

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten ini sepenuhnya asli merupakan hasil karya ilmiah pribadi.

Adapun tulisan dan pendapat orang lain yang terdapat dalam skripsi ini telah saya sebutkan dikutip secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku di bidang karya ilmiah.

Adapun kemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiat atau mencontek karya ilmiah orang lain saya bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar sarjana yang saya terima ataupun sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 20 April 2025



Vina Aulia

NIM : 201520096

ABSTRAK

Nama : Vina Aulia, NIM : 201520096, Judul Skripsi : **Hubungan *People Pleaser* Dengan Kebahagiaan Generasi Z** (Studi di Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten). Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Tahun 2025 M/1447 H.

People pleaser merupakan perilaku seseorang yang cenderung memprioritaskan orang lain daripada dirinya sendiri, tanpa memikirkan baik atau tidaknya hal tersebut dilakukan. Perilaku *people pleaser* kerap terjadi di kalangan generasi Z, seseorang dengan perilaku *people pleaser* dapat mempengaruhi kebahagiaan dalam kehidupan sehari-hari. Tujuan dari dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan perilaku *people pleaser* dengan kebahagiaan pada generasi Z. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasi dengan teknik analisis data menggunakan *correlation product moment*. Pengambilan sampling secara random atau *random sampling* sebanyak 99 orang mahasiswa Fakultas Dakwah. Selanjutnya penulis mengumpulkan data dengan menyusun instrumen menggunakan skala teori *people pleaser* oleh Less Carter dan skala teori kebahagiaan dari Sligman. Hasil uji *correlation product moment* didapatkan bahwa nilai signifikansi 0,000 yang berarti lebih kecil dari 0,05 yang artinya terdapat hubungan pada kedua variabel sehingga H_0 diterima. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan *people pleaser* dengan kebahagiaan pada generasi Z.

Kata Kunci: *People Pleaser*, Kebahagiaan, Generasi Z

ABSTRACT

Name: Vina Aulia, NIM: 201520096, Thesis Title: The Relationship between People Pleaser and Happiness of Generation Z (Study at the Faculty of Da'wah, Sultan Maulana Hasanuddin State Islamic University, Banten). Faculty of Da'wah, Sultan Maulana Hasanuddin State Islamic University, Banten, 2025 M/1447 H.

People pleaser is a person's behavior that tends to prioritize others over themselves, without thinking about whether or not it is good to do so. People pleaser behavior often occurs among generation Z, someone with people pleaser behavior can affect happiness in everyday life. The purpose of this study was to determine whether there is a relationship between people pleaser behavior and happiness in generation Z. This study uses a quantitative correlation method with data analysis techniques using correlation product moment. Random sampling was taken as many as 99 students of the Faculty of Da'wah. Furthermore, the author collected data by compiling instruments using the people pleaser theory scale by Less Carter and the happiness theory scale from Sligman. The results of the correlation product moment test obtained a significance value of 0.000, which means it is smaller than 0.05, which means there is a relationship between the two variables so that H_0 is accepted. The conclusion in this study is that there is a relationship between people pleaser and happiness in generation Z.

Keywords: People Pleaser, Happiness, Generation Z



**FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN**

Nomor : Nota Dinas

Kepada Yth

Lamp :

Dekan Fakultas Dakwah

Hal : Ujian Skripsi

Di-

a.n Vina Aulia

Serang

NIM: 201520096

Assalaamu'alaikum Wr.Wb

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa skripsi atas nama Vina Aulia, NIM: 201520096 dengan judul **"Hubungan *People Pleaser* dengan Kebahagiaan pada Generasi Z"** telah diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqosah pada Fakultas Dakwah, Prodi Bimbingan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Demikian atas segala perhatian bapak/ibu kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Serang, 28 Februari 2025

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. Muzayan, M.Si

NIP: 19630308 199402 1 001

Imalatul Khairat, M.Pd

NIP: 19900420 201903 2 018

**HUBUNGAN *PEOPLE PLEASER* DENGAN KEBAHAGIAAN PADA
GENERASI Z**

(Studi di Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana
Hasanuddin Banten)

Oleh:

Vina Aulia

201520096

Menyetujui,

Pembimbing I



Drs. Muzayan, M.Si

NIP: 19630308 199402 1 001

Pembimbing II



Imalatul Khairat, M.Pd

NIP: 19900420 201903 2 018

Mengetahui,

Dekan

Fakultas Dakwah



Dr. H. Endad Musaddad, S.Ag., M.A.

NIP: 19720626 199803 1 002

Ketua Prodi

Bimbingan Konseling Islam



A.M. Fahrurrozi, S.Psi, M.A.

NIP: 19750604 200604 1 001

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi a.n Vina Aulia, NIM 201520096 judul skripsi Hubungan *People Pleaser* Dengan Kebahagiaan pada Generasi Z (Studi di Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten) telah diujikan dalam sidang munaqosah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 8 Mei 2025. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 8 Mei 2025

Sidang Munaqosah,

Ketua Merangkap Anggota



Peni Ramanda, S.pd., M.Pd.

