

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Identifikasi Variabel-variabel Penelitian**

Variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini antara lain :

Variabel Tergantung : Kepuasan Hidup

Variabel Bebas : Dukungan Sosial

#### **B. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

##### 1. Kepuasan Hidup (*Life Satisfaction*)

Kepuasan hidup diketahui dari skor yang diperoleh subjek setelah mengisi skala kepuasan hidup. Adapun komponen aitem kepuasan hidup antara lain: 1) Pada sebagian besar aspek dalam kehidupan saya, hidup saya telah mendekati ideal, 2) Kondisi-kondisi dalam kehidupan yang saya jalani menyenangkan, 3) Saya merasa puas dengan hidup saya, 4) Sejauh ini saya telah mendapatkan hal-hal penting yang saya inginkan dalam hidup saya, 5) Bila saya dapat mengulang kembali hidup saya, saya hampir tidak akan mengubah apapun. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi kepuasan hidup pada diri subjek. Adapun sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah pula kepuasan hidup pada diri subjek. Kepuasan hidup diukur menggunakan skala kepuasan hidup yang diadaptasi dari skala SWLS (*The Satisfaction with Life Scale*) yang disusun oleh Diener, dkk. (1985).

## 2. Dukungan Sosial

Dukungan sosial diketahui dari skor yang diperoleh subjek setelah mengisi skala dukungan sosial. Adapun dimensi dukungan sosial antara lain *family*/keluarga, *friends*/teman dan *significant other*/orang yang dianggap penting. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi dukungan sosial pada diri subjek. Adapun sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah dukungan sosial pada diri subjek. Dukungan sosial menggunakan skala dukungan sosial yang diadaptasi dari skala MSPSS (*The Multidimensional Scale of Perceived Social Support*) yang disusun oleh Zimet, dkk. (1988).

### C. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah remaja dengan kategori usia remaja awal dan remaja tengah, berusia antara 12-18 tahun, baik perempuan maupun laki-laki dan tinggal di panti asuhan di Yogyakarta. Rentang usia remaja menurut Mar'at (2015) yaitu masa remaja awal (12-15 tahun), masa remaja tengah (15-18 tahun) dan masa remaja akhir (18-21 tahun). Menurut Semiun (2006), terjadi perubahan-perubahan secara fisiologis, biologis dan psikologis pada masa remaja, dimana perubahan secara psikologis tersebut diantaranya emosi yang tidak stabil, perasaan kosong, masalah otonomi dan disiplin, mementingkan diri sendiri, memiliki cita-cita tinggi, membentuk kelompok dan budaya kelompok, memiliki keinginan besar untuk eksplorasi dan eksperimentasi.

Pada masa remaja awal, individu akan mengembangkan pikiran-pikiran baru, belum mampu mengontrol emosinya sendiri, sering merasa ragu-ragu, tidak stabil, tidak puas, rendah diri dan cepat merasa kecewa (Tricahyani & Wideasavitri, 2016) & (Sarwono, 2012 ; Prabadewi & Wideasavitri, 2014). Masa remaja awal disebut masa penuh badai dan tekanan karena pada masa ini terjadi peningkatan emosional yang sangat cepat, banyak muncul tuntutan dan tekanan, misalnya mereka diharapkan untuk tidak lagi bersikap seperti anak-anak, lebih mandiri dan bertanggung jawab (Jahja, 2011 ; Prabadewi & Wideasavitri, 2014). Sedangkan pada fase remaja tengah, akan muncul kematapan yang menjawab keragu-raguan pada masa remaja awal, mulai percaya pada diri sendiri, individu sudah mampu menemukan jati diri (Prabadewi & Wideasavitri, 2014).

#### **D. Metode Pengumpulan Data**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala kepuasan hidup dan skala dukungan sosial. Metode penyusunan skala kepuasan hidup dan skala dukungan sosial menggunakan skala *Likert*. Subjek diminta untuk mengisi sejumlah pernyataan yang akan digunakan untuk mengungkap permasalahan yang diteliti, dengan memilih salah satu dari ketujuh alternatif jawaban yang paling sesuai dengan keadaan subjek.

##### **1. Skala Kepuasan Hidup (*Life Satisfaction*)**

Skala kepuasan hidup (*life satisfaction*) disusun dengan mengadaptasi dari *The Satisfaction With Life Scale* (SWLS), dibuat oleh Diener, dkk. (1985).

Skala ini memuat lima komponen kepuasan hidup, antara lain : 1) Pada

sebagian besar aspek dalam kehidupan saya, hidup saya telah mendekati ideal, 2) Kondisi-kondisi dalam kehidupan yang saya jalani menyenangkan, 3) Saya merasa puas dengan hidup saya, 4) Sejauh ini saya telah mendapatkan hal-hal penting yang saya inginkan dalam hidup saya, 5) Bila saya dapat mengulang kembali hidup saya, saya hampir tidak akan mengubah apapun.

Jumlah keseluruhan untuk skala kepuasan hidup yaitu 5 aitem *favourable*. Skala kepuasan hidup ini menggunakan 7 alternatif jawaban, yaitu “Sangat Tidak Sesuai (STS)”, “Tidak Sesuai (TS)”, “Agak Tidak Sesuai (ATS)”, “Netral (N)”, “Agak Sesuai (AS)”, “Sesuai (S)” dan “Sangat Sesuai (SS)”. Pada skala kepuasan hidup ini, subjek diminta memilih pernyataan yang paling sesuai dengan keadaan subjek. Distribusi aitem Skala Kepuasan Hidup sebelum uji coba dapat dilihat pada tabel 1.

