



UNIVERSITAS INDONESIA

**HUBUNGAN KEBAHAGIAAN DENGAN KUALITAS
PERTEMANAN PADA KELOMPOK USIA DEWASA MUDA**

*The Relationship Between Friendship Quality and Happiness in
Young Adults*

SKRIPSI

**MUHAMMAD DAFFA
1606914845**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
DEPOK
JULI 2021**



UNIVERSITAS INDONESIA

**HUBUNGAN KEBAHAGIAAN DENGAN KUALITAS
PERTEMANAN PADA KELOMPOK USIA DEWASA MUDA**

*The Relationship Between Friendship Quality and Happiness in
Young Adults*

SKRIPSI

**MUHAMMAD DAFFA
1606914845**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
DEPOK
JULI 2021**

ABSTRAK

Nama : Muhammad Daffa
Program Studi : Psikologi, Program Sarjana
Judul : Hubungan Antara Kualitas Pertemanan dengan Kebahagiaan pada Kelompok Usia Dewasa Muda

Manusia semasa hidupnya membutuhkan hubungan sosial dengan manusia lain untuk menyokong kualitas hidupnya. Salah satu alasan manusia menjalin hubungan sosial tersebut yaitu untuk dapat mencapai kebahagiaan dalam hidupnya. Hubungan yang dijalin manusia untuk tujuan tersebut salah satunya yaitu hubungan pertemanan. Meskipun cukup banyak penelitian yang meneliti hubungan antara hubungan pertemanan dengan kebahagiaan, namun tidak banyak penelitian serupa yang ditujukan untuk populasi dewasa muda. Dewasa muda merupakan usia dimana manusia mencari hubungan intim dengan manusia lain untuk menyokong kualitas hidupnya. Penelitian sebelumnya menemukan adanya korelasi positif antara kualitas pertemanan dengan kebahagiaan pada dewasa muda. Namun, penelitian lain menemukan tidak adanya korelasi antara dua variabel tersebut apabila partisipan memiliki hubungan lain seperti hubungan romantis. Penelitian ini bertujuan untuk meneliti kembali hubungan antara kualitas hubungan pertemanan dengan kebahagiaan pada populasi dewasa muda, secara spesifik untuk populasi dewasa muda yang tidak memiliki hubungan romantis. Penelitian ini menggunakan alat ukur *International Positive and Negative Affect Schedule - Short Form* (Thompson, 2007), dan *McGill Friendship Questionnaire - Friendship Functions* (Mendelson dan Aboud, 1999). Dari 87 orang partisipan dari populasi kelompok usia dewasa muda yang didapat, ditemukan korelasi positif antara kualitas hubungan pertemanan dengan kebahagiaan. Dengan hasil tersebut, diketahui bahwa kualitas pertemanan memiliki hubungan yang positif dengan kebahagiaan dewasa muda yang tidak sedang terlibat dalam hubungan romantis.

Kata Kunci: kualitas hubungan pertemanan; kebahagiaan; kelompok usia dewasa muda

ABSTRACT

Name : Muhammad Daffa
StudyProgram : Psikologi, Program Sarjana
Title : The Relationship between Friendship Quality and Happiness in Young Adults

Human beings have a need to have social relationships with another human beings to improve their quality of life. One of the reasons to do so is to achieve happiness in their lives. An example of such social relationships are friendships. Even though there are quite a number of researches studying the relationship between friendships and happiness, there are very few researches using similar variables that target young adults in particular. Young adulthood is a period where people look for an intimate relationship with another person. Although previous researches have found that friendship quality positively correlates with happiness in young adults, the same results do not seem to appear if the participants are involved in other intimate relationships such as romantic relationships. The purpose of this research is to re-examine the relationship between friendship quality and happiness in young adults, particularly those not involved in romantic relationships. This research uses *International Positive and Negative Affect Schedule - Short Form* (Thompson, 2007), and *McGill Friendship Questionnaire - Friendship Functions* (Mendelson dan Aboud, 1999). From the data of 87 gathered young adult participants, a significant positive correlation between friendship quality and happiness is found. With that result, this research concludes that friendship quality is positively correlated with happiness in young adults not involved in romantic relationships.

Keywords: friendship quality; happiness; young adults

DAFTAR ISI

ABSTRAK

ABSTRACT

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL

BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Pertanyaan Penelitian.....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.5 Sistematika Penelitian.....	6
BAB 2 TINJAUAN KEPUSTAKAAN.....	8
2.1 Kebahagiaan.....	8
2.1.1 Definisi Kebahagiaan.....	8
2.1.2 Faktor-faktor yang Memengaruhi Kebahagiaan.....	9
2.1.3 Pengukuran Kebahagiaan.....	10
2.2 Hubungan Pertemanan.....	11
2.2.1 Definisi Hubungan Pertemanan.....	11
2.2.2 Karakteristik dari Hubungan Pertemanan.....	12
2.2.3 Tujuan Hubungan Pertemanan.....	13
2.3 Kualitas Pertemanan.....	13
2.3.1 Definisi Kualitas Pertemanan.....	13
2.3.2 Dimensi yang Membentuk Kualitas Pertemanan.....	14
2.3.3 Pengukuran Kualitas Pertemanan.....	15
2.4 Dewasa Muda.....	16
2.4.1 Definisi Dewasa Muda.....	16
2.4.1 Karakteristik Dewasa Muda.....	16
2.5 Dinamika Kualitas Hubungan Pertemanan dengan Kebahagiaan.....	16
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	19
3.1 Tipe dan Desain Penelitian.....	19

3.2 Partisipan Penelitian.....	19
3.2.1 Kriteria Partisipan.....	19
3.2.2 Teknik Pengambilan Sampel.....	20
3.3 Instrumen Penelitian.....	20
3.3.1 Alat Ukur Kebahagiaan.....	20
3.3.2 Alat Ukur Kualitas Pertemanan.....	21
3.4 Prosedur Penelitian.....	21
3.4.1 Tahap Persiapan Penelitian.....	21
3.4.2 Hasil Uji Reliabilitas Studi Lapangan.....	23
3.4.3 Tahap Pelaksanaan Penelitian.....	23
3.4.4 Tahap Pengolahan Data.....	23
3.5 Teknik Analisis.....	24
BAB 4 HASIL PENELITIAN.....	25
4.1 Gambaran Umum Partisipan.....	25
4.2 Analisis Data Deskriptif.....	27
4.3 Analisis Korelasi Antar Variabel.....	28
BAB 5 KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN.....	29
5.1 Kesimpulan.....	29
5.2 Diskusi.....	29
5.3 Saran.....	31
DAFTAR PUSTAKA.....	32

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Gambaran Data Demografis Partisipan.....	25
Tabel 4.2 Analisis Data Deskriptif.....	27
Tabel 4.3 Hasil Perhitungan <i>Pearson Correlation</i> pada Variabel Kebahagiaan dan Kualitas Pertemanan.....	28

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia sebagai makhluk sosial membutuhkan dukungan dari manusia lain untuk menyokong kesejahteraan hidupnya. Dukungan-dukungan tersebut dapat didapatkan melalui berbagai macam hubungan antarmanusia yang dibentuk oleh individu selama masa hidupnya. Dalam membentuk hubungan antarmanusia tersebut, tentunya akan ada perbedaan dalam perkembangan hubungan tersebut tergantung dari individu yang terlibat di dalamnya. Beberapa bentuk hubungan antarmanusia tersebut di antaranya merupakan hubungan romantis dan hubungan pertemanan. Kedua hubungan tersebut merupakan hubungan yang penting dalam kehidupan individu pada tahap dewasa muda.

Pentingnya hubungan-hubungan tersebut pada kehidupan dewasa muda diperkuat dengan teori perkembangan psikososial Erikson, yaitu adanya konflik *intimacy vs. isolation*. Menurut Erikson, individu pada rentang usia dewasa muda, yaitu usia 18-30 tahun berhadapan dengan konflik *intimacy vs. isolation* (Miller, 2011). Individu pada masa ini membutuhkan hubungan yang intim dengan individu lain untuk bisa mencapai *virtue Love* dan menghindari kerugian-kerugian yang disebabkan oleh *isolation* (Miller, 2011). Hubungan intim ini seringkali diasosiasikan dengan hubungan romantis, namun menurut Erikson, memiliki hubungan pertemanan yang dekat dan berkualitas dengan teman dan keluarga juga dapat mencegah individu dari mendapatkan *isolation* pada tahap perkembangan ini.

Penelitian ini akan berfokus pada hubungan pertemanan. Hubungan pertemanan merupakan salah satu penyedia *social support* utama pada individu hingga masa dewasa (DeSousa dan Cerqueira-Santos, 2012). Dari ketersediaan hubungan pertemanan selama masa hidup individu dan perannya sebagai salah satu sumber *social support* individu, maka

dapat dikatakan hubungan pertemanan memiliki dampak yang besar pada kebahagiaan individu dalam rentang usia dewasa muda (Demir et al, 2015).

Penelitian pada dewasa muda umumnya lebih banyak diarahkan pada hubungan romantis sehingga menimbulkan kurangnya data empirik untuk dampak hubungan pertemanan (Garcia, 2005; Demir, 2015). Untuk meneliti lebih jauh tentang hubungan pertemanan, penting bagi peneliti untuk mendefinisikan secara spesifik apakah pertemanan itu? Dan apa perbedaannya dengan hubungan lain seperti hubungan romantis? Pertanyaan-pertanyaan tersebut akan dijelaskan di bagian berikutnya.

