

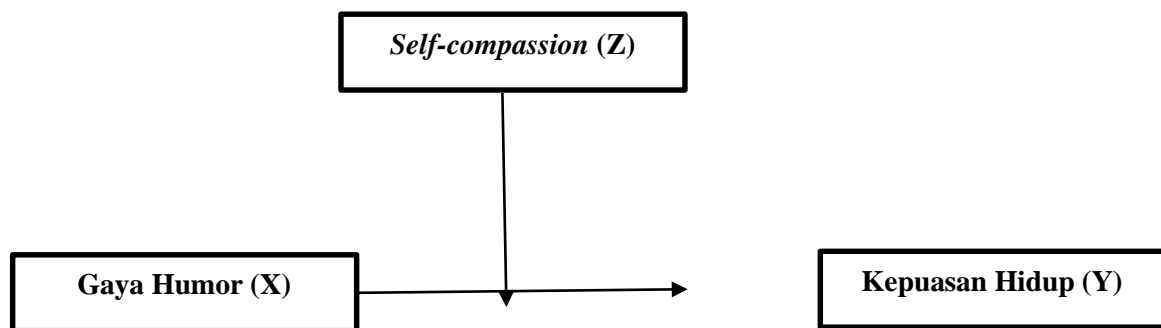
BAB III

METODE PENELITIAN

Bab ini merupakan uraian yang berisi desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, variabel penelitian serta definisi operasional, teknik pengambilan data, instrumen penelitian, prosedur penelitian, dan teknik analisis data terkait penelitian yang dilakukan.

A. Desain Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode pendekatan kuantitatif dengan menggunakan analisis korelasional. Penelitian ini mengkorelasikan antara variabel gaya humor (X), *self-compassion* (Z) dan kepuasan hidup (Y). Adapun model hubungan antar variabel dalam penelitian ini adalah:



Gambar 3.1. Bagan desain penelitian

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini merupakan mahasiswa yang berkuliah di Kota Bandung. Berdasarkan data yang terdapat di BPS Kota Bandung, hasil rekap data pada tahun 2018 terdapat 206.112 mahasiswa dari berbagai universitas di Kota Bandung (BPS Kota Bandung, 2019).

2. Sampel

Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan *incidental sampling*. *Incidental sampling* merupakan teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan/insidental bertemu dengan peneliti, bila orang tersebut sesuai dengan kriteria sampel maka dapat menjadi

responden dalam penelitian ini. Karakteristik sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang berkuliah di Kota Bandung. Dalam menentukan jumlah sampel penelitian, peneliti menggunakan tabel penentuan jumlah sampel dari populasi tertentu yang dikembangkan oleh Issac dan Michael (Sugiyono, 2011). Penelitian ini menggunakan jumlah sampel dalam populasi dengan tingkat kesalahan 5%, yang berarti kepercayaan sampel pada populasi adalah 95%.

Berdasarkan data yang diperoleh dari BPS Kota Bandung (2019), bahwa jumlah populasi mahasiswa yang berada di Kota Bandung berjumlah 206.112 jiwa. Maka untuk menentukan sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini menggunakan rumus slovin Sugiyono (2011), adalah berikut:

$$\frac{N}{1 + (N \times e^2)}$$

Keterangan: e = jumlah sampel

N = jumlah seluruh anggota populasi

Perhitungan penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

$$\frac{206112}{1 + (206112 \times 0,05^2)}$$

Berdasarkan perhitungan tersebut maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 399,2252. Maka peneliti menentukan jumlah sampel sebanyak 400 responden.

C. Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat tiga variabel, yaitu variabel X sebagai variabel *independent* dan Z sebagai variabel *moderator*, serta variabel Y sebagai variabel *dependent*, dengan uraian sebagai berikut:

X: Gaya Humor

Z: *Self-Compassion*

Y: Kepuasan Hidup

D. Definisi Operasional

1. Gaya Humor

Gaya humor merupakan gaya atau tipe humor yang kerap dilontarkan mahasiswa. Gaya humor terdiri dari *affiliative humor*, *self-enhance humor*, *aggressive humor*, dan *self-defeating humor*. Hal tersebut dapat diukur menggunakan instrumen yang disusun oleh Martin et al. (2003), yaitu *Humor Style Questioner (HSQ)*.

2. Kepuasan Hidup

Kepuasan hidup merupakan ukuran tinggi rendahnya nilai yang terkait dengan aspek kognitif dalam menerima kondisi hidup dewasa awal. Hal tersebut dapat diukur menggunakan instrumen yang disusun oleh Diener et al. (1985), yaitu *The Satisfaction with Life Scale (SWLS)*.

