job Crafting terhadap Employee Well-being. *Bandung Conference Series: Psychology Science*. <https://doi.org/10.29313/bcsp.v3i1.5356>
- Prameswari, Y., & Ulpawati. (2019). Peran Gratitude (Kebersyukuran) terhadap Psychological Well-Being Tenaga Kesehatan. *PERSONIFIKASI: Jurnal Ilmu Psikologi*, 10(2).
- Purwanto, A., & Taftazani, B. M. (2018). Pengaruh Jumlah Tanggungan terhadap Tingkat Kesejahteraan Ekonomi Keluarga Pekerja K3L Universitas Padjadjaran. *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial*, 1(2), 33. <https://doi.org/10.24198/focus.v1i2.18255>
- Putri, N., Rahmi, T., & Febriani, U. (2023). Meaning in Life dan Employee Well Being pada Dosen Perguruan Tinggi Agama Islam Negeri. *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 10(5).
- Rahardini, R. (2020). Hubungan Job Crafting terhadap Keterikatan Kerja Melalui Kepuasan Kerja. *BIMA: Journal of Business and Innovation Management*, 3(1), 73–85. <https://doi.org/10.33752/bima.v3i1.311>
- Rahmadhanty, S., & Wibowo, D. (2022). Job Insecurity dan Employee Well-Being: Studi Korelasional pada Karyawan Kontrak di Masa Pandemi. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 11(4).
- Rahmania, N., & Qodariah, S. (2019). Pengaruh Gratitude terhadap Well-Being pada Guru Komunitas Homeschooling di Kota Bandung. *SPeSIA: Seminar Penelitian Sivitas Akademika Unisba*.
- Rahmi, T. R., Agustiani, H. A., Harding, D. H., & Fitriana, E. F. (2021). Adaptasi Employee Well-Being Scale (EWBS) Versi Bahasa Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 17(2), 93. <https://doi.org/10.24014/jp.v17i2.13112>
- Riantrisantanto, R. (2023). *Januar Widakdo Buktikan Dosen Fisika Bisa Jadi Influencer, Berprestasi di Tingkat Dunia dalam Penelitian Material dan Teknologi*. liputan6.com.

- Rizky, T. R., & Sadida, N. (2019). Hubungan antara Job Insecurity dan Employee Well Being pada Karyawan yang Bekerja di Perusahaan yang Menerapkan PHK di DKI Jakarta. *Jurnal EMPATI*, 8(1), 329–335. <https://doi.org/10.14710/empati.2019.23651>
- Rosito, A. C. (2018). Eksplorasi Tipe Kepribadian Big Five Personality Traits Dan Pengaruhnya Terhadap Prestasi Akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 4(1), 6. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v4i1.3250>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Salam, M. R. T. A., Aulia, A., & Sari, E. Y. D. (2020). Gratitude dalam Konteks Organisasi. *Jurnal Diversita*, 6(1), 77–86. <https://doi.org/10.31289/diversita.v6i1.3425>
- Saragih, S., Margaretha, M., & Anantyanda, L. (2021). Job Autonomy, Job Crafting, and Employees' Well-Being During Working from Home. *Jurnal Manajemen Dan Kewirausahaan*, 23(2), 177–185. <https://doi.org/10.9744/jmk.23.2.177-185>
- Schimmel, S. (2004). Gratitude in Judaism. In *The Psychology of Gratitude* (pp. 37–55). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195150100.003.0003>
- Seligman, M. (2011). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-Being*. Free Press.
- Simone, S. (2014). Conceptualizing Wellbeing in the Workplace. *International Journal of Business and Social Science*, 5(12).
- Slemp, G., & Vella-Brodick, D. (2013). The Job Crafting Questionnaire: A New Scale to Measure the Extent to Which Employees Engage in Job Crafting. *International Journal of Wellbeing*, 3.
- Sumarno, A., & M. Ali Iqbal. (2022). The Effect of Internal Communication and Employee Well-Being on Employee Performance, Mediated Thru Employee Engagement (Study at PT Wuzi). *Dinasti International Journal of Management Science*, 3(6), 1015–1031. <https://doi.org/10.31933/dijms.v3i6.1303>
- Super, D. (1990). *A Life-Span, Life-Space Approach to Career Development*. Jossey-Bass.
- Tims, M., Bakker, A. B., & Derks, D. (2012). Development and Validation of the Job Crafting Scale. *Journal of Vocational Behavior*, 80(1), 173–186. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2011.05.009>

- Tims, M., Bakker, A. B., & Derks, D. (2013). The Impact of Job Crafting on Job Demands, Job Resources, and Well-Being. *Journal of Occupational Health Psychology, 18*(2), 230–240. <https://doi.org/10.1037/a0032141>
- Toyama, H., Upadyaya, K., & Salmela-Aro, K. (2022). Job Crafting and Well-Being among School Principals: The Role of Basic Psychological need Satisfaction and Frustration. *European Management Journal, 40*(5), 809–818. <https://doi.org/10.1016/j.emj.2021.10.003>
- Utreja, D., & Shourie, S. (2020). Coping Strategies and Disposition towards Gratitude among Type-A Personality: An Exploratory Study among Clinical Psychologists and Counselors. *Journal of Psychiatry and Psychology Research, 7*(2).
- Vandiya, V., & Hidayat, A. E. (2019). The Relation of Job Demands to Teacher and Staff Stress: Impact of a Job Crafting Intervention. *Proceedings of the 2nd International Conference on Intervention and Applied Psychology (ICIAP 2018)*. <https://doi.org/10.2991/iciap-18.2019.80>
- Wangi, E. N. (2022). Pemaknaan Kesejahteraan pada Dosen Perguruan Tinggi Islam Berdasarkan Perspektif Psikologi dan Islam. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya, 5*(2), 123–132. <https://doi.org/10.15575/jpib.v5i2.20054>
- Wintoro, A. Y., Dwiputri, R. R., Yuniarti, S., & Iskandarsyah, A. (2018). Mengenal Lebih Dekat: Occupational Stress pada Dokter Intersip. *Journal of Psychological Science and Profession, 2*(1), 67. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v2i1.16840>
- Wirosuhardjo. (1996). *Pengembangan Sumber Daya Manusia*. Rineke Cipta.
- Wrzesniewski, A., & Dutton, J. E. (2001). Crafting a Job: Revisioning Employees as Active Crafters of Their Work. *The Academy of Management Review, 26*(2), 179. <https://doi.org/10.2307/259118>
- Wulandari, R., Rahmi, T., & Febriani, U. (2023). Promotion Focus dan Employee Well-Being pada Guru di Pesantren X. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa, 3*(1).
- Zhao, T., Li, H., Zheng, L., & Zhang, Y. (2023). How Dispositional Gratitude Shapes Employee Well-being and Organizational Commitment: The Mediating Roles of Leader-Member Exchange and Coworker Exchange. *Journal of Career Assessment, 31*(1), 149–171. <https://doi.org/10.1177/10690727221099867>
- Zheng, X., Zhu, W., Zhao, H., & Zhang, C. (2015). Employee Well-Being in Organizations: Theoretical Model, Scale Development, and Cross-Cultural Validation. *Journal of Organizational Behavior, 36*(5), 621–644. <https://doi.org/10.1002/job.1990>