

## **BAB III METODE PENELITIAN**

Bab III menguraikan metode penelitian. Pokok bahasan yang dipaparkan pada bagian ini meliputi desain penelitian, lokasi penelitian, populasi dan sampel penelitian, definisi operasional variabel, proses adaptasi instrumen, teknik pengumpulan data, analisis data, dan prosedur penelitian.

### **3.1. Desain Penelitian**

Desain penelitian yang digunakan adalah *One Group Pre-Post Test Design*. Pada desain ini, pengukuran variabel tergantung dari satu kelompok subjek (*pretest*), kemudian subjek diberi perlakuan yaitu pelaksanaan program bimbingan pribadi-sosial selama jangka waktu tertentu, setelah itu dilakukan pengukuran kedua (*posttest*), akhirnya hasil pengukuran pretest dibandingkan dengan hasil pengukuran posttest. *Pretest* dan *posttest* menggunakan instrumen kesejahteraan subjektif remaja. Desain penelitiannya dapat digambarkan sebagai berikut.

$$\boxed{O_1 \ X \ O_2}$$

**Gambar 3.1**  
**Rumus *One Group Pre test-Post test Design***

Keterangan:

O1 : Merupakan *Pretest*

X : Perlakuan/*treatment* program pribadi-sosial untuk mengembangkan kesejahteraan subjektif

O2 : Merupakan *Posttest*

#### **3.1.1. Pendekatan Penelitian**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif digunakan untuk mengetahui keefektifan kesejahteraan subjektif pada peserta didik kelas XI SMAN 8 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019. Data yang didapatkan diolah secara statistik dan

Auliyan Nisa Maulifiyyah, 2019

**PENGEMBANGAN KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF REMAJA MELALUI PROGRAM BIMBINGAN  
PRIBADI-SOSIAL**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

dideskripsikan untuk mengetahui kecenderungan kesejahteraan subjektif peserta didik kelas XI SMAN 8 Bandung kemudian menguji keefektifan program bimbingan pribadi-sosial untuk mengembangkan kesejahteraan subjektif.

### **3.1.2. Metode Penelitian**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode pra-eksperimen. Metode penelitian pra-eksperimen digunakan karena penelitian ini melibatkan kegiatan sehari-hari sehingga tidak memungkinkan mengontrol keseluruhan variabel yang dapat memengaruhi variabel bebas dan terikat secara ketat. Pra-eksperimen melibatkan pemilihan kelompok subjek. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan kelompok utuh dengan membandingkan nilai rata-rata kesejahteraan subjektif paling rendah dari 12 kelas XI di SMAN 8 Bandung.

### **3.2. Lokasi Penelitian**

Penelitian berlokasi di SMA Negeri 8 Bandung yang berlokasi di Jalan Solontongan No. 3, Turangga, Lengkong, Kota Bandung. Pemilihan lokasi dalam penelitian ini didasarkan atas subjek penelitian yaitu remaja atau peserta didik yang sedang menempuh jenjang pendidikan sekolah menengah atas di kota Bandung Tahun Ajaran 2018/2019 dan atas dasar hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti.

### **3.3. Populasi Penelitian dan Sampel Penelitian**

Populasi dalam penelitian ini adalah kesejahteraan subjektif. Adapun yang menjadi anggota populasi yaitu seluruh peserta didik kelas XI Tahun Ajaran 2018/2019 di SMA Negeri 8 Bandung. Populasi penelitian ditentukan menurut kriteria berikut.

- 1) Anggota penelitian adalah peserta didik kelas XI SMAN 8 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019.
- 2) Asumsi pemilihan peserta didik kelas XI SMAN 8 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019, yaitu:

- a. Peserta didik kelas XI berada pada rentang usia 15-17 tahun, menurut Mappiare (dalam Ali & Asrori, 2011, hlm. 9) remaja dengan rentang usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18 tahun berada pada masa remaja awal. Sehingga peserta didik kelas XI dapat dikategorikan berada pada masa remaja awal.
- b. Pada masa remaja awal, perkembangan emosinya menunjukkan sifat yang sensitif dan reaktif (kritis) yang sangat kuat terhadap berbagai peristiwa atau situasi sosial; emosinya sering bersifat negatif dan temperamental (Yusuf, 2009, hlm. 13). Emosi berkaitan dengan unsur afektif dalam dimensi kesejahteraan emosi pada kesejahteraan subjektif.
- c. Berkembang *social cognition* dan sikap konformitas pada masa remaja. *Social cognition* yaitu kemampuan memahami orang lain yang mendorong remaja untuk menjalin hubungan sosial. Konformitas yaitu kecenderungan untuk meniru, mengikuti opini, pendapat nilai, kebiasaan, kegemaran, atau keinginan individu lain (Yusuf, 2009, hlm. 13). Konformitas dan *social cognition* merupakan bagian aspek sosial perkembangan remaja yang berhubungan dengan dimensi kesejahteraan sosial pada kesejahteraan subjektif.
- d. Masa remaja juga merupakan saat berkembangnya *self-identity* (kesadaran akan identitas atau jati dirinya). Remaja yang dapat memenuhi identitas dirinya akan memiliki kepribadian yang sehat (Yusuf, 2009, hlm. 15). Identitas diri merupakan bagian dari aspek kepribadian perkembangan remaja yang berhubungan dengan dimensi kesejahteraan psikologis pada kesejahteraan subjektif.
- e. Peserta didik pada jenjang pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA) menurut tahap perkembangan kognitif Piaget (Ali & Asrori, 2011) sudah mencapai tahap operasional formal. Salah satu karakteristiknya yaitu individu mulai mampu mengintrospeksi diri sendiri, mencapai logika dan rasio serta dapat menggunakan abstraksi. Kondisi ini memungkinkan peserta didik dapat memahami dan memberikan jawaban yang sesuai keadaan diri sebenarnya berkenaan dengan konsep kesejahteraan subjektif.