3. Self-compassion

Kepuasan hidup merupakan ukuran tinggi rendahnya nilai yang terkait dengan kecintaan seseorang pada dirinya sendiri. Hal tersebut mencakup *selfkindness*, *common humanity*, *mindfulness*. Hal tersebut dapat diukur menggunakan instrumen yang disusun oleh , yaitu *Self-Compassion Scale (SCS)*.

E. Teknik Pengambilan Data

Penelitian ini menggunakan kuesioner sebagai teknik pengambilan data dari responden. Kuesioner dalam penelitian ini dibagi menjadi empat bagian, yaitu identitas responden, kuesioner gaya humor, kuesioner kepuasan hidup dan kuesioner *self-compassion*.

Seluruh data dalam kuesioner dijaring secara online, hal ini dilakukan melihat kondisi pandemi yang tidak memungkinkan untuk bertemu secara langsung dan berdasarkan pertimbangan pihak rektor dan dosen pembimbing. Kuesioner dalam penelitian ini

merupakan kuesioner online dari *google* yaitu *google form*. Responden dapat mengakses kuesioner melalui tautan <https://bit.ly/SkripsiRizqi>. Kuesioner disebarakan melalui berbagai sosial media seperti *facebook*, *twitter*, *line* dan *whatsapp*. Penyebaran kuesioner dilakukan dari tanggal 26 Mei 2020 sampai tanggal 17 Juni 2020 dengan partisipan sebanyak 807 responden.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari tiga skala pengukuran, yaitu gaya humor, kepuasan hidup dan *self-compassion*.

1. Instrumen Gaya Humor

a. Spesifikasi Instrumen *Humor Style Questioneer* (HSQ)

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen *Humor Style Questioneer* (HSQ) dirancang oleh Martin et al. (2003), yang memiliki reliabilitas sebesar $\alpha = .82$. Untuk penelitian ini, instrumen diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia. Skala ini dirancang untuk menilai gaya humor pada mahasiswa. HSQ terdiri atas 32 item. Instrumen ini berbentuk skala likert dengan 5 alternatif jawaban. Angka 1 untuk menunjukkan pernyataan dalam setiap item sangat tidak sesuai dengan keadaan diri responden dan angka 5 untuk menunjukkan pernyataan dalam setiap item sangat sesuai dengan keadaan diri responden.

b. Skoring Instrumen

Setiap pertanyaan dalam *Humor Style Questioneer* terdiri atas lima alternatif jawaban yang dapat dipilih oleh responden, yaitu 1 (Sangat Tidak Sesuai), 2 (Tidak Sesuai), 3 (Cukup Sesuai), 4 (Sesuai) dan 5 (Sangat Sesuai). Skor untuk masing-masing pilihan jawaban dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3.1. Skoring Instrumen HSQ

Jenis Item	Pilihan Jawaban				
	Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Cukup Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai
<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5
<i>Unfavorable</i>	5	4	3	2	1

c. Kisi-kisi Instrumen

Berikut adalah kisi-kisi instrumen *Humor Style Questioneer*:

Tabel 3.2. Kisi-kisi Instrumen HSQ

No	Dimensi	Nomor Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Affiliative humor</i>	5, 13, 21	1, 9, 17, 26, 29	8
2	<i>Self-Enhancing humor</i>	2, 6, 10, 14, 18, 26, 30	22	8
3	<i>Aggressive Humor</i>	3, 7, 11, 19, 27	15, 23, 31	8
4	<i>Self-defeating humor</i>	4, 8, 12, 20, 24, 28, 32	16	8
Jumlah				32

d. Kategorisasi Skor

Kategorisasi skor dalam penelitian ini menggunakan rumus dua level. Berdasarkan kategorisasi skor yang ditentukan pada perhitungan statistika, yaitu kategori dibagi menjadi 2 yaitu tinggi dan rendah. Berikut ini merupakan perhitungan untuk menentukan ketegorisasi skor:

Tabel 3.3. Kategorisasi Skor Instrumen HSQ

Kategorisasi	Kriteria/Norma	Skor T
Tinggi	$X \geq \mu$ (rata-rata populasi)	$T \geq 50$
Rendah	$X < \mu$ (rata-rata populasi)	$T < 50$

Keterangan : X = Jumlah nilai gaya humor partisipan
 μ = Rata-rata populasi

e. Interpretasi Kategori Skor

Skor yang telah diperoleh sampel dikategorikan atau dikelompokkan menjadi dua kategori yaitu kategori tinggi dan kategori rendah. Berikut makna dari kategorisasi skor tersebut:

1) Kategori rendah

Responden dengan nilai rendah pada *affiliative humor* berarti kurang dapat mengekspresikan humornya cenderung pasif dalam merespon humor. *Self-enhancing humor* yang rendah artinya responden tidak memandang kehidupan dengan sudut pandang humor. Kemudian pada *aggressive humor*, jika individu tersebut memiliki nilai yang tinggi, maka gaya humornya

cenderung sarkastik dan tidak memerdulikan perasaan orang lain. *Self-defeating humor* yang rendah berarti individu tersebut tidak menjadikan dirinya bahan candaan dalam menghibur orang lain.

