

## **BAB III**

### **METODE**

Bab III menjelaskan mengenai teknik penelitian yang digunakan, dimulai dari tahap persiapan hingga data yang siap disajikan. Bab ini menjabarkan metode penelitian yang dimulai dengan desain penelitian yang digunakan hingga pada proses analisis data hasil temuan.

#### **3.1 Desain Penelitian**

Paradigma penelitian adalah positivisme, paradigma ini meyakini bahwa ilmu pengetahuan adalah hasil dari pengalaman yang telah dilalui dan dirasakan oleh indera diri sendiri. Pendekatan penelitian adalah kuantitatif, menurut Creswell (2012) Metode kuantitatif bertujuan untuk mengumpulkan data numerik menggunakan alat termasuk kuesioner dan diolah menggunakan analisis statistik. Pendekatan ini merupakan alat untuk mengetahui tingkat *subjective well-being* peserta didik pengguna media sosial kelas XI SMA Negeri 19 Bandung tahun ajaran 2024/2025. Hasil gambaran *subjective well-being* yang diperoleh dari hasil pengolahan data dianalisis dan dijadikan acuan dalam perancangan layanan bimbingan pribadi-sosial yang bertujuan untuk meningkatkan *subjective well-being* peserta didik pengguna media sosial kelas XI SMA Negeri 19. Bandung.

Metode penelitian menggunakan metode deskriptif. Metode deskriptif merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mengetahui nilai variabel bebas (independen), baik satu maupun lebih dari satu variabel (independen) tanpa membandingkan atau menghubungkan variabel yang satu dengan variabel yang lain (Sugiyono, 2008). Tujuan penelitian deskriptif untuk mengetahui gambaran atau profil *subjective well being* remaja pengguna media sosial di SMA Negeri 19 Bandung. Desain penelitian yang digunakan adalah desain *cross sectional*, desain *cross sectional* adalah desain penelitian yang dilakukan dengan cara mengumpulkan data hanya dilakukan pada saat yang bersamaan atau sekali waktu kepada partisipan (Creswell, 2012).

### 3.2 Partisipan

Partisipan penelitian adalah seluruh peserta didik Kelas XI-A hingga J di SMA Negeri 19 Bandung Tahun Ajaran 2023/2024 sebagai responden. Berdasarkan wawancara dengan salah satu Guru BK/Konselor SMA Negeri 19 Bandung, diperoleh informasi bahwa peserta didik kelas XI memiliki keterikatan sosial yang sangat baik karena pengalaman satu tahun penyesuaian diri bersama teman-teman angkatannya, serta sudah mulai membentuk kelompok berdasarkan kesamaan hobi, karakteristik, dan latar belakang. Sehingga, peserta didik kelas XI akan merasa tekanan akademik dan lingkungan sekolah menjadi lebih ringan. Hal inilah yang memengaruhi peserta didik kelas XI pada penggunaan media sosial, tentu mereka dapat lebih percaya diri mengeksplorasi, menunjukkan diri dan lingkungan terdekatnya di media sosial. Selain itu, berdasarkan observasi yang telah dilakukan selama kegiatan P3K berlangsung, banyak peserta didik dari kelas XI yang terlihat tidak tenang dan sulit fokus ketika kegiatan bimbingan klasikal di kelas karena mereka lebih asyik memainkan *gadgetnya* hanya untuk membuka media sosial. Maka, penting dilaksanakannya penelitian bagi remaja pengguna media sosial di kelas XI ini untuk memberikan rancangan intervensi layanan bimbingan pribadi-sosial berdasarkan profil *subjective-well-beingnya*.

Lokasi penelitian dilakukan di SMA Negeri 19 Bandung. Pemilihan lokasi penelitian ini didasarkan atas wawancara dan observasi yang telah dilakukan saat kegiatan P3K berlangsung, hal tersebut ditunjukkan dengan fenomena peserta didik yang lebih banyak menggunakan waktunya untuk bermain media sosial dan menyebabkan aktivitas akademiknya terganggu. Selain itu, di SMA Negeri 19 Bandung belum ada penelitian yang merujuk pada *subjective well-being* peserta didiknya dengan rancangan intervensi berupa layanan bimbingan pribadi-sosial.