Penentuan sampel diawali dengan menentukan kelompok penelitian melalui analisis data kecenderungan tingkat kesejahteraan subjektif peserta didik kelas XI SMAN 8 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019. Kecenderungan kesejahteraan subjektif dari 12 kelas XI SMAN 8 Bandung, diketahui bahwa kelas XI MIPA 9 memiliki rata-rata skor kesejahteraan subjektif paling rendah dibandingkan kelas lainnya.

**Tabel 3.1**  
**Kecenderungan Kesejahteraan Subjektif Peserta Didik**  
**Kelas XI SMAN 8 Bandung TA 2018/2019**

NO.	KELAS	RATA-RATA	KATEGORI
1.	XI MIPA 1	5,80	Sedang
2.	XI MIPA 2	6,37	Sedang
3.	XI MIPA 3	6,47	Sedang
4.	XI MIPA 4	6,22	Sedang
5.	XI MIPA 5	6,21	Sedang
6.	XI MIPA 6	5,96	Sedang
7.	XI MIPA 7	6,63	Sedang
8.	XI MIPA 8	6,33	Sedang
9.	XI MIPA 9	5,49	Sedang
10.	XI IPS 1	6,08	Sedang
11.	XI IPS 2	6,51	Sedang
12.	XI IPS 3	6,50	Sedang

Berdasarkan Tabel 3.1 di atas, kelas XI MIPA 9 dijadikan sampel penelitian atas dasar pertimbangan memiliki skor rata-rata kecenderungan kesejahteraan subjektif paling rendah yaitu sebesar 5,49.

#### 3.4. Definisi Operasional Variabel

Terdapat sebuah konsep utama yang perlu dibatasi dan dijelaskan secara operasional, yaitu kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) remaja. Adapun batasan operasional konsep kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) yaitu diungkapkan oleh berbagai tokoh dan ahli dari bidang psikologi (Diener, Lucas, & Oishi, 2005; Dush & Amato, 2005; Keyes & Magyar-Moe, 2003).

Diener, Lucas, dan Oishi (2005, hlm. 63) mendefinisikan kesejahteraan subjektif adalah evaluasi kognitif dan afektif individu terhadap kualitas kehidupannya. Evaluasi ini meliputi reaksi emosional terhadap kejadian serta penilaian kognitif terhadap kepuasan dan pemenuhan.

Menurut Dush & Amato (2005, hlm. 608), kesejahteraan secara relatif merupakan atribut yang merefleksikan seberapa tingkatan individu mengalami afeksi positif dan pandangan terhadap kehidupannya yang menyenangkan.

Tokoh lain, Keyes dan Magyar-Moe (2003, hlm. 411) mengungkapkan bahwa kesejahteraan subjektif terdiri dari dua domain yaitu kesejahteraan emosi (*emotional well-being*) dan fungsi positif (*positive functioning*). Kesejahteraan emosi merupakan dimensi spesifik dari kesejahteraan subjektif yang meliputi persepsi terhadap kebahagiaan yang diakui, kepuasan hidup, dan keseimbangan afeksi positif dengan afeksi negatif. Sementara itu, fungsi positif merupakan konstruk multidimensi yang terdiri dari kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) dan kesejahteraan sosial (*social well-being*).

Kesejahteraan emosi terdiri dari aspek afeksi positif (*positive affect*), afeksi negatif (*negative affect*), kepuasan hidup (*life satisfaction*) (Lucas, Diener, & Suh dalam Keyes & Magyar-Moe, 2003). Kesejahteraan psikologis terdiri dari aspek penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan perkembangan diri (*personal growth*) (Ryff & Keyes, 1995). Adapun kesejahteraan sosial terdiri dari aspek integrasi sosial (*social integration*), kontribusi sosial (*social contribution*), hubungan sosial (*social coherence*), penerimaan sosial (*social acceptance*), dan aktualisasi sosial (*social actualization*) (Keyes, 1998).

Merujuk pada pendapat beberapa ahli yang disebutkan di atas maka yang dimaksud kesejahteraan subjektif dalam penelitian ini adalah penilaian kognitif dan afektif peserta didik kelas XI SMA Negeri 8 Bandung terhadap kualitas hidupnya dalam tiga dimensi, kesejahteraan psikologis, kesejahteraan sosial, dan kesejahteraan emosi. Penilaian ini meliputi reaksi-reaksi emosional terhadap kejadian serta penilaian kognitif terhadap kepuasan dan pemenuhan fungsi-fungsi

positif individu. Penjelasan dari setiap aspek kesejahteraan subjektif peserta didik dapat dikemukakan dalam batasan ruang lingkup sebagai berikut.

#### **3.4.1 Dimensi Kesejahteraan Emosi**

Kesejahteraan emosi merupakan dimensi spesifik dari kesejahteraan subjektif yang terdiri dari afeksi positif, afeksi negatif, dan kepuasan hidup, Berikut penjelasan masing-masing aspek dimensi kesejahteraan emosi.

- 1) Aspek afeksi positif, yaitu mengalami gejala yang menunjukkan antusiasme dan riang.
- 2) Aspek afeksi negatif, yaitu adanya gejala yang menunjukkan merasa tidak ingin hidup dan merasa hidupnya tidak menyenangkan.
- 3) Aspek kepuasan hidup, yaitu merasakan kepuasan hati dan kedamaian dalam beberapa domain kehidupan seperti kesehatan; hubungan dengan orang tua, adik/ kakak, saudara, guru, dan teman; prestasi belajar; dan kehidupan secara menyeluruh.

#### **3.4.2 Dimensi Kesejahteraan Psikologis**

Kesejahteraan psikologis berfokus pada pandangan individu terhadap dirinya yang mengacu pada penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi/ kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan perkembangan diri. Berikut penjelasan masing-masing aspek dimensi kesejahteraan psikologis.

