

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Berdasarkan landasan teori dan tujuan penelitian yang telah dijabarkan sebelumnya, maka variabel-variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Variabel Tergantung : Kepuasan Hidup
2. Variabel Bebas : Kebersyukuran

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Kepuasan Hidup

Kepuasan hidup adalah skor yang diperoleh subjek setelah menjawab skala kepuasan hidup (*Satisfaction With Life Scale*). Skala kepuasan hidup yang dibuat oleh Diener dkk, (1985) terdiri dari 5 item yang bertujuan untuk menilai kepuasan seseorang dalam menjalani kehidupannya. Semakin tinggi skor yang diperoleh menunjukkan semakin tinggi tingkat kepuasan hidup subjek, sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan semakin rendah tingkat kepuasan hidup tersebut.

2. Kebersyukuran

Kebersyukuran adalah skor yang diperoleh subjek setelah menjawab skala *Gratitude, Resentment, and Appreciation Scale – Short Form* (GRAT-SF). Skala GRAT-SF yang dibuat oleh Watkins dkk (2003) terdiri dari 16

item yang bertujuan untuk menilai tingkat kebersyukuran individu. Semakin tinggi skor yang diperoleh menunjukkan tingginya tingkat kebersyukuran individu, sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan rendahnya tingkat kebersyukuran individu.

C. Subjek Penelitian

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang menempuh studi strata satu (S1) dari salah satu universitas yang ada di Yogyakarta baik laki-laki maupun perempuan. Secara umum, tidak ada batasan usia dalam penelitian ini. Batasan ada pada individu/mahasiswa yang sedang menempuh studi strata satu (S1). Pemilihan subjek mahasiswa yang sedang menempuh studi strata satu (S1) dalam penelitian ini berdasarkan pada hasil wawancara yang dilakukan peneliti sebelumnya, yang terdapat keluhan terkait variabel kepuasan hidup.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode skala yaitu cara pengumpulan data dengan menggunakan daftar pernyataan yang diberikan kepada responden. Daftar pernyataan tersebut merupakan stimulus untuk mengungkap indikator perilaku dengan cara memancing cara menjawab yang merupakan refleksi dari keadaan diri responden yang biasanya tidak disadari (Azwar, 2012). Ada dua skala yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu:

1. Skala kepuasan Hidup

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kepuasan hidup dalam penelitian ini adalah skala *Satisfaction With Life Scale (SWLS)*. Model skala ini menggunakan model skala *Likert*. Aitem-aitem dalam skala ini merupakan pernyataan dengan tujuh pilihan yaitu sangat tidak setuju, tidak setuju, sedikit tidak setuju, netral, sedikit setuju, setuju, sangat setuju. Bobot penilaian untuk pernyataan sangat tidak setuju : 1, tidak setuju : 2, sedikit tidak setuju : 3, netral : 4, sedikit setuju : 5, setuju : 6, sangat setuju : 7.

Tabel 1. *Blue print* skala kepuasan hidup

Aspek	Butir <i>Favorable</i>	Butir <i>Unfavorable</i>	Jumlah
	Nomor Butir	Nomor Butir	
Kepuasan Hidup	1, 2, 3, 4, 5	-	5
Total			5

2. Skala *Gratitude, Resentment, and Appreciation Scale – Short Form*

(GRAT-SF)

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kebersyukuran individu dalam penelitian ini adalah *Gratitude, Resentment, and Appreciation Scale – Short Form (GRAT-SF)*. Model skala ini menggunakan model skala likert. Aitem-aitem dalam skala ini merupakan pernyataan dengan memiliki Sembilan pilihan yaitu angka yang bergerak dari 1 yang menunjukkan sangat tidak setuju sampai dengan 9 yang menunjukkan sangat setuju.

Tabel 2. *Blueprint* skala Kebersyukuran

Aspek	Butir <i>Favorable</i> Nomor Butir	Butir <i>Unfavorable</i> Nomor Butir	Jumlah
<i>Sense of Abundance</i>	2	3,6,10,11,15	6
<i>Simple Appreciation</i>	4,7,9,12,13,16	-	6
<i>Appreciation of Others</i>	1,5,8,14	-	4
Total			16

E. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas skala adalah skala tersebut mampu mengukur apa yang ingin diukur dengan cermat dan tepat. Menurut Azwar (2005) validitas adalah suatu penelitian yang sangat penting karena hal tersebut merupakan penentu keilmiahan atau keabsahan hasil suatu penelitian. Secara umum validitas terbagi menjadi tiga tipe, yaitu validitas isi, validitas konstruk dan validitas kriteria. Validitas pada penelitian ini menggunakan validitas isi. Validitas isi digunakan untuk mengetahui sejauh mana aitem-aitem dalam tes dapat mencakup keseluruhan isi pada objek yang ingin diukur, Azwar (2005).

2. Reliabilitas

Reliabilitas skala adalah skala tersebut mempunyai konsisten dalam pengukurannya sebagai alat pengumpulan data. Reliabilitas berasal dari kata *rely* dan *ability*. Suatu hasil pengukuran dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama memperoleh hasil yang relatif sama, selama aspek yang diukur dalam diri subjek memang belum berubah (Azwar, 2012).

Reliabilitas tes ditentukan sejauh mana distribusi skor tampak pada dua tes yang paralel, berkorelasi. Reliabilitas secara empiris ditunjukkan oleh suatu angka yang disebut koefisien reliabilitas, secara teoritis besarnya reliabilitas berkisar antara 0,00 – 1,00 (Azwar, 2012). Untuk pengujian koefisien reliabilitasnya dilakukan dengan menggunakan teknik reliabilitas koefisien *Alpha Cronbach* yang dikembangkan oleh Cronbach.

F. Metode Analisis Data

Untuk menguji hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan teknik analisis data korelasi *product moment* yaitu *Spearman Rho* yang digunakan untuk melihat hubungan antara dua variabel. Penelitian ini juga menggunakan teknik analisis data komputer SPSS 16.0 *for windows* untuk mengolah data yang telah diperoleh.