

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan menggunakan metode survei yang akan melihat frekuensi jawaban responden serta mentabulasi silang data. Penelitian survei dirancang untuk menelaah secara langsung tentang pikiran, pendapat dan perasaan individu, yang menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpul data utama (Shaughnessy, Zechmeister & Zechmeister, 2007).

Jenis pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Indigenous psychology*. *Indigenous psychology* merupakan kajian ilmiah mengenai perilaku (atau pikiran) manusia berdasarkan perspektif *native* (asli) yang tidak diadopsi dari daerah lain dan dirancang untuk masyarakat itu sendiri (Kim & Berry, dalam Wallner & Jandl, 2010).

Pendekatan *indigenous psychology* berusaha mendokumentasikan, mengorganisasikan, dan menginterpretasi pemahaman tentang diri dan apa yang ada disekitar individu tersebut. Informasi mengenai bagaimana individu-individu dan kelompok-kelompok berinteraksi sesuai konteks, digunakan sebagai alat untuk menemukan invarian-invarian psikologis. Kemudian menjelaskan penyebab dibalik invarian-invarian yang terobservasi, dan membandingkan hasil-hasil pada berbagai konteks yang berbeda untuk disempurnakan dan diperjelas lebih jauh (Kim & Berry, dalam Wallner & Jandl, 2010).

B. Definisi Operasional

Aktivitas yang membuat bahagia adalah aktivitas yang dilakukan dengan usaha, bervariasi, dan memiliki frekuensi tertentu. Aktivitas tersebut melibatkan salah satu diantara perilaku, pemikiran, atau adanya motivasi saat melakukannya. Hal ini sejalan dengan Lyubomirsky (2008) bahwa aktivitas yang disengaja dapat memberikan efek kebahagiaan jangka panjang pada seorang individu.

Penelitian ini menyertakan definisi operasional dari masing-masing kategori yang muncul berdasarkan analisa hasil penelitian, yaitu:

1. Aktivitas Hiburan

Kegiatan untuk mengisi waktu luang, dilakukan secara santai dan dirasa menyenangkan.

2. Aktivitas Produktif

Kegiatan yang menghasilkan barang atau jasa, serta memberi manfaat baik terhadap diri individu sendiri maupun orang lain.

3. Aktivitas Kebersamaan

Kegiatan yang bertujuan agar individu dapat bersama orang lain selama melakukan kegiatan tertentu. Pihak yang terlibat adalah pihak yang ada di sekitar individu itu sendiri seperti keluarga, teman, dan pasangan.

4. Aktivitas Sehari-hari

Kegiatan rutin yang dijalankan secara terus-menerus dan cenderung memiliki pola yang sama sekarang maupun yang akan datang sehingga menjadi kebiasaan.

5. Aktivitas Religius

Kegiatan yang berkaitan dengan keyakinan agama individu sebagai bentuk ketaatan terhadap ajaran agama yang diyakini.

C. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian diperoleh dengan menggunakan pendekatan *non-probabilitas sampling* yaitu tidak semua elemen yang terdapat dalam populasi dapat dijadikan sebagai subjek (Shaughnessy, Zechmeister & Zechmeister, 2007). Subjek pada penelitian ini ialah remaja yang berada di tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) berjumlah 429 orang terdiri dari siswa laki-laki dan perempuan. Usia subjek yang terlibat dalam penelitian ini mulai dari 15 hingga 19 tahun.

D. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan pengumpul data berupa kuesioner yang berisi pertanyaan terbuka. Pertanyaan yang diajukan kepada subjek adalah “Aktivitas apa yang membuat Anda bahagia?”. Menurut Hayes (dalam Rarasati, Hakim & Yuniarti, 2012) pertanyaan terbuka memiliki keuntungan diantaranya, *pertama* partisipan bebas memberikan jawaban setiap aitem berdasarkan nilai dan pengalaman pribadi. *Kedua* partisipan dapat berekspresi dan memberikan pendapat, serta yang *ketiga* peneliti dapat mengidentifikasi dan mengeksplorasi aspek yang ditemukan berdasarkan tema penelitiannya sehingga lebih dalam dan luas.