Bennett (2017) mendefinisikan pertemanan sebagai hubungan khusus antar individu yang didasari oleh *concern* atau kepedulian antara individu yang bersangkutan. Dalam hubungan pertemanan, individu yang terlibat akan menunjukkan kepedulian terhadap *well-being* satu sama lain. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan pertemanan selalu memiliki semacam kedekatan (*intimacy*) antar individu yang bersangkutan. Dari definisi Bennett (2017) di atas, dapat dilihat bahwa pertemanan memiliki ciri khusus yang berbentuk *concern* atau kepedulian terhadap teman tersebut, kepedulian tersebut dapat dipahami juga sebagai salah satu bentuk cinta dalam konteks hubungan romantis.

Untuk membedakan cinta pada hubungan romantis dengan *concern* atau kepedulian pada pertemanan, Bennett (2017) mendeskripsikan bahwa cinta pada hubungan romantis bersifat evaluatif, dan tidak selalu bersifat *mutual* antara satu individu dengan yang lain. Sedangkan, pertemanan bersifat lebih mendasar dan selalu bersifat *mutual*, di mana dua orang individu yang terlibat selalu menunjukkan kepedulian tersebut antara satu sama lain. Dari penjelasan di atas, dapat dilihat bahwa terdapat perbedaan antara hubungan romantis dengan hubungan pertemanan dimana hubungan pertemanan selalu bersifat *mutual* sedangkan hubungan romantis tidak selalu bersifat demikian.

Salah satu keunikan bentuk hubungan pertemanan pada usia dewasa muda ditemukan oleh DeSousa dan Cerqueira-Santos (2011) bahwa jumlah teman memuncak pada awal dewasa muda dan mulai menurun semakin individu mendekati ke usia *intermediate adulthood*. Hal ini terjadi karena pertemanan dalam fase tersebut memiliki

kecenderungan pada homogenitas dalam berbagai aspek, seperti jenis kelamin, usia, status pernikahan, edukasi, pekerjaan, pendapatan, agama, etnis, *personality*, ketertarikan, dan aktivitas yang dilakukan bersama (Souza dan Hutz 2008a, 2008b). Lebih lanjut, pertemanan dalam kelompok usia *early adulthood* cenderung terus menyempit dan berkembang hingga titik individu bergerak menjauh dari anggota keluarganya (Peron, Guimarães, & Souza, 2010). Hal ini mengimplikasikan individu pada tahap dewasa muda cenderung mencari kualitas dan kedekatan dibandingkan kuantitas dalam menjalin hubungan pertemanan.

Kurangnya data empiris dari penelitian tentang hubungan pertemanan pada kelompok usia dewasa muda meninggalkan cukup banyak pertanyaan dalam memahami seberapa besarnya peran hubungan pertemanan dalam meningkatkan kualitas hidup individu di usia dewasa muda. Hal ini juga dinyatakan oleh Garcia (2005) bahwa hubungan pertemanan masih menjadi topik yang kurang diteliti dan masih memerlukan lebih banyak lagi jumlah studi empiris tentangnya. Demir (2015) menyatakan hal yang serupa bahwa jumlah penelitian yang meneliti kontribusi dari hubungan pertemanan pada kebahagiaan individu dewasa muda masih belum cukup banyak. Hal ini membatasi pemahaman tentang hubungan pertemanan karena teori tentang hubungan interpersonal pada umumnya lebih banyak meneliti tentang hubungan keluarga dan hubungan romantis.

Membahas lebih jauh tentang hubungan antara pertemanan dengan kebahagiaan pada dewasa muda, Demir et al (2013) menyatakan bahwa lingkup pertemanan merupakan hal yang paling berkorelasi dengan kebahagiaan dalam berbagai lingkup etnis, usia, dan kelompok budaya. Mendukung pernyataan Demir et al (2013) tersebut, DeSousa dan Cerqueira-Santos (2012) juga menyatakan bahwa hubungan pertemanan memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas hidup manusia, hubungan pertemanan ini juga tetap menjadi salah satu penyedia *social support* utama pada individu di masa dewasa. Lebih lanjut lagi Demir (2015) mengatakan: penelitian oleh Brannan et al. (2013); Cheng dan Furnham (2003); Demir dan Weitekamp (2007); Demir et al. (2007, 2011b, 2012, 2013a, 2013c); Lu (1995, 1999) menemukan hasil yang relatif konsisten dalam peran kualitas pertemanan untuk memprediksi kebahagiaan pada dewasa muda, dengan skor korelasi bervariasi antara $r = 0.20$ dan 0.40 .

Demir (2013) menyatakan bahwa walaupun pertemanan secara umum konsisten memiliki korelasi dengan kebahagiaan, skor korelasi yang didapatkan umumnya hanya pada rentang skor kecil hingga sedang. Oleh karenanya, sulit untuk menyatakan bahwa pertemanan merupakan faktor yang paling berpengaruh pada kebahagiaan kelompok usia dewasa muda.

Penelitian lain tentang topik pertemanan dengan kebahagiaan pada dewasa muda oleh Brannan et al (2013) meneliti asosiasi antara *perceived social support* yang didapatkan dari hubungan dengan teman dan keluarga dengan kebahagiaan. Brannan et al (2013) menggunakan partisipan dari demografis mahasiswa Jordan, Iran, dan Amerika Serikat. Hasil penelitian Brannan et al (2013) menemukan bahwa partisipan dari Iran tidak memiliki korelasi yang signifikan antara hubungan pertemanan (didefinisikan sebagai *Perceived Social Support*) dengan komponen *Satisfaction with Life*, *Positive Mood*, dan (korelasi negatif) *Negative Mood*, namun hubungan dengan keluarga menunjukkan korelasi signifikan pada ketiga komponen konstruk *subjective well-being*. Pada mahasiswa dari Jordan, hubungan dengan pertemanan juga tidak memiliki korelasi signifikan dengan komponen *Satisfaction with Life* dan *Negative Mood*, namun signifikan pada komponen *Positive Mood*. Sedangkan, mahasiswa dari Amerika Serikat menunjukkan korelasi signifikan antara ketiga komponen. Temuan penelitian Brannan et al (2013) mengindikasikan bahwa korelasi antara kualitas hubungan pertemanan dengan kebahagiaan memiliki perbedaan tergantung dari data demografis partisipan.

Penelitian lain oleh Demir (2010) menemukan bahwa kualitas pertemanan ditemukan memiliki asosiasi positif pada kebahagiaan dewasa muda. Sebaliknya, walaupun kualitas pertemanan merupakan prediktor yang paling berpengaruh pada kebahagiaan dewasa muda yang tidak memiliki hubungan romantis, kualitas pertemanan tidak menjadi prediktor kebahagiaan pada dewasa muda yang terlibat dalam hubungan romantis. Satu lagi penelitian oleh Demir dan Özdemir (2009) menemukan korelasi yang signifikan antara variabel kualitas pertemanan pada teman baik dan teman dekat dengan kebahagiaan pada dewasa muda, penemuan lain dalam penelitian Demir dan Özdemir (2009) tersebut juga

menemukan bahwa korelasi antara dua kebahagiaan dengan kualitas pertemanan tersebut dimediasi dengan adanya pemenuhan *needs satisfaction*.

Dua penelitian di atas mengimplikasikan bahwa kualitas hubungan pertemanan tidak dapat secara konsisten disebut memiliki korelasi signifikan dengan kebahagiaan. Alasannya karena hubungan lain yang dimiliki oleh individu pada Demir (2010), dan perbedaan tempat tinggal yang dapat mengimplikasi perbedaan data demografis partisipan dari penelitian Brannan et al (2013) dapat memengaruhi apakah kualitas hubungan pertemanan dengan kebahagiaan memiliki korelasi yang signifikan dengan kebahagiaan pada dewasa muda.

Dalam penelitian ini penulis berusaha meneliti lagi korelasi antara kualitas pertemanan yang dimiliki oleh kelompok usia dewasa muda dengan kebahagiaan individu karena ditemukan inkonsistensi data pada penelitian yang mencari korelasi antara kualitas pertemanan dengan kebahagiaan pada dewasa muda. Salah satu contohnya seperti pada penelitian oleh Brannan et al (2013) di mana *perceived social support* dari hubungan pertemanan sama sekali tidak berkorelasi signifikan dengan tiga komponen kebahagiaan yang digunakan pada dewasa muda Iran. Begitu juga pernyataan Demir (2010) bahwa kualitas hubungan pertemanan tidak lagi menjadi prediktor kebahagiaan pada dewasa muda yang sudah memiliki hubungan romantis, sedangkan Demir dan Özdemir (2009) menemukan adanya korelasi yang signifikan antara kualitas hubungan pertemanan dengan kebahagiaan pada dewasa muda dan Demir (2007); Demir dan Özdemir (2010); Demir et al. (2007, 2011a) menemukan bahwa hubungan pertemanan secara signifikan memiliki korelasi dengan kebahagiaan individu tergantung kualitas dan kedekatan dari hubungan tersebut. Peneliti merasa bahwa kurangnya penelitian tentang kebahagiaan dan *social support* yang secara spesifik mengukur kontribusi hubungan pertemanan dibandingkan dengan hubungan sosial lain dengan kebahagiaan pada kelompok usia dewasa muda, korelasi pertemanan dengan kebahagiaan yang konsisten positif namun cenderung tidak terlalu kuat, dan inkonsistensi data yang ditemukan pada partisipan dengan hubungan romantis dan partisipan dari asal negara yang berbeda dapat menjadi alasan mengapa

penelitian ini penting untuk dilakukan dalam rangka memahami lebih jauh kualitas hubungan pertemanan dan hubungannya dengan kebahagiaan pada dewasa muda.