- 1) Aspek penerimaan diri, yaitu memiliki pandangan yang positif tentang diri, mengetahui dan menerima beragam aspek dalam diri, serta memandang positif kehidupan masa lalu.
- 2) Aspek hubungan positif dengan orang lain, yaitu memiliki hubungan yang hangat, memuaskan, dan saling mempercayai; cakap berempati, berbagi kasih sayang, dan berhubungan rukun; serta memahami hubungan antarindividu yang saling memberi dan menerima.
- 3) Aspek otonomi, yaitu memiliki keyakinan, kemandirian, dan pengaturan diri; menentang tekanan sosial dalam berpikir dan bertindak; dan mengevaluasi diri melalui standar-standar pribadi.

- 4) Aspek penguasaan lingkungan, yaitu merasa mampu mengatur lingkungan yang kompleks, dan memilih atau membuat komunitas yang sesuai dengan diri pribadi.
- 5) Aspek tujuan hidup, yaitu memiliki cita-cita dan arah hidup, menganggap masa lalu sebagai pelajaran, dan memegang keyakinan dalam mencapai tujuan dalam hidup.
- 6) Aspek perkembangan diri, yaitu memiliki keinginan untuk terus berkembang dan terbuka pada pengalaman baru serta merasa mengalami peningkatan pengetahuan dan merasa berhasil.

### **3.4.3 Dimensi Kesejahteraan Sosial**

Kesejahteraan sosial merupakan penilaian individu terhadap hubungannya dengan orang lain dan lingkungan, meliputi aspek penerimaan sosial, aktualisasi sosial, hubungan sosial, kontribusi sosial, dan integrasi sosial. Berikut penjelasan masing-masing aspek dimensi kesejahteraan sosial.

- 1) Aspek integrasi sosial, yaitu merasa menjadi bagian dari komunitas; berpikir bahwa anggota komunitas saling memiliki, merasa mendapat dukungan, dan berbagi kesamaan dengan komunitas.
- 2) Aspek kontribusi sosial, yaitu merasa memiliki sesuatu yang bernilai untuk diberikan kepada masyarakat; berpikir bahwa aktivitas sehari-hari dihargai oleh komunitas.
- 3) Aspek hubungan sosial, yaitu menganggap dunia sosial sebagai sesuatu yang dapat dimengerti, logis, dan dapat diramalkan; peduli dan tertarik pada masyarakat dan keadaannya.
- 4) Aspek penerimaan sosial, yaitu memiliki perilaku positif terhadap orang lain; memahami dan menerima orang lain, meskipun orang lain terkadang perilakunya rumit dan membingungkan.
- 5) Aspek aktualisasi sosial, yaitu peduli dan percaya bahwa masyarakat berkembang secara positif; berpikir bahwa masyarakat memiliki potensi berkembang secara positif.

### 3.5 Proses Adaptasi Instrumen

Instrumen kesejahteraan subjektif remaja diadaptasi dari instrumen yang disusun oleh *MacArthur Foundation Successful Midlife* (MIDUS) yang dikembangkan berdasarkan dimensi-dimensi dalam kesejahteraan subjektif menurut Keyes dan Magyar-Moe (2003). Adaptasi instrumen kesejahteraan subjektif remaja yang layak digunakan untuk mengungkap tingkat kesejahteraan subjektif peserta didik ditempuh melalui langkah-langkah berikut.

#### 3.5.1 Penentuan Jenis Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket. Angket (kuesioner) merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab (Sugiyono, 2012, hlm. 142). Merujuk pada instrumen kesejahteraan subjektif dari MIDUS, instrumen penelitian ini juga berupa angket yang terdiri dari sejumlah pernyataan tentang kondisi kesejahteraan subjektif individu.

Instrumen dari MIDUS menggunakan tiga skala pengukuran yang berbeda. Skala *Likert* dengan 5 pilihan jawaban untuk mengukur aspek afeksi negatif dan afeksi positif pada dimensi kesejahteraan emosi, yaitu: selalu (1), sering (2), kadang-kadang (3), jarang (4), dan tidak pernah (5). Skala *Thurstone* dengan 11 pilihan jawaban untuk mengukur kepuasan hidup, rentang skor dari 0 sampai 10, yaitu 0 menyatakan kemungkinan kondisi/ situasi terburuk dan 11 menyatakan kemungkinan kondisi/ situasi terbaik. Serta skala *Likert* dengan 7 pilihan jawaban untuk mengukur kesejahteraan psikologis dan kesejahteraan sosial, yaitu: sangat tidak setuju (1), tidak setuju (2), agak tidak setuju (3), tidak tahu (4), agak setuju (5), setuju (6), sangat setuju (7).

Skala pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada instrumen dari MIDUS akan tetapi skala yang digunakan pada penelitian ini tidak dibedakan, yaitu menggunakan skala *Thurstone* dengan pilihan jawaban dari angka 0 sampai dengan 10. Hal ini dilakukan untuk memudahkan analisis data. Skala *Thurstone* ialah skala yang disusun dengan memilih butir yang berbentuk



skala interval (Djaali & Muljono, 2008, hlm. 30). Adapun instrumen kesejahteraan subjektif pada penelitian ini terbagi atas tiga format angket.

### 1) Format A

Format A untuk mengetahui penilaian responden terhadap intensitas dirinya dalam mengalami perasaan positif (aspek afeksi positif) dan negatif (aspek afeksi negatif). Pada format A, rentang 0 sampai 10 yang menjadi pilihan jawaban mengandung makna bahwa angka 0 menunjukkan tidak pernah dan angka 10 menunjukkan selalu.

### 2) Format B

Format B untuk mengukur kepuasan hidup peserta didik. Pada format B, rentang 0 sampai 10 yang menjadi pilihan jawaban mengandung makna bahwa angka 0 menunjukkan kemungkinan terburuk kondisi tertentu dan angka 10 menunjukkan kemungkinan terbaik kondisi tertentu.

### 3) Format C

Format C untuk mengukur dimensi kesejahteraan psikologis dan dimensi kesejahteraan sosial yaitu penilaian responden terhadap pernyataan tentang sikap, pandangan, dan keberfungsian dirinya sebagai manusia dan bagian dari masyarakat. Pada format C, rentang 0 sampai 10 yang menjadi pilihan jawaban mengandung makna bahwa angka 0 menunjukkan sangat tidak setuju dan angka 10 menunjukkan sangat setuju.