2) Kategori tinggi

Pada *affiliative humor* yang tinggi berarti responden dapat merespon humor yang baik dan seorang yang mudah melontarkan candaan. *Self-enhancing humor* yang tinggi memiliki arti kalau responden dapat memandang kehidupan dalam sudut pandang yang lucu. *Aggressive humor* yang rendah berarti individu tersebut tidak memiliki kecenderungan melontarkan humor yang menyakiti perasaan orang lain. *Self-defeating humor* yang tinggi menggambarkan kalau responden merupakan seseorang yang memiliki kecenderungan merendahkan diri atau menjadikan dirinya sebagai bahan lelucon untuk menghibur orang lain.

2. Instrumen Kepuasan Hidup

a. Spesifikasi Instrumen *The Satisfaction with Life Scale* (SWLS)

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen *The Satisfaction with Life Scale* (SWLS) yang telah dimodifikasi oleh Pratama (2017), berdasarkan alat ukur milik Diener (Diener et al., 1985). Memiliki reliabilitas sebesar $\alpha = .733$. Skala ini dirancang untuk menilai tingkatan kepuasan hidup individu pada mahasiswa. SWLS terdiri atas 5 item. Instrumen ini berbentuk skala likert dengan 5 alternatif jawaban. Angka 1 untuk menunjukkan pernyataan dalam setiap item sangat tidak sesuai dengan keadaan diri responden dan angka 5 untuk menunjukkan pernyataan dalam setiap item sangat sesuai dengan keadaan diri responden.

b. Skoring Instrumen

Setiap pertanyaan dalam *The Satisfaction with Life Scale* terdiri atas lima alternatif jawaban yang dapat dipilih oleh responden, yaitu 1 (Sangat Tidak Sesuai), 2 (Tidak Sesuai), 3 (Cukup Sesuai), 4 (Sesuai) dan 5 (Sangat Sesuai). Skor untuk masing-masing pilihan jawaban dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3.4. Skoring Instrumen SWLS

Jenis Item	Pilihan Jawaban
------------	-----------------

	Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Cukup Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai
<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5
<i>Unfavorable</i>	5	4	3	2	1

c. Kisi-kisi Instrumen

Berikut adalah kisi-kisi instrumen *The Satisfaction with Life Scale*:

Tabel 3.5. Kisi-kisi Instrumen SWLS

No	Nomor Item		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	1, 2, 3, 4, 5	-	5
Jumlah			5

d. Kategorisasi Skor

Kategorisasi skor dalam penelitian ini menggunakan rumus dua level. Berdasarkan kategorisasi skor yang ditentukan pada perhitungan statistika, yaitu kategori dibagi menjadi 2 yaitu tinggi dan rendah. Berikut ini merupakan perhitungan untuk menentukan ketegorisasi skor:

Tabel 3.6. Skoring Instrumen SWLS

Kategorisasi	Kriteria/Norma	Skor T
Tinggi	$X \geq \mu$ (rata-rata populasi)	$T \geq 50$
Rendah	$X < \mu$ (rata-rata populasi)	$T < 50$

Keterangan : X = Jumlah nilai kepuasan hidup partisipan
 μ = Rata-rata populasi

e. Interpretasi Kategori Skor

Skor yang telah diperoleh sampel dikategorikan atau dikelompokkan menjadi dua kategori yaitu kategori tinggi dan kategori rendah. Berikut makna dari kategorisasi skor tersebut:

1) Kategori rendah

Responden yang memiliki kategori rendah adalah mahasiswa yang memiliki hidup yang tidak ideal, tidak memiliki kondisi hidup yang mengagumkan, tidak tertarik dengan kehidupan yang dijalani, gagal mendapat hal yang diinginkan dalam hidup, tidak memiliki keinginan mengubah sesuatu dalam hidup.