1.2. Pertanyaan Penelitian

Peneliti merumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut: Apakah kualitas pertemanan memiliki hubungan yang signifikan dengan kebahagiaan pada dewasa muda di Indonesia?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara kualitas hubungan pertemanan dengan kebahagiaan individu pada dewasa muda di Indonesia.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan harapan untuk meningkatkan pemahaman mengenai apakah kualitas hubungan pertemanan yang dimiliki individu pada tahap dewasa muda memiliki korelasi dengan kebahagiaan. Pemahaman ini dapat kemudian digunakan untuk mengembangkan lebih jauh pemahaman tentang seberapa pentingkah hubungan pertemanan pada tahap dewasa muda sebagai penyokong hidup individu. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan informasi tentang komponen tertentu dari hubungan pertemanan yang memiliki peran paling besar dalam memprediksi kebahagiaan individu dewasa muda.

1.5 Sistematika Penelitian

Skripsi ini terdiri dari lima bab:

- Bab I: Pendahuluan

Dalam bab ini penulis menjelaskan latar belakang dan variabel pada penelitian hubungan kualitas pertemanan dengan kebahagiaan individu pada tahap dewasa muda. Bab ini juga berisi pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penelitian.

- Bab II: Tinjauan Pustaka

Bab ini berisi penjabaran teori yang berkaitan dengan kualitas hubungan pertemanan dan kebahagiaan berikut dinamika antar variabel sesuai dengan konteks penelitian.

- Bab III: Metode Penelitian

Dalam bab ini, penulis memaparkan bagaimana penelitian ini akan dilakukan. Bab ini meliputi penjelasan tentang permasalahan penelitian, desain penelitian, hipotesis penelitian, variabel konseptual dan operasional dalam penelitian, populasi dan sampel penelitian, instrumen penelitian yang akan digunakan, data partisipan yang akan diambil dalam penelitian, dan prosedur penelitian yang dijalankan.

- Bab IV: Analisis Hasil Penelitian

Dalam bab ini penulis menjelaskan gambaran data demografis dan data variabel hasil penelitian yang telah dijalankan berikut analisisnya yang meliputi hubungan antara kualitas pertemanan dengan kebahagiaan pada dewasa muda.

- Bab V: Kesimpulan, Diskusi, dan Saran

Dalam bab ini penulis menjabarkan kesimpulan yang didapat dari penelitian dalam bentuk jawaban dari pertanyaan penelitian, diskusi lebih lanjut tentang hasil penelitian, limitasi penelitian, dan saran untuk penelitian selanjutnya.

BAB 2

TINJAUAN KEPUSTAKAAN

Pada bab ini terdapat dua variabel utama yang akan dibahas, yaitu kebahagiaan dan kualitas pertemanan. Definisi, komponen, dan alat ukur dari masing-masing variabel akan dipaparkan di bab ini. Selain dari dua variabel tersebut, akan dijelaskan juga konsep dasar seperti definisi dan karakteristik dari hubungan pertemanan dan juga definisi dari karakteristik target partisipan, yaitu populasi dewasa muda. Pada bagian akhir bab ini akan dijelaskan dinamika antara dua variabel yang hendak diukur, lalu dilengkapi dengan hipotesis penelitian.

2.1 Kebahagiaan

2.1.1 Definisi Kebahagiaan

Dalam membahas kebahagiaan, penting untuk mendefinisikan terlebih dahulu kebahagiaan yang dimaksud dalam penelitian ini. Definisi kebahagiaan menurut Demir dan Özdemir (2009) yaitu kebahagiaan adalah adanya afek positif atau perasaan positif, dan tidak adanya afek negatif atau perasaan negatif.

Definisi lain tentang kebahagiaan salah satu contohnya terdapat pada penelitian Miao, et al (2013), di mana kebahagiaan didefinisikan sebagai evaluasi individu secara kognitif dan afektif terhadap kehidupannya. Dari definisi tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa kebahagiaan bersifat subjektif dari individu masing-masing.

Definisi kebahagiaan yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu definisi kebahagiaan oleh Demir dan Özdemir (2009), yaitu kebahagiaan merupakan adanya afek positif dan tidak adanya afek negatif. Adapun alasan peneliti menggunakan definisi kebahagiaan dari Demir dan Özdemir (2009) karena peneliti menemukan bahwa definisi kebahagiaan oleh Demir dan Özdemir (2009) merupakan definisi yang paling tepat digunakan dalam konteks penelitian ini karena bersangkutan dengan alat ukur yang hendak penulis gunakan, yaitu PANAS (*Positive and Negative Affect Schedule*).

Afek positif dan afek negatif dari kebahagiaan merupakan penilaian kebahagiaan individu dari pertimbangan individu tersebut atas jumlah perasaan positif dan perasaan

negatif yang dialami individu tersebut dalam kehidupannya (Eid dan Larsen, 2008). Tingginya afek atau perasaan positif dan rendahnya afek atau perasaan negatif yang dirasakan individu mengindikasikan individu yang bersangkutan memiliki kebahagiaan yang tinggi pula, begitupun sebaliknya, rendahnya afek atau perasaan positif dan tingginya afek atau perasaan negatif mengindikasikan individu yang bersangkutan memiliki tingkat kebahagiaan yang rendah.

2.1.2 Faktor-faktor yang Memengaruhi Kebahagiaan

Demir dan Özdemir (2009) mendefinisikan bahwa kebahagiaan merupakan adanya afek positif dan tidak adanya afek negatif pada individu, maka faktor apa saja yang dapat memengaruhi afek positif dan negatif tersebut? Subbab ini akan membahas beberapa faktor yang memengaruhi kebahagiaan.

Salah satu faktor yang diduga dapat memengaruhi kebahagiaan adalah kepribadian. Salah satu studi paling awal yang meneliti tentang korelasi kepribadian individu dengan kebahagiaan dilakukan oleh Costa dan McCrae (1980). Pada studi tersebut Costa dan McCrae menemukan bahwa aspek kepribadian *extraversion* dapat memengaruhi afek positif, dan *neuroticism* dapat memengaruhi afek negatif. Walaupun demikian, skor korelasi antara kepribadian dengan kebahagiaan seringkali ditemukan relatif lemah, namun adanya konsistensi skor tersebut dalam pengukuran-pengukuran yang diadakan seiring waktu, maka Costa dan McCrae menyimpulkan adanya korelasi signifikan dari perbedaan kepribadian individu dengan kebahagiaan (Eid dan Larsen, 2008).

Eid dan Larsen (2008) menyimpulkan bahwa kondisi sosial seperti *loneliness*, jaringan sosial, dan faktor usia juga berkorelasi dengan kebahagiaan individu. Tingkat kesepian, kehidupan rumah tangga, usia, dan jaringan sosial ditemukan berkorelasi secara signifikan pada berbagai penelitian, namun korelasi yang ditemukan memiliki skor yang relatif kecil, namun konsisten (Eid dan Larsen, 2008). Eid dan Larsen (2008) juga menemukan bahwa dalam meneliti faktor jejaring sosial, kualitas hubungan sosial menunjukkan skor korelasi yang lebih kuat dengan kebahagiaan dibanding kuantitas dari hubungan sosial.

2.1.3 Pengukuran Kebahagiaan

Pengukuran kebahagiaan individu biasanya dilakukan dengan mengukur kebahagiaan partisipan secara umum menggunakan alat ukur Subjective Happiness Scale oleh Lyubomirsky dan Lepper (1999), dan PANAS (*Positive and Negative Affect Schedule*) oleh Watson, Clark, dan Tellegen (1988) (Miao et al, 2013).

Dalam penelitian ini untuk pengukuran variabel kebahagiaan akan menggunakan PANAS oleh Watson, Clark, dan Tellegen (1988) dengan alasan bahwa kebahagiaan merupakan konstruk yang terbentuk dari adanya afek positif dan tidak adanya afek negatif pada individu (Demir dan Özdemir, 2009). Namun, PANAS itu sendiri memiliki beberapa versi yang dapat digunakan untuk tujuan dan populasi yang lebih spesifik. Oleh karena itu, alat ukur PANAS yang mana yang akan digunakan dalam penelitian ini akan dijelaskan lebih lanjut di bawah.

Alat ukur PANAS itu sendiri memiliki beberapa versi: PANAS-C yang ditujukan untuk populasi anak-anak, PANAS-SF untuk versi alat ukur yang lebih singkat, I-PANAS-SF yang ditujukan untuk populasi internasional dan juga merupakan versi alat ukur yang lebih singkat, dan PANAS-X yang merupakan alat ukur PANAS yang dikembangkan lebih jauh.

Thompson (2007) menyatakan bahwa alat ukur PANAS yang asli oleh Watson, Clark, dan Tellegen (1988) sudah terbukti valid dan merupakan salah satu alat ukur konstruk afek yang paling banyak digunakan. Namun, alat ukur PANAS yang asli dengan 20 item memiliki dua kekurangan dalam konteks lintas budaya. Kekurangan pertama ditemukan pada uji validitas PANAS oleh Crawford dan Hendry (2004) yang menemukan bahwa beberapa item pada PANAS terkesan ambigu dan sulit dimengerti bahkan dalam konteks Bahasa Inggris global, hal ini diduga karena konstruksi alat ukur PANAS yang dikembangkan di Amerika Utara. Kekurangan kedua diutarakan oleh Thompson (2007) bahwa walaupun dengan alat ukur PANAS yang berisi 20 item dapat dianggap cenderung singkat, alat ukur ini masih dianggap terlalu panjang untuk populasi yang memiliki keterbatasan waktu seperti populasi pekerja, kekurangan ini dapat memengaruhi hasil pengukuran dikarenakan faktor kelelahan dan hilangnya fokus pada populasi tersebut pada saat mengerjakan survey yang tidak singkat. Keterbatasan-keterbatasan PANAS

tersebut mendorong Thompson (2007) untuk mengembangkan alat ukur PANAS yang dapat digeneralisasi untuk populasi global, yaitu I-PANAS-SF.

