

**HUBUNGAN KEPUASAN HIDUP DENGAN KEBAHAGIAAN
PADA DEWASA MADYA GAMPOENG KEUNEKAI
KOTA SABANG**

SKRIPSI

Diajukan Oleh :

**RAUZALIA
NIM. 180901050**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH
2022**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya

Nama : Rauzalia
NIM : 180901050
Jenjang : Strata Satu (S-1)
Prodi : Psikologi UIN Ar-Raniry

Menyatakan bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak pernah terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika kemudian hari ada temuan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.

Banda Aceh, 08 Desember 2022

Yang menyatakan,



Rauzalia
NIM. 180901050

**Hubungan Kepuasan Hidup dengan Kebahagiaan
pada Dewasa Madya di Gampoeng Keunekai
Kota Sabang**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi

UIN Ar-Raniry Banda Aceh

Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh

Gelar Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)

Oleh:

Rauzalia

N I M. 1 8 0

جامعة الرانيري

Disetujui Oleh:

Pembimbing I,



**Miftahul Jannah, S.Ag., M.SI
NIP. 197601102006042002**

Pembimbing II,



**Marina Ulfah, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 199107142022032001**

HUBUNGAN KEPUASAN HIDUP DENGAN KEBAHAGIAAN PADA
DEWASA MADYA DI GAMPOENG KEUNEKAI KOTA SABANG

SKRIPSI

Telah Dinilai Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh
Dan Dinyatakan Lulus Serta Disahkan Sebagai
Tugas Akhir Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)

Diajukan Oleh:

Rauzalia
NIM. 180901050

Pada Hari, Tanggal: kamis, 22 Desember 2022 M.
27 Jumadil Awwal 1444 H.

Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi

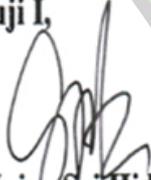
Ketua,


Miftahul Jannah, S.Ag., M.Si.
NIP. 197601102006042002

Sekretaris,


Marina Ulfah, S.Psi., M.Psi., Psikolog.
NIP. 199107142022032001

Penguji I,


Siti Hajar Sri Hidayati, S.Psi., M.A.
NIP. 199107142022032001

Penguji II,


Nurul Adharina, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry



Dr. Muslim, M.Si
NIP. 196610231994021001

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya setiap saat sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul **“Hubungan Antara Kepuasan Hidup Dengan Kebahagiaan Pada Dewasa Madya Di Gampoeng Keunekai Kota Sabang”**. Shalawat dan salam mari sama-sama kita doakan kepada Allah SWT untuk dilimpahkan rahmat kepada baginda Nabi Muhammad SAW, yang telah memperjuangkan Islam dan membawa ummatnya kepada alam yang penuh dengan ilmu pengetahuan. Penulis menyadari bahwa terselesaikannya Skripsi ini tidak lepas dari dukungan moral dan moril dari berbagai pihak, keluarga dan teman-teman dekat.

Selanjutnya penulis mengucapkan terimakasih yang tak terhingga kepada :

1. Terimakasih kepada Ayahanda saya Sanusi Hasan dan Ibunda tercinta saya Maimunah, kakak saya Melda Santi, dan adik saya Rauzilia, A.,Md .T Yang telah memberikan dukungan finansial dan emosional serta doa yang tiada henti selama pendidikan hingga tahap akhir penyelesaian program Sarjana ini.
2. Bapak Dr. Muslim., M.Si sebagai Dekan Fakultas Psikologi Uin Ar-Raniry, yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada seluruh mahasiswa psikologi.
3. Bapak Safrilsyah, S.Ag., M.Si selaku Wakil Dekan I Bidang Akademik dan Kelembagaan yang selalu setia memberikan dukungan dan motivasi.
4. Bapak Julianto Saleh, S.Ag., M.Si selaku Ketua Prodi Program Studi Psikologi Uin Ar-Raniry.

5. Ibu Dr. Misnawati, S.Ag., M.Ag. sebagai Wakil Dekan II bidang Administrasi dan Keuangan.
6. Drs. Nasruddin, M.Hum. sebagai Wakil Dekan III bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama
7. Bapak Barmawi, S.Ag., M.Si selaku Penasehat Akademik, yang telah membantu banyak hal dan meluangkan waktu hingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini.
8. Ibu Miftahul Jannah, S.Ag., M.Si selaku Pembimbing I dalam proses penyelesaian Skripsi ini, yang telah memberikan motivasi dan meluangkan waktu untuk melakukan bimbingan kepada penulis.
9. Ibu Marina Ulfah S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Pembimbing II dalam penyelesaian Skripsi ini, yang telah memberikan motivasi dan banyak meluangkan waktu untuk melakukan bimbingan kepada penulis.
10. Ibu Siti Hajar Sri Hidayati, S.Psi., M.A. selaku Penguji I dalam Penyelesaian Skripsi ini, yang telah banyak memberikan masukan dan arahan kepada penulis.
11. Ibu Nurul Adharina, S.Psi, M.Psi., Psikolog selaku Penguji II dalam penyelesaian Skripsi ini, yang telah banyak memberikan masukan dan arahan kepada penulis.
12. Seluruh dosen beserta staf Program Studi Psikologi Uin Ar-Raniry yang telah membantu, mendidik, dan memberikan ilmu yang bermanfaat dengan ikhlas dan tulus.
13. Terimakasih kepada sahabat-sahabat seperjuangan saya Anna Syahvira, S.Psi. Nur Aida, S. Sos, Nur Fitri, S.Psi., Rauzilia, A.Md., dan Icha Nur

Ahyana, S.Psi., yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan melewati masa senang dan sulit bersama.

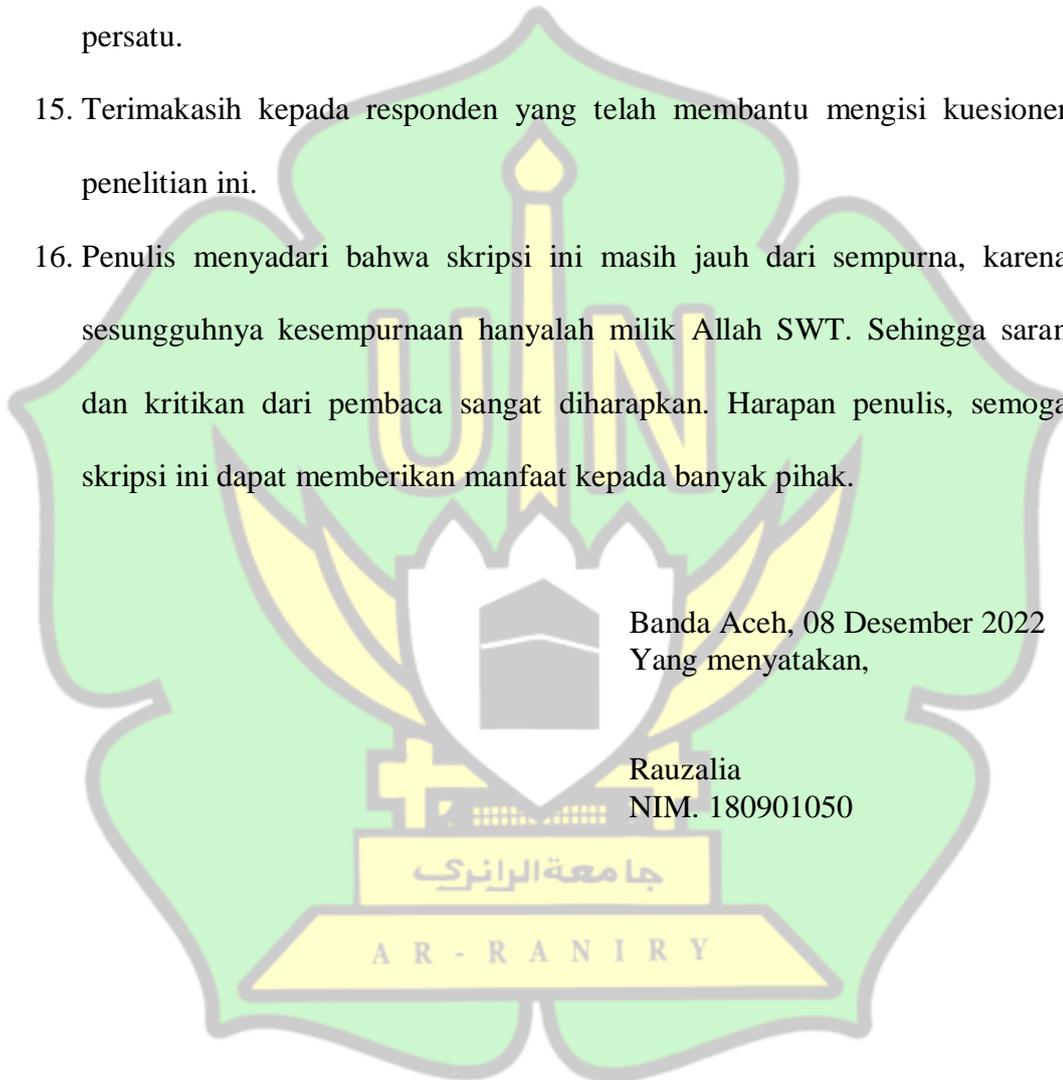
14. Terimakasih kepada Aisha Hanum, Titin Zumrotin dan Cut Sofia Hanin yang telah meluangkan waktu membantu Penulis. Dan terimakasih kepada teman-teman seperjuangan letting 2018 yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

15. Terimakasih kepada responden yang telah membantu mengisi kuesioner penelitian ini.

16. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, karena sesungguhnya kesempurnaan hanyalah milik Allah SWT. Sehingga saran dan kritikan dari pembaca sangat diharapkan. Harapan penulis, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat kepada banyak pihak.

Banda Aceh, 08 Desember 2022
Yang menyatakan,

Rauzalia
NIM. 180901050



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRAK	xi
ABSTRACT	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat Penelitian.....	10
E. Keaslian Penelitian.....	11
BAB II LANDASAN TEORI	17
A. KEBAHAGIAAN	17
1. Pengertian Kebahagiaan.....	17
2. Dimensi Kebahagiaan.....	19
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan.....	21
B. KEPUASAN HIDUP	23
1. Pengertian Kepuasan Hidup	23
2. Dimensi Kepuasan Hidup.....	24
3. Faktor-Faktor Kepuasan Hidup	26
C. Hubungan Antara Kepuasan Hidup Dengan Kebahagiaan Pada Dewasa Madya.....	27
D. Hipotesis.....	30

BAB III METODELOGI PENELITIAN.....	31
A. Pendekatan dan metode penelitian.....	31
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	31
C. Definisi variabel penelitian.....	32
1. Kepuasan Hidup.....	32
2. Kebahagiaan.....	32
D. Subjek Penelitian.....	33
1. Populasi.....	33
2. Sampel.....	33
E. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian.....	34
1. Administrasi Penelitian.....	34
2. Pelaksanaan Uji Coba (Try Out) Alat Ukur.....	34
3. Pelaksanaan Penelitian.....	35
F. Teknik Pengumpulan Data.....	35
1. Persiapan Alat Ukur Penelitian.....	36
2. Uji Validitas Aitem.....	39
3. Uji Daya Beda Aitem.....	42
4. Uji Reliabilitas.....	46
G. Teknik Analisis Data.....	48
1. Uji Asumsi.....	48
2. Uji Hipotesis.....	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Deskripsi Subjek Penelitian.....	51
B. Hasil Penelitian.....	53
1. Kategorisasi.....	53
C. Pengujian Hipotesis.....	56
1. Uji Asumsi.....	56
2. Uji Hipotesis.....	58
D. Pembahasan.....	60

BAB V PENUTUP	65
A. Kesimpulan.....	65
B. Saran.....	65
DAFTAR PUSTAKA.....	67
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1	Skala Favourable dan Unfavorable	37
Tabel 3. 2	Tabel Blue Print Skala Kepuasan Hidup	37
Tabel 3. 3	Blue Print Skala Kebahagiaan.....	38
Tabel 3. 4	Hasil CVR Kepuasan Hidup	40
Tabel 3. 5	Hasil CVR Kebahagiaan.....	41
Tabel 3. 6	Koefisien Daya Beda Aitem Skala Kepuasan hidup	43
Tabel 3. 7	Blue Print Akhir Skala Kepuasan Hidup	44
Tabel 3. 8	Koefisien Daya Beda Aitem Skala kebahagiaan.....	44
Tabel 3. 9	Blue Print Akhir Skala Kebahagiaan	45
Tabel 4. 1	Data Demografi sampel penelitian kategori tinggal bersama	51
Tabel 4. 2	Data Demografi sampel penelitian kategori Usia	52
Tabel 4. 3	Data Demografi Sampel Penelitian Kategori Jenis Kelamin	52
Tabel 4. 4	Deskripsi Data Penelitian Skala Kepuasan Hidup	53
Tabel 4. 5	Kategorisasi Kepuasan Hidup Pada Dewasa Madya.....	54
Tabel 4. 6	Deskripsi Data Penelitian Skala Kebahagiaan	55
Tabel 4. 7	Kategorisasi Kebahagiaan Pada Dewasa Madya	56
Tabel 4. 8	Uji Normalitas Sebaran Data Penelitian	57
Tabel 4. 9	Hasil uji linieritas Hubungan	58
Tabel 4. 10	Hasil Uji Hipotesis	58
Tabel 4. 11	Analisis Measure of Association.....	59



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual..... 47



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Surat Keputusan Sk Dekan Fakultas Psikologi Uin- Ar Raniry
Lampiran 2 : Skala Uji Coba Kepuasan Hidup dan Kebahagiaan
Lampiran 3 : Tabulasi Data Uji Oba
Lampiran 4 : Koefisien Korelasi Item Total Kepuasan Hidup dan Kebahagiaan
Lampiran 5 : Tabulasi Data Penelitian Kepuasan Hidup dan Kebahagiaan
Lampiran 6 : Analisis Penelitian (Uji Normalitas, Uji Linieritas, dan Uji Hipotesis)
Lampiran 7 : Administrasi Penelitian
Lampiran 8 : Daftar Riwayat Hidup



HUBUNGAN ANTARA KEPUASAN HIDUP DENGAN KEBAHAGIAAN PADA DEWASA MADYA DI GAMPOENG KEUNEKAI KOTA SABANG

ABSTRAK

Kebahagiaan adalah emosi positif yang diinginkan banyak orang dan menjadikan dorongan positif untuk melakukan tindakan yang positif. Dewasa madya merupakan periode yang ditakuti karena dimasa ini seorang dewasa madya takut akan kehilangan energy/stamina, status & kemampuan hidupnya. Ketakutan tersebut menjadi masalah untuk dewasa madya, sehingga mereka tidak merasakan kebahagiaan. Kebahagiaan dipengaruhi oleh kepuasan hidup. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kepuasan hidup dengan kebahagiaan pada dewasa madya di Gampoeng Keunekai Kota Sabang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasi. Alat ukur penelitian ini yaitu skala Kepuasan hidup menurut (Diener, 2000) dan Kebahagiaan menurut (Seligman, 2016). Jumlah populasi adalah sebanyak 137 dewasa madya di Gampoeng Keunekai Kota Sabang, dengan jumlah sampel sebanyak 100 sampel. Pengambilan sampel adalah dengan menggunakan metode *non probability sampling* dengan teknik *accidental sampling*. Hasil hipotesis penelitian ini dengan korelasi *Spearman rho* (p)=0.635 dengan $p < 0,05$ yaitu 0.000. Hal ini berarti hipotesis pada penelitian ini diterima, yaitu terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara variabel kepuasan hidup dengan kebahagiaan pada dewasa madya di Gampoeng Keunekai Kota Sabang

Kata Kunci : Kepuasan Hidup, Kebahagiaan, Dewasa Madya.

