

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *correlational explanatory* yang menguji hubungan antara variabel yang ada dalam diri individu (Gravetter & Wallnau, 2013). Penelitian ini menguji hubungan antara *gratitude* dengan *subjective well-being*. Penelitian ini termasuk dalam *retrospective study* yang fokus pada pengamatan terhadap kejadian atau fenomena yang telah terjadi dengan tujuan mencari faktor-faktor yang berhubungan dengan fenomena atau kejadian tersebut (Gravetter & forzano, 2009) penelitian ini mencoba membuktikan apakah *gratitude* penyebab munculnya *subjective well-being*.

3.2 Variabel Penelitian

Penelitian ini memiliki dua variabel yaitu variabel *subjective well-being* dan variabel *gratitude*. Variabel *subjective well-being* merupakan variabel terikat sedangkan variabel *gratitude* merupakan variabel bebas.

3.2.1 Subjective Well-Being

3.2.1.1 Definisi Konseptual Subjective Well-Being

Subjective well-being adalah penilaian individu terhadap pengalaman hidupnya yang mencakup kepuasan terhadap hidupnya, memiliki perasaan positif dan tidak adanya perasaan negatif.

3.2.1.2 Definisi Operasional Subjective Well-Being

Subjective well-being dalam penelitian ini diukur melalui instrument yang dikembangkan berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Diener (2003).

Semakin tinggi skor yang diperoleh responden, semakin tinggi pula *subjective well-being* yang dimiliki responden.

3.2.2 Gratitude

3.2.2.1 Definisi Konseptual Gratitude

Syukur sebagai suatu perasaan menyenangkan atas respon penerimaan hadiah, yang mana hadiah itu memberikan manfaat dari seseorang atau suatu kejadian yang memberikan kedamaian.

3.2.2.2 Definisi Operasional Gratitude

Gratitude dalam penelitian ini diukur melalui instrument penelitian yang dikembangkan berdasarkan aspek-aspek dari Mc.Cullough, Emmons, dan Tsang (2002). Semakin tinggi skor yang diperoleh responden, semakin tinggi pula *gratitude* yang didapatkan.

3.3 Instrument Penelitian

3.3.1 Instrumen Variabel Subjective Well-Being

Penelitian ini menggunakan alat ukur *Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ) yang dikembangkan oleh Argyle dan Hills. (2002) yang memiliki skor reliabilitas 0.91. Alat ukur tersebut telah diadaptasi oleh Alhad (2016). Alat ukur OHQ memiliki 29 item dengan skala respon 1 (sangat tidak sesuai), 2 (tidak sesuai), 3 (sesuai), 4 (sangat sesuai) untuk item-item *favourable*, sedangkan untuk item *unfavourable* skala respon terdiri dari 1 (sangat sesuai), 2 (sesuai), 3 (tidak sesuai), 4 (sangat tidak sesuai). Indeks validitas skala *subjective well-being* berkisar antara 0.270 sampai dengan 0.514, sedangkan skor reliabilitasnya 0.7.

3.3.2 Instrument Variabel *Gratitude*

Penelitian ini menggunakan alat ukur *The Gratitude Questionnaire* (GQ) yang dikembangkan oleh Mc.Cullough, Emmons, dan Tsang (2002). Peneliti melakukan adaptasi pada alat ukur GQ menggunakan prosedur adaptasi alat ukur yang dikembangkan oleh Beaton (2002). Alat ukur GQ memiliki 6 item dengan skala respon 1 (sangat tidak sesuai), 2 (tidak sesuai), 3 (sesuai), 4 (sangat sesuai) untuk item-item favourable, sedangkan untuk item unfavourable skala respon terdiri dari 1 (sangat sesuai), 2 (sesuai), 3 (tidak sesuai), 4 (sangat tidak sesuai). Indeks validitas skala *gratitude* berkisar antara 0.235 sampai dengan 0.581, sedangkan skor reliabilitasnya adalah 0.3.

3.4 Populasi, Sampel, dan *Sampling*

3.4.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah *shadow teacher* di Surakarta.

3.4.2 Sampel dan *Sampling*

Penelitian ini berhasil melibatkan 81 sampel dengan kriteria berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, telah bekerja minimal satu tahun dan berdomisili di Surakarta. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti.

3.4 Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan beberapa teknik analisis data yang meliputi analisis statistik deskriptif dan analisis korelasi *pearson correlation*. Analisis statistik deskriptif dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui deskripsi variabel pada sampel penelitian. Analisis korelasi *pearson correlation* dalam penelitian ini

digunakan untuk mengetahui kekuatan hubungan antara dua variable yaitu variabel *subjective well-being* dengan variabel *gratitude*.