## 3.5.2 Pengembangan Matriks Adaptasi Instrumen

Kuesioner Pengaturan Diri (*Self-Administered Questionnaire*) merupakan kuesioner yang digunakan dalam *National Survey of Midlife Development in the United States (MIDUS)* pada tahun 1995-1996. Kuesioner ini terdiri dari 20 bagian. Beberapa bagian menunjukkan dimensi-dimensi dalam kesejahteraan subjektif menurut Keyes dan Magyar-Moe (2003) yang dapat dijelaskan sebagai berikut.

- 1) Bagian A: kesehatan diri sendiri (*Your Health*), untuk mengukur pemahaman responden terhadap kondisi kesehatannya terdiri dari 46 pernyataan, yaitu A1-A46. Pada bagian ini, ada tiga aspek yang akan diukur dari dimensi kesejahteraan emosi, yaitu enam item afeksi positif, enam item afeksi negatif, dan satu item kepuasan hidup. Sesuai dengan pendapat dari Keyes dan Magyar-Moe (2003) tentang konsep kesejahteraan subjektif, hanya A1 (kepuasan hidup), A13 (afeksi negatif), dan A15 (afeksi positif) yang akan digunakan dalam penelitian ini.
- 2) Bagian F: keyakinan pribadi (*Personal Beliefs*), untuk mengukur keyakinan responden atas dirinya sendiri terdiri dari delapan pertanyaan, yaitu F1-F8. Pada bagian ini, ada enam aspek yang akan diukur dari dimensi kesejahteraan psikologis, yaitu masing-masing aspek terdiri dari tiga item. Sesuai dengan pendapat dari Keyes dan Magyar-Moe (2003) tentang konsep kesejahteraan subjektif, hanya F1a-F1r yang akan digunakan dalam penelitian ini.
- 3) Bagian K: keterlibatan dalam komunitas (*Community Involvement*), untuk mengukur keterlibatan responden dalam suatu komunitas tertentu terdiri dari 17 pertanyaan, yaitu K1-K17. Pada bagian ini, ada lima aspek yang akan diukur dari dimensi kesejahteraan sosial, yaitu masing-masing aspek terdiri dari tiga item. Sesuai dengan pendapat dari Keyes dan Magyar-Moe (2003) tentang konsep kesejahteraan subjektif, hanya K17 yang akan digunakan dalam penelitian ini.
- 4) Bagian T: riwayat hidup seutuhnya (*Life Overall*), untuk mengukur pandangan responden atas hidupnya secara menyeluruh terdiri dari lima pertanyaan, yaitu T1-T5. Pada bagian ini, ada satu aspek yang akan diukur dari dimensi kesejahteraan emosi, yaitu aspek kepuasan hidup terdiri dari satu item. Sesuai dengan pendapat dari Keyes dan Magyar-Moe (2003) tentang konsep kesejahteraan subjektif, hanya T1 (kepuasan hidup) yang akan digunakan dalam penelitian ini.
- 5) Subjek penelitian ini adalah remaja berusia 15-17 tahun, maka untuk aspek kepuasan hidup peneliti menambah enam item yang berkaitan dengan domain kehidupan peserta didik, yaitu hubungan dengan orang tua, kakak/adik,

saudara, guru, dan teman, dan prestasi di sekolah. Sehingga untuk aspek kepuasan hidup pada penelitian ini terdiri dari delapan item yaitu, enam item yang disusun oleh peneliti, dan dua item dari adaptasi instrumen MacArthur Foundation's Successful Midlife (satu item dari Bagian A yang berkaitan dengan kesehatan responden, satu item lain dari Bagian T yang berkaitan dengan kepuasan hidup responden secara keseluruhan atas hidupnya).

Berdasarkan uraian di atas, maka matriks adaptasi instrumen penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 3.2 berikut ini.

**Tabel 3.2**  
**Matriks Adaptasi Instrumen Kesejahteraan Subjektif**  
**(Sebelum Uji Kelayakan Instrumen)**

Dimensi	Aspek	Format	No. Item		$\Sigma$
			(+)	(-)	
Kesejahteraan Emosi	1.1. Afeksi positif	A	a,b,c,d, e,f,g	–	7
	1.2. Afeksi negatif		–	h,i,j,k,l ,m	6
	1.3. Kepuasan hidup	B	a,b,c,d, e,f,g,h	–	8
Kesejahteraan Psikologis	2.1. Penerimaan diri	C	1, 2	3	3
	2.2. Hubungan positif dengan orang lain		6, 7	4, 5, 8, 9	6
	2.3. Otonomi		11, 12	10	3
	2.4. Penguasaan lingkungan		13,14,15	–	3
	2.5. Tujuan hidup		16, 18	17	3
	2.6. Perkembangan diri		19,20,21	22	4
Kesejahteraan Sosial	3.1. Penerimaan sosial		23, 25	24	3
	3.2. Aktualisasi sosial		26	27, 28	3
	3.3. Kontribusi sosial		29	30, 31	3
	3.4. Hubungan sosial		34	32, 33	3
	3.5. Integrasi sosial		36, 37	35	3
<b>Jumlah</b>			<b>36</b>	<b>22</b>	<b>58</b>

### 3.5.3 Pengujian Kelayakan Instrumen

Pengujian kelayakan instrumen kesejahteraan subjektif dijabarkan pada beberapa proses, yaitu penimbangan, uji keterbacaan, uji validitas, dan uji reliabilitas.