جامعة الرانيري
A R - R A N I R Y

*THE RELATIONSHIP BETWEEN LIFE SATISFACTION AND HAPPINESS IN
MIDDLE ADULTS IN KEUNEKAI GAMPOENG
SABANG CITY*

ABSTRACT

Happiness is a positive emotion that many people want and makes positive encouragement to take positive actions. Middle adulthood is a period that feared because during this period a middle adult was afraid of losing energy/stamina, status & life skills. This fear is a problem for middle adults, so they don't feel happiness. Happiness is influenced by life satisfaction. The purpose of this study determined the relationship between life satisfaction and happiness in middle adulthood in Keunekai Village, Sabang City. This study used a quantitative approach with the correlation method. The measuring tool for this research is the scale of life satisfaction based on (Diener, 2000) and happiness based on (Seligman, 2016). The total population was 137 middle adults in Keunekai Village, Sabang City, with a total sample of 100 samples. Sampling was by using non-probability sampling method with accidental sampling technique. The results of this research hypothesis with the Spearman correlation $\rho (p) = 0.635$ with $p < 0.05$, which is 0.000. This means that the hypothesis in this study was accepted, where that there was a positive and significant relationship between the variables of life satisfaction and happiness in middle adulthood in Keunekai Village, Sabang City.

Keywords: *Life Satisfaction, Happiness, Middle Adulthood.*

جامعة الرانيري
A R - R A N I R Y

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Dewasa madya merupakan rentang masa yang dijalani manusia dari umur 40-60 tahun (Hurlock 2019). Dewasa madya adalah masa transisi seorang individu yaitu pria maupun wanita meninggalkan ciri-ciri jasmani dan perilaku masa dewasanya dan memasuki suatu periode dalam kehidupan dengan ciri-ciri jasmani dan perilaku yang baru (Sunardi, 2007). Gambaran yang positif dari individu dewasa madya yang telah bekerja keras untuk sukses pada usia sebelumnya akan mencapai puncak karier pada masa ini. Dewasa madya juga merupakan masa kejayaan dalam kehidupan manusia karena pada umumnya orang mencapai kemampuan ekonomi dan kedudukan sosial serta prestasi akan diperoleh pada usia ini (Weyner dalam Hambali, 2015).

Usia pertengahan dipenuhi oleh tanggung jawab dan berbagai peran seperti menjalankan rumah tangga, perusahaan dan membesarkan anak mereka, Papalia (2008). Perubahan dan kontinuitas pada masa paruh baya dapat dilihat dari perspektif rentang kehidupannya secara keseluruhan, karir, pengalaman masa kecil, dan penggulatan masa mudanya, (Lachman & James, dalam Papalia 2008).

Salah satu tugas perkembangan yang harus dijalani oleh individu dewasa madya menurut Havighurst (dalam Hidayatullah, 2017) adalah

tugas yang berkaitan dengan perubahan fisik, perubahan minat, penyesuaian kejuruan dan tugas yang berkaitan dengan kehidupan keluarga. Menurut Olson, Defrain, & Skogrand (dalam Afiatin 2018) mengatakan bahwa pada tahapan ini biasanya individu mengalami krisis di pertengahan hidup, yang ditandai dengan beragam peristiwa seperti kematian orang tua atau anggotakeluarga, perubahan karier, perubahan kesehatan dan tampilan fisik, perubahan pada hubungan dengan pasangan, dan anak, serta realisasi mengenai tujuan hidup yang belum tercapai. Peninjauan ini bisa menimbulkan penyesalan atas kegagalannya dalam menggapai impian, atau menimbulkan kesadaran yang lebih akan peristiwa hidupnya sehingga transisi ini akan menjadi krisis apabila individu tidak mampu beradaptasi dengan egonya, (Papalia, 2008).

Masa dewasa madya juga dianggap sebagai periode yang ditakuti karena secara manusiawi setiap orang takut kehilangan energi/stamina, status, dan kemampuan hidup. Pada masa awal masa ini sering muncul disebut puber kedua sebagai ekspresi kecemasan terhadap menurunnya energi/stamina atau kekuatan yang dialami dan rasa ketakutan dianggap tua sehingga memunculkan keinginan untuk melampiaskan dan mengekspresikan sebelum memasuki usia lanjut.

Dewasa madya merupakan masa dimana menurunnya kondisi fisik dan semakin besarnya tanggung jawab dan berkurangnya jumlah waktu yang tersisa dalam kehidupan dan individu berusaha mencapai dan mempertahankan dan menikmati hasil dari masa dewasa awal yang telah dilewatinya (Santrock, 2002).

Seseorang yang melakukan peranan yang sesuai dengan lingkungannya pastinya akan mendapatkan kebahagiaan yang akan berpengaruh pada perilaku

dan tahap perkembangan selanjutnya. Kebahagiaan merupakan perasaan maupun pengalaman seseorang saat menerima diri dan secara umum merasa senang, hal ini terdiri dari emosi positif, bekerja atau berperilaku, dan memaknai hidupnya (Fordynce, 1986).

Kebahagiaan atau emosi positif adalah perasaan menyenangkan dan membahagiakan wujud dari kesempurnaan, banyak orang menginginkan kehidupan yang bahagia yang merupakan dorongan positif dalam menjalani kehidupan dunia yang pelik. Perasaan yang memicu dorongan positif inilah yang menjadi titik tonggak seorang individu melakukan kegiatan yang positif pula (Kosasih dalam Pontoh, 2015).

Kebahagiaan merupakan tujuan akhir dari setiap orang , tujuan akhir dari setiap aktivitas dan daya upaya secara pergumulan dan perjuangan dalam hidup ini begitu pula dengan dewasa madya, setiap orang tentunya memiliki pemaknaan yang berbeda terhadap kebahagiaan namun juga dapat berubah seiring berjalannya waktu (Arif, 2016).

Menurut BPS (Badan Pusat Statistik) di provinsi Aceh penduduk dengan umur 41-64 tahun memiliki indeks kebahagiaan yang rendah sebesar 71,42. Aceh mengalami penurunan indeks kebahagiaan sebesar 0,72 poin menjadi 71,24 pada tahun 2021 dari sebelumnya berada pada angka 71,96 pada tahun 2017. Indeks Kebahagiaan di Aceh ini bahkan masih berada dibawah rata-rata indeks kebahagiaan nasional yang berada pada angka 71,49. Survey indeks kebahagiaan tersebut telah berlangsung pada 1 Juli hingga 27 Agustus 2021 dengan melibatkan 75.000 rumah tangga yang dipilih secara acak di 34 Provinsi di Indonesia. Selain

itu, dalam pengumpulan data, BPS menjadikan kepuasan hidup personal dan sosial, perasaan serta makna hidup menjadi indikator utama penentuan indeks kebahagiaan berdasarkan data hasil Survei Pengukuran Tingkat Kebahagiaan (SPTK).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik tahun 2021 berdasarkan hasil survey menyebutkan bahwa tingkat kebahagiaan pada dewasa madya lebih rendah dibandingkan dengan dewasa awal. Hal ini dikarenakan dewasa madya memiliki lebih banyak tanggung jawab seiring dengan bertambahnya usia, perubahan kesehatan dan fisik, serta kepuasan hidup yang belum tercapai sepenuhnya (Afianti 2018).

Ada empat karakteristik menurut (Myers, dalam Sarmadi 2018) yang selalu ada pada orang yang memiliki kebahagiaan dalam hidupnya, yaitu; Pertama, menghargai diri sendiri. Orang yang bahagia cenderung menyukai dirinya sendiri. Mereka cenderung setuju dengan pernyataan seperti; “Saya adalah orang yang menyenangkan”. Jadi, pada umumnya orang yang bahagia adalah orang yang memiliki kepercayaan diri yang cukup tinggi. Kedua, optimis. Ada dua dimensi untuk menilai apakah seseorang termasuk optimis atau pesimis, yaitu permanen (menentukan berapa lama seseorang menyerah) dan pervasif (menentukan apakah ketidakberdayaan melebar ke banyak situasi). Orang yang optimis percaya bahwa peristiwa baik memiliki penyebab permanen dan peristiwa buruk bersifat sementara sehingga mereka berusaha untuk lebih keras pada setiap kesempatan agar ia dapat mengalami peristiwa baik lagi. Sedangkan orang yang pesimis menyerah di segala aspek ketika mengalami peristiwa buruk di area

tertentu. Ketiga, terbuka. Orang yang bahagia biasanya lebih terbuka terhadap orang lain. Penelitian menunjukkan bahwa orang-orang yang tergolong sebagai orang extrovert dan mudah bersosialisasi dengan orang lain ternyata memiliki kebahagiaan yang lebih besar. Keempat, mampu mengendalikan diri. Orang yang bahagia pada umumnya merasa memiliki kontrol pada hidupnya. Mereka merasa memiliki kekuatan atau kelebihan sehingga biasanya mereka berhasil lebih baik di sekolah atau pekerjaan.

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa dewasa madya yang berinisial RI, HJ dan MA adalah warga Gampong Keunekai berikut cuplikan hasil wawancara tersebut :

Cuplikan wawancara 1 (perempuan)

“Bahagia menurut saya itu kalo kita ya bersyukur dengan yang kita miliki sekarang, tapi kadang kalo misalnya melihat anak-anak kadang suka sedih karena situasi sekarang saya itu serba kekurangan dengan harga apa-apa mahalkan, kadang ada omongan anak yang bikin sakit hati, dia suka marah-marah, dia bilang saya terlalu memaksa dia belajar, kalo gak dipaksa dia ngak belajar kan untuk dia juga, dibilang kita suka maksa dia. Sedih liat dia gitu, saya jadi berpikir kenapa dulu gak saya aja yang berusaha lebih lagi untuk sekolah, mungkin gak seperti ini sekarang. sekarang kan saya udah gak bisa lagi, tapi kan itu bagus untuk dia juga supaya nanti dia gak seperti saya sekarang, gak susah lagi, bisa mengangkat derajat keluarga juga kan, nanti yang senang kan dia juga ” (RI, wawancara personal, 27 juni 2022)

Cuplikan wawancara 2 (laki-laki)

“kalo ditanya bahagia sekarang kurang ya, kayak lebih bahagia dulu, waktu kerja dimedan masih umur-umur 18 tahun lah, kalo sekarang gak ngapa-ngapain aja ngerasa capek, kadang kepikiran juga kan kenapa bisa gini, dengan kerjaan yang gak pas, lingkungan kerja yang gak mendukung berasa kali lah bedanya, lebih suka diri yang dulu biar pun capek tapi ya enak ketemu teman setiap hari, ada aja yang bisa dilakuin, sekarang liat anak muda yang udah nikah cepet banget rasanya kepikiran kenapa diumur segini saya belum nikah, mungkin kalo punya pasangan jadi lebih bahagia ya diumur segini.” (HJ, wawancara personal, 27 juni 2022)

Cuplikan wawancara 3 (perempuan)

“Alhamdulillah saya puas dan bahagia dengan keadaan saya sekarang, anak-anak udah gede, kuliah semua bahagialah. Mimpi saya waktu muda dulu, pengen punya suami kaya hehehehe supaya tidak kesusahan, bukan kaya tapi senang, hidup sederhana tapi senang. Bahagia ada tapi senangnya gak ada. Karena suami gak ada uang, kurang gak seperti yang kita perlukan, waktu anak perlu untuk sekolah dulu pas masih kecil masih sekolah gak ada. Tapi alhamdulillah sekarang sudah berubah semenjak saya mulai membantu suami saya mencari nafkah untuk keluarga, semua sudah terpenuhi, anak juga udah kuliah, yaa walaupun ada yang gak terwujud ya gakpapalah. (MA, Wawancara personal, 15 oktober 2022)

Berdasarkan hasil wawancara diatas menunjukkan bahwa ada subjek yang bahagia dan tidak bahagia. Yang menjadi sumber ketidakbahagiaan subjek adalah hubungan yang tidak harmonis dengan anggota keluarga, dan rasa penyesalan masa lalu karena tidak tercapainya impian yang diinginkan. tolak ukur kebahagiaan secara netral lebih menekankan pada kesejahteraan subjektif dalam bentuk kepuasan penuh atau pencapaian yang tinggi (Seligman, dalam Fikr 2017). kebahagiaan mengandung arti yaitu dimensi dari kepuasan hidup serta perasaan positif. Sebagaimana perasaan nyaman dan tentram. Sebab itulah, kebahagiaan diartikan sebagai kepuasan hidup oleh setiap individu (Karni, 2018).

Seligman (2005) mengatakan bahwa kegembiraan/ kebahagiaan bisa seperti kepuasan masa lalu, masa sekarang, dan masa depan, emosi ini tidak selalu bisa kita rasakan semua, bisa saja seseorang bangga dan puas akan masa lalu namun sedih pada masa sekarang dan pesimis akan masa depan. Sama halnya mungkin seseorang memiliki banyak kesenangan di masa sekarang namun getir akan masa lalunya dan putus asa akan masa depan, dengan mempelajari kebahagiaan kita bisa menggerakkan emosi kearah yang positif dengan mengubah perasaan

tentang masa lalu, cara berpikir tentang masa depan dan cara kita menjalani masa sekarang (Seligman, 2005).

Diener, Oishi, & Lucas (2012), juga menyatakan kepuasan hidup adalah salah satu indeks pengukuran dari kebahagiaan. Kepuasan hidup adalah penilaian kognitif seseorang tentang hidupnya (Diener, Oishi, & Lucas, 2012). Cara seseorang mengevaluasi kehidupannya mencakup penilaian terhadap kepuasan hidupnya, serta evaluasi afektif yang mencakup perasaan bahagia yang telah dialami (Ulfah, 2014). Gilman & Huebner (dalam Ardaniyati 2022) menyebutkan bahwa kepuasan hidup merupakan konstruk penting dalam psikologi positif.

Menurut Shin dan Johnson (dalam Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985), kepuasan hidup adalah penilaian global tentang kualitas hidup seseorang sesuai dengan kriteria yang dipilihnya. Sousa & Lyubomirsky, (2001) juga menjelaskan bahwa kepuasan hidup seseorang adalah sebuah penerimaan seseorang terhadap keadaan kehidupannya serta sejauh mana seseorang itu dapat memenuhi apa yang dikehendakinya secara menyeluruh.

Secara umum kepuasan hidup merujuk kepada sejauh mana seseorang itu berpuas hati dengan apa yang diperolehnya selama ini. Dirinya adalah aspek yang diukur secara kognitif oleh seseorang terhadap dirinya sendiri (Sousa & Lyubomirsky (2001). Berdasarkan pendekatan kognitif yang disampaikan oleh Diener (dalam Frisch, 2006) kepuasan hidup merupakan penilaian secara kognitif dimana seseorang membandingkan keadaannya saat ini dengan keadaan yang dianggapnya sebagai standar ideal. Semakin kecil perbedaan yang

dirasakan yaitu antara apa yang diharapkan dengan apa yang dicapai oleh individu maka semakin besar kepuasan hidup seseorang (Diener, 1985 dalam Frisch, 2006).

Diener & Biswas-Diener, (2008) menambahkan bahwa kepuasan hidup merupakan penilaian secara kognitif mengenai seberapa baik dan memuaskan hal-hal yang sudah dilakukan individu dalam kehidupannya secara menyeluruh dan atas area-area utama dalam hidup yang mereka anggap penting (*domain satisfaction*) seperti hubungan interpersonal, kesehatan, pekerjaan, pendapatan, spiritualitas dan aktivitas di waktu luang. Kepuasan hidup dan *domain satisfaction* tersebut berpatokan pada kepercayaan atau sikap individu dalam menilai kehidupannya (Schimmack, 2008).

Saul, 1983 (dalam Ramdani 2017) mengatakan bahwa individu pada masa dewasa madya dikatakan sukses adalah mereka yang dapat mencapai kepuasan hidup. Pavord & Diener, (dalam Linsiya, 2015) menjelaskan bahwa kepuasan hidup adalah kemampuan seseorang untuk menikmati pengalaman-pengalaman yang disertai dengan tingkat kegembiraan yang timbul dari pemenuhan kebutuhan dan merupakan saran untuk menikmati suatu hal.

Pemahaman dan penghayatan yang tidak memadai pada kepuasan hidup seperti peristiwa buruk pada masa lalu akan menurunkan ketenangan dan kebahagiaan dan kepuasan, sehingga ada dua cara untuk membawa perasaan kepuasan ini kepada kelegaan dan kebahagiaan yaitu bersyukur pada peristiwa baik yang terjadi di masa lalu dan menulis ulang sejarah dengan disertai rasa maaf sehingga akan mengurangi kegetiran peristiwa buruk, atau bahkan bisa

mengubah kenangan buruk menjadi kenangan yang menyenangkan (Seligman, 2005).