### 3.3 Populasi dan Sampel

Populasi penelitian adalah peserta didik pengguna media sosial kelas XI SMA Negeri 19 Bandung Tahun Ajaran 2023/2024 yang berjumlah 356 peserta didik. Berikut merupakan data jumlah peserta didik yang menjadi sampel pada tiap kelas XI di SMA Negeri 19 Bandung.

**Tabel 3.1 Jumlah Populasi Penelitian pada Peserta Didik Kelas XI**

| No. | Kelas | Jenis Kelamin |           | Jumlah            |
|-----|-------|---------------|-----------|-------------------|
|     |       | Laki-laki     | Perempuan |                   |
| 1.  | XI-A  | 19            | 13        | 32                |
| 2.  | XI-B  | 16            | 12        | 28                |
| 3.  | XI-C  | 20            | 14        | 34                |
| 4.  | XI-D  | 13            | 19        | 32                |
| 5.  | XI-E  | 13            | 23        | 36                |
| 6.  | XI-F  | 9             | 25        | 34                |
| 7.  | XI-G  | 25            | 7         | 32                |
| 8.  | XI-H  | 10            | 21        | 31                |
| 9.  | XI-I  | 14            | 20        | 34                |
| 10. | XI-J  | 12            | 18        | 30                |
|     |       |               |           | 323 peserta didik |

Sampel pada penelitian ini merupakan seluruh anggota populasi. Alasannya karena seluruh peserta didik kelas XI SMA Negeri 19 Bandung menggunakan media sosial, hal ini terbukti ketika seluruh peserta didik bergabung dengan grup *WhatsApp* Bimbingan dan Konseling SMA Negeri 19 Bandung, artinya seluruh peserta didik tersebut menggunakan media sosial. Maka, teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *non-probability sampling* dengan jenis pengambilan sampel yaitu *convenience sampling*. *Convenience sampling* digunakan karena sampel yang terlibat tidak memenuhi secara keseluruhan populasi, sampel pada penelitian ini didasarkan atas ketersediaan dan kemudahan akses.

### 3.4 Instrumen

#### 3.4.1 Definisi Konseptual

Konsep *subjective well-being* merujuk pada hasil kajian Diener (1996) yang mendefinisikan *subjective well-being* sebagai kebahagiaan yang merupakan evaluasi peserta didik terhadap kehidupannya. Evaluasi tersebut bersifat kognitif berupa kepuasan hidup dan efektif berupa perasaan emosional yang menyenangkan dan tidak menyenangkan. Adapun Diener (2009) mengartikan *subjective well-being* sebagai keyakinan atau perasaan subjektif peserta didik bahwa kehidupannya berjalan dengan baik. Dalam definisi ini Diener (2009) juga menyebutkan bahwa diperlukan adanya komponen kognitif dan afektif untuk memberikan gambaran yang relatif lengkap mengenai kehidupan peserta didik

secara menyeluruh. Adapun menurut Compton (2005) *subjective well-being* memiliki dua variabel utama, yaitu kebahagiaan atau kepuasan hidup. Kebahagiaan diartikan sebagai keadaan emosional peserta didik dan bagaimana peserta didik tersebut dapat merasakan dirinya sendiri dan lingkungannya. Sementara itu, kepuasan hidup didefinisikan sebagai penilaian global mengenai kemampuan peserta didik untuk menerima diri dan hidupnya. Dari pengertian yang telah dipaparkan oleh Diener dan Compton, maka dari itu *subjective well-being* dapat diartikan sebagai kemampuan dan perasaan subjektif peserta didik untuk memberikan evaluasi terhadap hidupnya yang bersifat kognitif dan afektif dengan tujuan memberikan gambaran yang relatif lengkap mengenai kehidupan peserta didik secara menyeluruh. Komponen kognitif pada *subjective well-being* berupa kepuasan hidup, sedangkan komponen afektif berupa perasaan secara emosional yang menyenangkan dan tidak menyenangkan.