2) Kategori tinggi

Responden yang memiliki kategori tinggi adalah mahasiswa yang memiliki hidup yang ideal, memiliki kondisi hidup yang mengagumkan, memiliki ketertarikan dengan kehidupan yang dijalani, berhasil mendapat hal yang diinginkan dalam hidup, memiliki keinginan mengubah sesuatu dalam hidup.

3. Instrumen Penelitian *Self-compassion*

a. Spesifikasi Instrumen *Self-Compassion Scale* (SCS)

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen *Self-Compassion Scale* (SCS) yang telah dimodifikasi oleh Galiesta (2017), berdasarkan alat ukur milik Neff (Neff, 2003). Memiliki reliabilitas sebesar $\alpha = .83$. Skala ini dirancang untuk menilai tingkatan *self-compassion* pada mahasiswa. SCS terdiri atas 23 item. Instrumen ini berbentuk skala likert dengan 5 alternatif jawaban. Angka 1 untuk menunjukkan pernyataan dalam setiap item sangat tidak sesuai dengan keadaan diri responden dan angka 5 untuk menunjukkan pernyataan dalam setiap item sangat sesuai dengan keadaan diri responden.

b. Skoring Instrumen

Setiap pertanyaan dalam *Self-Compassion Scale* (SCS) terdiri atas lima alternatif jawaban yang dapat dipilih oleh responden, yaitu 1 (Sangat Tidak Sesuai), 2 (Tidak Sesuai), 3 (Cukup Sesuai), 4 (Sesuai) dan 5 (Sangat Sesuai). Skor untuk masing-masing pilihan jawaban dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3.7. Skoring Instrumen SCS

Jenis Item	Pilihan Jawaban				
	Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Cukup Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai
<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5
<i>Unfavorable</i>	5	4	3	2	1

c. Kategorisasi Skor

Kategorisasi skor dalam penelitian ini menggunakan rumus dua level. Berdasarkan kategorisasi skor yang ditentukan pada perhitungan statistika, yaitu kategori dibagi menjadi 2 yaitu tinggi dan rendah. Berikut ini merupakan perhitungan untuk menentukan ketegorisasi skor:

Tabel 3.8. Skoring Instrumen SCS

Kategorisasi	Kriteria/Norma	Skor T
Tinggi	$X \geq \mu$ (rata-rata populasi)	$T \geq 50$
Rendah	$X < \mu$ (rata-rata populasi)	$T < 50$

Keterangan : X = Jumlah nilai *self-compassion* partisipan
 μ = Rata-rata populasi

d. Kisi-kisi Instrumen

Berikut adalah kisi-kisi instrumen *Self-Compassion Scale*:

Tabel 3.9. Skoring Instrumen SCS

No	Dimensi	Nomor Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Self-kindness</i>	4, 10, 16, 20, 23	-	5
2	<i>Self-judgement</i>	-	1, 9, 15, 18	4
3	<i>Common humanity</i>	6, 8, 13	-	3
4	<i>Isolation</i>	-	3, 11, 22	3
5	<i>Mindfulness</i>	7, 12, 14, 19	-	4
6	<i>Overidentification</i>	-	2, 5, 17, 21	4
Jumlah				23

e. Interpretasi Kategori Skor

Skor yang telah diperoleh sampel dikategorikan atau dikelompokkan menjadi dua kategori yaitu kategori tinggi dan kategori rendah. Berikut makna dari kategorisasi skor tersebut:

1) Kategori rendah

Responden yang memiliki kategori rendah adalah responden yang tidak memiliki toleransi terhadap kekurangan dan kelebihan diri sendiri, tidak bisa melihat kegagalan yang didapat sebagai hal yang wajar, sama sekali tidak berusaha menyetabilkan emosi meskipun sedang kesal.

2) Kategori tinggi

Responden yang memiliki kategori tinggi adalah responden yang mampu bertoleransi terhadap kekurangan dan kelebihan diri sendiri, bisa melihat kegagalan yang didapat sebagai hal yang wajar, memiliki keinginan berusaha menyetabilkan emosi meskipun sedang kesal.

G. Validitas isi

Uji validasi dilakukan untuk mengetahui tingkat akurasi suatu instrumen dalam mewakili perilaku yang akan diukur. Sebelum instrumen dalam pengambilan data, peneliti melakukan validitas isi terlebih dahulu dengan melakukan analisis item dan uji reliabilitas. Analisis item merupakan pengolahan data menggunakan aplikasi SPSS untuk menguji tingkat kelayakan setiap item yang dikerjakan oleh responden, sedangkan uji reliabilitas digunakan untuk mengukur tingkat kepercayaan sebuah instrumen. Hasil dari analisis item dan uji reliabilitas ditinjau kembali oleh Helli Ihsan, M.Si. dan M. Ariez Musthofa, M.Si. Hal ini dilakukan agar isi atau konten dalam instrumen sesuai dengan konsep variabel yang diteliti.