Sirgy (dalam Indati, Adityanti, Ramdhani, 2019) merangkum penelitian-penelitian mengenai faktor-faktor yang berperan terhadap kepuasan hidup pada dewasa madya. Rangkuman tersebut mencakup faktor-faktor yang berhubungan dengan kepuasan hidup yaitu diantaranya faktor kesehatan, faktor psikologis (nilai-nilai yang dalam diri individu seperti keterbukaan dengan pengalaman dan individualisme), faktor sosial (seperti status pernikahan, kualitas hubungan sosial, partisipasi dalam kegiatan sosial, dukungan sosial dari cucu), faktor sosial ekonomi (misalnya kondisi finansial), dan faktor tempat tinggal (tinggal bersama dengan anggota keluarga berbeda generasi lebih baik bagi kesejahteraan psikologis dibandingkan tinggal dengan keluarga satu generasi).

Atas dasar uraian penjelasan fenomena diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Kepuasan Hidup dengan Kebahagiaan pada Dewasa Madya di Gampong Keunekai Kota Sabang”.

B. Rumusan Masalah.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “Apakah terdapat Hubungan antara Kepuasan Hidup dengan Kebahagiaan pada Dewasa Madya di Gampong Keunekai Kota Sabang”.

C. Tujuan Penelitian.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui “Hubungan Kepuasan hidup dengan Kebahagiaan pada Dewasa Madya di Gampong Keunekai Kota Sabang”.

D. Manfaat Penelitian.

1. Manfaat Teoritis.

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah berupa untuk dapat mengembangkan dan meneruskan teori-teori yang sudah ada sebelumnya dan guna memberikan wawasan baru untuk peneliti dan pembaca yang berkaitan dengan hubungan antara kepuasan hidup dengan kebahagiaan pada dewasa madya di Gampong Keunekai Kota Sabang.

2. Manfaat Praktis.

a. Bagi Subjek

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat terhadap dewasa madya untuk meraih kebahagiaan serta kepuasan hidup secara seutuhnya.

b. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai dan informasi baru bahwa individu dapat mengatasi ketidakbahagiaannya dengan bersosialisasi secara aktif, menemukan nilai-nilai positif dilingkungannya dan optimis dengan kehidupannya.

c. Bagi peneliti selanjutnya.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi peneliti lain yang akan meneliti terkait hubungan Kebahagiaan Dengan Kepuasan Hidup pada Dewasa Madya di Gampong Keunekai Kota Sabang untuk dijadikan sebagai sumbangan pemikiran dan alternatif referensi.

E. Keaslian Penelitian

Ada beberapa penelitian terkait dengan kepuasan hidup dan kebahagiaan yang telah diteliti sebelumnya diantaranya ialah sebagai berikut :

Penelitian yang dilakukan oleh Raharjo & Sumargi (2018) dengan judul Dukungan Sosial dan Kepuasan Hidup pada Mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang berasal dari luar Jawa. tujuan penelitian ini mengetahui ada tidaknya hubungan antara Dukungan Social dengan Kepuasan Hidup pada Mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang berasal dari luar jawa. Penelitian ini diukur menggunakan *Satisfaction With Life Scale (SWLS)* dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini melibatkan 54 orang mahasiswa UKLUMS yang berasal dari luar jawa dengan usia kisaran antara 18-21 tahun. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *incidental sampling*. Hasil penelitian menyatakan bahwa dukungan social berdampak positif bagi bagi kehidupan mahasiswa sehari-hari selain dapat meningkatkan kepuasan hidup, dukungan sosial juga dapat mengurangi perilaku emosi negatif, serta stress. Sehingga semakin tinggi dukungan social maka semakin tinggi pula kepuasan hidup pada mahasiswa UKLUMS yang

berasal dari luar Jawa. Berdasarkan dari penelitian Raharjo & Sumargi (2018) maka terdapat perbedaan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti pada sampel dan lokasi penelitiannya yaitu peneliti sebelumnya hanya melihat dukungan sosial dan kebahagiaan pada mahasiswa. Sedangkan peneliti akan melakukan penelitian hubungan antara kepuasan hidup dengan kebahagiaan pada dewasa madya yang berlokasi di Kota Sabang.

Penelitian lain juga dilakukan oleh Ardaniyanti & Ramadhani (2022) dengan judul Kepuasan Hidup pada Remaja di Era New Normal. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kepuasan hidup remaja di era new normal. Sampel dalam penelitian ini yaitu remaja yang berusia 15-18 tahun yang berjumlah 80 remaja. Metode yang digunakan ialah metode *descriptive kuantitatif* yang diukur menggunakan *instrument multidimensional student's life satisfaction scale* dari Huebner (2001). Hasil penelitian ini menemukan bahwa remaja di era new normal memiliki kepuasan hidup tertinggi di kehidupan keluarganya. Hal ini dikarenakan pada masa new normal remaja banyak menghabiskan waktu di rumah sehingga kesempatan untuk berkumpul dengan anggota keluarga dan tempat yang aman selama covid-19. Berdasarkan dari penelitian Ardaniyanti & Ramadhani (2022) maka terdapat perbedaan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti pada sampel dan lokasi penelitiannya yaitu peneliti sebelumnya meneliti tentang kepuasan hidup pada remaja di era new normal pada remaja. Sedangkan peneliti akan melakukan penelitian hubungan antara kepuasan hidup dengan kebahagiaan pada dewasa madya yang berlokasi di Kota Sabang.

Penelitian lain juga dilakukan oleh Ramdani(2017) dengan judul Perbedaan Kepuasan Hidup Pada Lansia Hinder dan Lansia Mainland. Menggunakan penelitian deskriptif, dengan pendekatan kuantitatif, dengan Populasi penelitian adalah Lansia yang berada di kota Batam sebanyak 60 orang yang dipilih dengan teknik *non probability* sampling. Hasil penelitian secara keseluruhan kepuasan hidup Lansia berada dalam kategori tinggi, diartikan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kepuasan hidup Lansia yang tinggal di wilayah mainland dengan heinterland. Sehingga tingkat kepuasan hidup lansia dipengaruhi oleh bagaimana lansia menikmati hidupnya, serta menciptakan kondisi positif yang memungkinkan lansia untuk meningkatkan kepuasan hidup yang dimilikinya. Berdasarkan dari penelitian Ramdani ,(2017) maka terdapat perbedaan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti pada lokasi dan subjek penelitiannya yaitu peneliti sebelumnya meneliti tentang Perbedaan Kepuasan Hidup Pada Lansia Hinder dan Lansia Mainland. Sedangkan peneliti akan melakukan penelitian hubungan antara kepuasan hidup dengan kebahagiaan pada dewasa madya yang berlokasi di Kota Sabang.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Julianto Dkk (2020) dengan judul Hubungan Antara Harapan dan Harga Diri terhadap Kebahagiaan pada Orang yang Mengalami *toxic relationship* dengan Kesehatan Psikologis. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara harapan dan harga diri terhadap kebahagiaan pada orang yang mengalami *toxic realationship* dengan kesehatan psikologis. Metode dalam penelitian ini menggunakan kuantitatif

korelasional. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 49 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa harga diri dan harapan memiliki pengaruh terhadap tingkat kebahagiaan seseorang. Yang berarti kebahagiaan seseorang akan tinggi apabila memiliki harga diri dan harapan yang tinggi, namun saat mengalami *toxic realitionsip* harga diri dan harapan akan menurun yang membuat tingkat kebahagiaan yang dirasakan semakin rendah. Berdasarkan dari penelitian maka terdapat perbedaan penelitian yang akan dilakukan oleh Julianto Dkk (2020) yaitu pada lokasi dan subjek penelitiannya yaitu peneliti sebelumnya meneliti tentang Dengan judul Hubungan Antara Harapan dan Harga Diri terhadap Kebahagiaan pada Orang yang Mengalami *toxic relationship* dengan Kesehatan Psikologis. Sedangkan peneliti akan melakukan penelitian hubungan antara kepuasan hidup dengan kebahagiaan pada dewasa madya yang berlokasi di kota sabang. penelitian yang dilakukan oleh Sa'adah (2021) dengan judul makna kebahagiaan pada karyawan wanita usia madya di kumala laundry kota Banjarmasin. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran kebahagiaan dan mengidentifikasi faktor kebahagiaan yang dirasakan karyawan wanita usia madya di Kumala Laundry Kota Banjarmasin. Penelitian ini merupakan penelitian lapangan, dengan menggunakan metode kualitatif. Hasil penelitian yang didapatkan kebahagiaan pada karyawan wanita usia madya ada pada aspek kognitif dan aspek afektif. Dari aspek kognitif tiap sampel memiliki kepuasan hidup yang berbeda. Aspek afektif dari kedua subjek juga memiliki hasil berbeda yang namun mereka sama-sama menerima dan bersyukur atas apa yang mereka dapatkan. Faktor-faktor yang

mempengaruhi kebahagiaan subjek S adalah uang, perkawinan, kehidupan sosial, kesehatan dan agama, sedangkan subjek A adalah uang, perkawinan, usia, kesehatan dan agama. Perbedaan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti pada sampel dan lokasi penelitiannya.

Penelitian lain dilakukan oleh Rivada Dkk (2019) dengan judul Menemukan Kebahagiaan dalam Emosi Negatif : Tes Eksperimental dari Paradigma *Expressive Writing*. Tujuan penelitian ini mengetahui bagaimana seseorang menemukan kebahagiaan dalam emosi negatif dilakukan menggunakan *expensive writing*. Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah esperiment yang melibatkan 19 mahasiswa UIN sunan kalijaga Yogyakarta dari berbagai fakultas. Eksperiment ini berlangsung selama 4 hari berturut-turut, hasil penelitian eksperimen yang dilakukan menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh *exprensive writing* terhadap kebahagiaan dalam emosi negatif pada mahasiswa uin sunan kalijaga Yogyakarta. Saat seseorang mengalami atau merasakan emosi negatif cenderung akan merasa tidak bahagia dan cenderung bersikap negatif seperti menyalahkan orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa untuk mengatur dan mengendalikan emosi negatif bukanlah hal yang mudah, sehingga *expressive writing* tidak serta mampu menjadikan seseorang menemukan kebahagiaan dalam emosi negative yang ia rasakan. Berdasarkan dari penelitian Rivada Dkk (2019) maka terdapat perbedaan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti pada lokasi dan subjek penelitiannya yaitu peneliti sebelumnya meneliti tentang Menemukan Kebahagiaan dalam Emosi Negatif : Tes Eksperimental dari Paradigma

Expressive Writing. Sedangkan peneliti akan melakukan penelitian hubungan antasra kepuasan hidup dengan kebahagiaan pada dewasa madya yang berlokasi di Kota Sabang.

Ditinjau dari seluruh penelitian diatas maka belum ditemukan penelitian yang mengkaji hubungan kedua variabel tersebut yang dilakukan pada dewasa madya di Kota Sabang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penelitian yang dilakukan peneliti berbeda dengan peneliti sebelumnya. Dengan demikian penelitian ini dapat dipertanggung jawabkan keaslian penelitiannya.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. KEBAHAGIAAN

1. Pengertian Kebahagiaan

Kebahagiaan adalah salah satu topik utama dalam psikologi positif. Psikologi positif hadir untuk menemu, mengenal dan mengembangkan faktor-faktor yang diduga ada di dalam diri individu, komunitas, dan masyarakat untuk menjalani kehidupan tumbuh lebih baik dan kuat (Shaleh 2020). Diener & Seligman (dalam Shaleh 2020), menemukan bahwa orang yang sangat bahagia memiliki hubungan yang sangat memuaskan dengan teman, pasangan, dan keluarga. Mereka memiliki lebih banyak peristiwa dan emosi positif, dan kurang neurotik serta skor rendah pada beberapa ukuran psikopatologi.

Kebahagiaan seringkali dikaitkan dengan kondisi emosional dan bagaimana individu merasakan dunianya, termasuk lingkungannya, dan dirinya sendiri (Sarmandi 2018). Bahagia juga merupakan bagaimana penilaian individu dalam menilai kebahagiaan tersebut, misalnya : Ketika seseorang sering membantu atau memberikan pertolongan antar sesama manusia, maka ia memperoleh kenikmatan menerima dan merasa ditolong. Saat memberi harapan ia merasa penuh harapan, saat mencintai orang lain ia merasa lepas dari keraguan yang menghambat perkembangan jiwa, saat berbagi kesedihan dengan orang lain ia merasa bahagia (Sarmandi 2018).

Aristoteles (dalam Shaleh 2020) Kebahagiaan merupakan bentuk kesempurnaan sehingga banyak upaya yang dilakukan untuk mencapainya. James (dalam William dkk, 2006) berpendapat kebahagiaan merupakan hal yang sangat penting sehingga upaya untuk mencapai kebahagiaan menjadi fokus perhatian dan tujuan dari manusia sepanjang waktu. Dengan demikian jelas bahwa setiap individu tampaknya ingin mencapai kebahagiaan dan akan berusaha melakukan upaya tertentu untuk mencapai kebahagiaan dalam hidupnya.

Seligman (2005) kebahagiaan merupakan perasaan positif yang akan mendorong seseorang untuk melakukan berbagai tindakan positif. Kebahagiaan sebagai konsep yang mengacu pada emosi positif yang tidak memiliki komponen perasaan negatif, misalnya ketika individu terlibat dalam kegiatan yang sangat disukai.

Berdasarkan pendapat para tokoh di atas, peneliti merujuk pada definisi Seligman (2005) yang menjelaskan bahwa kebahagiaan merupakan suatu emosi positif yang dimiliki oleh individu didalamnya

2. Dimensi Kebahagiaan

Menurut Seligman (dalam Arif, 2016) ada beberapa konstruk *multidimensional* kebahagiaan ialah sebagai berikut :

- a. Emosi positif (*positive emotions*), yang terbagi berdasarkan waktu yaitu emosi positif tentang masalah, emosi positif tentang masa sekarang dan emosi positif tentang masa depan. Emosi positif masa lalu mencakup tentang memaafkan dan bersyukur. Emosi positif di

masa sekarang mencakup tentang kesadaran dan konsentrasi. Dan emosi positif masa depan mencakup tentang optimis dan harapan.

- b. Keterlibatan penuh (*engagement*), keterlibatan diri dengan sepenuh hati dan sukarela, sering kali dengan mengambil resiko dalam suatu relasi dengan individu atau sekelompok dengan tujuan bermakna bagi individu. Dalam keterlibatan ini terdapat pula ketidaklibatan, dimana individu hanya menjalani sesuatu dengan berjarak tanpa komitmen dan melibatkan diri, tanpa mengambil resiko dan menjalaninya sesuai dengan peraturan yang ada. Ketidaklibatan biasanya individu terutama untuk yang ingin saling memperoleh manfaat sebanyak mungkin dari pihak lain. Seligman (2002) mengklasifikasikan keterlibatan sebagai *the good life*, yaitu hidup bercirikan sebagai suatu pencarian gratifikasi (kepuasan batin) dan bukan dengan kesenangan (*pleasures*). Sumber dari keterlibatan ini berasal dari karakter pribadi (*strengths*) dan panggilan hidup (*calling*).
- c. Relasi positif (*positif relationship*), yang dapat terbentuk dengan menjalin hubungan dekat, memberikan kasih sayang, membantu orang lain, kecerdasan sosial, empati, kepedulian dan kepercayaan.
- d. Makna hidup (*meaning*), yang berkaitan dengan bagaimana upaya manusia memahami dunia dengan berbagai kemajuan yang terjadi. Dan berkaitan dengan memahami dirinya dengan alam dan makhluk lain yang ada di muka bumi.

- e. Pencapaian (*Accomplishment*), yang terlihat atau bersahaja menjadi lebih baik daripada kondisi sebelumnya, hal itu bergantung pada berbagai kemampuan yang dimiliki individu tersebut dalam seberapa besar upaya yang dilakukan.

Carr (dalam Hidayatullah 2017) juga memaparkan aspek kebahagiaan, bahwa kebahagiaan memiliki dua aspek, yakni afektif dan kognitif. Aspek afektif yakni pengalaman emosional berupa emosi positif, dapat berupa senang, gembira, atau riang. Keduanya telah mengatakan bahwa mereka menikmati kehidupannya dan bahagia dengan segala yang telah mereka dapat hingga saat ini. Hal tersebut juga telah menjelaskan aspek kognitif berupa evaluasi kognitif dalam kepuasan terhadap berbagai domain dalam kehidupan individu.