Diener (2009) juga menjelaskan mengenai komponen-komponen atau aspek-aspek *subjective well-being* sebagai berikut.

a. Komponen Kognitif

Komponen kognitif diartikan sebagai kemampuan peserta didik untuk mengevaluasi bahwa dirinya puas terhadap kehidupan yang telah dijalani.

b. Komponen Afektif

Komponen afektif diartikan sebagai sebuah gambaran mengenai emosi peserta didik yang melibatkan pengalaman menyenangkan (afek positif) dan pengalaman tidak menyenangkan (afek negatif). Berdasarkan definisi tersebut, komponen afektif ini dibagi menjadi dua yaitu.

1) Afek Positif

Afek positif diartikan sebagai komponen afektif yang merujuk pada keadaan peserta didik yang berada dalam situasi dan perasaan menyenangkan. Peserta didik yang memiliki afek positif tinggi biasanya ditandai dengan ciri-ciri penuh energi, memiliki konsentrasi tinggi, aktif, semangat, tenang, siaga, dan pengalaman menyenangkan lainnya.

## 2) Afek Negatif

Afek negatif diartikan sebagai komponen afektif yang merujuk pada keadaan peserta didik yang berada dalam situasi dan perasaan tidak menyenangkan seperti marah, terhina, cemas, malu, selalu merasa salah, cemas, dan keadaan tidak menyenangkan lainnya.

### 3.4.2 Definisi Operasional

*Subjective well-being* dalam penelitian didefinisikan sebagai kemampuan dan perasaan subjektif peserta didik pengguna media sosial Kelas XI SMA Negeri 19 Bandung Tahun Ajaran 2023/2024 untuk memberikan evaluasi terhadap hidupnya yang bersifat kognitif dan afektif dengan tujuan memberikan gambaran yang relatif lengkap mengenai kehidupan peserta didik secara menyeluruh. Komponen kognitif pada *subjective well-being* berupa kepuasan hidup, sedangkan komponen afektif berupa perasaan secara emosional yang menyenangkan dan tidak menyenangkan. Berikut penjelasan mengenai komponen-komponen tersebut.

- a. Komponen kognitif adalah kemampuan peserta didik pengguna media sosial Kelas XI SMA Negeri 19 Bandung Tahun Ajaran 2023/2024 untuk mengevaluasi dirinya bahwa dirinya puas terhadap kehidupan yang telah dijalani. Indikator komponen tersebut adalah kemampuan peserta didik untuk menggambarkan dirinya puas terhadap kehidupan secara menyeluruh.
- b. Komponen afektif adalah sebuah gambaran mengenai emosi peserta didik pengguna media sosial Kelas XI SMA Negeri 19 Bandung Tahun Ajaran 2023/2024 yang melibatkan pengalaman menyenangkan (afek positif) dan pengalaman tidak menyenangkan (afek negatif). Indikator aspek tersebut meliputi.
  - 1) Keadaan peserta didik pada situasi dan perasaan yang menyenangkan (afek positif).
  - 2) Keadaan peserta didik pada situasi dan perasaan yang tidak menyenangkan (afek negatif).

Instrumen penelitian diadaptasi dari teori *Subjective Well-Being* Ed Diener. Terdapat 2 skala pada instrumen untuk mengukur tingkat *subjective well-being* individu. Di antaranya sebagai berikut:

### 3.4.3 Instrumen *Subjective Well-Being*

Instrumen penelitian diadaptasi dari teori *Subjective Well-Being* Ed Diener. Terdapat 2 skala pada instrumen untuk mengukur tingkat *subjective well-being* individu. Di antaranya sebagai berikut:

a. Skala Kepuasan Hidup / *Satisfaction With Life Scale* (SWLS)