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini sebelum disebar pada subjek telah dilakukan *Focus Group Discussion* (FGD) terlebih dahulu. FGD ini bertujuan untuk menguji apakah pertanyaan dalam kuesioner yang akan diberikan dapat dipahami dengan baik oleh subjek. FGD kedua juga dilakukan setelah kuesioner disebar. Tujuan FGD kedua adalah untuk membantu memahami maksud dari jawaban yang diberikan subjek terutama saat proses kategorisasi dilakukan.

E. Validitas

Validitas alat ukur dilakukan dengan bantuan *professional judgment* (Azwar, 2009) melihat apakah pertanyaan yang akan diajukan sudah tepat. Selain itu, *Focus Group Discussion* (FGD) juga dilakukan untuk mengetahui bahwa maksud dari pertanyaan peneliti sesuai dengan apa yang ingin dituju serta tidak bermakna ganda.

Secara garis besar ada tiga tahapan dalam FGD (Prawitasari, 2011). FGD diawali dengan mempersiapkan beberapa hal yang diperlukan diantaranya seorang moderator yang berfungsi untuk memandu jalannya FDG, tempat diskusi yang netral, memilih peserta yang dalam hal ini adalah siswa SMA sesuai dengan karakteristik peneliti, menyiapkan topik dan pertanyaan sesuai tujuan diadakannya FGD, serta adanya pedoman bagi moderator. Pedoman berisi prosedur pelaksanaan yang akan digunakan saat FGD, terdiri atas pengantar, termasuk permintaan izin untuk merekam proses FGD, pengenalan, pembahasan tiap topik diskusi termasuk pertanyaan probing dan diakhiri dengan penutup.

Tahapan kedua adalah pelaksanaan. Ketika FGD dimulai penting bagi moderator untuk membangun konfidensialitas peserta. Selain moderator pengamat juga berperan dalam FGD. Tugas pengamat selain mengamati juga berperan untuk mencatat hal penting yang tidak terekam oleh alat perekam atau disebut juga dengan notulis. Tahap terakhir ialah penyajian data. Data dikumpulkan dengan membuat transkrip verbatim hasil diskusi terlebih dahulu kemudian membuat ringkasan hasil diskusi berdasarkan tema-tema yang ditemukan dalam transkrip verbatim. Hasil ringkasan inilah yang berguna bagi pelaksana FGD.

Jawaban dari responden yang terlibat dalam penelitian akan dikelompokkan ke dalam kategori tertentu. Kategori tersebut selanjutnya juga akan divalidasi oleh tim yang terdiri dari dosen dan mahasiswa yang tergabung di *Center for Indigenous & Cultural Psychology* Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

F. Analisis Data

Analisis kualitatif tematis digunakan pada data yang diperoleh dengan menggunakan kuesioner pertanyaan terbuka (Hayes, dalam Indrayanti, Yuniarti, Adiwibowo & Kim, 2010). Hayes (dalam Indrayanti, dkk., 2010) menguraikan tujuh langkah dalam melakukan analisis tematis yaitu: (a) menyiapkan data yang akan dianalisis dengan cara dikelompokkan, (b) mengidentifikasi aitem-aitem secara spesifik yang relevan dengan topik penelitian, (c) mengurutkan data yang memiliki kesamaan tema, (d) menguji kesamaan tema dan merumuskan dalam sebuah kategorisasi tertentu, (e) memperhatikan setiap tema secara terpisah dan

menguji ulang dengan baik setiap transkrip jawaban yang relevan dengan tema, (f) menggunakan semua materi yang terkait dengan masing-masing tema untuk membentuk tema akhir yang berisi nama kategori dan definisi bersama dengan data pendukung, dan (g) memilih data yang relevan untuk dijadikan sebagai ilustrasi dalam melaporkan setiap tema.

Tema inti yang diperoleh selanjutnya akan dianalisis untuk mengetahui frekuensi jawaban responden serta mentabulasi silang aktivitas yang membuat remaja bahagia ditinjau dari jenis kelamin. Data dalam penelitian ini dianalisis dengan menggunakan bantuan program SPSS (*Statistic Package for Social Sciences*) for windows version 18.0