Melalui pertimbangan di atas, peneliti akan menggunakan alat ukur I-PANAS-SF sebagai alat ukur variabel kebahagiaan pada penelitian ini dikarenakan alat ukur I-PANAS-SF menunjukkan reliabilitas yang baik dan terbukti lebih dapat digeneralisasi untuk populasi luar Amerika Serikat (Thompson, 2007) dan karena alasan penelitian ini mengincar populasi dewasa muda secara umum sehingga peneliti memutuskan tidak mengambil resiko menggunakan alat ukur yang lebih panjang untuk populasi dewasa muda yang sudah bekerja.

2.2 Hubungan Pertemanan

2.2.1 Definisi Hubungan Pertemanan

Bennett (2017) mendefinisikan pertemanan sebagai hubungan khusus antar individu yang didasari oleh *concern* atau kepedulian antara individu yang bersangkutan. Dalam hubungan pertemanan, individu yang terlibat akan menunjukkan kepedulian terhadap *well-being* satu sama lain. Dalam hubungan pertemanan, individu yang terlibat akan menunjukkan kepedulian terhadap *well-being* satu sama lain. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan pertemanan selalu memiliki semacam kedekatan (*intimacy*) antar individu yang bersangkutan.

Definisi lain dari hubungan pertemanan dinyatakan oleh Hays (1988) bahwa pertemanan merupakan ketergantungan secara sukarela antara dua individu dengan tujuan untuk memuaskan kebutuhan sosio-emosional satu sama lain, dan dapat menunjukkan berbagai bentuk dan derajat dalam kedekatan, afeksi, dan bantuan yang diberikan satu sama lain.

Definisi-definisi di atas menunjukkan bahwa pertemanan adalah suatu hubungan yang bersifat kualitatif (Demir dan Özdemir, 2009). Dalam meneliti hubungan pertemanan, cukup penting untuk mempertimbangkan bahwa individu biasanya akan membedakan antara hubungan teman dekat (*close friend*), teman baik (*best friend*) dan teman biasa (*casual friend*) (Antonucci, 2001; La Gaipa, 1997). Tiga bentuk hubungan pertemanan tersebut berbeda pada tingkatan kedekatannya dan tentu juga berbeda kualitasnya, sebagai

contoh: hubungan *best friend* selalu memiliki kualitas yang lebih baik dibanding dengan hubungan *close friend* (Demir et al, 2007).

Dari berbagai definisi yang penulis temukan dalam mencari definisi hubungan pertemanan, penulis menemukan tidak banyak perbedaan dalam definisi hubungan pertemanan dari referensi-referensi yang ditemukan. Semua definisi yang penulis temukan dapat disimpulkan sebagai hubungan pertemanan merupakan hubungan antarindividu yang bersifat timbal balik (*reciprocal*) dan dilakukan secara sukarela karena adanya kedekatan antara dua individu tersebut, lalu dilakukan dengan tujuan untuk menyokong dan membantu satu sama lain baik secara fisik maupun emosional. Namun untuk konteks penelitian ini penulis akan menggunakan definisi oleh Hays (1988) dengan alasan definisi hubungan pertemanan yang ditulis oleh Hays (1988) dianggap cocok dalam konteks penelitian ini untuk mendeskripsikan bahwa hubungan pertemanan bersifat kualitatif dan cenderung afektif.

2.2.2 Karakteristik dari Hubungan Pertemanan

Salah satu karakteristik hubungan pertemanan menurut Bennett (2017) yaitu *mutual caring*. Menurut Bennett (2017), dua orang individu yang berteman memiliki kepedulian yang ditunjukkan kepada satu sama lain. Hal ini menunjukkan bahwa salah satu karakteristik utama dalam hubungan pertemanan adalah adanya perilaku yang mendukung *well-being* satu sama lain. Selain dari perilaku tersebut, seorang teman pada umumnya akan tergerak atas apa yang terjadi pada temannya, seperti ikut bahagia apabila temannya bahagia, dan juga berempati dengan kesedihan yang dirasakan temannya (Bennett, 2017).

Karakteristik lain dari hubungan pertemanan menurut Bennett (2017) adalah *Intimacy*. *Intimacy* pada karakteristik pertemanan yang dimaksud Bennett (2017) mengacu pada kedekatan yang dirasakan oleh individu untuk memercayai temannya atas hal-hal tertentu. Kedekatan ini juga dapat berbentuk pengetahuan akan hal apa yang disukai dan tidak disukai maupun hal apa yang akan menguntungkan atau merugikan temannya tersebut.

Karakteristik terakhir yang disebut oleh Bennett (2017) terhadap hubungan pertemanan adalah *shared activity*. *Shared activity* merupakan aktivitas yang dilakukan oleh

individu dengan temannya yang didorong oleh hubungan pertemanan itu sendiri. Aktivitas ini bisa berbentuk permainan yang dimainkan bersama, proyek yang dikerjakan bersama, maupun pengalaman yang dialami bersama seperti menonton film (Bennett, 2017). Menurut Bennett (2017) hal ini merupakan karakteristik yang penting dari hubungan pertemanan karena merefleksikan adanya kesamaan *interest* atau ketertarikan pada suatu hal spesifik yang dimiliki bersama oleh dua orang individu yang terlibat dalam hubungan pertemanan.

2.2.3 Tujuan Hubungan Pertemanan

Tujuan individu dalam membentuk hubungan pertemanan salah satunya sebagaimana dikatakan oleh Bennett (2017) bahwa pertemanan dapat membantu individu untuk merasa lebih terlibat dalam suatu aktivitas. Hal ini kemudian meningkatkan kepuasan yang dirasakan individu dalam aktivitas tersebut. Lebih lanjut, Annis (1987) dalam Bennett (2017) juga mengatakan hubungan pertemanan dapat meningkatkan *self-esteem* individu.

Demir dan Özdemir (2009) menyatakan bahwa individu dalam hubungan pertemanan memiliki tujuan untuk mencari kebutuhan-kebutuhan seperti *companionship*, validasi, pertolongan, dan *intimacy*.

Bennett (2017) menyatakan bahwa hubungan pertemanan berfungsi sebagai cermin bagi individu untuk menilai kehidupannya, hal ini membantu individu untuk memiliki semacam pembandingan untuk membantu individu dalam mengevaluasi kehidupannya disamping menyediakan seorang figur “teman” untuk menjalani kehidupan. Bantuan tersebut akan mendukung individu untuk tetap menghayati kegiatannya walaupun kegiatan tersebut seringkali terasa sulit ataupun berat.

2.3 Kualitas Pertemanan

2.3.1 Definisi Kualitas Pertemanan

Kualitas pertemanan adalah evaluasi personal individu terhadap hubungan pertemanan yang dia miliki berdasarkan pengalaman dari perilaku positif dan negatif yang dialami individu dalam suatu hubungan pertemanan (Berndt, 2002). Beberapa contoh perilaku positif seperti tolong menolong dan keakraban, adapun contoh perilaku negatif

yaitu persaingan dan konflik (Berndt, 2002). Dari definisi di atas dapat disimpulkan bahwa kualitas pertemanan mengacu pada kepuasan yang dialami masing-masing individu dalam menjalani hubungan pertemanan.

Definisi lain oleh Furman dan Buhrmester (1985, 1992) memiliki bunyi yang serupa dengan definisi kualitas pertemanan oleh Berndt (2002) bahwa hubungan pertemanan adalah persepsi individu terhadap hubungan pertemanan berdasarkan pengalaman positif dan negatif dari hubungan pertemanan tersebut. Untuk konteks penelitian ini peneliti memilih untuk menggunakan definisi kualitas pertemanan yang didefinisikan oleh Berndt (2002) karena dari literatur yang ditemukan, definisi untuk kualitas pertemanan berbunyi relatif sama, dan definisi dari Berndt (2002) merupakan definisi paling baru yang dapat ditemukan oleh peneliti. Alasan lain mengapa peneliti menggunakan definisi ini juga dikarenakan Berndt (2002) membangun definisi kualitas pertemanan tersebut salah satunya berdasarkan dari alat ukur oleh Bukowski (1994) yang akan dibahas lebih lanjut di subbab berikutnya.

2.3.2 Dimensi yang membentuk Kualitas Pertemanan

Bukowski, et al (1994) dalam membangun *Friendship Qualities Scale* (FQS) menyebutkan lima dimensi yang membentuk kualitas suatu pertemanan, yaitu: *Companionship*, *Conflict*, *Help*, *Security*, dan *Closeness*.

Companionship merupakan jumlah waktu yang dihabiskan bersama secara sukarela dengan teman. *Conflict* merupakan frekuensi adanya perbedaan pendapat pada suatu hubungan pertemanan. *Help* terdiri dari dua sub-komponen, yaitu *assistance* dan *mutual aid*, lalu *protection in the face of injustice and oppression of others*. Dimensi berikutnya, *Security*, mengacu kepada kepercayaan atau *trust* yang dimiliki individu terhadap temannya yang meyakinkan individu bahwa hubungan pertemanan tetap dapat bertahan walau dihadapkan dengan berbagai masalah. Terakhir, *Closeness*, yang mengacu pada kedekatan emosional individu terhadap temannya.

Mendelson dan Aboud (1999) dalam merancang alat ukur *McGill Questionnaire-Friend's Functions* (MFQ-FF) merumuskan enam dimensi yang membentuk kualitas pertemanan, antara lain:

- *Stimulating Companionship*
Stimulating companionship merujuk kepada kegiatan-kegiatan yang dilakukan bersama teman yang menimbulkan perasaan senang.
- *Help*
Help adalah kegiatan menolong dan membantu teman yang bersifat *tangible*, seperti meminjamkan uang, memberikan informasi, dan sebagainya.
- *Intimacy*
Intimacy adalah kepekaan terhadap kondisi atau perasaan satu sama lain, dan menyediakan situasi yang aman untuk teman dapat membuka dan menceritakan keadaan dan kondisi pribadinya.
- *Reliable Alliance*
Reliable Alliance merujuk kepada kesediaan dan loyalitas seorang teman untuk selalu ada dan siap sedia untuk temannya.
- *Self-Validation*
Self-Validation merupakan persepsi bahwa teman merupakan individu yang dapat membantu individu merasa nyaman terhadap dirinya sendiri.
- *Emotional Security*
Emotional Security merupakan kenyamanan dan dukungan yang didapat dari teman dalam menghadapi situasi yang baru atau bahkan mengancam.