Instrumen yang bernama *satisfaction with life scale* atau dikenal sebagai SWLS dikembangkan oleh Diener, Emmons, Larsen, dan Griffin pada tahun 1985 bertujuan untuk mengukur pandangan kognitif individu secara keseluruhan mengenai kepuasan hidupnya. Pada tahun 2006 skala instrumen ini dikembangkan dengan lima pernyataan oleh Diener. Instrumen ini memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0.78 sampai 0.91, yang artinya reliabilitas pada instrumen ini cukup tinggi secara kontinue (Diener, 2006). Lalu, instrumen SWLS (*satisfaction with life scale*) ini diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia dengan koefisien reliabilitas sebesar 0.861 (Akhtar, 2019, hlm. 33). Instrumen ini dimodifikasi dengan menambahkan beberapa item pernyataan yang bertujuan agar lebih menggambarkan kepuasan hidup responden secara keseluruhan. Selain itu, instrumen juga disesuaikan dengan menggambarkan responden saat menggunakan media sosial. Alhasil instrumen yang awalnya hanya memiliki 5 item pernyataan, pada total akhirnya bertambah menjadi 10 item pernyataan.

b. Skala Pengaruh Positif dan Pengaruh Negatif / *Positive Affect Negative Affect Schedule* (PANAS)

Instrumen *positive affect negative affect schedule* atau PANAS terdiri dari dua bagian item pernyataan yaitu item pernyataan emosi positif dan item pernyataan emosi negatif. Instrumen ini dikembangkan oleh Watson, dkk. (1988) dengan tujuan untuk mengukur emosi individu yang terdiri dari masing-masing enam item pernyataan pada setiap bagiannya. Lalu, item pernyataan pada instrumen ini diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia dan memiliki koefisien reliabilitas pada afek positif sebesar 0,861 dan afek negatif sebesar (Akhtar, 2019, hlm. 33). Terdapat 20 item pernyataan pada skala instrumen dengan masing-masing 10 pernyataan pada tiap bagiannya. Dilakukan modifikasi pada item pernyataan yang disesuaikan dengan latar responden ketika menggunakan media

sosial. Item pernyataan ditambahkan menjadi masing-masing 13 item dengan total final instrumen PANAS menjadi 26 item pernyataan.

Pengukuran *subjective well-being* pada remaja pengguna media sosial di SMA Negeri 19 Bandung diadaptasi dari instrumen yang dikembangkan oleh Akhtar (2019) yang berasal dari instrumen asli SWLS (*satisfaction with life scale*) dan PANAS (*positive affect negative affect schedule*) dengan modifikasi hingga 36 item pernyataan yang tentunya disesuaikan dengan kebutuhan penelitian untuk mengukur tingkat *subjective well-being* dengan latar pengguna media sosial yaitu peserta didik kelas XI SMA Negeri 19 Bandung.

### 3.4.4 Kisi-Kisi Instrumen

Berdasarkan definisi operasional *subjective well-being* yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dapat dikembangkan item-item pernyataan yang dari dua komponen *subjective well-being* tersebut yaitu komponen afektif dan komponen kognitif. Berikut adalah kisi-kisi instrumen *subjective well-being* yang dikembangkan dari teori *subjective well-being* oleh Diener (2009).

**Tabel 3 2 Kisi-kisi Instrumen *Subjective Well-Being* pada Remaja Pengguna Media Sosial**

| No | Aspek/Komponen    | Indikator   | Nomor Item                             |  | Jumlah |
|----|-------------------|---|--|--|--------|
|    |                   |   | +                                      | -                                      |        |
| 1  | Komponen Kognitif | Kemampuan peserta didik untuk menggambarkan dirinya puas terhadap kehidupan secara menyeluruh | 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10                   |  | 10     |
| 2. | Komponen afektif  | Keadaan peserta didik pada situasi dan perasaan yang menyenangkan (afek positif)              | 11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,21,22,23 |  | 13     |
|    |                   | Keadaan peserta didik pada situasi dan perasaan yang tidak menyenangkan (afek negatif)        |  | 24,25,26,27,28,29,30,31,32,33,34,35,36 | 13     |