Peneliti juga melakukan uji keterbacaan. Uji keterbacaan dilakukan untuk meminimalisir kesalahan persepsi mengenai kalimat yang digunakan dan menghindari kesalahan persepsi pada setiap item dalam alat ukur. Hal ini penting karena kalimat yang digunakan harus efektif, efisien dan mudah dimengerti oleh responden. Peneliti melakukan uji keterbacaan pada 5 orang mahasiswa yang berkuliah di Kota Bandung. Setelah melakukan uji keterbacaan, peneliti melakukan uji coba instrumen kepada 400 partisipan.

H. Uji Coba Instrumen

Peneliti melakukan uji coba ketiga instrumen yang digunakan, yaitu *Humor Style Questionnaire* (HSQ), *The Satisfaction with Life Scale* (SWLS) dan *Self-Compassion Scale* (SCS) yang dilakukan terhadap 400 responden. Proses uji coba dilaksanakan pada tanggal 26 Mei – 6 Juni 2020 kepada mahasiswa di Kota Bandung. Instrumen disebarakan secara online melalui *google form*.

I. Proses Pengembangan Instrumen

Peneliti melakukan pengembangan pada masing-masing instrumen, yaitu instrumen gaya humor (HSQ), instrumen kepuasan hidup (SWLS), dan instrumen *self-compassion* (SCS). Tahapan yang peneliti lakukan dalam pengembangan instrumen sebagai berikut:

1. Instrumen Gaya Humor *Affiliative*

a. Validitas Instrumen Gaya Humor *Affiliative*

Peneliti ingin mengetahui apakah instrumen gaya humor *affiliative* dapat digunakan untuk mengukur tingkat gaya humor *affiliative* pada mahasiswa, oleh karena itu dilakukan analisis item (Azwar, 2015). Analisis item dilakukan pada 8 item gaya humor *affiliative* pada 400 responden. Masing-masing item akan dianalisis nilai *corelated item-total*-nya, setelah itu jika item memiliki nilai lebih besar dari 0,25 maka akan digunakan sebagai item final (Azwar, 2012). Berikut tabel yang menggambarkan skor item.

Tabel 3.10. Validitas Instrumen Gaya Humor *Affiliative*

Dimensi	Sebelum <i>Try out</i>		Sesudah <i>Try out</i>	
	No Item	Jumlah	No Item	Jumlah
Gaya humor <i>affiliative</i>	1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29	8	1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29	8
Jumlah		8		8

Berdasarkan tabel diatas, seluruh alat ukur gaya humor *affiliative* nilai koefisiennya di atas 0,25, sehingga item-item tersebut masuk pada kategori bagus dan dapat digunakan.

b. Reliabilitas Instrumen Gaya Humor *Affiliative*

Selain melakukan analisis item, peneliti melakukan uji reliabilitas guna mengetahui tingkat kepercayaan suatu instrumen. Jika instrumen tersebut reliabel, maka hasilnya sama dengan atribut yang diukur berdasarkan dari pengukuran responden dan alat ukur yang sama pada waktu yang berbeda (Ihsan, 2013). Peneliti menggunakan aplikasi SPSS versi 25 untuk melakukan uji reliabilitas dengan menggunakan tekni *Alpha Cronbach*. Kategorisasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah kategorisasi dari Guilford.

Tabel 3.11. Kategoriasi Guildford

Derajat Reliabilitas	Kategori
$\geq 0,90$	Bagus Sekali
$0,60 \leq \alpha \leq 0,80$	Bagus
$0,40 \leq \alpha \leq 0,60$	Cukup
$0,20 \leq \alpha \leq 0,40$	Buruk
$\alpha \leq 0,20$	Sangat Buruk

Nilai reliabilitas hasil perhitungan aplikasi SPSS instrumen gaya humor *affiliative*:

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
.738	8

Berdasarkan tabel koefisien reliabilitas Guildford di atas, maka alat ukur gaya humor *affiliative* memiliki reliabilitas sebesar 0,738 yang termasuk dalam kategori bagus.