Berdasarkan pendapat para tokoh di atas mengenai aspek-aspek kebahagiaan. Dalam penelitian ini peneliti merujuk pada aspek yang dikemukakan oleh Seligman (dalam Arif, 2016) yang menyatakan bahwa aspek-aspek seperti adanya emosi positif (*positif emotions*), keterlibatan (*engagement*), relasi positif (*positive relationship*), makna hidup (*meaning*), dan pencapaian (*accomplishment*).

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan

Seligman (2005) mengklafikasikan faktor-faktor yang mempengaruhi menjadi dua, yaitu faktor internal dan eksternal, yang meliputi sebagai berikut ini:

a. Faktor internal, meliputi emosi positif yang mempengaruhi kebahagiaan terbagi menjadi tiga jenis, yaitu emosi masa lalu, masa sekarang dan masa depan.

1. Masa lalu, kategori ini ialah suatu sikap individu dalam menanggapi kenangan masa lalu. sikap positif dalam menanggapi masa lalu dapat menghasilkan emosi positif berupa kepuasan, kelegaan, kesuksesan, kebanggaan, dan kedamaian (ketenangan).
2. Masa depan, kategori ini mengandung optimisme, harapan, keyakinan, dan kepercayaan individu.
3. Masa sekarang, kategori ini mencakup kegembiraan, ketenangan, keriangian, semangat yang meluap-luap, rasa senang dan *flow*.

b. Faktor eksternal, meliputi uang, pernikahan/perkawinan, kehidupan sosial, kesehatan, agama, emosi negatif, usia, pendidikan, iklim, ras dan gender.

1. Uang, banyak individu yang berpendapat bahwa uang adalah salah satu alasan individu hidup dengan bahagia. Menempatkan uang di atas tujuan hidupnya akan cenderung menjadi kurang puas dengan kehidupan secara keseluruhan.
2. Pernikahan/perkawinan, individu yang menikah cenderung lebih bahagia daripada yang tidak menikah. Karena pernikahan menyediakan keintiman psikologis dan fisik, konteks untuk memiliki anak, membangun rumah tangga, dan mengafirmasi identitas serta peran sosial sebagai pasangan dan orangtua.

3. Kehidupan sosial, individu memperoleh dukungan sosial yang positif dari keluarga, teman maupun sahabat. Yakni individu yang berbahagia paling sedikit menghabiskan waktu sendirian dan lebih sering bersosialisasi dengan keluarga, teman, sahabat ataupun dengan lingkungan di sekitarnya.
4. Kesehatan, kesehatan dipersepsikan oleh individu terhadap seberapa sehat diri kita. Selain itu, orang yang bahagia memiliki hidup yang lebih lama karena kebahagiaan melindungi kesehatan fisik individu.

B. KEPUASAN HIDUP

1. Pengertian Kepuasan Hidup

Menurut Sousa dan Lyubomirsky (2001), kepuasan hidup adalah sebuah penerimaan seseorang terhadap keadaan kehidupannya serta sejauh mana seseorang itu dapat memenuhi apa yang dikehendakinya secara menyeluruh. Tidak hanya itu, kepuasan hidup juga memungkinkan seseorang untuk merasakan bahagia dalam situasi apapun. Adapun bentuk dari kebahagiaan itu sendiri berupa perasaan senang, damai dan termasuk juga didalamnya kesejahteraan, kedamaian pikiran, kepuasan hidup serta tidak adanya perasaan tertekan atau perasaan menderita (Bestari 2015). Menurut Diener dan Pavot (2018) kepuasan hidup adalah penilaian secara global dari seseorang, yang merupakan persepsi kognitif individu tersebut tentang kondisi kehidupan aktualnya saat ini yang dibandingkan dengan standar kehidupan idealnya.

Menurut Diener (2000) kepuasan hidup ialah penilaian kehidupan individu yang mencakup aspek kognitif seperti kepuasan menyeluruh dan kepuasan dalam domain tertentu serta komponen afektif seperti afek positif dan negatif. (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999) meskipun wanita telah dicatat untuk melaporkan lebih banyak pengaruh positif dan negatif.

2. Dimensi Kepuasan Hidup.

Menurut teori Diener (2000), kepuasan hidup memiliki dua dimensi, yaitu dimensi kognitif dan afektif yang merupakan suatu konstruk multidimensi yang memiliki tiga komponen yang terpisah, yakni:

- a. Aspek kognitif menilai kepuasan hidup individu yang dipisahkan menjadi dua kategori: evaluasi kepuasan hidup secara keseluruhan dan kepuasan dalam domain tertentu. Kepuasan pada hidup dideskripsikan pada bagaimana penilaian individu mengenai kehidupannya secara menyeluruh (Diener, 2006). Evaluasi kognitif individu dapat dilihat sebagai kepuasan pada beberapa bidang kehidupan tertentu, seperti pekerjaan, kesehatan, keluarga, hubungan sosial individu, atau waktu luang yang dimiliki individu (Diener, 2006).
- b. Aspek afektif berkaitan dengan evaluasi perasaan yang terbagi menjadi penilaian positif (positive affect) dan penilaian negatif (negative affect) (Diener, 2000). Dimensi afek positif dapat ditandai dengan suasana serta emosi positif diantaranya nyaman, senang, gembira, puas (Diener et al., 1999).

- c. Pada dimensi afek negatif ditandai dengan adanya perasaan tidak nyaman, sedih, takut, marah (Diener et al., 1999).

Afeksi positif dan negatif termasuk ke dalam domain afeksi, sedangkan kepuasan hidup termasuk dalam domain kognisi. Meskipun demikian, dalam beberapa penelitian, tidak semua peneliti menggunakan model tiga faktor seperti yang diusulkan oleh Diener (dalam Akhtar 2019).

Berg (dalam Ramdani 2007) mengungkapkan bahwa terdapat lima dimensi kepuasan hidup, yaitu:

- a. Keinginan untuk bangkit dari keterpurukan dan bersemangat dalam berbagai aktivitas,
- b. Resolusi dan kesabaran yang menunjukkan rasa tanggung jawab pada diri sendiri dan orang lain,
- c. Kesesuaian antara keinginan dan tujuan yang ingin dicapai mengacu pada pandangan dari tujuan yang telah dicapai,
- d. Konsep diri seseorang mengenai keadaan fisik, psikologis dan atribut sosial.
- e. Suasana hati yang lebih mengarah pada sikap optimis dalam berhubungan dengan orang lain. Berdasarkan hal tersebut, individu yang telah lanjut usia dituntut untuk dapat menyesuaikan diri terhadap berbagai perubahan-perubahan baik fisik maupun mental untuk dapat mencapai kepuasan hidup.

3. Faktor-Faktor Kepuasan Hidup

Menurut Markides (dalam Ramdani 2017) faktor- faktor yang menjadi penunjang kepuasan hidup adalah sebagai berikut.

a. Pendapatan

Orang dengan pendapatan yang layak dan kesehatan yang baik cenderung untuk puas dengan kehidupannya dibandingkan dengan rekan sebayanya yang memiliki pendapatan kecil dan kesehatan yang buruk.

b. Gaya hidup yang aktif

Gaya hidup yang aktif dikaitkan dengan kesejahteraan psikologis seseorang yang pergi ketempat-tempat ibadah, pertemuan-pertemuan, bepergian, bermain golf, pergi ke dansa, dan latihan secara teratur lebih puas dengan kehidupannya dibandingkan dengan orang-orang yang hanya tinggal di rumah.

c. Jaringan pertemanan dan keluarga

Individu yang memiliki jaringan sosial pertemanan dan keluarga yang luas juga lebih puas dengan orang-orang yang terisolasi social.

C. Hubungan Antara Kepuasan Hidup Dengan Kebahagiaan Pada Dewasa Madya.

Setiap orang terobsesi dengan masa depan serta dengan seberapa berhasil diri mereka di masa depan, mereka selalu memikirkan hal-hal yang akan datang, mempersiapkan rancangan dan menetapkan target sebelum peristiwa terjadi. Sedangkan masa lalu adalah titik tolak hal-hal yang telah dilewati. Perjalanan yang memiliki hal yang banyak terjadi yang memberikan pengalaman dan juga kegagalan yang hanya bisa disyukuri dan dijadikan pembelajaran (Arif , 2016).

Menurut Hambali (2015), usia madya merupakan usia yang berlangsung dalam rentang waktu yang cukup panjang sehingga masa usia madya memiliki peran dan pola hidup yang berubah. Masa ini juga disebut masa transisi dimana tidak lagi muda namun juga belum memasuki usia tua. Dalam perkembangannya dewasa madya memiliki tugas untuk menyesuaikan diri dengan perubahan fisik, perubahan dalam penampilan, serta periode yang ditakuti menjadikan usia ini disebut usia yang berbahaya karena memunculkan keinginan untuk melampaikan dan mengekspresikan kekerasan dan vitalitasnya. Setiap individu yang tidak dapat memenuhi tugas perkembangannya maka akan mengalami konsekuensi yang tidak menyenangkan dan pertimbangan sosial serta mengakibatkan ketinggalan dari kelompok sebayanya (Hurlock, dalam Ramdani 2017).

Diener (dalam Raharjo, 2018) mengatakan bahwa kepuasan hidup merupakan penilaian secara kognitif mengenai seberapa baik dan memuaskan hal-hal yang sudah dilakukan individu dalam kehidupannya secara

menyeluruh dalam hidup yang mereka anggap penting. Kepuasan hidup adalah bagian dari dimensi kognitif dari kebahagiaan Diener (dalam Anggraini 2018). Kepuasan hidup didefinisikan sebagai penilaian seseorang mengenai kualitas kehidupannya secara umum yang merefleksikan penilaian seseorang individu bahwa kehidupannya berjalan dengan baik. Menurut Diener, Oishi & Lucas (dalam Anggraini, 2018) Kepuasan hidup merupakan komponen kognitif karena melibatkan proses kognitif untuk mengevaluasi kejadian - kejadian dalam hidup. Setiap individu dapat menelaah kondisi kehidupannya sendiri, menimbang pentingnya kondisi - kondisi tersebut, dan mengevaluasi kehidupannya ke dalam skala memuaskan dan tidak memuaskan.

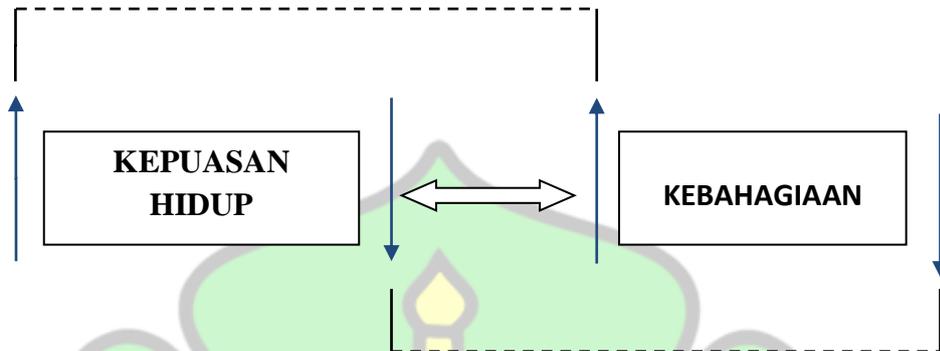
Menurut Aristoteles (dalam Williams dkk, 2006), kebahagiaan merupakan bentuk kesempurnaan, sehingga banyak upaya yang dilakukan untuk mencapainya. Hal ini senada dengan apa yang disampaikan oleh James (dalam Williams dkk, 2006) bahwa kebahagiaan merupakan hal yang sangat penting sehingga upaya untuk mencapai kebahagiaan menjadi fokus perhatian dan tujuan dari manusia sepanjang waktu. Dengan demikian jelas bahwa setiap orang tampaknya ingin mencapai kebahagiaan dan akan berusaha melakukan upaya tertentu untuk mencapai kebahagiaan dalam hidupnya. Berdasarkan penelitian Sa'adah (2021) Dari hasil penelitian ditemukan bahwa makna kebahagiaan pada setiap subjek berbeda. Ada yang merasa lebih bahagia ketika semua keinginan nya terpenuhi seperti, harta yang berlimpah, pasangan yang bertanggung jawab dan anak yang sukses, sedangkan yang lain merasa lebih bahagia ketika bisa

lebih dekat dengan tuhan. Hasil penelitian tersebut para subjek mempunyai tujuan hidup yang berbeda serta kepuasan akan tercapaiannya suatu tujuan yang berbeda namun mereka merasa bahagia karena sama-sama menjalani kehidupan dengan cara selalu bersyukur dan berpikir positif.

Diener dkk (1999), menyatakan bahwa kebahagiaan ataupun dapat dilihat dari adanya emosi yang menyenangkan, emosi yang tidak menyenangkan, kepuasan hidup secara umum, dan kepuasan pada ranah tertentu. Dari teori tentang kebahagiaan di atas, dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan merupakan penilaian seseorang akan kualitas hidupnya yang ditandai dengan adanya emosi yang menyenangkan dan rasa puas dengan kehidupannya.

Kebahagiaan pada dewasa madya sama seperti usia manapun timbul dan dialami apabila kebutuhan dan keinginan seseorang pada waktu tertentu terpenuhi (Jahja, 2011). Keberhasilan dalam pekerjaan yang dipilih pun akan mendatangkan *pretise*, uang, dan status sosial keluarga, berpengaruh jauh terhadap kepuasan hidup yang orang dewasa usia madya. Agar para dewasa madya menjadi bahagia sama seperti segala tingkat usia juga seseorang harus menerima kenyataan dan menyadari bahwa hidup adalah masalah dan ganjaran, jika ganjaran dan perolehan seimbang dan cukup mengkompusasikan masalah, maka hidup akan seimbang dan cenderung bahagia (Hurlock 2004).

Hubungan kedua variabel secara deskriptif dapat dilihat pada gambar kerangka konseptual berikut:



Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual

D. Hipotesis.

Berdasarkan uraian dalam konsep teoritis diatas maka peneliti mengajukan hipotesis dalam penelitian dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan positif antara kepuasan hidup dengan kebahagiaan pada dewasa madya di Gampoeng Keunekai Kota Sabang. Artinya semakin tinggi kepuasan hidup maka semakin tinggi pula kebahagiaan dan sebaliknya semakin rendah kepuasan hidup maka semakin rendah kebahagiaan.

BAB III

METODELOGI PENELITIAN

A. Pendekatan dan metode penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini ialah pendekatan kuantitatif. Menurut (Martono, 2016) pendekatan kuantitatif merupakan penelitian yang dilakukan dengan cara mengumpulkan data yang berupa angka atau data berupa kata-kata atau kalimat yang dikonversi menjadi data berbentuk angka, sedangkan untuk metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat (Sugiyono 2017). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepuasan hidup dengan kebahagiaan pada dewasa madya di gampoeng Keunekai kota Sabang.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja kemudian ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh hasil informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono 2017). Variabel dalam penelitian ini dibedakan menjadi dua macam, yaitu variabel bebas dan variabel terikat

Pada penelitian ini yang menjadi variabel bebas dan variabel terikat yaitu:

1. Variabel terikat (Y) : Kebahagiaan
2. Variabel bebas (X) : Kepuasan hidup

C. Definisi variabel penelitian

Untuk memperjelas definisi dari variabel-variabel yang terdapat dalam penelitian ini maka perlu untuk dijelaskan pengertiannya secara operasional. Berikut ini ialah definisi operasional setiap variabel :

1. Kepuasan Hidup

Kepuasan hidup adalah penilaian secara global dari seseorang, yang merupakan persepsi kognitif individu tersebut tentang kondisi kehidupan aktualnya saat ini yang dibandingkan dengan standar kehidupan idealnya. Kepuasan hidup dalam penelitian ini diukur menggunakan dimensi dari Diener (2000) yaitu: aspek kognitif dan aspek afektif.