### 3.4.5 Uji Keterbacaan Instrumen

Uji keterbacaan instrumen bertujuan untuk melihat sejauh mana responden memahami setiap item pernyataan dalam instrumen. Uji keterbacaan instrumen pada penelitian dilakukan terhadap 5 responden dengan karakteristik yang sama di antaranya 2 peserta didik perempuan dan 3 peserta didik laki-laki kelas XI sekolah menengah atas. Responden diminta untuk membaca terlebih dahulu setiap item pernyataan lalu memberikan keterangan apakah paham atau tidak paham terhadap item pernyataan tersebut, apabila responden tidak memahami item pernyataan, maka responden dapat menyertakan alasan dan saran dari ketidakpahamannya itu. Berdasarkan hasil uji keterbacaan instrumen, terdapat 5 item pernyataan yang tidak dipahami oleh responden, yaitu nomor 1, 4, 6, 9, dan 27. Item pernyataan yang tidak dipahami direvisi berdasarkan alasan dan saran dan para responden. Laporan hasil uji keterbacaan disajikan pada tabel di bawah ini.

**Tabel 3.3 Hasil Uji Keterbacaan**

| No. Item | Pernyataan Awal  | Pernyataan Revisi   |
|----------|--|---|
| 1        | Saya mengakui bahwa bermain media sosial dapat memberikan kepuasan   | Saya mengakui bahwa bermain media sosial dapat memberikan kesenangan  |
| 4.       | Saat bermain media sosial, saya menyimpulkan bahwa hidup telah sesuai harapan  | (dihilangkan)   |
| 6.       | Sejauh ini, saya telah mendapatkan hal yang diinginkan saat menggunakan media sosial   | Saat menggunakan media sosial, saya mendapatkan hal yang diinginkan   |
| 9.       | Saya pesimis menggapai cita-cita dengan kemampuan sendiri walaupun telah melihat perjuangan <i>influencer</i> sukses di media sosial | Saya pesimis menggapai cita-cita dengan kemampuan sendiri walaupun telah melihat perjuangan tokoh publik sukses di media sosial |
| 27.      | Saya gelisah melihat aktivitas teman yang sedang berkumpul di media sosial   | Saya gelisah melihat aktivitas teman yang sedang berkumpul di media sosial karena merasa tidak dilibatkan                       |

## 3.5 Uji Kelayakan Instrumen

### 3.5.1 Uji Validitas Instrumen

Uji validitas bertujuan untuk melihat suatu item pernyataan instrumen yang digunakan valid atau tidak dalam memperoleh data. Arti lain menjelaskan bahwa uji validitas merupakan metode yang digunakan untuk mengetahui tingkat keselarasan antara yang diukur dan hendak diukur (Fadli dkk, 2023, hlm. 1735).



Pengolahan data pada penelitian menggunakan bantuan layanan *SPSS for windows* versi 25.0 dengan pengujian validitas item instrumen yang dianalisis menggunakan prosedur pengujian uji nilai koefisien *Pearson (Pearson Product Moment)*. Teknik ini bertujuan untuk menguji apakah tiap butir pernyataan dapat benar-benar mampu mengungkap faktor yang akan diukur, nilai korelasi yang diperoleh dibandingkan dengan nilai tabel korelasi (*r*-tabel) (Miftahuddin & Fithriana AR, 2008, hlm. 79). Item butir pernyataan dapat dinyatakan valid apabila nilai *r*-hitung lebih besar dari *r*-tabel ( $r\text{-hitung} > r\text{-tabel}$ ) cara mencari nilai *r*-tabel adalah melihat nilai *r*-tabel statistik pada signifikansi 5% dengan  $N = 300$  (d disesuaikan dengan jumlah responden). Item butir pernyataan juga dapat dinyatakan valid jika nilai signifikansi kurang dari 0.05. Berikut hasil uji validitas instrumen yang diperoleh.