2.3.3 Pengukuran Kualitas Pertemanan

Pengukuran kualitas pertemanan akan menggunakan alat ukur *McGill Questionnaire-Friend's Functions* (MFQ-FF) (Mendelson dan Aboud, 1999).

Alat ukur MFQ-FF digunakan merupakan alat ukur kualitas pertemanan yang dirancang oleh Mendelson dan Aboud (1999) untuk mengukur kualitas pertemanan individu melalui enam dimensi yang dibentuk dalam enam subskala berisi masing-masing delapan item, dan berjumlah total 48 item.

Dalam konstruksinya, alat ukur MFQ-FF menggunakan partisipan dari populasi mahasiswa (Mendelson dan Aboud, 1999). Maka dapat disimpulkan bahwa alat ukur ini dapat digunakan untuk target populasi dewasa muda. Alat ukur MFQ-FF juga digunakan

oleh Demir dan Özdemir (2009) untuk mengukur kualitas pertemanan pada populasi dewasa muda.

Berdasarkan pertimbangan di atas, peneliti memilih untuk menggunakan alat ukur MFQ-FF oleh Mendelson dan Aboud (1999) untuk mengukur variabel kualitas pertemanan.

2.4 Dewasa Muda

2.4.1. Definisi Dewasa Muda

Menurut Erikson, dewasa muda adalah mereka yang berada pada rentang usia 18-30 tahun (Miller, 2011). Peneliti akan menggunakan definisi Erikson tentang usia dewasa muda karena merupakan definisi yang paling sering digunakan dan juga karena karakteristik yang cocok dengan konteks penelitian bahwa individu pada rentang usia dewasa muda akan mencari *intimacy* atau kedekatan dengan individu lain untuk terhindar dari *isolation* (Miller, 2011).

2.4.2 Karakteristik Dewasa Muda

Karakteristik pada dewasa muda salah satunya menurut Erikson yaitu menghadapi konflik Intimacy vs. Isolation (Miller, 2011). Individu pada masa ini membutuhkan hubungan yang intim dengan individu lain untuk bisa mencapai *virtue Love* dan menghindari kerugian-kerugian yang disebabkan oleh *isolation* (Miller, 2011). Hubungan intim yang dimaksud di sini pada umumnya merupakan hubungan romantis, namun Erikson juga mengimplikasi bahwa hubungan yang dekat dan intim dengan teman maupun keluarga juga dapat membantu individu pada tahap konflik ini.

Jekielek dan Brown (2005) menyebutkan bahwa usia dewasa muda merupakan masa transisi dimana individu bergerak menuju independensi secara emosional, residensial, maupun finansial dengan tujuan untuk mengambil tanggung jawab yang lebih besar dalam masyarakat, baik sebagai pekerja, orang tua, maupun pasangan hidup.

2.5 Dinamika Kualitas Hubungan Pertemanan dengan Kebahagiaan

Manusia membutuhkan teman dalam menjalani kehidupannya. Teman memberikan dukungan sosial dan menemani manusia semasa hidupnya. Teman juga dapat menjadi tolak

ukur manusia untuk mengevaluasi kehidupannya. Dikarenakan alasan-alasan tersebut, manusia akan menjalin hubungan pertemanan dalam masa hidupnya.

Hubungan pertemanan itu sendiri merupakan hubungan yang bersifat *mutual*, dengan kata lain terdapat hubungan timbal balik pada dua individu yang terlibat dalam suatu hubungan pertemanan. Hubungan pertemanan juga dapat memiliki beberapa bentuk sesuai dari kualitas dari hubungan yang bersangkutan.

Kualitas dari hubungan pertemanan ditentukan dari pengalaman yang dirasakan individu yang terlibat dalam hubungan pertemanan tersebut, dan dapat menentukan bagaimana suatu individu mempersepsikan hubungannya dengan seorang teman. Beberapa bentuk hubungan pertemanan tersebut tergantung dari kualitasnya dapat dibedakan menjadi pertemanan baik, pertemanan dekat, dan pertemanan biasa.

Kebahagiaan merupakan salah satu aspek dari kualitas kehidupan manusia. Manusia akan mencari kebahagiaan dalam hidupnya dengan berbagai cara, salah satunya yaitu dengan menjalin hubungan dengan manusia lain. Hubungan tersebut dapat memiliki berbagai macam bentuk sesuai dengan siapa yang terlibat dalam hubungan tersebut. Salah satu bentuk dari hubungan ini merupakan hubungan pertemanan.

Dewasa muda merupakan tahapan usia di mana manusia memulai tanggung jawabnya sebagai manusia dewasa, dan juga merupakan tahap hidup di mana manusia akan mencari hubungan intim dengan manusia lain. Dalam menjalani tanggung jawab pada usia dewasa muda, manusia tentunya akan mencari hubungan yang berkualitas untuk menyokong kualitas hidupnya. Hubungan intim tersebut dapat berbentuk hubungan romantis, hubungan yang dekat dengan keluarga, maupun hubungan pertemanan yang baik.

Kebahagiaan merupakan suatu hal yang ditentukan dari afek atau perasaan yang dirasakan manusia dalam pengalaman selama hidupnya. Kebahagiaan dibentuk oleh adanya perasaan positif dan tidak adanya perasaan negatif yang dirasakan oleh manusia. Di sisi lain, hubungan pertemanan juga merupakan hubungan yang kualitasnya ditentukan dari afek atau perasaan individu yang terlibat dalam hubungan tersebut. Dua hal tersebut memiliki implikasi bahwa hubungan pertemanan akan berpengaruh pada perasaan manusia terhadap kehidupannya apabila dikaitkan dengan fakta bahwa manusia akan menjalin hubungan pertemanan dengan manusia lain untuk menyokong kualitas hidupnya. Maka dari

itu, penulis membangun hipotesis bahwa kualitas hubungan pertemanan akan berkorelasi secara signifikan dengan kebahagiaan individu pada usia dewasa muda.

BAB 3 METODE PENELITIAN

Pada bab ini akan dijabarkan secara detail metode yang digunakan dalam penelitian ini. Penjelasan akan mencakup desain penelitian, partisipan penelitian, instrumen penelitian, prosedur penelitian, dan teknik analisis yang akan digunakan dalam penelitian ini.

3.1 Tipe dan Desain Penelitian

Tipe penelitian yang digunakan adalah studi korelasional. Pada penelitian ini terdapat satu variabel prediktor yang dihubungkan dengan satu variabel *outcome*. Berdasarkan penelitian ini, variabel kebahagiaan akan menjadi variabel *outcome* sementara kualitas pertemanan akan menjadi variabel prediktor. Studi korelasional bertujuan untuk mengukur dua variabel atau lebih untuk mengidentifikasi adanya hubungan antar variabel dan mengukur kekuatan dari hubungan tersebut (Gravetter dan Forzano, 2011).

Desain penelitian yang akan digunakan yaitu *cross-sectional study* dengan tujuan untuk memperoleh gambaran dari keseluruhan partisipan dengan pengukuran yang dilakukan dalam satu waktu (Gravetter dan Forzano, 2011). Penelitian juga menggunakan desain retrospektif karena partisipan diminta untuk mengingat sendiri pengalaman-pengalamannya mengenai kebahagiaan dan kualitas pertemanan yang dimiliki dalam mengerjakan kuesioner. Berdasarkan sifatnya, penelitian ini bersifat non-eksperimental karena peneliti hanya melihat hubungan antar variabel tanpa adanya manipulasi pada partisipan (Kumar, 2011)

3.2 Partisipan Penelitian

3.2.1 Kriteria Partisipan

Terdapat dua kriteria partisipan pada penelitian ini kriteria pertama yaitu partisipan adalah warga negara Indonesia yang berada dalam tahap usia dewasa muda, atau berusia 18-30 tahun yang memiliki teman. Kriteria lain adalah partisipan tidak memiliki hubungan romantis. Alasan dari dua kriteria tersebut yaitu dikarenakan bahwa dewasa muda

merupakan tahapan di mana individu akan mulai memikul berbagai macam tanggung jawab sebagai manusia dewasa dan oleh karena itu akan mulai mencari hubungan yang intim dengan individu lain. Alasan dari kriteria kedua adalah karena penelitian ini bertujuan untuk mengukur korelasi antara kualitas pertemanan dengan kebahagiaan individu, dan adanya hubungan romantis pada partisipan dianggap akan memengaruhi hasil pengukuran pada penelitian ini.

Law of large numbers oleh Gravetter dan Forzano (2011) menyatakan bahwa jumlah sampel akan makin mewakili populasi apabila jumlahnya lebih banyak. Maka peneliti akan mencari partisipan sebanyak mungkin agar dapat lebih menggambarkan populasi. Dalam penelitian ini peneliti menargetkan minimal 85 orang untuk menjadi partisipan.

3.2.2 Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *nonprobability sampling* dikarenakan peneliti tidak memiliki data tentang jumlah pasti populasi dan juga tidak memiliki data masing-masing anggota dalam populasi yang dituju (Gravetter dan Forzano, 2011). Untuk pengambilan sampel secara spesifik, peneliti akan menggunakan *convenience sampling*, partisipan akan dipilih berdasarkan kesediaan dan persetujuannya. Penggunaan teknik dipertimbangkan atas dasar kemudahan untuk mencari jumlah partisipan yang sesuai dengan kriteria penelitian.