### 1) Penimbangan

Setelah dialihbahasakan dan disesuaikan dengan karakteristik subjek penelitian oleh peneliti, instrumen kesejahteraan subjektif ditimbang kelayakan bahasa dan isinya oleh para pakar. Instrumen kesejahteraan subjektif yang digunakan pada penelitian ini sudah pernah diuji sebelumnya oleh pakar bahasa Indonesia, pakar bahasa Inggris, pakar pengukuran, dan pakar bimbingan dan konseling pada penelitian skripsi (Maulidiyyah, 2015). Sebagai pertimbangan kelayakan intrumen pada penelitian ini dilakukan kembali penimbangan oleh dua pakar bimbingan dan konseling yaitu Dr. Amin Budiamin, M.Pd., dan Dr. Nani M. Sugandhi, M.Pd., serta seorang pakar pengukuran yaitu Dr. Nurhudaya, M.Pd. Penimbangan kelayakan instrumen kesejahteraan subjektif ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kelayakan instrumen dari segi pengukuran, bahasa, konstruk, maupun materi.

Hasil penimbangan kelayakan instrumen oleh para pakar tersebut dijadikan sebagai landasan dalam penyempurnaan instrumen yang telah disusun. Secara lebih rinci, hasil penimbangan kelayakan instrumen dapat dilihat pada Tabel 3.3 berikut ini.

**Tabel 3.3**  
**Hasil Penimbangan Kelayakan Instrumen Kesejahteraan Subjektif**

<b>Format</b>	<b>Keterangan</b>	<b>No. Pernyataan</b>	<b>Jumlah</b>
A	Memadai	a, b, c, d, e, f, i, j, k, m	10
	Revisi	g, h, l	3
	Buang	-	-
B	Memadai	-	-
	Revisi	a, b, c, d, e, f, g, h	8
	Buang	-	-
C	Memadai	1, 2, 4, 8, 9, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 23, 26, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35,	26

		36, 37	
	Revisi	3, 5, 6, 7, 10, 11, 22, 24, 25, 27, 28	11
	Buang	-	-

## 2) Uji Keterbacaan

Uji keterbacaan dilakukan bertujuan untuk mengukur sejauh mana peserta didik dapat memahami instrumen yang digunakan dalam penelitian. Uji keterbacaan instrumen dilakukan kepada tiga peserta didik kelas X SMAN 8 Bandung yang bukan merupakan sampel dalam penelitian.

Berdasarkan hasil uji keterbacaan yang telah dilakukan, ada beberapa kata yang diperbaiki karena kurang dimengerti oleh peserta didik. Kata-kata tersebut antara lain seperti kata berkontribusi pada nomor pernyataan 31 format C diubah menjadi berperan, dan kata kompleks pada nomor pernyataan 32 format C yang diubah menjadi rumit.

## 3) Uji Validitas

Validitas atau kesahihan menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur mampu mengukur apa yang ingin diukur (Siregar, 2014, hlm. 75). Uji validitas instrumen dilakukan untuk mengetahui apakah hasil dari suatu pengukuran dapat menggambarkan segi atau aspek kesejahteraan subjektif remaja pada penelitian ini.

Pengolahan data dalam penelitian dilakukan dengan bantuan layanan *SPSS 16.0* dan pengujian validitas item dianalisis menggunakan prosedur pengujian Spearman Rho.

Hasil uji validitas instrumen kesejahteraan subjektif pada format A menunjukkan 12 butir pernyataan valid dari total 13 butir pernyataan. Tingkat signifikansi pada 0,584–0,717 yaitu nilai terendah 0,584 untuk butir pernyataan d dan tertinggi 0,717 untuk butir pernyataan g, dengan taraf kesalahan 1% ( $\rho < 0,01$ ).

Pada format B hasil uji validitas menunjukkan 8 butir dari jumlah total 8 pernyataan valid seluruhnya. Tingkat signifikansi pada 0,555–0,756 yaitu nilai terendah untuk butir pernyataan c dan tertinggi untuk butir pernyataan h, dengan

taraf kesalahan 1% ( $p < 0,01$ ). Seluruh pernyataan pada format B dinyatakan valid sehingga tidak ada butir pernyataan yang dihilangkan pada format B.

Pada format C menunjukkan 30 butir pernyataan valid dari total 37 butir pernyataan. Tingkat signifikansi pada 0,107–0,679 yaitu nilai terendah 0,107 untuk butir pernyataan 32 dan tertinggi 0,679 untuk butir pernyataan 31, dengan taraf kesalahan 5% ( $p < 0,05$ ).

Jadi, secara keseluruhan hasil uji validitas instrumen kesejahteraan subjektif menunjukkan 50 butir pernyataan valid dari total 58 butir pernyataan. Kedelapan butir pernyataan yang tidak valid yaitu pada format A butir pernyataan 12 dan format C butir pernyataan 13, 16, 17, 20, 21, 24, dan 34 harus dihilangkan. Matriks adaptasi instrumen kesejahteraan subjektif setelah uji validitas dapat dilihat dalam Tabel 3.4 berikut ini.

**Tabel 3.4**  
**Matriks Adaptasi Instrumen Kesejahteraan Subjektif**  
**(Setelah Uji Kelayakan Instrumen)**

<b>Dimensi</b>	<b>Aspek</b>	<b>Format</b>	<b>No. Item</b>	<b>Jumlah</b>
Kesejahteraan Emosi	Afeksi positif	A	a, b, c, d, e, f, g	7
	Afeksi negatif		h, i, j, k, m	5
	Kepuasan hidup	B	a, b, c, d, e, f, g, h	8
Kesejahteraan Psikologis	Penerimaan diri	C	1, 2, 3	3
	Hubungan positif dengan orang lain		4, 5, 6, 7, 8, 9	6
	Otonomi		10, 11, 12	3
	Penguasaan lingkungan		14, 15	2
	Tujuan hidup		18	1
	Perkembangan diri		19, 22	2
Kesejahteraan Sosial	Penerimaan sosial	C	23, 25	2
	Aktualisasi sosial		26, 27, 28	3
	Kontribusi sosial		29, 30, 31	3
	Hubungan sosial		32, 33	2
	Integrasi sosial		35, 36, 37	3
<b>Jumlah</b>				<b>50</b>

#### 4) Uji Reliabilitas

Reliabilitas bertujuan untuk mengetahui sejauh mana hasil pengukuran tetap konsisten, apabila dilakukan pengukuran dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama dengan menggunakan alat pengukur yang sama pula (Siregar, 2014, hlm. 87). Reliabilitas menunjukkan taraf keterpercayaan atau taraf konsistensi hasil ukur (Azwar, 2010, hlm. 95). Pengujian reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dengan memanfaatkan layanan program *SPSS 16.0*. Penentuan koefisien reliabilitas instrumen menggunakan kriteria interpretasi nilai  $r$  yang dapat dilihat pada Tabel 3.5 berikut.