NIP 19900804 201903 1 014

Sekretaris Merangkap Anggota



Nina Fitriyani, M.Pd.

NIP. 19970207 202203 2 001

Anggota

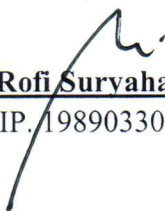
Penguji I



Maya Afa, S.Th.I., M.Pd.

NIP. 19830613 202321 2 017

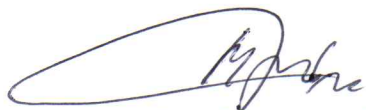
Penguji II



Ahmad Rofi Suryahadi Kusumah, M.Pd.

NIP. 19890330 202012 1 006

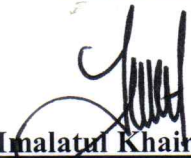
Pembimbing I



Drs. Muzayan, M.si.

NIP. 19630308 199402 1 001

Pembimbing II



Inalatul Khairat, M.Pd.

NIP: 19900420 201903 2 018

PERSEMBAHAN

Ungkapan rasa syukur penulis kepada Allah SWT. Yang telah memberikan kelancaran hingga akhirnya skripsi ini dapat diselesaikan. Penulis mempersembahkan kepada kedua orang tua tersayang, cinta pertama dan panutan Bapak Bahrul Ulum dan pintu surgaku Ibunda Maesaroh atas segala pengorbanan dan tulus kasih yang diberikan serta senantiasa selalu mendoakan dan mendukung penulis. Terima kasih telah menjadi sumber kekuatan dan penyemangat dalam segala hal sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai gelar sarjana. Semoga bapak-ibu sehat, panjang umur dan bahagia selalu.

Sebagai bentuk apresiasi, Penulis juga mempersembahkan skripsi ini kepada diri sendiri Vina Aulia, dengan puisinya yang belum selesai dan kata-kata yang masih tersembunyi. Terima kasih kepada diri sendiri yang telah berusaha, bekerjasama dan terus mencoba hal baru. Terima kasih sudah bertahan sejauh ini melawati banyaknya tantangan dan rintangan yang alam semesta berikan, walaupun pengharapan seringkali tidak sesuai dengan ekspektasi. Terlalu banyak paksaan dan belum bisa membahagiakan sepenuhnya, namun suatu saat pasti menemukan hal-hal baik atas apa yang sudah dilantirkan. Berbahagialah selalu, rayakan kehadiranmu, bersinarlah di setiap langkahmu. Semoga Allah selalu meridhoi dan kebaikan terus berada disekelilingmu serta selalu dalam lindungan-Nya. Aamiin.

MOTTO

Allah tidak mengatakan hidup ini mudah. Tetapi Allah berjanji, bahwa sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.

- *Q.S Al-Insyirah:5-6* -

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama lengkap Vina Aulia, dilahirkan di Kota Serang pada tanggal 14 Februari 2002. Penulis merupakan anak pertama dari empat bersaudara yang bertempat tinggal di Lingk. Cipaung, Kelurahan Kuranji, Kecamatan Taktakan Kota Serang, Banten.

Jenjang pendidikan formal yang telah penulis tempuh yaitu SD Negeri Pancur lulus tahun 2014, kemudian melanjutkan sekolah menengah pertama di SMP Negeri 12 Kota Serang lulus pada tahun 2017, lalu melanjutkan pendidikan menengah atas di SMA Negeri 5 Kota Serang dan lulus pada tahun 2020. Selanjutnya, pada tahun 2020 penulis melanjutkan ke jenjang perguruan tinggi di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten dengan program studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dengan jalur SPMB Mandiri.

Demikian catatan singkat mengenai riwayat hidup penulis selama menempuh pendidikan di program studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 20 April 2025

Vina Aulia
NIM : 201520096

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puja dan puji syukur kehadiran Allah SWT. yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Hubungan *People Pleaser* Dengan Kebahagiaan Generasi Z”** (Studi di Fakultas Dakwah) Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten), sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) Prodi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Penulis menyadari dengan betul bahwa skripsi ini dapat terselesaikan bukan karena penulis sendiri melainkan dengan bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak selama penyusunan skripsi ini. Pada kesempatan ini, penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Wawan Wahyuddin, M.Pd, Rektor UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten;
2. Bapak Dr. H. Endad Musaddad, M.A, Dekan Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten;
3. Bapak A.M Fahrurrozi, M.A, Ketua Prodi Bimbingan Konseling Islam UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten;
4. Bapak Drs. Muzayan, M.Si., selaku Pembimbing I yang telah meluangkan waktunya serta memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis dalam membantu menyelesaikan skripsi ini;
5. Ibu Imalatul Khairat, M.Pd, Sekretaris Prodi Bimbingan Konseling Islam dan sekaligus pembimbing II dalam penyusunan skripsi ini, yang telah meluangkan waktunya serta memberikan bimbingan, motivasi dan arahan dalam mendidik penulis untuk menyelesaikan skripsi ini;