3.3 Instrumen Penelitian

3.3.1 Alat Ukur Kebahagiaan

Pengukuran variabel kebahagiaan akan menggunakan alat ukur I-PANAS-SF (*International Positive and Negative Affect Schedule - Short Form*) oleh Thompson (2007). Alat ukur I-PANAS-SF terdiri dari 10 item berbentuk skala tipe likert dengan rentang pilihan antara 1-5 di mana 1 = tidak pernah dan 5 = selalu. Penelitian ini akan menggunakan I-PANAS-SF yang sudah diadaptasi ke Bahasa Indonesia. Skor reliabilitas I-PANAS-SF terbukti baik dengan skor cronbach alpha sebesar 0.78 untuk PA dan 0.76 untuk NA. Item dari I-PANAS-SF dibagi menjadi dua kelompok, lima item ditujukan untuk mengukur afek positif, dan lima sisanya untuk mengukur afek negatif. Contoh item dari

afek positif salah satunya yaitu aktif, sedangkan untuk item afek negatif salah satunya yaitu jengkel.

3.3.2 Alat Ukur Kualitas Pertemanan

Pengukuran kualitas pertemanan akan menggunakan MFQ-FF (*McGill Friendship Questionnaire - Friendship Functions*) oleh Mendelson dan Aboud (1999). Alat ukur MFQ-FF terdiri dari 47 item yang terbagi dalam enam dimensi. Pada alat ukur ini partisipan akan diinstruksikan untuk membayangkan satu orang teman sebagai subjek yang digunakan untuk mengisi alat ukur. Berikut dimensi beserta contoh item dari masing-masing dimensi pada alat ukur MFQ-FF dengan *x* sebagai pengganti nama teman yang akan digunakan oleh partisipan *stimulating companionship* (contoh item: saya merasa *x* selalu memiliki hal yang menarik untuk dilakukan bersama.), *help* (contoh item: *x* membantu saya tiap saya membutuhkannya.), *intimacy* (contoh item: *x* adalah seseorang yang dapat saya ajak membicarakan hal yang saya anggap bersifat pribadi.), *reliable alliance* (contoh item: *x* akan tetap berteman dengan saya walaupun kami bertengkar.), *emotional security* (contoh item: *x* dapat membuat saya merasa lebih nyaman apabila saya sedang cemas.), dan *self-validation* (contoh item: *x* dapat membuat saya yakin dengan diri sendiri.). Item akan berbentuk skala tipe likert 0-8 di mana lima di antaranya yaitu 0 = tidak pernah, 2 = jarang, 4 = sekali-sekali, 6 = cukup sering, dan 8 = selalu. Pada penelitian ini peneliti akan menggunakan alat ukur MFQ-FF yang sudah diadaptasi ke Bahasa Indonesia. Reliabilitas dari alat ukur subskala MFQ-FF berada di antara skor 0.88 - 0.95.

3.4 Prosedur Penelitian

3.4.1. Tahap Persiapan Penelitian

Pada tahap awalnya, peneliti menetapkan jurnal Demir dan Ozdemir (2009) yang berjudul *Friendship, Need Satisfaction, and Happiness* sebagai jurnal acuan. Peneliti bermaksud untuk meneliti kembali hubungan antara kualitas pertemanan dan kebahagiaan pada rentang usia dewasa muda karena peneliti menemukan adanya perbedaan data pada jurnal-jurnal yang meneliti variabel serupa. Peneliti lalu melakukan studi literatur untuk mendukung penelitian yang hendak dilakukan.

Berikutnya, peneliti mencoba untuk mengaplikasikan penelitian yang serupa namun dalam konteks demografis warga negara Indonesia. Kemudian peneliti merancang pertanyaan dan hipotesis penelitian. Langkah berikutnya peneliti mencari alat ukur yang sesuai untuk digunakan dalam penelitian.

Pada penelitian ini peneliti menggunakan alat ukur I-PANAS-SF untuk mengukur variabel kebahagiaan dan alat ukur MFQ-FF untuk mengukur variabel kualitas pertemanan. Kedua alat ukur masih berbahasa Inggris dan akan diadaptasi oleh peneliti terlebih dahulu menggunakan proses *back translation*. Hasil terjemahan alat ukur kemudian diproses melalui *expert judgement* dan dikatakan sudah cukup bagus untuk uji keterbacaan.

Setelah proses *back translation*, peneliti melakukan uji keterbacaan alat ukur kepada lima orang partisipan. Satu responden menyadari adanya *typo* atau kesalahan penulisan pada instruksi untuk alat ukur MFQ-FF. Input lain dari responden menyatakan bahwa alat ukur MFQ-FF sebaiknya dipotong menjadi beberapa bagian. Sementara salah satu responden meminta instruksi pada alat ukur MFQ-FF diperjelas instruksinya apakah partisipan diminta untuk membayangkan teman dekat, teman baik, atau sekedar kenalan. Tidak ada komentar responden pada uji keterbacaan untuk alat ukur I-PANAS-SF, sisa dua orang partisipan mengatakan alat ukur dianggap sudah cukup jelas.

Setelah peneliti menyesuaikan kembali alat ukur sesuai input dari responden uji keterbacaan, peneliti kemudian melaksanakan *try out* atau uji coba alat ukur kepada 31 orang partisipan. Hasil uji coba alat ukur menunjukkan bahwa mayoritas partisipan mengatakan alat ukur sudah cukup jelas. Salah satu partisipan mengatakan bahwa beliau tidak paham dengan instruksi “mengkondisikan X sebagai kawan sesama jenis kelamin.”. Partisipan lain mengatakan bahwa instruksi alat ukur MFQ-FF sebaiknya tidak dibatasi menjadi hanya teman dekat yang sesama jenis karena partisipan mengaku lebih banyak memiliki teman dekat lawan jenis. Setelah konsultasi dengan dosen pembimbing, peneliti memutuskan untuk mengubah instruksi alat ukur MFQ-FF sesuai saran dari partisipan yang bersangkutan.

3.4.2 Hasil Uji Reliabilitas Studi Lapangan

Setelah melakukan uji coba pengambilan data, peneliti kemudian melakukan uji reliabilitas terhadap alat ukur I-PANAS-SF dan MFQ-FF. Hasil uji reliabilitas pada alat ukur I-PANAS-SF menunjukkan skor Cronbach Alpha sebesar 0.59 untuk afek positif (PA) dan 0.76 untuk afek negatif (NA). Dari hasil analisis uji reliabilitas ditemukan bahwa pengukuran afek positif pada alat ukur I-PANAS-SF ditemukan memiliki skor reliabilitas internal yang tidak bagus, yaitu 0.59. Menurut hasil analisis item “waspada” pada I-PANAS-SF menunjukkan reliabilitas yang lemah dan akan meningkatkan reliabilitas alat ukur menjadi sebesar 0.72 apabila item dihapus. Setelah mendiskusikan hal ini dengan dosen pembimbing, peneliti memutuskan untuk menghapus item “waspada” pada alat ukur I-PANAS-SF.

Uji reliabilitas pada alat ukur MFQ-FF menunjukkan hasil yang baik dengan skor *Cronbach Alpha* tiap dimensi berkisar antara 0.868 - 0.961.

3.4.3 Tahap Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilakukan dengan penyebaran kuesioner melalui media daring *Google Forms* dan berisi dua alat ukur. Bentuk dari kuesioner *Google Forms* itu sendiri dibuka dengan *informed consent* dimana partisipan disajikan pengenalan diri peneliti, syarat kriteria partisipan, dan kontak pribadi peneliti berupa e-mail UI dan nomor WA sebelum kemudian diminta untuk mengisi persetujuan untuk mengikuti penelitian. Partisipan kemudian diminta untuk mengisi data demografis sebelum kemudian diminta untuk mengisi alat ukur I-PANAS-SF dan MFQ-FF secara berurutan. Peneliti menggunakan media *Google Forms* atas dasar kemudahan akses dan penyebaran kuesioner. Kuesioner penelitian disebar melalui beberapa platform media sosial seperti *Facebook*, *Line*, dan *WhatsApp*. Peneliti menyiapkan *reward* sebesar Rp20.000,- untuk 40 orang yang beruntung melalui GoPay.

3.4.4 Tahap Pengolahan Data

Pada tahap ini peneliti meninjau data yang didapat dari 88 orang partisipan. Salah satu partisipan mengisi “tidak” pada bagian *informed consent* dan kemudian dieliminasi.

Selain dari itu semua partisipan terlihat mengisi alat ukur dengan lengkap, maka pada akhirnya peneliti menggunakan total data 87 orang untuk kemudian diolah. Proses pengolahan data dilakukan menggunakan IBM SPSS versi 22. Tidak dilakukan pembersihan data lebih lanjut karena tidak ditemukan adanya *outlier* pada data yang didapat.

Uji reliabilitas alat ukur kembali dilakukan pada tahap ini untuk memastikan reliabilitas alat ukur yang digunakan. Hasil dari uji reliabilitas pada alat ukur I-PANAS-SF didapatkan nilai *cronbach alpha* sebesar 0.757 untuk *Negative Affect* (NA), dan 0.80 untuk *Positive Affect* (PA). Untuk alat ukur MFQ-FF ditemukan nilai *cronbach alpha* dengan kisaran 0.868 - 0.954 untuk 6 dimensi yang terdapat dalam alat ukur MFQ-FF. Hasil uji reliabilitas membuktikan bahwa kedua alat ukur memiliki konsistensi internal yang baik.

3.5 Teknik Analisis

Pertama, akan dilakukan analisis deskriptif untuk menggambarkan demografis partisipan yang didapat dalam proses pengambilan data. Analisis deskriptif akan dilakukan mulai dari jenis kelamin, usia, pekerjaan, pendidikan terakhir, dan domisili tempat tinggal partisipan. Kemudian akan dilakukan uji normalitas untuk melihat persebaran data yang didapat. Setelah itu, akan dilakukan analisis korelasi antar variabel dengan teknik *Pearson Correlation one-tailed* untuk melihat hubungan yang didapat antar variabel melalui data yang didapat dari alat ukur. Pengolahan data dilakukan dengan IBM SPSS versi 22.