**Tabel 3.5**  
**Kriteria Reliabilitas Instrumen**

Koefisien Reliabilitas	Kriteria
$0,90 \leq r \leq 1,00$	Sangat tinggi
$0,70 \leq r < 0,90$	Tinggi
$0,40 \leq r < 0,70$	Sedang
$0,20 \leq r < 0,40$	Rendah
$r < 0,20$	Sangat rendah

(Guilford dalam Suherman, 2003, hlm. 139)

Hasil uji reliabilitas instrumen kesejahteraan subjektif dapat dilihat pada Tabel 3.6 berikut ini.

**Tabel 3.6**  
**Hasil Uji Reliabilitas**

Cronbach's Alpha	N of items
0,909	50

Hasil uji reliabilitas instrumen kesejahteraan subjektif menunjukkan koefisien reliabilitas untuk alat ukur yaitu sebesar 0,909 atau berada pada kategori sangat tinggi. Dengan demikian instrumen penelitian ini reliabel dan layak digunakan dalam penelitian.

Adapun hasil uji reliabilitas ke-14 aspek kesejahteraan subjektif pada penelitian ini dan perbandingannya dengan reliabilitas pada instrumen asli MIDUS dapat dilihat pada Tabel 3.7 berikut ini.

**Tabel 3.7**  
**Reliabilitas Kesejahteraan Subjektif Berdasarkan Aspek**

Dimensi	Aspek	MIDUS (N=3.032)		Adaptasi (N=339)	
		Alpha	Ket.	Alpha	Ket.
Kesejahteraan Emosi	Afeksi positif	0,91	Sangat tinggi	0,907	Sangat Tinggi
	Afeksi negatif	0,87	Tinggi	0,862	Tinggi
	Kepuasan hidup	0,65	Sedang	0,876	Tinggi
Kesejahteraan Psikologis	Penerimaan diri	0,59	Sedang	0,520	Sedang
	Hubungan positif dengan orang lain	0,58	Sedang	0,575	Sedang
	Otonomi	0,48	Sedang	0,205	Rendah
	Penguasaan lingkungan	0,52	Sedang	0,697	Sedang
	Tujuan hidup	0,36	Rendah	0,032	Sangat Rendah
	Perkembangan diri	0,55	Sedang	0,313	Rendah
Kesejahteraan Sosial	Penerimaan sosial	0,42	Sedang	0,304	Rendah
	Aktualisasi sosial	0,64	Sedang	0,185	Sangat Rendah
	Kontribusi sosial	0,67	Sedang	0,600	Sedang
	Hubungan sosial	0,65	Sedang	0,411	Sedang
	Integrasi sosial	0,73	Tinggi	0,454	Sedang

### 3.6 Teknik Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket, yaitu “sejumlah pertanyaan/ pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui” (Arikunto, 2006), untuk mengungkap kesejahteraan subjektif.

Angket pada awalnya berisi 58 butir pernyataan yang terbagi ke dalam tiga format, yaitu format A yang terdiri dari 13 item, format B yang terdiri dari 8 item, dan format C yang terdiri dari 37 item. Setelah dilakukan uji validitas, terdapat delapan item yang tidak valid dan harus dibuang yaitu butir pernyataan 12 pada format A dan butir pernyataan 13, 16, 17, 20, 21, 24, dan 34 pada format C. Sehingga kuesioner yang disebarkan terdiri dari 50 butir pernyataan pernyataan yang terbagi ke dalam tiga format, yaitu format A yang terdiri dari 12 item, format B yang terdiri dari 8 item, dan format C yang terdiri dari 30 item.

Auliyah Nisa Maulifiyyah, 2019

**PENGEMBANGAN KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF REMAJA MELALUI PROGRAM BIMBINGAN PRIBADI-SOSIAL**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu



### **3.7 Analisis Data**

Data penelitian yang diperoleh merupakan data tentang kesejahteraan subjektif peserta didik. Data penelitian dianalisis berdasarkan langkah-langkah sebagai berikut.

#### **3.7.1 Verifikasi**

Verifikasi data dilakukan untuk memeriksa kelengkapan jumlah angket sebelum dan sesudah disebarkan kepada responden. Pemeriksaan kelengkapan dilakukan juga pada kelengkapan identitas diri yang dibutuhkan dalam penelitian, kesesuaian nama responden dengan kelas yang diteliti, serta kelengkapan jawaban yang diisi responden dengan jumlah pernyataan yang ada dalam instrumen penelitian. Berdasarkan pertimbangan verifikasi data, dari jumlah responden sebanyak 350 peserta didik, sebanyak 11 responden dinyatakan tidak/ kurang lengkap sehingga jumlah responden yang berhak diolah yaitu 339 peserta didik.

#### **3.7.2 Penyekoran**

Jenis data yang diperoleh dari pengukuran instrumen ini ialah data interval. Pada pernyataan yang positif, peserta didik diberi skor 10 jika memilih pilihan yang selalu/ kondisi terbaik/ sangat setuju dengan pernyataan, dan peserta didik diberikan skor 0 jika memilih respon pernyataan yang tidak pernah/ kondisi terburuk/ sangat tidak setuju dengan pernyataan angket. Sedangkan untuk pernyataan negatif peserta didik diberi skor 0 jika memilih pilihan respon yang selalu/ kondisi terbaik/ sangat setuju dengan pernyataan, dan peserta didik diberikan skor 10 jika memilih pilihan respon tidak pernah/ kondisi terburuk/ sangat tidak setuju dengan pernyataan angket.