2. Instrumen Gaya Humor *Self-Enhancing*

a. Validitas Instrumen Gaya Humor *Self-Enhancing*

Peneliti ingin mengetahui apakah instrumen gaya humor *self-enhancing* dapat digunakan untuk mengukur tingkat gaya humor *self-enhancing* pada mahasiswa, oleh karena itu dilakukan analisis item (Azwar, 2015). Analisis item dilakukan pada 8 item gaya humor *self-enhancing* pada 400 responden. Masing-masing item akan dianalisis nilai *corelated item-total*-nya, setelah itu jika item memiliki nilai lebih besar dari 0,25

maka akan digunakan sebagai item final (Azwar, 2012). Berikut tabel yang menggambarkan skor item.

Tabel 3.12. Validitas Instrumen Gaya Humor *Self-Enhancing*

Dimensi	Sebelum <i>Try out</i>		Sesudah <i>Try out</i>	
	No Item	Jumlah	No Item	Jumlah
Gaya humor <i>self-enhancing</i>	2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30	8	2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30	8
Jumlah		8		8

Berdasarkan tabel diatas, alat ukur gaya humor *self-enhance* memiliki 1 item yang nilai koefisiennya dibawah 0,25, namun redaksi item-item yang tidak valid akan diperbaiki sehingga dapat digunakan kembali.

b. Reliabilitas Instrumen Gaya Humor *Self-Enhancing*

Selain melakukan analisis item, peneliti melakukan uji reliabilitas guna mengetahui tingkat kepercayaan suatu instrumen. Jika instrumen tersebut reliabel, maka hasilnya sama dengan atribut yang diukur berdasarkan dari pengukuran responden dan alat ukur yang sama pada waktu yang berbeda. Peneliti menggunakan aplikasi SPSS versi 25 untuk melakukan uji reliabilitas dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach*. Kategorisasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah kategorisasi dari Guilford.

Tabel 3.13. Kategoriasi Guildford

Derajat Reliabilitas	Kategori
$\geq 0,90$	Bagus Sekali
$0,60 \leq \alpha \leq 0,80$	Bagus
$0,40 \leq \alpha \leq 0,60$	Cukup
$0,20 \leq \alpha \leq 0,40$	Buruk
$\alpha \leq 0,20$	Sangat Buruk

Nilai reliabilitas hasil perhitungan aplikasi SPSS instrumen gaya humor *self-enhancing*:

<i>Reliability Statistics</i>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.743	8

Berdasarkan tabel koefisien reliabilitas Guildford di atas, maka alat ukur gaya humor *self-enhancing* memiliki reliabilitas sebesar 0,743 yang termasuk dalam kategori bagus.

3. Instrumen Gaya Humor *Aggressive*

a. Validitas Instrumen Gaya Humor *Aggressive*

Peneliti ingin mengetahui apakah instrumen gaya humor *aggressive* dapat digunakan untuk mengukur tingkat gaya humor *aggressive* pada mahasiswa, oleh karena itu dilakukan analisis item. Analisis item dilakukan pada 8 item gaya humor *aggressive* pada 400 responden. Masing-masing item akan dianalisis nilai *corelated item-total*-nya, setelah itu jika item memiliki nilai lebih besar dari 0,25 maka akan digunakan sebagai item final. Berikut tabel yang menggambarkan skor item.

Tabel 3.14. Validitas Instrumen Gaya Humor *Aggressive*

Dimensi	Sebelum <i>Try out</i>		Sesudah <i>Try out</i>	
	No Item	Jumlah	No Item	Jumlah
Gaya humor <i>aggressive</i>	3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31	8	-	0
Jumlah		8		0

Berdasarkan tabel diatas, alat ukur gaya humor *aggressive* memiliki 7 item yang nilai koefisiennya dibawah 0,25, namun setelah dilakukan uji reliabilitas item-item dari Gaya humor *aggressive* tidak dapat digunakan karena tidak memenuhi kriteria.

b. Reliabilitas Instrumen Gaya Humor *Aggressive*

Selain melakukan analisis item, peneliti melakukan uji reliabilitas guna mengetahui tingkat kepercayaan suatu instrumen. Jika instrumen tersebut reliabel, maka hasilnya sama dengan atribut yang diukur berdasarkan dari pengukuran responden dan alat ukur yang sama pada waktu yang berbeda. Peneliti menggunakan aplikasi SPSS versi 25 untuk melakukan uji reliabilitas dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach*. Kategorisasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah kategorisasi dari Guilford.