BAB 4 HASIL PENELITIAN

Pada bab ini peneliti akan menyajikan gambaran hasil analisis data yang didapat dari proses pengambilan data sejumlah 87 orang partisipan. Peneliti akan menjelaskan deskripsi dari demografis partisipan, hasil analisis data deskriptif, dan korelasi antar variabel penelitian.

4.1 Gambaran Umum Partisipan

Berikut merupakan tabel data demografis partisipan yang didapat dalam proses pengambilan data. Kriteria yang ditentukan untuk partisipan penelitian ini yaitu warga negara Indonesia yang memiliki teman, berusia 18-30 tahun, dan sedang tidak terlibat dalam hubungan romantis.

Tabel 4.1

Gambaran Data Demografis Partisipan

Karakteristik	N	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	34	39.1%
Perempuan	51	58.6%
Memilih tidak menjawab	2	2.3%
Usia		
18	3	3.4%
19	6	6.9%
20	6	6.9%
21	9	10.3%
22	19	21.8%
23	27	31%
24	3	3.4%

Karakteristik	N	%
Usia		
25	5	5.7%
26	5	5.7%
27	3	3.4%
30	1	1.1%
Pekerjaan Saat Ini		
Mahasiswa	45	51.7%
Bekerja di bawah institusi	25	28.7%
Wiraswasta	17	19.5%
Pendidikan Akhir		
SMA	39	44.8%
S1	48	55.2%
Domisili		
Jabodetabek	51	58.6%
Luar jabodetabek	36	41.4%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa partisipan mayoritas memiliki jenis kelamin perempuan (58.6%) dan sebagian lainnya berjenis kelamin laki-laki (39.1%), sementara sisa partisipan memilih untuk tidak menjawab jenis kelamin (2.3%). Dari segi usia, dapat dilihat usia partisipan terbanyak pada usia 23 tahun (31%), diikuti dengan usia 22 tahun (21.8%), kemudian 21 tahun (10.3%), lalu usia 19 (6.9%) dan 20 tahun (6.9%), usia 25 (5.7%) dan 26 tahun (5.7%), usia 18 (3.4%), 24 (3.4%), dan 27 tahun (3.4%), dan akhirnya usia 30 tahun (1.1%). Selain itu, demografis partisipan didominasi oleh demografis mahasiswa sebanyak 51.7%, sementara sisanya bekerja di bawah institusi (28.7%) dan wiraswasta (19.5%).

Dari data demografis partisipan yang didapat, dapat dilihat bahwa dengan jumlah 51.7% dari total partisipan, data penelitian ini lebih mewakili populasi mahasiswa. Selain itu, dapat dilihat juga data yang didapat lebih mewakili demografis perempuan dibanding laki-laki. Dari segi usia, partisipan paling banyak berada pada usia 23 tahun. Sebesar 58.6% dari jumlah total partisipan berasal dari daerah Jabodetabek dan sisanya sebesar 41.4% dari luar Jabodetabek dengan mayoritas berpendidikan S1. Dapat disimpulkan bahwa demografis partisipan lebih condong mewakili demografis dewasa muda mahasiswa perempuan yang berada di daerah Jabodetabek.

4.2 Analisis Data Deskriptif

Tabel 4.2

Gambaran Deskriptif Variabel Kebahagiaan dan Kualitas Pertemanan

	N	Mean	SD	Min	Max
Kebahagiaan	87	3.20	0.60	2	4.44
Kualitas Pertemanan	87	6.44	0.88	4.17	8

Sesuai dengan bab 3, variabel kebahagiaan diukur dengan skala likert 1 (tidak pernah) hingga 5 (selalu), dan variabel kualitas pertemanan diukur dengan skala likert 1 (tidak pernah) hingga 8 (selalu). Dilihat melalui skala tersebut, variabel kebahagiaan memiliki nilai median sebesar 3 dan kualitas pertemanan sebesar 4.5. Apabila dianalisis melalui nilai rata-rata variabel, partisipan dapat dilihat memiliki mean sebesar 3.20 dengan standar deviasi sebesar 0.60 pada variabel kebahagiaan dan mean sebesar 6.44 dengan standar deviasi sebesar 0.88 pada variabel kualitas pertemanan.

Data deskriptif di atas menunjukkan partisipan memiliki kualitas pertemanan yang cukup baik dan tingkat kebahagiaan yang cenderung baik walaupun nilai rata-rata sebesar 3.20 menunjukkan tingkat kebahagiaan yang sangat dekat ke nilai median, hal ini mengindikasikan tingkat kebahagiaan partisipan yang tidak terlalu besar atau cenderung biasa saja walaupun tetap berada di atas nilai tengah atau median.

Untuk analisis distribusi data, variabel kebahagiaan menunjukkan nilai Sig 0.200 pada uji normalitas Kolmogorov-Smirnov dan Sig 0.226 pada uji normalitas Shapiro-Wilk. Untuk variabel kualitas pertemanan didapat nilai Sig 0.200 pada Kolmogorov-Smirnov dan 0.237 pada uji normalitas Shapiro-Wilk. Hal ini menunjukkan data yang didapat memiliki distribusi normal.

4.3 Analisis Korelasi Antar Variabel

Bagian ini akan membahas tentang hasil dari perhitungan korelasi antara variabel kualitas pertemanan dengan kebahagiaan. Teknik penghitungan akan menggunakan korelasi *Pearson*. Korelasi *Pearson* digunakan untuk menggambarkan hubungan yang linear antara variabel, hal ini memungkinkan diadakannya kalkulasi persamaan pada garis lurus yang paling cocok untuk data (Gravetter & Forzano, 2011).

Tabel 4.3

Hasil Perhitungan *Pearson Correlation* pada Variabel Kebahagiaan dan Kualitas Pertemanan

	Kebahagiaan	Kualitas Pertemanan
Kebahagiaan	1	0.231* 0.016
Kualitas Pertemanan	0.231* 0.016	1
N = 87 *p < 0.05 (1-tailed)		

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel kebahagiaan memiliki korelasi positif dengan kualitas pertemanan ditunjukkan melalui nilai $r = 0.231$ dan terbukti signifikan dengan $p = 0.016$ (1-tailed). Maka dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kualitas pertemanan memiliki korelasi yang signifikan dengan kebahagiaan pada individu dewasa muda, namun korelasi ini cenderung lemah dengan nilai r hanya 0.231.

BAB 5

KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN

Pada bab ini peneliti akan menjelaskan kesimpulan hasil penelitian berdasarkan analisis data dan hipotesis penelitian. Lalu akan dilanjutkan dengan diskusi hasil penelitian dengan membahas juga penelitian sebelumnya yang menggunakan variabel yang sama. Terakhir, peneliti akan memberikan saran terhadap penelitian ini dan apa yang dapat ditelusuri lebih jauh di penelitian-penelitian selanjutnya.

5.1 Kesimpulan

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mencari tahu hubungan antara kualitas pertemanan dengan kebahagiaan pada kelompok usia dewasa muda di Indonesia. Menurut hasil yang didapat dari 87 orang partisipan, ditemukan bahwa kualitas pertemanan berkorelasi positif secara signifikan dengan kebahagiaan individu dewasa muda. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa kualitas pertemanan memiliki hubungan dengan kebahagiaan individu pada kelompok usia dewasa muda. Dengan demikian, hal ini menunjukkan hipotesis penelitian ini dapat diterima.

5.2 Diskusi

Hasil analisis data menunjukkan bahwa hipotesis penelitian dapat diterima. Kualitas pertemanan memiliki hubungan positif dengan kebahagiaan individu dewasa muda. Hal ini sejalan dengan salah satu hasil dari penelitian Demir (2009) bahwa kualitas pertemanan berkorelasi positif dengan kebahagiaan individu dewasa muda. Ditinjau dari skor korelasi yang didapat juga, yaitu $r = 0.231$, hasil penelitian sejalan dengan temuan dari penelitian oleh Brannan et al. (2013); Cheng dan Furnham (2003); Demir dan Weitekamp (2007); Demir et al. (2007, 2011b, 2012, 2013a, 2013c); Lu (1995, 1999) bahwa skor korelasi antara kualitas pertemanan dan kebahagiaan pada dewasa muda relatif konsisten namun cenderung memiliki efek korelasi yang lemah dengan skor r berkisar antara 0.20 - 0.40.

Temuan lain dari penelitian ini juga menunjukkan bahwa kualitas pertemanan berkorelasi signifikan dengan kebahagiaan pada dewasa muda yang tidak sedang terlibat

dalam hubungan romantis, temuan ini mendukung hasil penelitian Demir (2010) yang menunjukkan bukti korelasi yang sama pada dewasa muda yang sedang tidak terlibat hubungan romantis. Pada penelitian yang sama, Demir (2010) juga menemukan bahwa tidak ada korelasi signifikan antara variabel kualitas pertemanan dengan kebahagiaan pada dewasa muda yang terlibat dalam hubungan romantis. Namun dikarenakan penelitian ini hanya meneliti partisipan yang tidak terlibat dalam hubungan romantis, maka hasil ini tidak dapat dikonfirmasi melalui hasil penelitian ini. Implikasi yang dapat disimpulkan peneliti dari hasil penelitian ini dapat membuktikan bahwa hubungan pertemanan dengan kualitas yang baik memiliki hubungan positif terhadap kebahagiaan dewasa muda yang sedang tidak terlibat dalam hubungan romantis, namun dikarenakan penelitian ini bersifat korelatif, belum dapat dikonfirmasi arah dari hubungan tersebut, apakah kualitas pertemanan menyebabkan kebahagiaan atau individu yang bahagia cenderung memiliki hubungan pertemanan dengan kualitas yang baik?