#### **3.7.3 Pengelompokkan**

Data yang diperoleh dari hasil penyebaran instrumen kesejahteraan subjektif kemudian diolah dengan menetapkan tiga kategori kecenderungan kesejahteraan subjektif peserta didik, yaitu kategori tinggi, sedang, rendah yang

dikonversikan dengan menggunakan batas lulus ideal. Adapun analisis kecenderungan kesejahteraan subjektif peserta didik dilakukan melalui langkah-langkah sebagai berikut.

- 1) Menentukan skor maksimal, skor minimal, median, modus, dan simpangan baku yang diperoleh peserta didik pada setiap aspek, dimensi dan variabel kesejahteraan subjektif.
- 2) Menentukan rata-rata yang diperoleh peserta didik pada setiap aspek. Rata-rata diperoleh dengan cara membagi jumlah skor pernyataan-pernyataan pada aspek tertentu dengan banyaknya butir pernyataan aspek tertentu.
- 3) Menentukan rata-rata yang diperoleh peserta didik pada setiap dimensi. Rata-rata diperoleh dengan cara membagi jumlah rata-rata aspek pada dimensi tertentu dengan banyaknya aspek pada dimensi tertentu. Khusus untuk dimensi kesejahteraan emosi yang meliputi aspek afeksi positif, afeksi negatif, dan kepuasan hidup; rata-rata aspek afeksi negatif yang digunakan yaitu rata-rata dari data skor afeksi negatif yang sudah dibalik kode penyekorannya. Hal ini didasari oleh konsep kesejahteraan subjektif, yang menyebutkan rendahnya afeksi negatif menunjukkan tingginya kesejahteraan emosi.
- 4) Menentukan rata-rata yang diperoleh peserta didik pada variabel kesejahteraan subjektif. Rata-rata diperoleh dengan cara membagi jumlah rata-rata dimensi-dimensi kesejahteraan subjektif dengan banyaknya dimensi kesejahteraan subjektif.
- 5) Mengelompokkan data menjadi tiga kategori dengan pedoman batas lulus ideal berikut.
  - a. Kembali pada skala pengukuran, rentang skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 0 sampai 10. Maka skor maksimal ideal yaitu 10.
  - b. Menentukan Mean Ideal (MI) dan Standar Deviasi Ideal (SDI) dengan rumus:

$$MI = \frac{1}{2} \times \text{skor maksimal ideal}$$

$$SDI = \frac{1}{3} \times MI$$

$$MI = \frac{1}{2} \times 10 = 5$$

$$SDI = \frac{1}{3} \times 5 = 1,67$$

(Nurkencana & Sunartana, 1990, hlm. 97)

Berdasarkan perhitungan di atas, maka pembagian kategori kecenderungan kesejahteraan subjektif peserta didik dapat dilihat pada Tabel 3.8.

**Tabel 3.8**  
**Kategorisasi Kecenderungan Kesejahteraan Subjektif Peserta Didik**

No.	Kriteria	Kategori
1.	$(MI+ 1,0 SDI) \leq X$	Tinggi
2.	$(MI - 1,0 SDI) \leq X < (MI+ 1,0 SDI)$	Sedang
3.	$X < (MI - 1,0 SDI)$	Rendah

(Azwar, 2010, hlm. 109)

Kriteria kategorisasi dan karakteristik responden yang termasuk dalam kategori tinggi, sedang, dan rendah, disajikan dalam Tabel 3.9 berikut.

**Tabel 3.9**  
**Kategori Tingkat Kecenderungan Kesejahteraan Subjektif Peserta Didik**

Rentang Skor	Kategori	Kualifikasi
$6,67 \leq X$	Tinggi	Peserta didik sudah memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi atau menilai positif kualitas hidup dirinya dalam dimensi kesejahteraan emosi, kesejahteraan psikologis, dan kesejahteraan sosial. Hal tersebut menggambarkan bahwa peserta didik sering mengalami afeksi positif, rendahnya afeksi negatif, merasa sangat puas dengan hidupnya, memahami dan menerima dirinya dengan sangat baik, mampu membangun hubungan positif dengan orang lain, memiliki sikap kemandirian, mampu menguasai dan mengatur lingkungannya, memiliki tujuan hidup yang jelas, memandang penting dan siap berkembang menjadi lebih baik, dapat menerima lingkungan sosialnya, meyakini potensi masyarakat, merasa dihargai lingkungannya, memiliki kepedulian terhadap perkembangan yang terjadi pada masyarakat, dan merasa memiliki keterikatan dengan komunitas.
$3,33 \leq X < 6,66$	Sedang	Peserta didik sudah memiliki kesejahteraan subjektif yang sedang atau memiliki penilaian yang cukup positif terhadap kualitas hidup dirinya dalam dimensi kesejahteraan emosi, kesejahteraan psikologis, dan kesejahteraan sosial. Hal tersebut menggambarkan bahwa peserta didik sering mengalami afeksi positif dan juga sering mengalami afeksi negatif, cukup puas dengan hidupnya, cukup memahami dan menerima dirinya,

Rentang Skor	Kategori	Kualifikasi
		kurang mampu membangun hubungan positif dengan orang lain, cukup mandiri, kurang mampu menguasai dan mengatur lingkungannya, memiliki tujuan hidup, memandang penting dan memiliki keinginan berkembang menjadi lebih baik, cukup mampu menerima lingkungan sosialnya, kurang yakin terhadap potensi masyarakat, merasa cukup dihargai lingkungannya, kurang memiliki kepedulian terhadap perkembangan yang terjadi pada masyarakat, dan kurang merasa terikat dengan komunitas dan masyarakat.
$X < 3,33$	Rendah	Peserta didik memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah atau menilai negatif kualitas hidup dirinya dalam dimensi kesejahteraan emosi, kesejahteraan psikologis, dan kesejahteraan sosial. Hal tersebut menggambarkan bahwa peserta didik jarang mengalami afeksi positif, lebih sering mengalami afeksi negatif, tidak puas dengan hidupnya, belum memahami dan menerima dirinya, belum mampu membangun hubungan positif dengan orang lain, tidak mandiri, belum mampu menguasai dan mengatur lingkungannya, tidak memiliki tujuan hidup yang jelas, belum memandang penting dan belum memiliki keinginan berkembang, belum mampu menerima lingkungan sosialnya, tidak yakin terhadap potensi masyarakat, merasa tidak dihargai lingkungannya, tidak memiliki kepedulian terhadap perkembangan yang terjadi pada masyarakat, dan tidak merasa terikat dengan komunitas dan masyarakat.

