

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Metode kuantitatif adalah metode penelitian yang analisisnya didasarkan pada data angka (numerik) yang kemudian diolah dengan metode statistik. Metode ini memungkinkan penelitian kuantitatif untuk memeriksa bagaimana variabel-variabel yang diteliti berhubungan satu sama lain (Sugiyono, 2022).

Desain yang dipilih dalam penelitian ini adalah desain kausal. Menurut Sugiyono (2022) menjelaskan bahwa penelitian kausal bertujuan untuk menguji adanya hubungan kausal, yaitu hubungan sebab dan akibat antara variabel independen yang memberikan pengaruh dan variabel dependen yang menerima pengaruh. Adapun variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah kebersyukuran terhadap kepuasan hidup pada masa dewasa awal.

Variabel dalam penelitian ini adalah:

1. Variabel Dependen (Y) : Kepuasan Hidup
2. Variabel Independen (X) : Kebersyukuran

B. Definisi Operasional Penelitian

Definisi operasional adalah batasan yang memandu penelitian ke area yang lebih spesifik. Azwar (2017) menjelaskan bahwa definisi operasional adalah definisi variabel yang dirumuskan berdasarkan sifat-sifat variabel yang dapat diamati. Definisi operasional dalam penelitian ini sebagai berikut

1. Kepuasan Hidup

Kepuasan hidup merupakan penilaian kognitif mengenai seberapa baik dan memuaskan yang sudah dilalui oleh individu dalam kehidupannya secara menyeluruh. Kepuasan hidup diukur dari skala yang dikembangkan oleh Diener dkk (1985) dan telah diterjemahkan ke bahasa Indonesia oleh Akhtar (2019). Skala ini terdiri atas 5 item berupa pernyataan yang menggambarkan penilaian individu secara global terhadap kehidupannya.

2. Kebersyukuran

Kebersyukuran merupakan wujud perasaan berterima kasih, bahagia, dan menghargai atas segala hal yang diperoleh dalam hidup, baik dari Tuhan, sesama, maupun alam. Kebersyukuran diukur melalui aspek-aspek yang dikemukakan oleh Listiyandini dkk (2015) yaitu memiliki rasa apresiasi (*sense of appreciation*) terhadap individu lain ataupun Tuhan dan kehidupan, perasaan positif terhadap kehidupan yang dimiliki, dan kecenderungan untuk bertindak positif sebagai ekspresi dari perasaan positif dan apresiasi.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Wardhana (2021) mengungkapkan bahwa populasi penelitian terdiri atas objek maupun subjek yang memiliki sifat atau karakteristik tertentu, yang telah ditentukan oleh peneliti sebagai dasar analisis untuk menghasilkan kesimpulan yang akurat. Populasi dalam penelitian ini adalah individu dewasa awal yang berusia 18 tahun hingga 25 tahun di kabupaten Karawang. Dengan jumlah populasi sebanyak 597.525 (karawangkab.bps.go.id)

2. Sampel Penelitian

Sampel merupakan bagian dari populasi yang memiliki karakteristik yang serupa, sehingga dapat mewakili keseluruhan populasi. Oleh karena itu, proses pemilihan sampel harus dilakukan secara cermat agar benar-benar mencerminkan populasi yang diteliti (Sugiyono, 2022). Pada penelitian ini, metode yang digunakan adalah *non-probability sampling*, yaitu teknik penarikan sampel di mana tidak semua anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk terpilih (Sugiyono, 2022). Teknik yang digunakan adalah *purposive sampling*, yaitu teknik pemilihan sampel secara sengaja berdasarkan kriteria atau karakteristik tertentu yang dianggap relevan dengan fokus penelitian (Wardhana, 2021). Untuk menentukan jumlah sampel, peneliti merujuk pada tabel penentuan jumlah sampel dari Isaac dan Michael dengan tingkat kesalahan sebesar 5%. Berdasarkan perhitungan tersebut, jumlah responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah 348 responden.

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data menggunakan skala psikologis yang dilakukan secara online dengan bantuan *google form*. Menurut Azwar (2021) skala psikologis adalah teknik berbasis pertanyaan atau pernyataan untuk mengukur dan menentukan karakteristik psikologis responden. Terdapat 2 (dua) variabel yang dinilai dalam penelitian ini yaitu mengenai kebersyukuran dan kepuasan hidup. Masing-masing dari 2 (dua) variabel adalah sebagai berikut:

1. Skala Kepuasan Hidup

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) yang dikembangkan oleh Diener dkk (1985), dan telah dialih bahasakan ke dalam bahasa Indonesia oleh Akhtar (2019). Skala ini terdiri atas 5 item yang seluruhnya berbentuk pernyataan positif (*favorable*), yang bertujuan untuk mengukur sejauh mana individu mengevaluasi kehidupan pribadinya. Setiap item disajikan dalam format skala likert 7 tingkat, yaitu: Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Agak Tidak Sesuai (ATS), Netral (N), Agak Sesuai (AS), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS). Pemberian skor pada item berkisar dari 7 untuk jawaban "Sangat Sesuai" hingga 1 untuk jawaban "Sangat Tidak Sesuai". Hasil pengujian menunjukkan reliabilitas cronbach dengan nilai $\alpha = 0,772$ dengan nilai korelasi antar aitem berkisar 0,519 – 0,620. Nilai reliabilitas yang menunjukkan nilai $p > 0,7$ memiliki arti bahwa reliabilitas skala dapat diterima. Hal ini menunjukkan skala dapat digunakan untuk penelitian karena skala cukup reliabel.

Tabel 1. *Blueprint* Skala Kepuasan Hidup

Aspek	Item Pertanyaan <i>Favourable</i>	Jumlah
Kepuasan hidup	1, 2, 3, 4, 5	5
Total	5	5

2. Skala Kebersyukuran

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala bersyukur indonesia (SBI) yang dikembangkan oleh Listiyandini dkk (2015). Skala ini tersusun dari 3 (tiga) aspek yaitu memiliki rasa apresiasi (*sense of appreciation*) terhadap individu lain ataupun Tuhan dan kehidupan, perasaan positif terhadap

kehidupan yang dimiliki serta kecenderungan untuk bertindak positif sebagai ekspresi dari perasaan positif dan apresiasi. Jumlah item pada skala ini adalah 30 item. Model skala yang digunakan adalah skala likert yang terdiri dari 1-6 (Sangat Tidak Sesuai hingga Sangat Sesuai). Hasil pengujian menunjukkan reliabilitas cronbach dengan nilai $\alpha = 0,8887$ dengan nilai korelasi antar aitem berkisar 0,3-0,6

Tabel 2. *Blueprint* Skala Kebersyukuran (SBI)

Aspek	Item pertanyaan		Jumlah
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
Rasa apresiasi (<i>sense of appreciation</i>) terhadap individu lain ataupun Tuhan dan kehidupan.	2, 3, 1, 6, 4	11, 5, 29, 12, 7, 13, 9	12
Perasaan positif terhadap kehidupan yang dimiliki	16, 20	14, 15, 19, 8, 18, 10	8
Kecenderungan untuk bertindak sebagai ekspresi dari perasaan positif dan apresiasi yang dimilikinya	23, 26, 17, 21, 30	22, 24, 28, 27, 25	10
Jumlah	12	18	30

E. Metode Analisis Instrumen

1. Validitas Isi

Azwar (2021) mendefinisikan validitas sebagai tingkat kesesuaian antara hasil pengukuran dengan kenyataan yang sebenarnya, yang menunjukkan kemampuan instrumen pengukur untuk menghasilkan data yang akurat dan reliabel. Uji validitas bertujuan untuk mengevaluasi sejauh mana alat ukur mampu menghasilkan data yang akurat sesuai dengan tujuan ukurnya (Azwar, 2021).

Penelitian ini menggunakan validitas isi (*content validity*). validitas isi berkaitan dengan kemampuan suatu instrumen atau alat ukur mengukur isi atau konsep yang harus diukur (Siregar, 2018). Menurut Boateng dkk (2018), jika sebuah alat ukur sudah melalui proses adaptasi bahasa dan validasi psikometrik dalam populasi yang sama, maka peneliti diperbolehkan untuk langsung menggunakannya tanpa harus melakukan uji validitas isi (*expert judgment*) dan keterbacaan ulang.

2. Analisis Aitem

Untuk mengukur daya diskriminasi berdasarkan data hasil uji coba (*try out*), digunakan teknik *Corrected Item-Total Correlation*. Azwar (2017) menyatakan bahwa suatu aitem dianggap valid apabila nilai koefisien korelasi mencapai atau melebihi 0,30. Sebaliknya, aitem dengan nilai di bawah 0,30 dikategorikan sebagai tidak valid atau gugur. Namun, dalam kondisi di mana jumlah aitem valid belum mencukupi untuk memenuhi indikator masing-masing variabel, maka peneliti dapat mempertimbangkan untuk menurunkan batas minimum koefisien korelasi menjadi 0,25 agar jumlah aitem tetap memadai. Dalam proses analisis ini, peneliti menggunakan bantuan *software* SPSS versi 26 *for windows*.

3. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan syarat kedua untuk mengukur alat ukur yang digunakan apakah baik atau tidak. Reliabilitas merupakan suatu indikator yang digunakan untuk mengukur tingkat konsistensi dan stabilitas hasil pengukuran,

dengan mempertimbangkan hasil pengukuran ulang terhadap objek yang sama menggunakan instrumen yang sama (Siregar, 2018).

Berdasarkan pendapat Azwar (2017) yang menyatakan bahwa koefisien reliabilitas yang berada dalam rentang antara 0 sampai 1,00 digunakan untuk menggambarkan tingkat reliabilitas suatu alat ukur. Nilai yang semakin dekat ke angka 1,00 menandakan bahwa alat ukur tersebut memiliki reliabilitas tinggi, sedangkan nilai yang mendekati 0 menunjukkan rendahnya keandalan alat tersebut. Pada penelitian ini, analisis reliabilitas dilakukan menggunakan software SPSS versi 26., dengan menerapkan teknik koefisien reliabilitas alpha (*Cronbach's Alpha*), yang dianalisis berdasarkan kaidah tertentu yaitu:

Tabel 3. Kaidah Reliabilitas *Guilford*

Koefisien Reliabilitas	Kriteria
>0.9	Sangat reliabel
0.7 - 0.9	Reliabel
0.4 – 0.7	Cukup reliabel
0.2 – 0.4	Kurang reliabel
<0.2	Tidak reliabel

F. Teknik Analisis Data

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk memastikan bahwa data yang dianalisis memiliki pola distribusi normal sebagai salah satu prasyarat analisis statistik. Pengujian ini penting dilakukan sebelum melanjutkan ke tahap analisis data berikutnya, karena prasyarat distribusi normal harus terpenuhi. Menurut Sugiyono (2022), data dapat dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi (p)

lebih besar dari 0,05. Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan menggunakan metode *kolmogorov smirnov* dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 26.

2. Uji Linieritas

Sugiyono (2022) mengatakan bahwa uji linieritas dilakukan untuk mengkonfirmasi linieritas hubungan antara variabel terikat dan variabel bebas. Aturan yang digunakan untuk menentukan linearitas data adalah signifikansi *deviation from linierity*. Apabila signifikansi *deviation from linierity* kurang dari 0,05 maka hubungan kedua variabel bersifat linear. Sebaliknya apabila nilai signifikansi *deviation from linierity* lebih besar dari 0,05 maka hubungan kedua variabel tidak linear. Uji linieritas dilakukan dengan menggunakan bantuan software SPSS versi 26

3. Uji Hipotesis (Regresi Sederhana)

Sugiyono (2022), uji hipotesis merupakan teknik pengolahan data yang bertujuan untuk menarik kesimpulan dari hasil pengujian, sekaligus memberikan jawaban atas rumusan masalah serta menguji kebenaran hipotesis yang telah diajukan. Pada penelitian ini, uji tersebut digunakan untuk mengetahui apakah kebersyukuran berpengaruh terhadap kepuasan hidup pada masa dewasa awal di Kabupaten Karawang. Teknik analisis yang digunakan adalah regresi linear sederhana, karena hanya terdapat satu variabel independen dan satu variabel dependen yang dianalisis. Seluruh proses pengujian dilakukan dengan bantuan program SPSS versi 26. Persamaan umum regresi linear sederhana adalah:

Gambar 2. Rumus Regresi Linear Sederhana

$$Y = a + bX$$

Keterangan:

Y : variabel dependent

a : konstanta

b : koefisien variabel X

X : variabel independen

4. Uji Koefisien Determinasi

Sugiyono (2022) menyatakan bahwa uji koefisien determinasi (R^2) merupakan teknik statistik yang digunakan untuk mengukur seberapa besar proporsi variasi pada variabel dependen (Y) yang dapat dijelaskan oleh variabel independen (X) dalam suatu model regresi. Proses pengujian ini dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS versi 26 untuk Windows. Rumus yang digunakan untuk menghitung nilai koefisien determinasi menurut Sugiyono (2022) sebagai berikut:

Gambar 3. Rumus Uji Koefisien Determinasi

$$KD = r^2 \times 100\%$$

Keterangan :

KD = koefisien determinasi

r^2 = koefisien korelasi

5. Uji Kategorisasi

Azwar (2017) berpendapat uji kategorisasi bertujuan untuk menempatkan individu ke dalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasar atribut yang diukur. Untuk melihat seberapa tinggi kebersyukuran dengan kepuasan hidup pada individu dewasa awal di Kabupaten Karawang, maka peneliti menggunakan uji kategorisasi sebagai berikut:

Tabel 4. Rumus Uji Kategorisasi

Rendah	$X < M - ISD$
Sedang	$M - ISD \leq X < M + ISD$
Tinggi	$M + ISD \leq X$