6. Bapak dan ibu dosen yang telah memberikan motivasi dan memberikan ilmu pengetahuannya kepada penulis selama menempuh Pendidikan di UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten;
7. Staf Akademik Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah membantu dalam pelayanan administrasi selama perkuliahan dalam rangka penyelesaian tugas akhir skripsi;
8. Kepada kedua orang tua tersayang yang selalu senantiasa memberikan dukungan dan doa yang luar biasa, baik secara moral maupun material selama penulis menempuh Pendidikan. Adik-adik penulis Hilda Qurrotal Aini, Daerobi Arjuwan dan Sayyid Ibrahim yang telah mewarnai dan menjadi penyemangat;
9. Teman-teman penulis yang telah membantu dalam berbagai hal sehingga memudahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Terutama Nurul Adelia, Tesa Marisa, Risa Safar dan Wiwin Rohmawati.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu kritik dan saran dari semua pihak yang sifatnya membangun sangat penulis harapkan. Semoga isi dari skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca umumnya dan penulis khususnya.

Serang, 20 April 2025

Vina Aulia
NIM : 201520096

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT	iii
NOTA DINAS	iv
LEMBAR PERSETUJUAN	v
LEMBAR PENGESAHAN.....	vi
PERSEMBAHAN	vii
MOTTO.....	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GRAFIK	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan dan Rumusan Masalah.....	6
D. Tujuan Penelitian.....	6
E. Manfaat Penelitian.....	6
F. Definisi Operasional.....	7
BAB II KAJIAN TEORITIS	10
A. Paparan Teori	10
1. <i>People Pleaser</i>	10
2. Kebahagiaan	20
3. Generasi Z	29
B. Kerangka Berpikir	33

C. Hubungan Antar Variabel	33
D. Penulisan Terdahulu yang Relevan	33
E. Hipotesis	35
BAB III METODE PENULISAN	36
A. Jenis Penulisan	36
B. Variabel penulisan.....	37
C. Populasi dan Sampel	37
D. Instrumen Penulisan	40
E. Prosedur Penulisan	46
F. Teknik Pengumpulan Data	51
G. Teknik Analisis Data	52
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	55
A. Hasil Penulisan	55
1. Gambaran Tingkat <i>People Pleaser</i> Generasi Z	55
2. Gambaran Tingkat Kebahagiaan Generasi Z	60
3. Uji Asumsi.....	66
4. Uji Korelasi	69
B. Pembahasan	71
1. Pembahasan Hasil Tingkat <i>People Pleaser</i> Generasi Z	71
2. Pembahasan Hasil Tingkat Kebahagiaan Generasi Z	73
3. Pembahasan Hasil Hubungan <i>People Pleaser</i> dengan Kebahagiaan pada Generasi Z	74
BAB V PENUTUP	77
A. Kesimpulan.....	77
B. Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Krangka Berpikir.....	33
Gambar 2.2 Hubungan Variabel X dan Y	33
Gambar 4.1 Hasil Presentase Skala <i>People Pleaser</i>	60
Gambar 4.2 Hasil Presentase Skala Kebahagiaan	66

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Mahasiswa UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.....	38
Tabel 3.2 Alternatif Respon Skala Penilaian Likert.....	41
Tabel 3.3 Kisi – kisi Skala <i>People Pleaser</i>	42
Tabel 3.4 Rentang Skor dan Kategorisasi Skala <i>People Pleaser</i>	43
Tabel 3.5 Kisi-kisi Skala Kebahagiaan	44
Tabel 3.6 Rentang Skor dan Kategorisasi Skala Kebahagiaan	45
Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen <i>People Pleaser</i>	50
Tabel 3.8 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen <i>People Pleaser</i>	50
Tabel 4.1 Rentang Skor dan Kategorisasi <i>People Pleaser</i>	56
Tabel 4.2 Tabulasi Hasil Instrumen <i>People Pleaser</i>	56
Tabel 4.3 Hasil Presentase Skala <i>People Pleaser</i>	59
Tabel 4.4 Rentang Skor dan Kategorisasi Skala Kebahagiaan	61
Tabel 4.5 Tabulasi Hasil Instrumen Kebahagiaan	62
Tabel 4.6 Hasil Presentase Skala Kebahagiaan.....	65
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas	66
Tabel 4.8 Hasil Analisis Statistik Uji Linearitas	68
Tabel 4.9 Interpretasi Koefisien Korelasi.....	70
Tabel 4.10 Hasil Analisis Korelasi.....	70

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4. 2 Kurva Distribusi Normal Variabel <i>People Pleaser</i> dan Kebahagiaan	67
Grafik 4. 3 Scatter Plot Linieritas <i>People Pleaser</i> dan Kebahagiaan.....	69