Tabel 3.15. Kategoriasi Guildford

Derajat Reliabilitas	Kategori
$\geq 0,90$	Bagus Sekali
$0,60 \leq \alpha \leq 0,80$	Bagus

$0,40 \leq \alpha \leq 0,60$	Cukup
$0,20 \leq \alpha \leq 0,40$	Buruk
$\alpha \leq 0,20$	Sangat Buruk

Nilai reliabilitas hasil perhitungan aplikasi SPSS instrumen gaya humor *aggressive*:

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.401	8

Korelasi dari instrumen gaya humor *aggressive* dikategorisasikan pada kategori cukup, namun menilai berdasarkan analisis item dimana terdapat tujuh dari delapan item yang memiliki nilai korelasi di bawah 0,25, maka instrumen ini tidak akan digunakan karena dianggap tidak relevan.

4. Instrumen Gaya Humor *Self-Defeating*

a. Validitas Instrumen Gaya Humor *Self-Defeating*

Peneliti ingin mengetahui apakah instrumen gaya humor *self-defeating* dapat digunakan untuk mengukur tingkat gaya humor *self-defeating* pada mahasiswa, oleh karena itu dilakukan analisis item. Analisis item dilakukan pada 8 item gaya humor *self-defeating* pada 400 responden. Masing-masing item akan dianalisis nilai *corelated item-total*-nya, setelah itu jika item memiliki nilai lebih besar dari 0,25 maka akan digunakan sebagai item final. Berikut tabel yang menggambarkan skor item.

Tabel 3.16. Validitas Instrumen Gaya Humor *Self-Defeating*

Dimensi	Sebelum Try out		Sesudah Try out	
	No Item	Jumlah	No Item	Jumlah
Gaya humor <i>self-defeating</i>	4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32	8	4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32	8
Jumlah		8		8

Berdasarkan tabel diatas, alat ukur gaya humor *self-defeating* memiliki 1 item yang nilai koefisiennya dibawah 0,25, namun redaksi item-item yang tidak valid akan diperbaiki sehingga dapat digunakan kembali.

b. Reliabilitas Instrumen Gaya Humor *Self-Defeating*

Selain melakukan analisis item, peneliti melakukan uji reliabilitas guna mengetahui tingkat kepercayaan suatu instrumen. Jika instrumen tersebut reliabel, maka hasilnya sama dengan atribut yang diukur berdasarkan dari pengukuran responden dan alat ukur yang sama pada waktu yang berbeda. Peneliti menggunakan aplikasi SPSS versi 25 untuk melakukan uji reliabilitas dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach*. Kategorisasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah kategorisasi dari Guilford.

Tabel 3.17. Kategoriasi Guildford

Derajat Reliabilitas	Kategori
$\geq 0,90$	Bagus Sekali
$0,60 \leq \alpha \leq 0,80$	Bagus
$0,40 \leq \alpha \leq 0,60$	Cukup
$0,20 \leq \alpha \leq 0,40$	Buruk
$\alpha \leq 0,20$	Sangat Buruk

Nilai reliabilitas hasil perhitungan aplikasi SPSS instrumen gaya humor *self-defeating*:

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
.643	8

Berdasarkan tabel koefisien reliabilitas Guildford di atas, maka alat ukur gaya humor *self-defeating* memiliki reliabilitas sebesar 0,643 yang termasuk dalam kategori bagus.

5. Instrumen Kepuasan Hidup

a. Validitas Instrumen Kepuasan Hidup

Peneliti ingin mengetahui apakah instrumen kepuasan hidup dapat digunakan untuk mengukur tingkat kepuasan hidup pada mahasiswa, oleh karena itu dilakukan

analisis item. Analisis item dilakukan pada 5 item kepuasan hidup pada 400 responden. Masing-masing item akan dianalisis nilai *corelated item-total*-nya, setelah itu jika item memiliki nilai lebih besar dari 0,25 maka akan digunakan sebagai item final. Berikut tabel yang menggambarkan skor item.

Tabel 3.18. Validitas Instrumen Kepuasan Hidup

Dimensi	Sebelum <i>Try out</i>		Sesudah <i>Try out</i>	
	No Item	Jumlah	No Item	Jumlah
Kepuasan Hidup	1, 2, 3, 4, 5	5	1, 2, 3, 4, 5	5
Jumlah		5		5

Berdasarkan tabel diatas, seluruh alat ukur kepuasan hidup nilai koefisiennya di atas 0,25, sehingga item-item tersebut masuk pada kategori bagus dan dapat digunakan.

b. Reliabilitas Instrumen Kepuasan Hidup

Selain melakukan analisis item, peneliti melakukan uji reliabilitas guna mengetahui tingkat kepercayaan suatu instrumen. Jika instrumen tersebut reliabel, maka hasilnya sama dengan atribut yang diukur berdasarkan dari pengukuran responden dan alat ukur yang sama pada waktu yang berbeda. Peneliti menggunakan aplikasi SPSS versi 25 untuk melakukan uji reliabilitas dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach*. Kategorisasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah kategorisasi dari Guilford.