2. Kebahagiaan

Kebahagiaan merupakan perasaan positif dirasakan individu yang akan mendorong seseorang untuk melakukan berbagai tindakan yang positif dan disebabkan oleh aktivitas positif yang tidak memiliki komponen perasaan negatif. Kebahagiaan dalam penelitian ini diukur menggunakan aspek dari (Seligman dalam Arif, 2016) yaitu : emosi positif, keterlibatan penuh, relasi positif, makna hidup, pencapaian.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari subjek-subjek yang memiliki kualitas dan karakter tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Sugiono 2017). Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Populasi dalam penelitian ini adalah penduduk dewasa madya diGampoeng Keunekai dengan jumlah 137 jiwa (Kantor Keuchik Gampoeng Keunekai, 2022).

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang dimiliki (Sugiyono 2017) pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *nonprobability sampling* yang merupakan teknik sampling yang tidak memberikan peluang/kesempatan yang sama bagi setiap anggota populasi untuk dipilih, metode pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *accidental sampling* merupakan Teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa yang kebetulan bertemu dengan peneliti dapat dijadikan sampel, bila dipandang orang-orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data (Martono, 2016). Dalam penelitian ini peneliti menetapkan sampel penelitian sebanyak 100 responden berdasarkan table 5% dari Isaac dan Michael (Martono, 2016). Sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dewasa madya gampoeng keunekai kota sabang.

E. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

1. Administrasi Penelitian

Sebelum peneliti melaksanakan penelitian, peneliti mempersiapkan surat permohonan izin penelitian ke bagian akademik Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry. Peneliti juga mempersiapkan skala terkait Kepuasan hidup dan kebahagiaan, dimana nantinya akan di sebarkan kepada responden, yang sebelumnya melewati perbaikan pada skala tersebut dengan para pembimbing dan penguji. Setelah semua persiapan mengenai skala terpenuhi, maka selanjutnya peneliti akan membagikan skala tersebut secara langsung kepada responden.

2. Pelaksanaan Uji Coba (Try Out) Alat Ukur

Sebelum alat ukur digunakan dalam penelitian maka perlu dilakukan uji coba (try out) terlebih dahulu. Hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat ketepatan (validitas) dan keakuratan (reabilitas) alat ukur yang kita gunakan. Dengan begitu instrument yang digunakan mampu mengukur apa yang ingin di ukur. Tidak ada ketentuan pasti dalam menetapkan jumlah sampel uji coba. Azwar (2012) mengatakan bahwa statistik jumlah sampel yang lebih dari 60 orang sudah cukup banyak.

Oleh karena itu uji coba (try out) dilakukan pada penduduk kota Banda Aceh. Uji coba alat ukur dilakukan selama 7 hari yaitu dari tanggal 5 November sampai 12 November 2022. Pelaksanaan uji coba menggunakan angket yang berisi aitem-aitem pernyataan yang peneliti akan membagikannya secara langsung. Setelah masa mengumpulkan data selesai dan terkumpul 62 responden di Kota Banda Aceh kemudian peneliti melakukan coding dan analisis data dengan bantuan SPSS versi 16.0.

3. Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian dilakukan di Gampoeng Keunekai Kota Sabang dimulai dari tanggal 20 November 2022 sampai dengan 26 November 2022 selama kurang lebih 7hari. Peneliti datang ke kampung tersebut dan menjumpai kepala desa untuk meminta izin melakukan penelitian. peneliti melakukan penelitian dengan cara berkeliling kampung dan menyebarkan skala kepada dewasa madya yang dijumpai. Adapun penyebaran skala diberikan kepada 100 dewasa madya yang ada di kampung tersebut. Setiap dewasa madya diberikan dua buah skala Psikologi. Setelah skala selesai tersebar. Peneliti menginstruksikan cara pengisian skala beserta pilihan jawaban yang tertera pada skala. Kemudian dewasa madya diminta untuk mengisi skala secara mandiri. Setelah semua skala kembali terkumpul, peneliti melakukan skoring dan analisis kedua skala dengan bantuan program *SPSS*.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan salah satu cara yang digunakan untuk memperoleh data yang akurat dalam penelitian. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang dianalisis. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner yang dikembangkan dalam bentuk skala psikologi. Melalui skala psikologi tersebut responden memilih jawaban dari variabel yang dipecah menjadi indikator variabel, masing-masing variabel indikator memiliki instrumen yang dijadikan tolak ukur dalam sebuah pertanyaan dan pernyataan.

1. Persiapan Alat Ukur Penelitian

Tahapan pertama dalam pelaksanaan penelitian ialah dengan mempersiapkan alat ukur untuk pengumpulan data penelitian. Dalam penelitian ini alat ukur yang akan digunakan adalah skala psikologi yaitu skala persepsi hubungan kepuasan hidup dengan kebahagiaan pada dewasa madya. Dalam penelitian ini menggunakan skala *Likert*, yang akan digunakan untuk mengukur sikap, persepsi, dan pendapat individu atau kelompok individu tentang fenomena sosial yang kemudian disebut sebagai variabel penelitian (Sugioyo, 2017).

Setiap skala terdiri dari dua bentuk pernyataan yaitu *favourable* dan *unfavourable*. Pernyataan *favourable* merupakan pertanyaan yang mendukung variabel yang diteliti, sedangkan pernyataan *unfavourable* ialah pernyataan yang tidak mendukung variabel yang diteliti (Azwar, 2016). Jawaban dalam skala ini mempunyai gradasi dari yang sangat positif sampai negatif dengan lima pilihan jawaban, yaitu Sangat setuju, setuju, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai. Pada penelitian ini alat ukur yang digunakan yaitu skala kepuasan hidup berdasarkan aspek-aspek dari Diener (2000) dan skala kebahagiaan berdasarkan aspek-aspek dari Seligman (dalam Arif 2016).

Tabel 3. 1
Skala Favourable dan Unfavorable

<i>Favourable</i>		<i>Unfavourable</i>	
SS (Sangat Sesuai)	4	SS (Sangat Sesuai)	1
S (Sesuai)	3	S (Sesuai)	2
TS (Tidak Sesuai)	2	TS (Tidak Sesuai)	3
STS (Sangat Tidak Sesuai)	1	STS (Sangat Tidak Sesuai)	4

a. Skala kepuasan hidup

Skala kepuasan hidup dalam penelitian ini memodifikasi dari skala Diener (2000) yang merupakan skala yang dibuat oleh Diener (2000) yang disebut *Satisfaction With Life Scale (SWLS)*. Kuesioner ini terdiri dari 32 aitem yang dibagi menjadi 16 item favourable yang berfungsi jika mendukung pernyataan adanya kepuasan hidup pada dewasa madya dan 16 aitem unfavourabel untuk pernyataan tidak setuju dengan menggunakan skala Likert. Adapun setiap pernyataan terdiri dari empat alternatif pilihan jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Adapun lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 3. 2
Tabel Blue Print Skala Kepuasan Hidup

No	Dimensi	Indikator	Item Pernyataan		Total	100%
			<i>Favourable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1	kognitif	Penialain individu terhadap keseluruhan pada hidupnyaserta kepuasan pada domain tertentu.	50,51,52,53, 54,55	47,48,49,56,5 7,61	12	37%
2	Afek positif	Suasan serta emosi positif yang dirasakan oleh individu yang ditandai dengan perasaan	58,60,65,70	59,62,6376	8	26%

3	senang, nyaman gembira dan puas						
	Afek negatif	Yang ditandai dengan perasaan tidak nyaman, sedih, takut dan marah.	64,67,69,72,77,78	68,66,71,73,74,75	12		37%
Total			16	16	32		100%

b. Skala Kebahagiaan

Skala kebahagiaan dalam penelitian ini memodifikasi dari skala yang merupakan kuesioner yang dibuat oleh Seligman (2005). Kuesioner ini terdiri dari 46 aitem yang dibagi menjadi 22 item *favourable* yang berfungsi jika mendukung pernyataan adanya kepuasan hidup pada dewasa madya dan 24 aitem *unfavourabel* untuk pernyataan tidak setuju dengan menggunakan skala Likert. Adapun setiap pernyataan terdiri dari empat alternatif pilihan jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Adapun lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 3. 3
Blue Print Skala Kebahagiaan

No	Dimensi	Indikator	Aitem Pernyataan		Total	100%
			<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>		
1.	Emosi positif	Emosi positif tentang masa lalu, masa sekarang, dan emosi positif akan masa depan	2,4,7,15,16	3,5,10,14,17,18,19,20	13	25%
2	Keterlibatan penuh	Keterlibatan diri dengan sepuh hati dan sukarela	1,6,8,11	9,13,21	7	12%
	Relasi	Hubungan dekat	12,22,23,24,	25,26,27,29,30	14	40%

3	positif	yang terjalin antara individu dengan lingkungan social	28,32,33	,31,36		
						8%
4	Makna hidup	Upaya manusia untuk memahami dunia dan kemajuan yang terjadi.	37,38	34,35	4	
						15%
5	Pencapaian	Upaya yang dilakukan individu untuk menjadi lebih baik.	39,42,43,44	40,41,45,46	8	
Total			22	24	46	100%

2. Uji Validitas Aitem

Validasi merupakan sejauh mana ketepatan suatu alat ukur mengukur sesuai dengan tujuan ukurnya. Azwar (2016) suatu alat ukur dapat dikatakan valid apabila digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur secara tepat. Pada penelitian ini uji validitas yang dilakukan berupa validitas isi (*content validity*). Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi dan dikuantifikasi lewat pengujian isi skala melalui *expert judgement* (para ahli) dengan tujuan melihat apakah aitem-aitem mencerminkan ciri perilaku yang hendak diukur (Azwar, 2016). Apabila sebagian besar ahli sepakat apabila suatu aitem adalah relevan, maka aitem tersebut dapat dinyatakan sebagai aitem yang layak mendukung validasi isi skala.

Komputasi validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah komputasi *CVR (Content Validity Ratio)* yang diperoleh dari hasil penilaian *expert judgement* (para ahli) yang disebut *SME (Subject Matter Expert)*. *SME* menilai

dan menyatakan apakah isi suatu aitem dikatakan esensial untuk mendukung tujuan apa yang akan diukur. Suatu aitem dapat dikatakan esensial apabila aitem tersebut dapatmempresentasikan dengan baik tujuan pengukuran (Azwar, 2012). Angka *CVR* bergerak antara -1.00 sampai dengan +1.00 dengan $CVR = 0,00$ berarti 50% dari *SME* dalam panel menyatakan aitem ialah esensial dan valid (Azwar, 2017). Adapun *CVR* dirumuskan sebagai berikut:

$$CVR = \frac{2ne}{n} - 1$$

Keterangan:

ne = Banyaknya *SME* yang menilai suatu aitem “esensial”

n = Banyaknya *SME* yang melakukan penilaian

a) Hasil komputansi *content validity ratio* skala kepuasan hidup

Hasil komputasi *content validity ratio* skala kepuasan hidup yang peneliti gunakan diestimasi dan dikuantifikasi melalui pengujian terhadap isi skala melalui *expert judgment* dari beberapa orang *expert* untuk memeriksa apakah masing-masing aitem mencerminkan ciri perilaku yang diukur. Oleh karena itu, untuk mencapai validitas tersebut, maka skala yang telah disusun akan dinilai oleh tiga orang *expert judgment* dapat dilihat pada tabel 3.4 sebagai berikut :

Tabel 3. 4

Hasil CVR Kepuasan Hidup

No	Koefisien CVR	No	Koefisien CVR
1	1	17	1
2	1	18	0,3
3	1	19	1
4	1	20	1
5	1	21	1
6	1	22	1
7	1	23	1
8	1	24	1
9	1	25	1
10	1	26	1

11	1	27	1
12	1	28	1
13	1	29	1
14	1	30	1
15	1	31	1
16	1	32	0,3

Berdasarkan hasil yang telah diperoleh melalui penilaian SME pada skala Kepuasan hidup, maka memperoleh data data bahwa semua koefisien CVR menunjukkan nilai di atas nol (0) sehingga semua aitem adalah esensial dan dinyatakan valid.

1. Hasil komputansi *content validity ratio* skala kebahagiaan

Hasil komputasi *content validity ratio* skala kebahagiaan yang peneliti gunakan diestimasi dan dikuantifikasi melalui pengujian terhadap isi skala melalui *expert judgment* dari beberapa orang *expert* untuk memeriksa apakah masing-masing aitem mencerminkan ciri perilaku yang diukur. Oleh karena itu, untuk mencapai validitas tersebut, maka skala yang telah disusun akan dinilai oleh tiga orang *expert judgment* dapat dilihat pada tabel 3.5 sebagai berikut.

Tabel 3. 5
Hasil CVR Kebahagiaan

No	Koefisien CVR	No	Koefisien CVR
1	1	17	1
2	1	18	1
3	1	19	1
4	1	20	1
5	1	21	1
6	1	22	1
7	1	23	1
8	1	24	1
9	1	25	1
10	1	26	1
11	1	27	1
12	1	28	1
13	1	29	1
14	1	30	1

15	1	31	1
16	1	32	1

Berdasarkan hasil yang telah diperoleh melalui penilaian SME pada skala kebahagiaan, maka memperoleh data data bahwa semua koefisien CVR menunjukkan nilai di atas nol (0) sehingga semua aitem adalah esensial dan dinyatakan valid.

3. Uji Daya Beda Aitem

Sebelum melakukan uji reabilitas, terlebih dahulu peneliti melakukan uji daya beda aitem. Pengujian daya beda aitem dilakukan untuk mengetahui sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang diukur (Azwar, 2016). Kriteria dalam penelitian item yang penulis gunakan berdasarkan korelasi item total yang menggunakan batasan $r_{iX} \geq 0,30$. Setiap aitem yang mencapai koefisien minimal 0,30 daya bedanya dianggap memuaskan. Sebaliknya aitem yang memiliki $r_{iX} \leq 0,30$ diinterpretasi memiliki daya beda yang rendah (Azwar, 2012). Proses pengolahan data dibantu dengan program *Statistical package for Social Science (SPSS) version 22.0 for windows*.

a. Uji Daya Beda Aitem Skala Kepuasan hidup

Hasil analisis daya beda aitem masing-masing aitem kepuasan hidup Dapat dilihat pada tabel 3.6 berikut ini :

Tabel 3. 6
Koefisien Daya Beda Aitem Skala Kepuasan hidup

No	RiX	No	RiX
1	0.707	17	0,355
2	0.524	18	0.456
3	0.504	19	0.548
4	0.561	20	0.551
5	0.529	21	0.433
6	0.698	22	0.823
7	0.625	23	0.251
8	0.575	24	0.510
9	0.719	25	-0.166
10	0.603	26	0.507
11	0.598	27	0.487
12	0.332	28	0.751
13	0.565	29	0.602
14	0.446	30	0.600
15	0.528	31	0.451
16	-0,077	32	0.575

Berdasarkan tabel 3.6 di atas, maka dari 32 aitem diperoleh 29 aitem yang terpilih dan 3 aitem (16, 23 dan 25) yang mempunyai daya aitem dibawah 0,30 sehingga aitem tersebut tidak terpilih dan dinyatakan gugur, selanjutnya 29 aitem tersebut dilakukan uji reliabilitas. Berikut *blue print* akhir skala kepuasan hidup setelah dibuang aitem yang gugur.

Tabel 3. 7
Blue Print Akhir Skala Kepuasan Hidup

No	Dimensi	Indikaator	Item pernyataan		Total	100%
			Favourable	Unfavourable		
1	Kognitif	Penialain individu terhadap keseluruhan pada hidupnyaserta kepuasan pada domain tertentu.	50,51,52 53,54,55	47,48,49.56,5 7,61	12	37%
2	Afek positif	Suasan serta emosi positif yang dirasakan oleh individu yang ditandai dengan perasaan senang, nyaman gembira dan puas	58,60,65,70	59,63,76	7	30%
3	Afek negatif	Yang ditandai dengan perasaan tidak nyaman, sedih, takut dan marah.	64,67,72,78,77	66,68,73,74,7 5	10	33%
Total			15	14	29	100%

b. Uji Daya Beda Kebahagiaan

Hasil analisis daya beda aitem masing-masing aitem kebahagiaan dapat dilihat pada tabel 3.8 berikut ini :

Tabel 3. 8
Koefisien Daya Beda Aitem Skala kebahagiaan

No	RiX	No	RiX	No	RiX
1	-0.059	17	-0.014	33	-0.004
2	0.070	18	-0.237	34	0.542
3	0.430	19	0.513	35	0.350
4	0.587	20	-0.485	36	0.263
5	0.179	21	0.101	37	0.044
6	0.081	22	0.603	38	0.358

7	0.153	23	0.462	39	0.730
8	0.431	24	0.452	40	0.645
9	0.337	25	0.348	41	0.648
10	0.070	26	0.364	42	0.705
11	0.486	27	0.475	43	0.621
12	0.461	28	0.654	44	0.592
13	0.382	29	0.475	45	0.652
14	-0.045	30	0.654	46	0.685
15	0.509	31	0.446		
16	0.562	32	0.413		

Berdasarkan tabel 3.8 di atas, maka dari 46 aitem diperoleh 32 aitem yang terpilih dan 14 aitem (1, 2, 5, 6, 7, 10, 14, 17, 18, 21, 33, 36, 37) mempunyai daya aitem dibawah 0,30 sehingga aitem tersebut tidak terpilih dan dinyatakan gugur, selanjutnya 29 aitem tersebut dilakukan uji reliabilitas. Berikut *blue print* akhir skala penyesuaian diri setelah dibuang aitem yang gugur.

