

PENGARUH KEBERSYUKURAN TERHADAP KEBERMAKNAAN HIDUP PADA PRAKTIKI HIPNOTERAPI LEMBAGA KURSUS PELATIHAN *INDONESIAN HYPNOSIS CENTRE*

Yusdi Lastutiyo

Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang
(ps22.yusdilastutiyo@mhs.ubpkarawang.ac.id)

ABSTRAK

Praktisi hipnoterapi sering menghadapi tekanan emosional dan risiko *burnout*, yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Kebermaknaan hidup dan kebersyukuran diketahui bisa mendukung ketahanan psikologis dan kualitas praktik mereka. Studi ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh kebersyukuran terhadap tingkat kebermaknaan hidup pada praktisi hipnoterapi di Lembaga Kursus Pelatihan *Indonesian Hypnosis Centre*. Studi ini memakai pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian kausal. Sampel yang dipakai dalam studi ini adalah 168 responden yang tergabung dalam *Indonesian Hypnosis Centre*. Metode pengambilan sampel yang dipakai adalah *non-probability sampling* dengan teknik *convenient sampling*. Instrumen yang dipakai dalam studi ini adalah Skala Kebersyukuran Versi Indonesia dan Skala *Meaning in Life Questionnaire (MLQ)*. Hasil penelitian memperlihatkan nilai signifikansi dari variabel kebersyukuran sejumlah $0,001 < 0,05$, maka H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya terdapat pengaruh kebersyukuran terhadap kebermaknaan hidup pada praktisi hipnoterapi di Lembaga Kursus Pelatihan *Indonesian Hypnosis Centre*. Hasil uji determinasi memperlihatkan nilai *R square* sejumlah 0,113, yang berarti bahwa kebersyukuran memberikan pengaruh sejumlah 11,3% kepada kebermaknaan hidup, sementara sisanya 88,7% terpengaruhi faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam studi ini.

Kata Kunci: Kebersyukuran, Kebermaknaan Hidup, Praktisi Hipnoterapi, *Indonesian Hypnosis Centre*, Penelitian Kuantitatif.

***THE INFLUENCE OF GRATITUDE ON MEANING IN LIFE AMONG
HYPNOTHERAPY PRACTITIONERS AT INDONESIAN HYPNOSIS CENTRE
TRAINING INSTITUTION***

Yusdi Lastutiyo

Faculty of Psychology, Universitas Buana Perjuangan Karawang
(ps22.yusdilastutiyo@mhs.ubpkarawang.ac.id)

ABSTRACT

Hypnotherapy practitioners often face emotional pressure and the risk of burnout, which affect their psychological well-being. Meaning in life and gratitude are known to support psychological resilience and the quality of their practice. This study was conducted to examine the effect of gratitude on the level of meaning in life among hypnotherapy practitioners at the Indonesian Hypnosis Centre Training Institute. The study employed a quantitative approach with a causal research design. The sample consisted of 168 respondents who were members of the Indonesian Hypnosis Centre. The sampling technique used was non-probability sampling with a convenience sampling method. The instruments applied in this study were the Indonesian Version of the Gratitude Scale and the Meaning in Life Questionnaire (MLQ). The results showed a significance value of $0.001 < 0.05$, thus H_a was accepted and H_0 was rejected, indicating that gratitude has a significant effect on meaning in life among hypnotherapy practitioners at the Indonesian Hypnosis Centre Training Institute. The coefficient of determination (R^2) was 0.113, meaning that gratitude contributes 11.3% to meaning in life, while the remaining 88.7% is influenced by other factors not studied in this study.

Keywords: Gratitude, Meaning in Life, Hypnotherapy Practitioners, Indonesian Hypnosis Centre, Quantitative Research