**Tabel 3 4 Hasil Uji Validitas Instrumen**

| No. Item | R     | Sig. (1-tailed) | Validitas   |
|----------|-------|-----------------|-------------|
| 1        | 0,247 | 0,00            | Valid       |
| 2        | 0,323 | 0,00            | Valid       |
| 3        | 0,087 | 0,12            | Tidak Valid |
| 4        | 0,379 | 0,00            | Valid       |
| 5        | 0,378 | 0,00            | Valid       |
| 6        | 0,407 | 0,00            | Valid       |
| 7        | 0,304 | 0,00            | Valid       |
| 8        | 0,208 | 0,00            | Valid       |
| 9        | 0,281 | 0,00            | Valid       |
| 10       | 0,122 | 0,28            | Tidak Valid |
| 11       | 0,263 | 0,00            | Valid       |
| 12       | 0,389 | 0,00            | Valid       |
| 13       | 0,210 | 0,00            | Valid       |
| 14       | 0,310 | 0,00            | Valid       |
| 15       | 0,274 | 0,00            | Valid       |
| 16       | 0,318 | 0,00            | Valid       |
| 17       | 0,300 | 0,00            | Valid       |
| 18       | 0,287 | 0,00            | Valid       |
| 19       | 0,262 | 0,00            | Valid       |
| 20       | 0,240 | 0,00            | Valid       |
| 21       | 0,214 | 0,00            | Valid       |
| 22       | 0,292 | 0,00            | Valid       |
| 23       | 0,064 | 0,25            | Tidak Valid |
| 24       | 0,196 | 0,00            | Valid       |
| 25       | 0,343 | 0,00            | Valid       |
| 26       | 0,359 | 0,00            | Valid       |
| 27       | 0,437 | 0,00            | Valid       |
| 28       | 0,208 | 0,00            | Valid       |

| No. Item | R     | Sig. (1-tailed) | Validitas |
|----------|-------|-----------------|-----------|
| 29       | 0,341 | 0,00            | Valid     |
| 30       | 0,266 | 0,00            | Valid     |
| 31       | 0,286 | 0,00            | Valid     |
| 32       | 0,324 | 0,00            | Valid     |
| 33       | 0,241 | 0,00            | Valid     |
| 34       | 0,445 | 0,00            | Valid     |
| 35       | 0,221 | 0,00            | Valid     |
| 36       | 0,247 | 0,00            | Valid     |

### 3.5.2 Uji Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas digunakan untuk melihat tingkat konsistensi yang mengukur apapun yang diukur. Kualitas ini sangat penting dalam setiap jenis pengukuran (Fadli dkk, 2023, hlm. 1735). Uji reliabilitas instrumen penelitian ini menggunakan alat bantu *software* IBM SPSS *Statistic for Windows* versi 25. Instrumen penelitian dapat dinyatakan reliabel apabila koefisien reliabilitasnya minimal mencapai 0,6 (Sugiyono, 2012, hlm. 220). Berikut adalah klasifikasi penilaian reliabilitas yang dikemukakan oleh Arikunto (2018, hlm. 224)

**Tabel 3 5 Klasifikasi Reliabilitas Instrumen Cronbach's Alpha**

| Koefisien Reliabilitas | Kriteria              |
|------------------------|-----------------------|
| 0.80 – 1.00            | Sangat Reliabel       |
| 0.60 – 0.80            | Reliabel              |
| 0.40 – 0.60            | Cukup Reliabel        |
| 0.20 – 0.40            | Tidak Reliabel        |
| 0.00 – 0.20            | Sangat Tidak Reliabel |

Hasil uji reliabilitas instrumen *subjective well-being* pada remaja pengguna media sosial dapat dilihat pada Tabel 3.6 berikut.

**Tabel 3 6 Hasil Uji Reliabilitas**

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|------------------|------------|
| 0,684            | 33         |

Berdasarkan hasil uji reliabilitas instrumen *subjective well-being* pada remaja pengguna media sosial diperoleh nilai sebesar 0,684, hal tersebut ada pada kategori reliabel, artinya instrumen penelitian ini reliabel dan layak digunakan. Adapun hasil uji reliabilitas pada masing-masing item pernyataan instrumen *subjective well-being* pada remaja pengguna media sosial sebagai berikut.

