

## Penyusunan skala kepuasan hidup pada remaja

Ilmi Amalia, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=94786&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

#### **ABSTRAK**

Masa remaja adalah masa pemberontakan (Papalia, 2001). Remaja mengalami kondisi emosi yang labil, konflik dengan keluarga, tingkah laku yang menantang bahaya, dan penolakan terhadap nilai-nilai orang dewasa (Papalia, 2001). Pada tahap ini remaja dihadapkan pada usaha mencari jati diri. Remaja akan dikonfrontasikan dengan banyak peran baru dan situasi orang dewasa. Kondisi dan tuntutan tersebut terkadang menciptakan konflik-konflik dalam diri remaja. Remaja dapat melewati konflik-konflik tersebut dan mempersiapkan diri menjadi seorang dewasa yang matang jika remaja mampu mengembangkan dirinya sebagai remaja yang sehat mental.

Individu yang sehat mental dapat didefinisikan sebagai individu yang dapat menyesuaikan diri terhadap dunia dan orang lain dengan kepuasan dan efektivitas maksimal (Menninge dalam Park, 2004). Birren dan Sloane (1980) menambahkan bahwa ada empat komponen individu yang sehat mental, yaitu tidak mengalami gangguan mental, tidak mengalami keterbatasan atau defisit dalam tingkah laku, mengalami kepuasan dalam hidupnya, dan keadaan dirinya saat ini mendekati sosok yang ideal yang dihadapkan. Dari kedua definisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa kepuasan hidup adalah salah satu aspek yang menentukan kesehatan mental individu.

Kepuasan hidup, menurut Park (2004), memiliki banyak peran positif dalam perkembangan remaja. Remaja dengan kepuasan hidup tinggi dalam menghadapi peristiwa yang menekan (stressful) memunculkan tingkah laku bermasalah lebih rendah dibandingkan dengan yang memiliki kepuasan hidup yang rendah (Suldo dan Huebner, 2004).

Kepuasan hidup terbukti memiliki manfaat bagi perkembangan remaja. Untuk dapat melihat kepuasan hidup pada remaja secara tepat, dibutuhkan sebuah alat ukur kepuasan hidup yang memiliki nilai validitas dan reliabilitas yang baik.

Di Indonesia belum terdapat skala yang mampu memberikan gambaran secara detail mengenai kepuasan hidup pada ranah-ranah kehidupan remaja, misalnya kepuasan di sekolah, keluarga.

Alat ukur ini disusun berdasarkan definisi kepuasan hidup sebagai penilaian secara global terhadap kualitas hidup individu berdasarkan kriteria yang ditetapkan oleh individu itu sendiri dengan cara membandingkan antara kondisi saat ini dan kondisi ideal serta yang diharapkannya. Untuk mendapatkan penilaian mengenai kualitas hidup secara menyeluruh dilakukan penilaian hidup per ranah kehidupan remaja, yang meliputi, diri, keluarga, teman, dan sekolah. Alat ukur ini menggunakan metode skala Likert yang mempunyai enam alternatif jawaban untuk setiap item, yaitu mulai dari sangat setuju sampai dengan sangat tidak setuju.

<br><br>

Hasil penelitian menunjukkan bahwa skala kepuasan pada remaja memiliki Koefisien Alpha Cronbach sebesar 0,835 dan hal ini menunjukkan bahwa skala kepuasan hidup pada remaja memiliki nilai reliabilitas yang cukup baik.

<br><br>

Kekuatan validitas dilihat berdasarkan nilai item-total correlation, maka terdapat dua puluh item yang dipertahankan dalam skala ini. Kedua puluh item tersebut memiliki nilai item-total correlation yang berkisar antara 0,306 dan 0,491. Kedua puluh item ini dikatakan telah menunjukkan konsistensi internal, karena setiap item mengukur konstruk yang sama.

<br><br>

Pada pembuatan skala ini peneliti tidak memasukkan definisi kepuasan hidup sebagai kepuasan hidup yang diperoleh individu bila ia memiliki persepsi yang positif terhadap perbedaan antara kondisi ideal dan kondisi yang sebenarnya. Pada penelitian selanjutnya, diharapkan skala ini dapat direvisi dengan menambahkan definisi tersebut.

<br><br>

Untuk mendapatkan tingkat reliabilitas yang cukup baik maka perlu dilakukan uji reliabilitas dengan teknik yang lain, yaitu tes-retest dan alternate form. Kekuatan validitas juga perlu ditambahkan dengan menggunakan metode construct-related validity dengan menggunakan teknik analisis faktor, validitas konvergen, dan validitas diskriminan. Skala ini juga dapat diuji dengan menggunakan metode criterion-related validity , misalnya mengkorelasikan skor dengan penilaian guru atau orang tua.