Tabel 3. 9
Blue Print Akhir Skala Kebahagiaan

No	Dimensi	Indikator	Aitem pernyataan		Total	100%
			Favourable	Unfavourable		
1.	Emosi positif	Emosi positif tentang masa lalu, masa sekarang, dan emosi positif akan masa depan	4,15,16	03,19	5	15%
2	Keterlibatan penuh	Keterlibatan diri dengan sepuh hati dan sukarela	06,08,11	09	4	12%
3	Relasi positif	Hubungan dekat yang terjalin antara individu	12,22,23,24,28,32	25,26,27,29,30,31	12	40%

		dengan lingkungan social				
			34			8%
4	Makna hidup	Upaya manusia untuk memahami dunia dan kemajuan yang terjadi.		35, 38	3	
5	Pencapaian	Upaya yang dilakukan individu untuk menjadi lebih baik.	39,42,43,44	40,41,45,46	8	25%
Total			17	15	32	100%

4. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan keterpercayaan atau konsistensi hasil ukur, yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran. Pengukuran dikatakan tidak cermat apabila eror pengukurannya terjadi secara random. Antara skor individu yang satu dengan yang lain terjadi eror tidak konsisten dan bervariasi sehingga perbedaan skor yang diperoleh lebih banyak ditentukan oleh eror, bukan oleh perbedaan yang sebenarnya. Implikasinya pengukuran yang tidak cermat berarti juga tidak konsisten dari waktu ke waktu (Azwar, 2016). Uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan teknik Alpha Cronbach, dengan proses pengolahan data dibantu dengan program *Statistical package for Social Science (SPSS) version 22.0 for windows*. Uji reliabilitas merupakan uji yang digunakan untuk mengatur ketepatan suatu ukuran atau alat pengukur keandalannya (Sugiyono, 2016). Kriteria suatu instrument penelitian dikatakan

reliabel dengan menggunakan teknik ini adalah apabila koefisien reabilitasnya > 0.6 (Siregar 2016).

Reliabilitas menunjukkan pada tingkat keandalan (dapat dipercaya) dari suatu indikator yang digunakan dalam penelitian. Dalam penelitian ini untuk mencari reliabilitas instrumen menggunakan teknik *Alpha Cronbach* dengan rumus sebagai berikut (Azwar, 2016).

$$\alpha = 2[1 - (Sy1^2 + Sy2^2)/Sx^2]$$

Keterangan :

$Sy1^2$ dan $Sy2^2$ = Varian skor Y1 dan Varian Skor Y2

Sx^2 = Varian Skor X

1. Hasil Uji reliabilitas skala kepuasan hidup

Hasil Uji reliabilitas skala Kepuasan hidup awal dibagi menjadi 3 dimensi yaitu dimensi kognitif, afek positif, dan afek negatif. Hasil uji reabilitas dimensi kognitif dengan alpha cronbach sebesar $\alpha = 0.889$, dimana semua aitem mencapai $riX \leq 0,30$ sehingga tidak ada aitem yang gugur. Hasil uji reabilitas dimensi afek positif dengan alpha cronbach awal $\alpha = 0,642$ dimana terdapat satu aitem yang dianggap kurang memuaskan. Selanjutnya uji reliabilitas tahap kedua dilakukan setelah membuang aitem gugur diperoleh sebesar $\alpha = 0.769$. Hasil uji reabilitas dimensi afek negatif dengan alpha cronbach awal $\alpha = 0.791$ dimana terdapat 2 aitem yang dianggap tidak memuaskan selanjutnya uji reliabilitas tahap kedua dilakukan setelah membuang aitem gugur diperoleh sebesar $\alpha = 0.867$.

2. Hasil Uji reliabilitas skala kebahagiaan

Hasil Uji reliabilitas skala Kebahagiaan awal dibagi menjadi 5 dimensi, dimensi pertama yaitu emosi positif hasil uji reabilitas dengan alpha cronbach awal diperoleh sebesar $\alpha = 0,471$ dimana terdapat 8 aitem yang dianggap kurang memuaskan selanjutnya uji reliabilitas tahap kedua setelah membuang aitem gugur diperoleh sebesar $\alpha = 0,849$. Hasil uji reabilitas dimensi keterlibatan dengan alpha cronbach awal $\alpha = 0,451$ dimana terdapat 3 aitem yang dianggap kurang memuaskan selanjutnya uji reliabilitas tahap kedua dengan membuang aitem gugur diperoleh alpha cronbach sebesar $\alpha = 0,825$. Hasil uji reabilitas dimensi relasi positif dengan alpha cronbach awal $\alpha = 0,790$ dimana terdapat 2 aitem yang dianggap kurang memuaskan. Selanjutnya uji reliabilitas tahap kedua setelah membuang aitem gugur diperoleh sebesar $\alpha = 0,828$. Hasil uji reabilitas dimensi makna hidup dengan *alpha cronbach* awal $\alpha = 0,476$ dimana terdapat satu aitem yang dianggap kurang memuaskan. selanjutnya uji reliabilitas tahap kedua setelah membuang aitem gugur diperoleh sebesar $\alpha = 0,691$. Hasil uji reabilitas dimensi pencapaian dengan alpha cronbach sebesar $\alpha = 0,886$ dimana semua aitem dianggap memuaskan.

G. Teknik Analisis Data

1. Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Uji asumsi terdiri dari beberapa uji prasyarat berikut ini :

a. Uji Normalitas Sebaran

Uji normalitas sebaran merupakan teknik yang digunakan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak (Priyatno, 2011). Jika data yang dihasilkan tidak berdistribusi normal maka analisis data secara parametric tidak dapat digunakan (Sugiyono, 2017). Uji normalitas menggunakan teknik kolmogorov smirnov dengan *Statistical Package For Social Science (SPSS) version 22.0 for windows*. Aturan yang digunakan adalah apabila $p \geq 0,05$ maka sebaran data normal, sebaliknya apabila $p \leq 0,05$ maka sebaran data tidak normal.

b. Uji Linieritas

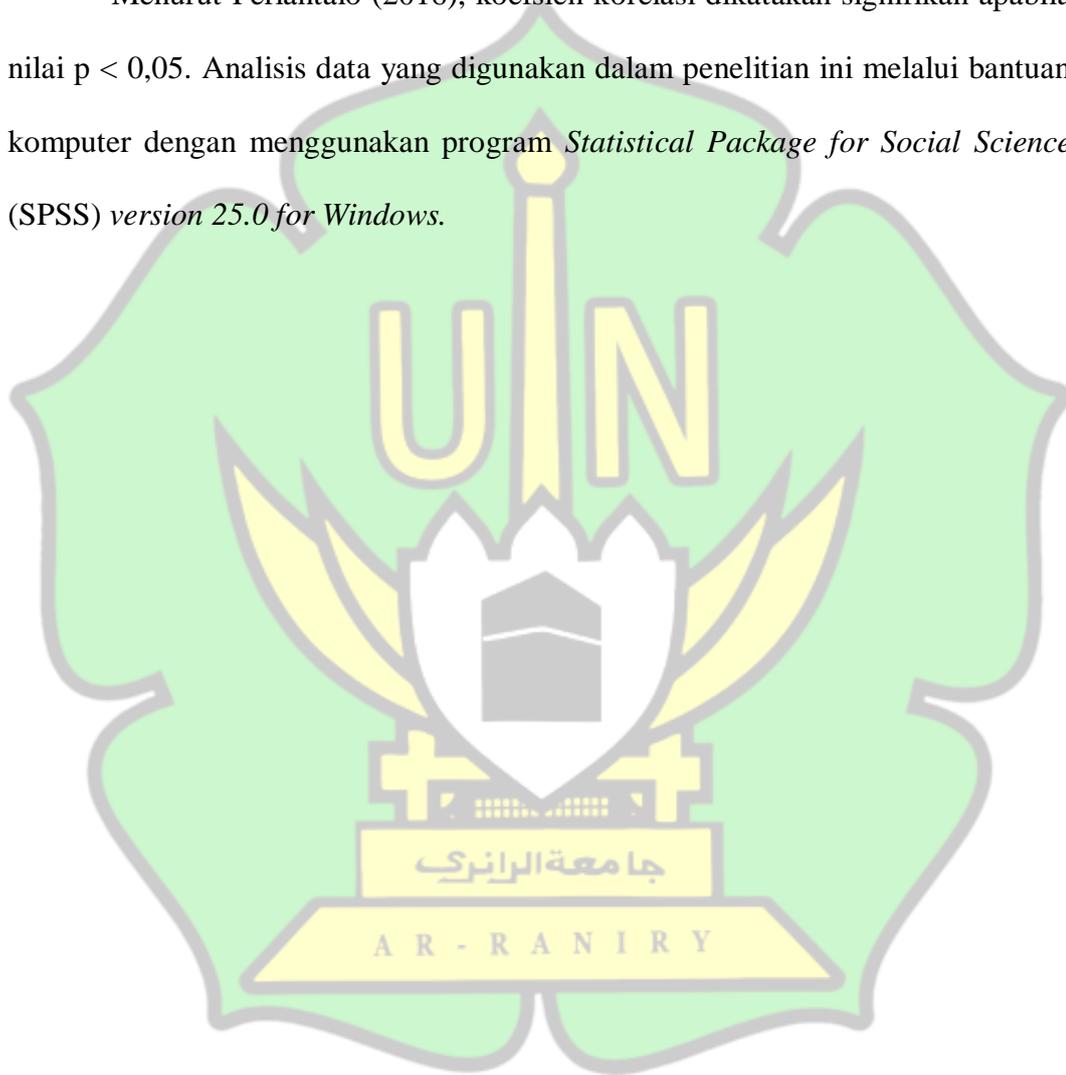
Setelah melakukan uji normalitas, selanjutnya peneliti melakukan uji linearitas hubungan. Gunawan (2016) menyatakan bahwa uji linearitas hubungan merupakan syarat untuk semua uji hipotesis hubungan yang bertujuan untuk melihat apakah hubungan dua variabel membentuk garis lurus linear. Uji linieritas pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan program *statistic package for social science(spss) version 22.0 for windows*. Dalam hal ini data dapat dikatakan mempunyai hubungan yang linier apabila memiliki nilai $p > 0,05$ pada lajur *F deviation from linierty*, sedangkan jika menggunakan lajur *test for linierity* dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang dapat ditarik lurus apabila $p < 0,05$ (Priyatno 2011).

2. Uji Hipotesis

Setelah uji asumsi terpenuhi, maka selanjutnya langkah kedua yaitu dengan melakukan uji hipotesis penelitian. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah hubungan kepuasan hidup dengan kebahagiaan pada dewasa

madya di kota Sabang, untuk menguji hipotesis tersebut, teknik analisis data yang dapat digunakan adalah analisis korelasi *product moment* dari pearson untuk data yang berdistribusi normal dan korelasi *rho(p)* dari Spearman untuk data dengan distribusi tidak normal.

Menurut Periantalo (2016), koefisien korelasi dikatakan signifikan apabila nilai $p < 0,05$. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini melalui bantuan komputer dengan menggunakan program *Statistical Package for Social Science (SPSS) version 25.0 for Windows*.



BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Subjek Penelitian

Penelitian dilakukan di Gampoeng Keunekai Kota Sabang, sampel penelitian berjumlah 100 orang dewasa madya di Gampoeng Keunekai. proses pengumpulan data penelitian ini berlangsung selama 7 hari, dimulai dari tanggal 20 November 2022 sampai dengan 26 November 2021. Data demografi sampel yang diperoleh dari penelitian dapat dilihat pada tabel dibawah ini data demografi sampel penelitian dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

a. Subjek Berdasarkan kategori tinggal bersama

Data demografi subjek penelitian diperoleh dari penelitian dapat dilihat pada tabel 4.1 dibawah ini:

Tabel 4. 1

Data Demografi Sampel Penelitian Kategori Tinggal Bersama

Kategori	Jumlah	Jumlah (n)
Tinggal bersama Keluarga	82	82 %
Tidak tinggal bersama keluarga	18	18%
Jumlah	100	100 %

Berdasarkan tabel 4.1 di atas, dapat dilihat bahwa sampel yang tinggal bersama keluarga berjumlah 82 orang (82%) lebih banyak dari pada jumlah sampel yang tidak hidup bersama keluarganya yaitu 18 orang (18%)Dapat dikatakan bahwa sampel yang paling banyak pada penelitian ini adalah sampel yang tinggal bersama keluarganya.

b. Subjek Berdasarkan Kategori Usia

Data demografi subjek penelitian diperoleh dari penelitian dapat dilihat pada tabel 4.2 dibawah ini:

Tabel 4. 2

Data Demografi sampel penelitian kategori Usia

Usia	Jumlah	Jumlah (n)
40-45	22	22 %
46-50	30	30%
51-55	34	34%
56-60	10	10%
Jumlah	100	100 %

Berdasarkan tabel 4.2 di atas, dapat dilihat bahwa sampel Berdasarkan umur sampel yang paling banyak berusia 51-55 tahun (34%), dibandingkan dengan sampel umur 40-45 tahun (22%), 46-50 (30 %), dan 56-60 tahun (10%). Dapat dikatakan bahwa sampel yang paling banyak pada penelitian ini adalah sampel dengan usia 51-55 tahun(34%).

c. Subjek Berdasarkan kategori jenis kelamin

Data demografi subjek penelitian diperoleh dari penelitian dapat dilihat pada tabel 4.3 dibawah ini:

Tabel 4. 3

Data Demografi Sampel Penelitian Kategori Jenis Kelamin

Kategori	Jumlah	Jumlah (n)
Laki laki	44	44 %
Perempuan	66	66%
Jumlah	100	100 %

Berdasarkan tabel 4.3 di atas, dapat dilihat bahwa sampel dengan jenis kelamin perempuan berjumlah 66 orang (66%) lebih banyak dari pada jumlah sampel yang berjenis kelamin laki-laki yaitu 44 orang (44%)Dapat dikatakan bahwa

sampel yang paling banyak pada penelitian ini adalah sampel berjenis kelamin perempuan.

B. Hasil Penelitian

1. Kategorisasi

Pembagian kategorisasi sampel yang digunakan peneliti adalah kategorisasi berdasarkan model distribusi normal dengan kategorisasi jenjang (ordinal). Menurut Azwar (2012), kategorisasi yang menempatkan individu kedalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Pengkategorisasi ini akan diperoleh dengan membuat kategorisasi skor subjek berdasarkan besarnya satuan deviasi standar populasi. Kategorisasi ini bersifat relatif, maka luasnya interval yang mencakup setiap kategori yang diinginkan dapat ditetapkan secara subjektif selama penetapan itu berada dalam pengkategorisasian sampel penelitian yang terdiri dari tiga kategori, yaitu rendah, sedang dan tinggi.

a. Skala Kepuasan hidup

Analisis data deskriptif berguna untuk mengetahui deskripsi data hipotetik (yang mungkin terjadi) dan data empiris (berdasarkan data dilapangan) dari variabel kepuasan hidup Deskripsi data hasil penelitian adalah sebagai berikut

Tabel 4. 4

Deskripsi Data Penelitian Skala Kepuasan Hidup

Data Hipotesis				Data Empirik			
Xmaks	Xmin	Mean	SD	Xmaks	Xmin	Mean	SD
108	29	68,5	13,16	90	75	78,79	3,546

Keterangan Rumus Skor Hipotetik :

Xmin (Skor minimal)	Hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai terendah dari pembobotan pilihan jawaban
Xmaks (Skor maksimal)	Hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai tertinggi dari pembobotan pilihan jawaban
M (Mean)	Dengan rumus μ (skor maks + skor min) : 2
SD (Standar deviasi)	Dengan rumus s + (skor maks – skor min) : 6

Berdasarkan tabel 4.4 di atas dari hasil uji coba statistik penelitian, maka analisis deskriptif secara hipotetik kepuasan hidup menunjukkan bahwa jawaban minimal adalah 29, maksimal 108, mean 68,5, standar deviasi 13,16. Sedangkan data empirik menunjukkan bahwa jawaban minimal sebesar 75, maksimal 90, mean 78,79 standar deviasi 3,545. Deskripsi data hasil secara empirik tersebut dijadikan sebagai batasan dalam pengakategorian sampel penelitian yang terdiri dari 3 kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah dengan metode kategorisasi jenjang (ordinal).