### 3.7.4 Pengujian Efektivitas

Pengujian efektivitas program bimbingan pribadi-sosial untuk mengembangkan kesejahteraan subjektif dilakukan untuk menguji hipotesis. Pengujian efektivitas menggunakan uji beda *T Paired Test*. Uji *T Paired* yaitu uji beda parametris pada dua data yang berpasangan dengan tujuan untuk membandingkan perbedaan rata-rata dua kelompok berpasangan yaitu sumber data berasal dari subjek yang sama, dalam penelitian ini yaitu rata-rata kesejahteraan subjektif kelas XI MIPA 9 pada Pretest dan Posttest.

Sebelum menggunakan uji *T Paired*, data subjek penelitian dilakukan uji normalitas terlebih dahulu dengan uji normalitas Shapiro Wilk. Uji normalitas

dilakukan karena salah satu syarat uji *T Paired* adalah data yang berdistribusi normal.

Jika nilai  $p > 5\%$  maka  $H_0$  diterima;  $H_a$  ditolak

Jika nilai  $p < 5\%$  maka  $H_0$  ditolak;  $H_a$  diterima

Hipotesisnya yaitu:

$H_0$  : populasi kesejahteraan subjektif remaja berdistribusi normal.

$H_a$  : populasi kesejahteraan subjektif remaja tidak berdistribusi normal.

Setelah uji normalitas, prosedur yang dilakukan untuk mengembangkan kesejahteraan subjektif dilakukan dengan pengujian hipotesis statistik dengan uji *T Paired*. Adapun hipotesis statistik yang diuji pada penelitian ini adalah:

$H_0: \mu_1 = \mu_2$

Artinya: Tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kesejahteraan subjektif peserta didik antara sebelum dan sesudah mendapatkan program bimbingan pribadi-sosial.

$H_1: \mu_1 \neq \mu_2$

Artinya: Terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kesejahteraan subjektif peserta didik antara sebelum dan sesudah mendapatkan program bimbingan pribadi-sosial.

Titik kritis atau tingkat kepercayaan 95%, daerah kritis  $db = 21$  ( $db = n-1$ ),  $t$  hitung dengan rumus sebagai berikut.

$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2} - 2r\left(\frac{s_1}{\sqrt{n_1}}\right)\left(\frac{s_2}{\sqrt{n_2}}\right)}}$	<p><b>KETERANGAN :</b></p> <p><math>\bar{x}_1</math> = Rata-rata sampel 1</p> <p><math>\bar{x}_2</math> = Rata-rata sampel 2</p> <p><math>s_1</math> = Simpangan baku sampel 1</p> <p><math>s_2</math> = Simpangan baku sampel 2</p>
<p><math>s_1^2</math> = Varians sampel 1</p> <p><math>s_2^2</math> = Varians sampel 2</p> <p><math>r</math> = Korelasi antara dua sampel</p>	

Jika  $\text{Sig.} \geq 0.05$  maka  $H_0$  diterima

Jika  $\text{Sig.} < 0.05$  maka  $H_0$  ditolak

Pengujian hipotesis dengan menghitung skor kesejahteraan subjektif pada kelas eksperimen sebelum diberikan perlakuan dengan sesudah diberikan perlakuan. Analisis skor dilakukan dengan menggunakan uji statistik parametrik *t test paired* dengan menggunakan bantuan SPSS 16.00.

### **3.8 Prosedur Penelitian**

Prosedur yang ditempuh dalam penelitian keenderungan kesejahteraan subjektif peserta didik meliputi 3 tahap yaitu persiapan, pelaksanaan, dan pelaporan.

#### **3.8.1 Tahap Persiapan**

Langkah-langkah yang dilakukan pada tahap persiapan yaitu, menyusun proposal dan mempresentasikannya, menyerahkan proposal kepada ketua dewan tesis, calon dosen pembimbing serta ketua Prodi Psikologi Pendidikan dan Bimbingan untuk mendapatkan persetujuan dan pengesahan, kemudian membuat permohonan Surat Keputusan (SK) pengangkatan dosen pembimbing tesis pada tingkat fakultas, dan mengajukan permohonan izin penelitian dari universitas untuk disampaikan kepada Prodi Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Sekolah Pascasarjana, serta SMA Negeri 8 Bandung.

#### **3.8.2 Tahap Pelaksanaan**

Setelah mempersiapkan kajian teori dan perizinan, peneliti melaksanakan penelitian yang terdiri dari langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) Peneliti membuat definisi operasional variabel, mengkaji dan mengadaptasi instrumen penelitian kesejahteraan subjektif, kemudian diuji kelayakannya oleh para ahli baik dari segi kontruk, bahasa, maupun isi.
- 2) Mengumpulkan data melalui penyebaran instrumen kesejahteraan subjektif kepada peserta didik kelas XI SMAN 8 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019.
- 3) Mengolah dan menganalisis data tentang kecenderungan kesejahteraan subjektif peserta didik kelas XI SMAN 8 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019.
- 4) Menentukan kelompok subjek penelitian.
- 5) Melaksanakan program bimbingan pribadi-sosial untuk mengembangkan kesejahteraan subjektif peserta didik.
- 6) Menganalisis keefektifan program bimbingan pribadi-sosial untuk mengembangkan kesejahteraan subjektif peserta didik kelas XI SMAN 8 Bandung.

### **3.8.3 Tahap Pelaporan**

Pada tahap akhir, peneliti membuat kesimpulan dan rekomendasi dari hasil penelitian. Pada tahap pelaporan ini, peneliti mengkonsultasikan laporan akhir penelitian kepada dosen pembimbing.