Tabel 3.19. Kategoriasi Guildford

Derajat Reliabilitas	Kategori
$\geq 0,90$	Bagus Sekali
$0,60 \leq \alpha \leq 0,80$	Bagus
$0,40 \leq \alpha \leq 0,60$	Cukup
$0,20 \leq \alpha \leq 0,40$	Buruk
$\alpha \leq 0,20$	Sangat Buruk

Nilai reliabilitas hasil perhitungan aplikasi SPSS instrumen kepuasan hidup:

Reliability Statistics

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
.787	5

Berdasarkan tabel koefisien reliabilitas Guildford di atas, maka alat ukur kepuasan hidup memiliki reliabilitas sebesar 0,787 yang termasuk dalam kategori bagus.

6. Instrumen Self-Compassion

a. Validitas Instrumen *Self-Compassion*

Peneliti ingin mengetahui apakah instrumen *self-compassion* dapat digunakan untuk mengukur tingkat *self-compassion* pada mahasiswa, oleh karena itu dilakukan analisis item. Analisis item dilakukan pada 23 item *self-compassion* pada 400 responden. Masing-masing item akan dianalisis nilai *corelated item-total*-nya, setelah itu jika item memiliki nilai lebih besar dari 0,25 maka akan digunakan sebagai item final. Berikut tabel yang menggambarkan skor item.

Tabel 3.20. Validitas Instrumen *Self-Compassion*

Dimensi	Sebelum Try out		Sesudah Try out	
	No Item	Jumlah	No Item	Jumlah
<i>Self-kindness</i>	4, 10, 16, 20, 23	5	4, 10, 16, 20, 23	5
<i>Self-judgement</i>	1, 9, 15, 18	4	1, 9, 15, 18	4
<i>Common humanity</i>	6, 8, 13	3	6, 8, 13	3
<i>Isolation</i>	3, 11, 22	3	3, 11, 22	3
<i>Mindfulness</i>	7, 12, 14, 19	4	7, 12, 14, 19	4
<i>Over-identification</i>	2, 5, 17, 21	4	2, 5, 17, 21	4
Jumlah		23		23

Berdasarkan tabel diatas, alat ukur gaya humor *self-compassion* memiliki 2 item yang nilai koefisiennya dibawah 0,25, namun redaksi item-item yang tidak valid akan diperbaiki sehingga dapat digunakan kembali.

b. Reliabilitas Instrumen *Self-compassion*

Selain melakukan analisis item, peneliti melakukan uji reliabilitas guna mengetahui tingkat kepercayaan suatu instrumen. Jika instrumen tersebut reliabel, maka hasilnya sama dengan atribut yang diukur berdasarkan dari pengukuran responden dan alat ukur yang sama pada waktu yang berbeda. Peneliti menggunakan aplikasi SPSS versi 25 untuk melakukan uji reliabilitas dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach*. Kategorisasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah kategorisasi dari Guilford.

Tabel 3.21. Kategoriasi Guildford

Derajat Reliabilitas	Kategori
$\geq 0,90$	Bagus Sekali
$0,60 \leq \alpha \leq 0,80$	Bagus
$0,40 \leq \alpha \leq 0,60$	Cukup
$0,20 \leq \alpha \leq 0,40$	Buruk
$\alpha \leq 0,20$	Sangat Buruk

Nilai reliabilitas hasil perhitungan aplikasi SPSS instrumen *self-compassion*:

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
.845	5

Berdasarkan tabel koefisien reliabilitas Guildford di atas, maka alat ukur *self-compassion* memiliki reliabilitas sebesar 0,787 yang termasuk dalam kategori bagus.

J. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Sebelum melakukan analisis data, maka terlebih dahulu melakukan transformasi data dari ordinal ke interval dengan menggunakan bantuan aplikasi Winstep. Setelah itu proses analisis data pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) versi 24.0.
- 2) Dilakukan analisis regresi linear sederhana (*linear regression*) pada masing-masing variabel yaitu untuk menguji pengaruh gaya humor (X) terhadap kepuasan hidup (Y) dan pengaruh *self-compassiin* (Z) terhadap kelekatan (Y) untuk menguji sub hipotesis.
- 3) Setelah itu, untuk menguji efek moderator dalam penelitian ini maka digunakan analisis regresi moderasi yaitu *Moderated Regression Analysis (MRA)* sebagai analisis data yang utama untuk menguji hipotesis utama dalam penelitian ini.