Berdasarkan rumus kategorisasi ordinal yang digunakan, maka didapatkan hasil kategorisasi skala kepuasan hidup adalah sebagaimana tabel 4.5 Berikut:

Tabel 4. 5

Kategorisasi Kepuasan Hidup Pada Dewasa Madya

Kategorisasi	Interval	Jumlah	Presentase %
Rendah	$X < 75,244$	2	2%
Sedang	$75,79 \leq 82,336$	84	84%
Tinggi	$82,336 \leq X$	14	14%
Jumlah		100	100%

Berdasarkan tabel 4.5 di atas, maka hasil kategorisasi pada responden penelitian ini secara data empirik menunjukkan bahwa 2 dewasa madya (2%)

memiliki kepuasan hidup yang rendah, 84 dewasa madya (84%) memiliki kepuasan hidup sedang dan 14 dewasa madya (14%) yang memiliki kepuasan hidup yang tinggi. Artinya, dapat disimpulkan bahwa pada kategorisasi kepuasan hidup pada dewasa madya persentase terbanyak yaitu pada kategori sedang.

b. Skala kebahagiaan

Analisis data deskriptif berguna untuk mengetahui deskripsi data hipotetik (yang mungkin terjadi) dan data empiris (berdasarkan data dilapangan) dari variabel kebahagiaan Deskripsi data hasil penelitian adalah sebagai berikut.

Tabel 4. 6
Deskripsi Data Penelitian Skala Kebahagiaan

Data Hipotetik				Data Empirik			
Xmaks	Xmin	Mean	SD	Xmaks	Xmin	Mean	SD
128	32	80	16	113	94	98.24	3.798

Keterangan Rumus Skor Hipotetik :

Xmin (Skor minimal) Hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai terendah dari pembobotan pilihan jawaban

Xmaks (Skor maksimal) Hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai tertinggi dari pembobotan pilihan jawaban

M (Mean) Dengan rumus μ (skor maks + skor min) : 2

SD (Standar deviasi) Dengan rumus $s +$ (skor maks – skor min) : 6

Berdasarkan tabel 4.6 di atas dari hasil uji coba statistik penelitian, maka analisis deskriptif secara hipotetik kebahagiaan menunjukkan bahwa jawaban minimal adalah 32, maksimal 128, mean 80, standar deviasi 16. Sedangkan data empirik menunjukkan bahwa jawaban minimal sebesar 94, maksimal 113, mean 98,24 standar deviasi 3,798. Deskripsi data hasil secara empirik tersebut dijadikan

sebagai batasan dalam pengakategorian sampel penelitian yang terdiri dari 3 kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah dengan metode kategorisasi jenjang (ordinal).

Berdasarkan rumus kategorisasi ordinal yang digunakan, maka didapatkan hasil kategorisasi skala kebahagiaan adalah sebagaimana tabel 4.5 berikut.

Tabel 4. 7
Kategorisasi Kebahagiaan Pada Dewasa Madya

Kategorisasi	Interval	Jumlah	Presentase %
Rendah	$X < 94,442$	1	1%
Sedang	$94,442 \leq X < 102,038$	84	84%
Tinggi	$102,038 \leq X$	15	15 %
Jumlah		100	100%

Berdasarkan tabel 4.7 di atas, maka hasil kategorisasi pada responden penelitian ini secara data empirik menunjukkan 1 dewasa madya (1%) berada pada kategori rendah dan 84 dewasa madya (84%) memiliki kebahagiaan yang sedang serta 16 dewasa madya (16 %) yang memiliki kebahagiaan yang tinggi. Artinya, dapat disimpulkan bahwa pada kategorisasi kebahagiaan pada dewasa madya persentase terbanyak yaitu pada kategori sedang.

C. Pengujian Hipotesis

1. Uji Asumsi

Penggunaan uji analisis pada penelitian bertujuan menentukan uji asumsi yang akan digunakan mengetahui korelasi antara variabel :

a. Uji Normalitas Sebaran

Uji normalitas adalah suatu teknik yang digunakan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak (Priyatno, 2011). Pada

penelitian ini uji normalitas secara nonparametric dengan menggunakan teknik statistik *One Sample Kolmogorov Smirnov test* dengan menggunakan bantuan program *Statistical Package for Social Science (SPSS) version 25.0 for Windows*. Kaidah yang digunakan yaitu apabila nilai $p \geq 0,05$, maka data penelitian dapat dinyatakan berdistribusi normal. Sebaliknya apabila nilai $p \leq 0,05$ maka data penelitian dapat dinyatakan tidak berdistribusi normal (Santoso, 2017). Berikut hasil uji normalitas sebaran data penelitian.

Tabel 4. 8
Uji Normalitas Sebaran Data Penelitian

Variabel Penelitian	Koefisien K-SZ	P
Kepuasan hidup	0.353	0.000
Kebahagiaan	0.295	0.000

Berdasarkan data tabel 4.8 di atas, memperlihatkan bahwa variabel kepuasan hidup tidak berdistribusi normal K-SZ = 0.353 dengan $p = 0.000$ ($p < 0,05$). Sedangkan sebaran data pada variabel kebahagiaan diperoleh sebaran data yang tidak berdistribusi normal juga dengan K-SZ = 0.295 dan $p = 0.000$ ($p < 0,05$). Dikarenakan kedua variabel penelitian distribusi datanya tidak normal, maka hasil penelitian ini tidak dapat digeneralisasi pada populasi dalam penelitian ini.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas adalah uji yang digunakan untuk mengetahui apakah kedua variabel secara signifikan mempunyai hubungan yang linear atau tidak. Menurut Gunawan(2016) uji linieritas merupakan suatu syarat bagi setiap uji hipotesis hubungan yang dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan keduanya linear atau tidak. Kaidah yang digunakan dalam uji ini yaitu, apabila nilai $p \leq 0,05$ maka

hubungan kedua variabel dalam penelitian ini dapat dikatakan linear. Berikut hasil uji linieritas hubungan kedua variabel yang dilakukan pada penelitian ini.

Tabel 4. 9
Hasil uji linieritas Hubungan

Variabel Penelitian	F Linearity	P
Kepuasan Hidup* Kebahagiaan	68.160	0.000

Berdasarkan tabel 4.9 di atas, hasil uji regresi linearitas hubungan antara variabel Kepuasan hidup dengan kebahagiaan diperoleh *linearity* dengan nilai $F = 68,160$ dengan nilai $p \leq 0,05$, yaitu 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel penelitian memiliki hubungan yang linear dan tidak menyimpang dari garis lurus.

2. Uji Hipotesis

Setelah uji prasyarat dilakukan, peneliti selanjutnya melakukan uji hipotesis. Sugiyono (2016) mengemukakan apabila pada saat uji normalitas dilakukan data yang dihasilkan tidak berdistribusi normal, maka analisis data secara parametrik tidak dapat digunakan. Sehingga pada penelitian ini uji hipotesis dilakukan secara non parametrik yaitu suatu metode analisis data yang dapat digunakan tanpa memperhatikan bentuk distribusinya. Uji hipotesis non parametrik yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan korelasi $\rho(p)$ dari Spearman. Metode ini digunakan untuk melihat hubungan antara kedua variabel.

Tabel 4. 10
Hasil Uji Hipotesis

Variabel Penelitian	R	P
Kepuasan Hidup*Kebahagiaan	0.635	0.000

Hasil uji hipotesis pada tabel 4.10 diatas menunjukkan nilai koefisien korelasi $\rho (p)=0,635$ dengan nilai $p \leq 0,05$. Hal ini berarti hipotesis pada penelitian ini diterima, yaitu terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara variabel kepuasan hidup dengan kebahagiaan pada dewasa madya di Gampoeng Keunekai Kota Sabang. Hal ini bermakna semakin tinggi kepuasan hidup maka akan semakin tinggi pula kebahagiaan yang dirasakan oleh dewasa madya. Sebaliknya semakin rendah kepuasan hidup maka semakin rendah pula kebahagiaan yang dirasakan oleh dewasa madya. Berikut sumbangan relatif hasil dari penelitian kedua variabel yang dapat dilihat pada tabel *Analisis Measure of Association* berikut ini.

Tabel 4. 11
Analisis Measure of Association

Variabel Penelitian	R Square
Kepuasan Hidup*Kebahagiaan	0.341

Berdasarkan tabel 4.11 Di atas ditemukan bahwa pada penelitian ini diperoleh hasil dari *Analisis Measure of Association* antara kedua variabel penelitian adalah $r^2= 0,341$. Sehingga dapat diartikan bahwa terdapat 341% pengaruh kepuasan hidup terhadap kebahagiaan kemudian sisanya dapat dipengaruhi oleh faktor lain.

D. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan kepuasan hidup dengan kebahagiaan pada dewasa madya di Gampoeng Keunekai Kota Sabang. Setelah dilakukan uji korelasi $\rho (p)=0,635$ dari Spearman menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara kepuasan hidup dengan kebahagiaan yang berarti hipotesis penelitian yang diajukan diterima. Hubungan yang diperoleh adalah hubungan positif yang artinya hubungan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kepuasan hidup maka semakin tinggi pula kebahagiaan. Sebaliknya, semakin rendah kepuasan hidup maka semakin rendah pula kebahagiaan pada dewasa madya di gampoeng keunekai kota Sabang. Hal ini sesuai dengan apa yang telah dikemukakan oleh Seligman (2005) kebahagiaan dipengaruhi oleh berbagai situasi kehidupan.

Keberhasilan seseorang dalam menyesuaikan diri dalam artian ia mampu memuaskan kebutuhan dan keinginannya dengan cukup, dalam batas kontrol dan saluran yang tersedia akan jauh lebih bahagia daripada orang yang tidak mampu melakukan penyesuaian esensial (Hurlock, 2002). Hal ini juga sejalan dengan salah satu dari aspek kebahagiaan yaitu kehidupan yang bermakna, dimana individu dikatakan telah memaknai hidup ketika hidup yang dialaminya diartikan sebagai pengalaman yang bertujuan, berarti dan dapat dimengerti. Hidup yang bermakna dapat diperoleh dengan terlibat secara aktif dan membangun hubungan yang positif dengan orang lain. Individu yang merasakan kebahagiaan tidak berfokus pada diri sendiri, ketika melakukan aktivitas melainkan juga mementingkan individu yang lain.

Setiap manusia menginginkan kebahagiaan, perasaan yang dialami oleh semua orang tetapi cara untuk mendapatkan kebahagiaan itu berbeda-beda tergantung bagaimana seseorang tersebut mempersepsikan kebahagiaan itu seperti apa(Afridah, 2022). Diener (dalam Putra 2019) menyebutkan beberapa karakteristik utama dalam kebahagiaan, yaitu kebahagiaan mengacu kepada perspektif individu itu sendiri, kebahagiaan merupakan aspek negatif dan positif dari kehidupan seseorang dan kebahagiaan menitikberatkan pada evaluasi dari kehidupan seseorang secara utuh. Kepuasan hidup didefinisikan sebagai evaluasi menyeluruh dari kualitas hidup seseorang yang bergantung pada kriteria yang telah ditetapkan sendiri, serta tidak hanya mencakup kriteria spesifik, seperti kesehatan, karier, atau keluarga saja namun juga dengan emosi positif yang dirasakan seperti perasaan senang.

Faktor lain yang penting yaitu usia. Usia juga merupakan faktor penting yang mempengaruhi kebahagiaan. Perasaan puas dengan bertambahnya usia ditemukan pada dewasa madya yang merasa cukup puas dengan kebahagiaan dan kehidupan yang dijalani saat ini (Sa'adah, 2021).

Hurlock (2002) juga mengemukakan usia madya merupakan masa sepi ketika anak-anak tidak lagi tinggal bersama orang tuanya sehingga Pemilihan tempat tinggal menjadi tema yang penting pada masa dewasa madya. Umumnya dewasa madya memilih untuk tinggal bersama keluarga tetapi tidak jarang ada dewasa madya yang hidup sendiri jauh dari keluarga dikarenakan beberapa hal seperti anak-anak yang merantau dan pasangan yang sudah tiada dan beberapa hal lainnya. Reaksi negatif atas situasitinggal terpisah

bagi dewasa madya. Fase sarang kosong ini akan nampak lebih berat pada pasangan dewasa madya yang bergantung satu sama lain dalam hal mengasuh anak, ataupun mereka yang memiliki masalah dalam hubungan pernikahan yang sebelumnya mereka kesampingkan ataupun ditekan untuk kepentingan pengasuhan anak sehingga menyebabkan rasa kurang bahagia (Larasatti 2013).

Wanita dianggap lebih bahagia, dikarenakan peran sosial yang dilekatkan oleh masyarakat. Namun hal tersebut bukan suatu ukuran yang tepat, Menyimpulkan bahwa wanita dikatakan lebih bahagia dibandingkan pria. Karena ungkapan ekspresi emosi pada wanita terkait dengan pengasuhan yang lebih menekankan pada emosi yang positif, (Seligman 2015)

Penelitian yang dilakukan oleh Djaling (2019) Hasil dari penelitian ini mengatakan bahwa makna hidup mempengaruhi kepuasan hidup seseorang karena dengan seseorang tekun dan konsisten dalam minat dan tujuannya maka akan membuat mereka sadar akan makna hidup yang dirasakan sehingga makna hidup akan mempengaruhi kepuasan hidup secara positif dan signifikan. Selain itu makna hidup juga ditemukan dapat menurunkan kecenderungan individu yang mengalami masalah kecemasan, depresi dan kecenderungan untuk bunuh diri (Djaling, 2019).

Fuad(2020) dalam bukunya yang berjudul psikologi kebahagiaan manusia juga mengatakan bahwa kebahagiaan seseorang dapat diukur dengan emosi positif dan kepuasan seseorang terhadap hidupnya, emosi positif dapat berubah setiap

saat tetapi seseorang dianggap bahagia jika ia lebih banyak merasakan emosi positif daripada emosi negatif dalam hidupnya.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Angriyani (2014). Hasil penelitian ini mengatakan bahwa kebahagiaan yang dirasakan oleh buruh gendong berupa kepuasan hidup yang ditunjukkan oleh afek positif seperti perasaan senang, pikiran yang memandang positif akan masa depannya. Namun para buruh gendong juga mengalami afek negatif seperti merasa terlalu merepotkan keluarga dan kurang puas dengan kesehatannya namun mereka tetap merasa bahagia ketika mendapatkan uang hasil dari bekerja yang kemudian digunakan untuk kebutuhan sehari-hari.

Penemuan ini juga sejalan dengan riset yang dipublikasikan oleh American psychological association, para ilmuwan mengklaim bahwa orang bisa merasa lebih bahagia ketika mereka merasakan semua emosi tidak hanya emosi positif namun juga emosi negatif (Tamir dkk, 2017). Emosi yang diterima dan dikelola dengan baik akan menghasilkan kebahagiaan yang lebih baik

Penelitian lain yang dilakukan oleh Cahyaningtyas dkk (2020) Hasil dari penelitian ini mengatakan bahwa kebahagiaan dapat diperoleh dengan cara menilai dan memaknai hidup sebagai hal yang berharga, memahami diri sendiri, dan menemukan energy positif atau kelebihan dalam diri, kemudian mengembangkan dan menerapkan kelebihan tersebut untuk kegiatan yang positif (Seligman, 2005). Gambaran kebahagiaan para guru dapat dilihat dari adanya pemikiran dan emosi yang positif terhadap siswa maupun pekerjaannya sebagai guru.