Tabel 3 7 Hasil Uji Reliabilitas pada Masing-Masing Komponen

| Komponen        | No. Item Pernyataan | Alpha    | Keterangan |
|-----------------|---------------------|----------|------------|
| Kognitif        | 1                   | 0,681    | Reliabel   |
|                 | 2                   | 0,672    | Reliabel   |
|                 | 4                   | 0,673    | Reliabel   |
|                 | 5                   | 0,673    | Reliabel   |
|                 | 6                   | 0,670    | Reliabel   |
|                 | 7                   | 0,677    | Reliabel   |
|                 | 8                   | 0,684    | Reliabel   |
|                 | 9                   | 0,676    | Reliabel   |
| Afektif Positif | 11                  | 0,680    | Reliabel   |
|                 | 12                  | 0,671    | Reliabel   |
|                 | 13                  | 0,687    | Reliabel   |
|                 | 14                  | 0,675    | Reliabel   |
|                 | 15                  | 0,679    | Reliabel   |
|                 | 16                  | 0,676    | Reliabel   |
|                 | 17                  | 0,678    | Reliabel   |
|                 | 18                  | 0,677    | Reliabel   |
|                 | 19                  | 0,682    | Reliabel   |
|                 | 20                  | 0,680    | Reliabel   |
|                 | 21                  | 0,686    | Reliabel   |
| Afektif Negatif | 22                  | 0,678    | Reliabel   |
|                 | 24                  | 0,686    | Reliabel   |
|                 | 25                  | 0,673    | Reliabel   |
|                 | 26                  | 0,668    | Reliabel   |
|                 | 27                  | 0,664    | Reliabel   |
|                 | 28                  | 0,684    | Reliabel   |
|                 | 29                  | 0,673    | Reliabel   |
|                 | 30                  | 0,681    | Reliabel   |
|                 | 31                  | 0,678    | Reliabel   |
|                 | 32                  | 0,676    | Reliabel   |
|                 | 33                  | 0,681    | Reliabel   |
| 34              | 0,664               | Reliabel |            |
| 35              | 0,682               | Reliabel |            |
| 36              | 0,683               | Reliabel |            |

### 3.6 Prosedur Penelitian

Penelitian dilakukan melalui tahapan-tahapan sebagai berikut.

- a. Tahap persiapan, meliputi kegiatan berikut.
  - 1) Menentukan masalah yang diteliti berdasarkan fenomena di lingkungan sekitar.
  - 2) Melaksanakan kajian literatur untuk mencari dan mengkaji landasan teoretis yang mendukung penelitian.
  - 3) Membuat proposal penelitian.

- 4) Menyusun instrumen penelitian yang sesuai dengan teori dan variabel yang diteliti.
  - 5) Memeriksa proses pengembangan alat ukur yang telah dilakukan pada penelitian sebelumnya yang menggunakan instrumen yang sama.
- b. Tahap pelaksanaan, meliputi kegiatan berikut.
- 1) Melaksanakan penyebaran instrumen kepada peserta didik sekolah menengah atas secara langsung (*offline*).
  - 2) Melaksanakan pengolahan dan analisis data dari hasil instrumen.
- c. Tahap pembahasan, meliputi kegiatan berikut.
- 1) Mendeskripsikan dan menyusun hasil penelitian.
  - 2) Membuat kesimpulan mengenai data yang telah diolah, dianalisis, dan dibahas sebelumnya.
  - 3) Membuat rekomendasi bagi beberapa pihak yang terkait dengan penelitian.

### **3.7 Analisis Data**

Data yang diperoleh kemudian disesuaikan dengan rumusan masalah penelitian. Data tersebut diolah menggunakan teknik analisis statistik deskriptif melalui bantuan *software IBM SPSS Statistic for Windows versi 25*. Analisis data penelitian ini dikaitkan dengan teori *subjective well-being* yang ditujukan pada remaja pengguna media sosial di salah satu Sekolah Menengah Atas di Bandung. Berikut adalah penjelasan bagaimana cara mengolah data untuk memperoleh jawaban dari pertanyaan-pertanyaan penelitian.

#### **3.7.1 Verifikasi Data**

Verifikasi data dilakukan dengan mengoreksi kuesioner yang dibagikan dan dijawab oleh responden. Hal ini bertujuan untuk melihat layak atau tidaknya data tersebut diolah. Maka, verifikasi data merupakan kegiatan pemeriksaan terhadap data yang telah diperoleh.