Penelitian ini tidak melakukan banyak kontrol untuk data yang didapat karena peneliti mengincar demografis umum untuk menggambarkan dewasa muda Indonesia yang tidak sedang terlibat dalam hubungan romantis.

Beberapa kelebihan dari penelitian ini yang dapat disimpulkan oleh peneliti yaitu penelitian ini memberikan gambaran demografis secara umum untuk dewasa muda Indonesia terkait hubungan antara kebahagiaan dengan kualitas hubungan pertemanan yang dimiliki individu dimana sejauh ini masih sangat jarang penelitian yang menggunakan variabel yang serupa dilakukan untuk populasi dewasa muda di Indonesia. Kelebihan lain dari penelitian ini yaitu karena penelitian ini bersifat cukup sederhana, hanya meninjau ulang korelasi antar variabel yang bersangkutan secara umum, penelitian ini dapat menjadi studi pilot untuk meneliti lebih jauh tentang hubungan kebahagiaan dengan kualitas pertemanan pada dewasa muda Indonesia. Oleh karena itu, peneliti berharap hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk penelitian-penelitian berikutnya yang menggunakan variabel yang serupa.

Penelitian ini juga memiliki sejumlah kekurangan, salah satunya yaitu ada satu kesalahan yang dilakukan peneliti dalam melakukan adaptasi alat ukur, yaitu untuk dimensi *stimulating relationship* pada alat ukur MFQ-FF peneliti hanya menggunakan 7 dari 8 item

yang ada karena peneliti teledor saat menerjemahkan item dan menyebabkan ada satu item yang terlewat pada dimensi tersebut. Namun demikian, hasil uji reliabilitas yang dilakukan untuk dimensi tersebut masih tergolong baik. Kekurangan lain yang terdapat pada penelitian ini yaitu penelitian ini bersifat lebih sederhana dari penelitian acuan oleh Demir dan Özdemir (2009). Penelitian acuan menggunakan mediator *need satisfaction* untuk meneliti lebih jauh hubungan antara kebahagiaan dengan kualitas pertemanan untuk dewasa muda, namun karena peneliti merasa bahwa korelasi dari kebahagiaan dengan kualitas pertemanan itu sendiri belum banyak diteliti dan tidak adanya penelitian dengan variabel yang serupa untuk populasi dewasa muda di Indonesia, peneliti merasa perlu untuk meninjau ulang korelasi dari kedua variabel tersebut pada penelitian ini. Kekurangan ini menimbulkan lebih banyak pertanyaan dibandingkan jawaban untuk hubungan antara kebahagiaan dengan kualitas pertemanan pada dewasa muda. Satu lagi kekurangan penelitian yang dapat peneliti sampaikan yaitu data demografis yang didapat lebih condong mewakili populasi mahasiswa di Jabodetabek, sedangkan peneliti mengincar populasi yang lebih umum dan lebih mewakili dewasa muda baik yang mahasiswa maupun yang sudah bekerja. Kekurangan ini membuat peneliti merasa bahwa sampel yang didapat dalam penelitian ini kurang representatif dalam mewakili populasi dewasa muda Indonesia secara umum. Oleh sebab itu dapat dipertanyakan lebih lanjut pengaruh data demografis partisipan terhadap variabel penelitian.

5.3 Saran

Penelitian ini bersifat sangat sederhana, variabel yang ada tidak diteliti lebih jauh menggunakan mediator maupun moderator. Maka untuk penelitian-penelitian berikutnya sangat mungkin untuk mengembangkan hasil dari penelitian ini menggunakan variabel lain sebagai mediator untuk dapat lebih jauh mengembangkan pemahaman tentang hubungan antara kebahagiaan dan kualitas pertemanan pada dewasa muda di Indonesia.

Satu lagi saran yang dapat dikemukakan oleh peneliti yaitu bahwa demografis partisipan dalam penelitian ini lebih mewakili populasi mahasiswa berdomisili Jabodetabek. Hal ini menyebabkan belum bisa dipastikan apakah sampel yang didapat pada penelitian ini mampu merepresentasikan populasi dewasa muda secara menyeluruh.

Daftar Pustaka

- Berndt, T. J. (2002). *Friendship Quality and Social Development. Current Directions in Psychological Science*, 11(1), 7–10. doi:10.1111/1467-8721.00157.
- Brannan, D., Biswas-Diener, R., Mohr, C. D., Mortazavi, S., & Stein, N. (2013). Friends and family: A cross-cultural investigation of social support and subjective well-being among college students, *The Journal of Positive Psychology*, 8, 65–75. doi:10.1080/17439760.2012.743573.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38(4), 668–678. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.38.4.668>
- Crawford, J. R., & Hendry, J. D. (2004). The Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): Construct validity, measurement properties and normative data in a large non-clinical sample. *British Journal of Clinical Psychology*, 43, 245–265
- Demir, M. (2009). *Close Relationships and Happiness Among Emerging Adults. Journal of Happiness Studies*, 11(3), 293–313. doi:10.1007/s10902-009-9141-x.
- Demir, M., Orthel, H., & Andelin, A. K. (2013b). Friendship and happiness. In S. A. David, I. Boiniwell, & S. C. Ayers (Eds.), *The Oxford handbook of happiness* (pp. 860–870). Oxford: Oxford Press. doi:10.1093/oxfordhb/9780195187243.013.0063.
- Demir, M., Orthel-Clark, H., Özdemir, M., & Bayram Özdemir, S. (2015). Friendship and Happiness Among Young Adults. *Friendship and Happiness*, 117–135. doi:10.1007/978-94-017-9603-3_7
- Demir, M., Özdemir, M., & Weitekamp, L. A. (2006). Looking to happy tomorrows with friends: Best and close friendships as they predict happiness. *Journal of Happiness Studies*, 8(2), 243–271. doi:10.1007/s10902-006-9025-2.
- Demir, M., & Weitekamp, L. A. (2007). I am so happy ‘cause today I found my friend: Friendship and personality as predictors of happiness. *Journal of Happiness Studies*, 8, 181–211. doi:10.1007/s10902-006-9012-7.

- Demir, M., Özdemir, M. Friendship, Need Satisfaction and Happiness. *J Happiness Stud* 11, 243–259 (2010). <https://doi.org/10.1007/s10902-009-9138-5>
- DeSousa, D. A., & Cerqueira-Santos, E. (2011). Redes sociais e relacionamentos de amizade ao longo do ciclo vital. *Psicopedagogia*, 28(85), 53-66.
- DeSousa, Diogo Araújo, & Cerqueira-Santos, Elder. (2012). *Intimate friendship relationships between young adults. Paidéia (Ribeirão Preto)*, 22(53), 325-333. <https://doi.org/10.1590/S0103-863X2012000300004>.
- Furman, W., & Buhrmester, D. (1985). Children's perceptions of the personal relationships in their social networks. *Developmental Psychology*, 21, 1016–1024. doi:10.1037/0012-1649.21.6.1016
- Eid, M., & Larsen, R. J. (2008). *The science of subjective well-being*. New York: The Guilford Press.
- Garcia, A. (2005). Psicologia da amizade na infância: Uma revisão crítica da literatura recente. *Interação em Psicologia*, 9(2), 285-294.
- Gravetter, F. J., & Forzano, L.-A. B. (2011). *Research methods for the behavioral sciences*. Wadsworth.
- Hays, R. B. (1988). Friendship. In S. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships: Theory, research, and interventions* (pp. 391–408). New York: Wiley.
- Helm, Bennett, "Friendship", *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Fall 2017 Edition), Edward N. Zalta (ed.), URL = [<https://plato.stanford.edu/archives/fall2017/entries/friendship/>](https://plato.stanford.edu/archives/fall2017/entries/friendship/).
- Hojjat, M., & Moyer, A. (2017). *The psychology of friendship*. New York: Oxford University Press.
- Jekielek, Susan & Brown, Brett. (2005). *The Transition to Adulthood: Characteristics of Young Adults Ages 18 to 24 in America*.
- Lent, R. W. (2004). *Toward a Unifying Theoretical and Practical Perspective on Well-Being and Psychosocial Adjustment. Journal of Counseling Psychology*, 51(4), 482–509. doi:10.1037/0022-0167.51.4.482.

- Mendelson, M. J., & Aboud, F. E. (1999). Measuring friendship quality in late adolescents and young adults: McGill Friendship Questionnaires. *Canadian Journal of Behavioural Science / Revue Canadienne Des Sciences Du Comportement*, 31(2), 130–132. <https://doi.org/10.1037/h0087080>
- Mendelson, M. J. & Aboud, F.. (2012) . McGill Friendship Questionnaire “ Respondent's affection (MFQ-RA) . Measurement Instrument Database for the Social Science. Retrieved from www.midss.ie
- Miao, Felicity & Koo, Minkyung & Oishi, Shigehiro. (2013). Subjective Well-being.
- Miller, P. H. (2016). *Theories of developmental psychology*. Worth Publishers Macmillan Learning.
- Peron, S. I., Guimarães, L. S., & Souza, L. K. (2010). Amizade na adolescência e a entrada na universidade. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 10(3), 664-681.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). *On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. Annual Review of Psychology*, 52(1), 141–166. doi:10.1146/annurev.psych.52.1.141
- Souza, L. K., & Hutz, C. S. (2008a). Amizade na adultez: Fatores individuais, ambientais, situacionais e diádicos. *Interação em Psicologia*, 12(1), 77-85.
- Thompson, E. R. (2007). Development and Validation of an Internationally Reliable Short-Form of the Positive and Negative Affect Schedule (PANAS). *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 38(2), 227–242. doi:10.1177/0022022106297301.