Berdasarkan hasil pemaparan penelitian di atas, ditemukan bahwa kedua variabel yang diujikan pada penelitian ini yaitu kepuasan hidup dan kebahagiaan memiliki hubungan yang positif dan sangat signifikan, sehingga kepuasan hidup memiliki pengaruh yang besar dalam kebahagiaan pada dewasa madya di gampoeng keunekai kota Sabang. Apabila kepuasan hidupnya tinggi maka kebahagiaannya juga akan tinggi, begitu juga sebaliknya, apabila kepuasan hidupnya rendah maka kebahagiaannya juga akan rendah.

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah minimnya jumlah responden serta penentuan sampel yang berdasarkan kebetulan bertemu yang harus diperhatikan. Minimnya jumlah responden akan menjadi bias atau jawaban yang mungkin tidak mewakili kondisi sebenarnya dan mempengaruhi hasil dari penelitian. Keterbatasan berikutnya adalah status pendidikan yang rendah pada subjek penelitian sehingga subjek sulit membaca aitem skala penelitian. Keterbatasan – keterbatasan ini perlu menjadi pertimbangan untuk peneliti selanjutnya.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data pada penelitian ini, maka diperoleh nilai dengan taraf signifikansi $p = 0,00$ ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kepuasan hidup dengan kebahagiaan pada dewasa madya di gampoeng keunekai kota sabang. Hubungan yang diperoleh adalah hubungan positif yang artinya hubungan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kepuasan hidup maka semakin tinggi pula kebahagiaan. Sebaliknya, semakin rendah kepuasan hidup maka semakin rendah pula kebahagiaan pada dewasa madya di gampoeng keunekai kota Sabang.. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

B. Saran

Berikut beberapa saran yang dapat peneliti sampaikan guna kepentingan praktis dan teoritis bagi yang akan meneliti dengan variable yang serupa yaitu :

1. Bagi lembaga desa

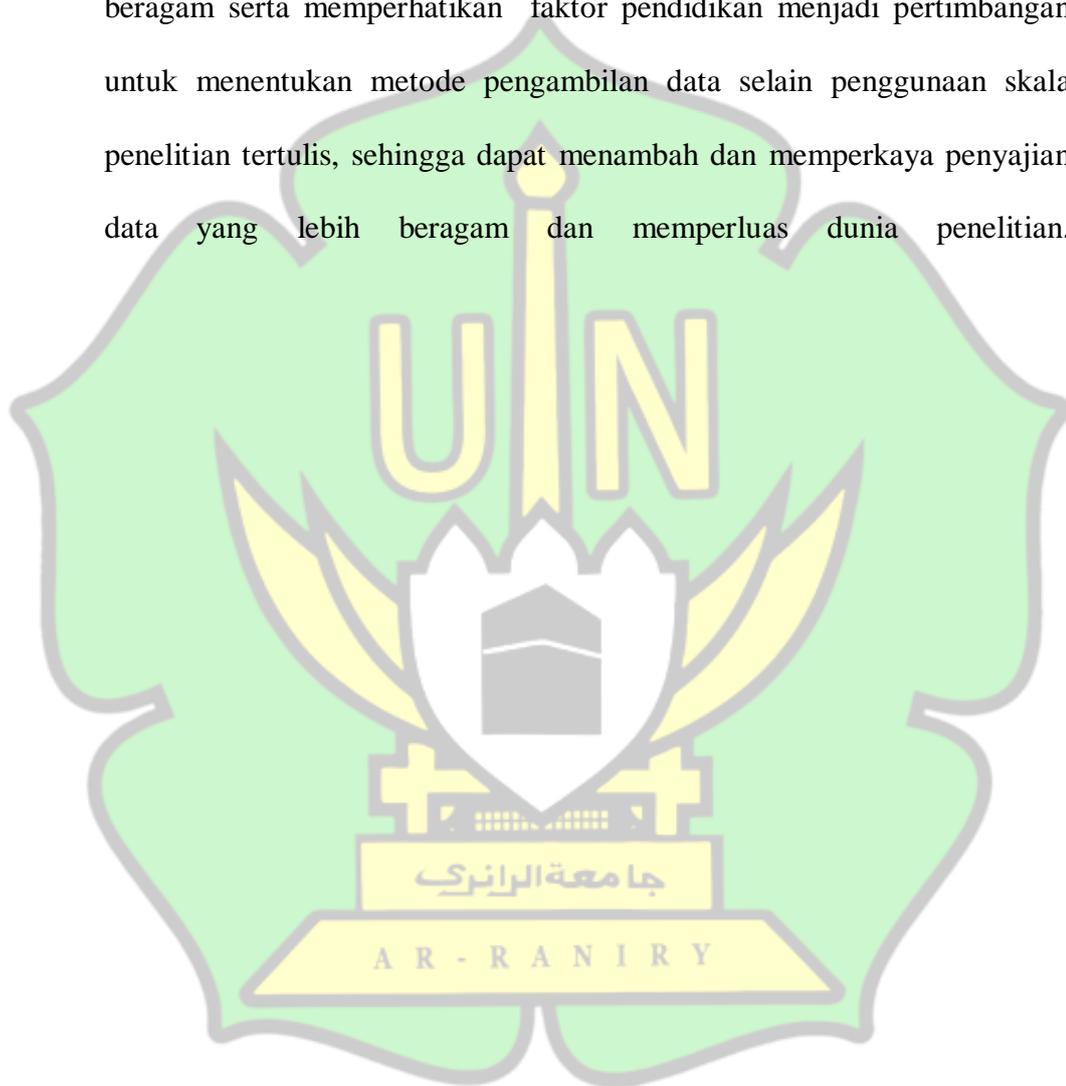
Pada penelitian ini peneliti mengharapkan agar lembaga desa lebih memperhatikan dan meningkatkan kepuasan hidup pada masyarakat secara lebih baik lagi.

2. Bagi subjek

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada dewasa madya untuk lebih memperhatikan kepuasan hidupnya agar mendapatkan kebahagiaan yang lebih otentik.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti variabel lain yang dapat mempengaruhi kebahagiaan. Selain itu penggunaan sampel yang lebih banyak serta uji coba menggunakan uji sampling yang lebih beragam serta memperhatikan faktor pendidikan menjadi pertimbangan untuk menentukan metode pengambilan data selain penggunaan skala penelitian tertulis, sehingga dapat menambah dan memperkaya penyajian data yang lebih beragam dan memperluas dunia penelitian.



DAFTAR PUSTAKA

- Afridah Muntaz (2022). Kesejahteraan Emosional Pedagang Kaki Lima di Masa Pandemi. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*. Vol 02. No 1.
- Agus, dkk.2020.Makna Kebahagiaan Pada Mahasiswa Perempuan Di Era Millenials.*Psikosila media jurnal psikologi*.Volume 5 nomor 1.
- Akhtar Hanif (2019) evaluasi property psikometri dan perbandingan model pengukuran konstruk *subjectiv well being*. *Jurnal psikologi*. Vol 18. No 1.
- Amat, S & Mahmud, Z (2009) hubungan antara ketegasan diri dan kepuasan hidup dalam kalangan pelajar institud pengguruan tinggi. *Jurnal pendidikan Malaysia*. Volume 34. Nomor 2
- Anggraini Rini. (2018). Hubungan kepuasan kerja terhadap kebahagiaan di tempat kerja pada karyawan PT pos indonesia pekan baru. *Jurnal psikologi*. Vol 02. No 1.
- Anggriyani T & Elli Nur Hayati (2014). Kebahagiaan Pada Buruh Gendong. *Jurnal Fakultas Psikologi*. Vol.2.No. 2.
- Angriyani Yuni &Ellie Nur Hayati (2014). Kebahagiaan pada Buruh Gendong. *Jurnal Psikologi*. Vol 2. No 2.
- Ardaniyati lisa &ali mufti ramdhani (2021). Kepuasan hidup remaja di era new normal. *Jurnal psikologi*. Vol 6. No 2.
- Arif Setiadi Imam (2016). *Psikologi Positif : Pendekatan Sainik Menuju Kebahagiaan*. Jakarta. Gramedia pustaka utama.
- Azwar Saifuddin. (2012). *Reabilitas dan Validitas*. Yogyakarta. Pustaka belajar.
- Azwar Saifuddin. (2014). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta. Pustaka belajar.
- Badan pusat statistik (BPS). 2021 Indeks Kebahagiaan Berdasarkan Umur.
- Badan pusat statistik (BPS). 2021. Jumlah Kependudukan Kota Sabang Berdasarkan Umur
- Bestari Ayu Winda (2015). Perbedaan Tingkat Kebahagiaan Pada Mahasiswa Strata 1 dan Strata 2. *Jurnal psikologi & Kemanusiaan*. ISBN : 978-979-324-8.

- Cahyaningtyas & Dkk (2020). Kebahagiaan Guru Sekolah Luar Biasa(SLB). *Jurnal Ilmiah Psikologi*. Vol.5. No.1.
- Cahyaningtyas, H., Dale, A. A., Karimah, F. N., & Caesaria, I. (2020). Kebahagiaan Guru Sekolah Luar Biasa (SLB). *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*. Vol 5. No 1.
- Diener, E. & Pavot, W. (2008). The satisfaction with life scale and the emerging konstruk of life satisfaction. *Journal os positive psychology*. Vol 3. No 2.
- Diener. E.,& Biswar-Diener, R.(2008) the science of optional happiness boston. Blackwell publishing.
- Djaling KS & Debora Elfina Purba (2019). Efek Mediasi Makna Hidup Pada Hubungan Antara Grit Dan Kepuasan Hidup Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Ulayat*. Vol 6. No 2.
- Firk, Rausyan. (2017). Konsep kebahagiaan Martin Seligman, sebuah penelitian awal. *Jurnal bimbingan*. Vol.13.no.2.
- Ford Q Brett & Dkk (2018). The Psychological Health Benefits Of Accepting Negative Emotions And Thoughts: Laboratory, Diary, And Longitudinal Evidence. *Journal Per Soc Psychology*. Vol. 115. No 6.
- Fuad Muskinul (2015). Psikologi Kebahgiaan Manusia. *Jurnal Komunikasi*. Vol 9. No 1.
- Hidayatullah Syarif Muhammmad. Dan Raina M. 2017. Makna Kebahagian Pada Dewasa Madya. *Jurnal Ecopsy*. Volume 4 Nomor 2.
- Hidayatullah, M.S & Raina, M. L. (2017). Makna Bahagia pada Lajang Dewasa Madya. *Jurnal ecopsy*. Vol 4. No 2.
- Jahya, Y (2011). *Psikologi perkembangan*. Jakarta. Kencana.
- Julianto, V, Cahyani R.A., Shinta S., Eka R. A. (2020). Hubungan Antara Harapan dan Harga Diri Terhadap Kebahagiaan pada Orang yang Mengalami Toxic Relationship dengan Kesehatan Psikologis. *Jurnal Psikologi*. Vol 8. No 1.
- Karni Asniti (2018). Subjective Well Being pada Lansia. *Jurnal Syiar*. Vol 18. No 2.
- Kesi Sofia & Rini Hartati, Auliya Syaf.(2019). Kepuasan Hidup Dengan Iri Pada Remaja Pengguna Social Media. *Jurnal Psikologi*. Vol 3. No 1.

- Larassati Nindi Bramanti (2013). Kebermaknaan Hidup pada Usia Dewasa Madya Menghadapi Pengisian Sarang Kosong. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*. Vol 2. No 3.
- Merizka liza, Maya Khairani, Dahlia, & Syarifah Faradina, (2019). Religiusitas dan Kecemasan Kematian pada Dewasa Madya. *Jurnal Fakultas Psikologi*. Vol 13.no 2.
- Pali Cicilia.2016.Gambaran Kebahagiaan Pada Lansia Yang Memilih Tinggal Di Panti Werdha.*Jurnal e-biomedik*.volume 4.Nomor 1.
- Papalia , E. Diane. (2008). Human development (psikologi perkembangan). Kencana. Jakarta.
- Periantalo jelpa (2016).*Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi*.yogyakarta. pustaka belajar.
- Putra & Dkk (2019). Factor-Faktor Penentu Kebahagiaan Sesuai Dengan Kearifan Local Di Bali. *Jurnal Ekonomi Dan Bisnis Universitas Udayana*. Vol. 8. No1.
- Putra G (2019). Faktor-Faktor Penentu Kebahagiaan Sesuai dengan Kearifan Local di Bali. *Jurnal Ekonomi dan Bisnis*. Vol 8.No 1
- Raharjo Ong Yosua, Agnes Maria Sumargi (2018). Dukungan Social dan Kepuasan Hidup pada Mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang Berasal dari Luar Jawa. *Jurnal Experiential*. Vol 6. No 1.
- Rahmawati & Dkk (2020). Persepsi Kebahagiaan Pada Masyarakat Banajr Di Desa Gandaraya Kecamatan Anjir Pasar Kabupaten Barito Kuala. *Jurnal Al Husna*. Vol. 1. No 1.
- Rahmi Safinah Alifah (2018). Gambaran Kebahagian pada Wanita Dewasa Madya Lajang. *Jurnal Psikoborneo*. Vol 6. No 4.
- Ramadhani Sri Ayu (2019). Hubungan Keterlibatan Akademik Dan Kepuasan Hidup Pada Mahasiswa Perantauan. *Jurnal Diversita*. Vol.5. No 1.
- Ramdani (2015). Kontribusi Kecerdasan Spiritual dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepuasan Hidup lansia serta Implikasinya dalam Pelayanan Bimbingan dan Konseling. *Jurnal kopasta*. Vol 2. No 2.
- Ramdani. 2017. Perbedaan kepuasan hidup antara lansia hinterland dengan lansia mainland. *Jurnal kopasta*.Volume 4.Nomor 1.
- Roslyne marliani (2015). *Psikologi Perkembangan*. Jawa Barat. Cv Pustaka Setia.

- Sa'adah & Dkk (2021). Makna bahagia pada karyawan wanita usia madya di kumala laundry di kota Banjarmasin. *Jurnal al husna*. Vol 2. No 1
- Sa'adah N & Dkk (2021). Makna Kebahagiaan pada Karyawan Wanita Usia Madya di Kumalang Laundry Kota Banjarmasin. *Jurnal Al-Husna*. Vol 2. No 1.
- Sarmadi sunedi. 2018. *Psikologi Positif*. Yogyakarta: Penerbit Titah Surga, cetakan pertama.
- Sarwono jonathan (2014). *Mengenal Prosedur-Prosedur Dalam Spss 23*. Jakarta. Media komputindo.
- Seligman E.P. Martin (2005). *AUTHENTIC HAPPINESS: Menciptakan Kebahagiaan Dengan Psikologi Positif*. Bandung. Mizan Pustaka.
- Siregar syofian (2010). *Statistika Deskriptid Untuk Penelitian*. Jakarta. Pt grafindo persada
- Soursa & lyubormisky. S. (2001). Life satisfaction in j worell (ed) encyclopedia of women and gender. San diego.academic press.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supranto. J & Syahfirin Abdullah. (2017). *Pengantar Statistic Untuk Berbagai Bidang Ilmu*. Jakarta. Pt grafindo persada
- Tamir Maya & Dkk (2017). The Secret To Happiness : Feeling Good Or Feeling Right?. *Journal Of Experimental Psychology : General*. Vol. 146. No. 10.
- Ulfah.S.M.& Mulyana.O.P. (2014). Gambaran *subjective well being* pada wanita *involuntary childness*. *Jurnal character*. Vol. 2.no 3.
- Yeni Fitra. 2013. Hubungan Emosi Positif Dengan Kepuasan Hidup Pada Lanjut Usia(LANSIA) Di Kota Padang Provinsi Sumatra Barat. *Jurnal Keperawatan*. Volume 9.Nomor 1.
- Zahra Fajrotul Indah & Alifatuz Zahratul Uyun, (2020). Konsep Diri Janda Cerai Usia Dewasa Madya Dari Teori Person Centered. *Jurnal Keislaman dan Pendidikan*. Vol 13. No 2.