#### **3.7.2 Penyekoran Data (Skoring)**

Penyekoran data dilakukan untuk mengolah data instrumen yang telah diberikan pada responden yaitu peserta didik pengguna media sosial Kelas XI

SMA Negeri 19 Bandung Tahun Ajaran 2023/2024. Hasil data instrumen yang diperoleh nantinya akan dijadikan acuan dalam membuat rancangan layanan bimbingan pribadi-sosial yang didasarkan atas profil *subjective well-being* peserta didik pengguna media sosial Kelas XI SMA Negeri 19 Bandung Tahun Ajaran 2023/2024. Penyekoran penelitian ini menggunakan model Likert dengan opsi lima pilihan, di antaranya adalah 5 (Sangat sesuai), 4 (Sesuai), 3 (Ragu-ragu), 2 (Tidak sesuai), 1 (Sangat tidak sesuai). Lima opsi pilihan inilah nantinya yang akan membantu responden menggambarkan tingkat frekuensi yang sesuai dengan yang dialaminya.

**Tabel 3 8 Penyekoran Instrumen**

| Opsi pilihan jawaban | Favorable | Unfavorable |
|----------------------|-----------|-------------|
| Sangat sesuai        | 5         | 1           |
| Sesuai               | 4         | 2           |
| Ragu-ragu            | 3         | 3           |
| Tidak sesuai         | 2         | 4           |
| Sangat tidak sesuai  | 1         | 5           |

### 3.7.3 Kategorisasi Data

Instrumen *subjective well-being* pada remaja pengguna media sosial mengelompokkan data responden pada tiga kategori di antaranya rendah, sedang, dan tinggi. Berikut adalah rumus untuk membuat kategorisasi dalam penelitian berdasarkan skor ideal.

Skor maksimal instrumen = Jumlah soal X skor skala besar

Skor minimal instrumen = Jumlah soal X skor skala terkecil

Mean Teoretis ( $\mu$ ) =  $\frac{1}{2}$  (Skor maksimal + Skor minimal)

Standar Deviasi Populasi ( $\sigma$ ) =  $\frac{1}{6}$  (Skor maksimal - Skor minimal)

**Tabel 3 9 Kategorisasi Skor *Subjective Well-Being***

| No. | Rentang Skor                | Kategorisasi |
|-----|-----------------------------|--------------|
| 1.  | $X \geq M + SD$             | Tinggi       |
| 2.  | $M - SD \leq X \leq M + SD$ | Sedang       |
| 3.  | $X < M - SD$                | Rendah       |

Tabel 3 10 Kategorisasi Skor *Subjective Well-Being*

| Skor Max | Skor Min | M  | SD | Rentang Skor         | Kategorisasi |
|----------|----------|----|----|----------------------|--------------|
| 165      | 33       | 99 | 22 | $X \geq 121$         | Tinggi       |
|          |          |    |    | $77 \leq X \leq 121$ | Sedang       |
|          |          |    |    | $X < 77$             | Rendah       |

Tabel 3 11 Interpretasi Gambaran Kategorisasi *Subjective Well-Being*

| Nilai                  | Kategorisasi         | Deskripsi   |
|------------------------|----------------------|---|
| $X \geq 121$           | Tinggi (puas)        | Peserta didik dapat menggambarkan bahwa dirinya puas terhadap kehidupan yang dijalannya, serta lebih sering merasakan emosi-emosi positif berdasarkan pengalaman menyenangkan saat menggunakan media sosial.  |
| $77 \leq X \leq M 121$ | Sedang (cukup puas)  | Peserta didik dapat menggambarkan bahwa dirinya cukup puas terhadap kehidupan yang dijalannya, serta dapat merasakan emosi positif berdasarkan pengalaman menyenangkan. Namun, tidak jarang dirinya tetap dapat merasakan emosi negatif berdasarkan pengalaman tidak menyenangkan saat menggunakan media sosial |
| $X < 77$               | Rendah (kurang puas) | Peserta didik menggambarkan bahwa dirinya kurang puas terhadap kehidupan yang dijalannya, serta lebih sering merasakan emosi-emosi negatif berdasarkan pengalaman yang tidak menyenangkan saat menggunakan media sosial.  |