**Tabel 1**  
*Distribusi Aitem Skala Kepuasan Hidup Sebelum Uji Coba*

| <b>Aitem</b>  | <b>Aitem<br/>Favourable<br/>Nomor<br/>Aitem</b> | <b>Jumlah</b> |
|---|---|---------------|
| 1. Pada sebagian besar aspek dalam kehidupan saya, hidup saya telah mendekati ideal.      | 1   | 1             |
| 2. Kondisi-kondisi dalam kehidupan yang saya jalani menyenangkan.                         | 2   | 1             |
| 3. Saya merasa puas dengan hidup saya.  | 3   | 1             |
| 4. Sejauh ini saya telah mendapatkan hal-hal penting yang saya inginkan dalam hidup saya. | 4   | 1             |
| 5. Bila saya dapat mengulang kembali hidup saya, saya hampir tidak akan mengubah apapun.  | 5   | 1             |
| <b>Total</b>  | <b>5</b>  | <b>5</b>      |

## 2. Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial disusun dengan mengadaptasi dari *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang dibuat oleh Zimet, dkk. (1988), berdasarkan dimensi-dimensi yang telah dianalisis oleh Zimet, dkk. (1988), antara lain : a) keluarga, b) teman-teman dan c) orang lain yang dianggap penting (*significant other*).

Jumlah keseluruhan untuk skala dukungan sosial ini yaitu 12 aitem *favourable*. Skala dukungan sosial ini menggunakan 7 alternatif jawaban, yaitu “Sangat Tidak Sesuai (STS)”, “Tidak Sesuai (TS)”, “Agak Tidak Sesuai (ATS)”, “Netral (N)”, “Agak Sesuai (AS)”, “Sesuai (S)” dan “Sangat Sesuai (SS)”. Distribusi aitem Skala Dukungan Sosial sebelum uji coba dapat dilihat pada tabel 2.

**Tabel 2**  
*Distribusi Aitem Skala Dukungan Sosial Sebelum Uji Coba*

| Dimensi  | Aitem<br><i>Favourable</i><br>Nomor Aitem | Jumlah    |
|--|---|-----------|
| 1. Orang lain yang dianggap penting ( <i>Significant Other</i> ) | 1, 2, 5, 10                               | 4         |
| 2. Keluarga ( <i>Family</i> )                                    | 3, 4, 8, 11                               | 4         |
| 3. Teman ( <i>Friends</i> )                                      | 6, 7, 9, 12                               | 4         |
| <b>Total</b>   | <b>12</b>                                 | <b>12</b> |

## E. Validitas dan Reliabilitas

### 1. Validitas

Suatu alat ukur dapat dikatakan baik jika memiliki nilai validitas yang tinggi. Azwar (2013) mengungkapkan bahwa validitas seringkali dikonsepsikan

sebagai seberapa jauh alat ukur mampu mengukur apa yang seharusnya diukur. Suatu alat ukur yang memiliki validitas tinggi akan menghasilkan *error* pengukuran yang kecil, hal ini berarti skor yang diperoleh subjek pada alat ukur tersebut tidak jauh berbeda dengan skor yang sesungguhnya (Azwar, 2013). Tidak ada batasan universal yang menunjukkan pada angka minimal yang harus dipenuhi agar suatu alat ukur psikologi dikatakan dapat menghasilkan skor yang valid (Azwar, 2013).

Untuk melihat apakah alat ukur tersebut memiliki validitas yang baik dapat dilihat melalui koefisien validitas, meskipun dalam estimasinya validitas tidak dapat dituntut sebagai suatu koefisien yang sangat tinggi sebagaimana penilaian terhadap koefisien reliabilitas (Azwar, 2012). Cronbach (Azwar, 2012) mengatakan bahwa koefisien dapat dikatakan memiliki kontribusi yang baik terhadap efisiensi suatu lembaga pelatihan jika memiliki nilai yang berkisar 0.3 sampai dengan 0.5. Sementara itu, suatu alat ukur memiliki koefisien validitas yang memuaskan atau tidak, dapat dikembalikan kembali penilaiannya kepada pihak pemakai skala (Azwar, 2012).

## **2. Reliabilitas**

Suatu alat ukur dapat dikatakan baik jika reliabel, yakni alat ukur yang mampu menghasilkan skor dengan cermat serta eror pengukuran yang kecil. Reliabilitas juga memiliki pengertian yang mengacu pada konsistensi hasil ukur, yakni memiliki makna seberapa tinggi kecermatan pada pengukuran (Azwar, 2012).

Reliabilitas memiliki koefisien yang berada dalam rentang angka dari 0 sampai 1.00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati 1.00 berarti pengukuran tersebut semakin reliabel (Azwar, 2012). Namun, pada kenyataannya, koefisien sempurna dalam pengukuran psikologi yang mencapai angka 1.00 belum pernah dijumpai sebelumnya (Azwar, 2012).

#### **F. Metode Analisis Data**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepuasan hidup dengan dukungan sosial. Agar mengetahui hubungan tersebut, maka data yang didapatkan perlu dianalisis. Metode yang digunakan peneliti untuk menganalisis data yakni dengan menggunakan metode statistik korelasi *product moment Pearson*. Perhitungan analisis data yang dilakukan dengan menggunakan komputer pada program SPSS *version 17.0 for windows*.