

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Metode dan Desain Penelitian

Metode penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dimana data penelitian merupakan angka-angka dan analisis menggunakan statistik. Menurut Sugiyono (2017), metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat *positivisme*, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang ditetapkan.

Penelitian ini menggunakan desain kausal, yang menguji hubungan sebab dan akibat. Menurut Sugiyono (2017) desain penelitian kausal adalah hubungan yang bersifat sebab akibat dimana terdapat variabel independen (yang mempengaruhi) dan variabel dependen (yang dipengaruhi). Penelitian ini dilakukan untuk menguji pengaruh variabel independen (X) *FoMO* terhadap variabel dependen (Y) kecanduan internet.

3.2. Definisi Operasional Variabel Penelitian

3.2.1. *Fear Of Missing Out (FoMO)*

Fear of missing out (FoMO) adalah ketakutan individu akan kehilangan momen berharga orang lain ketika individu tersebut tidak hadir didalamnya, serta

ditandai dengan adanya keinginan untuk terus terhubung dengan apa yang orang lain lakukan melalui internet, yang diukur melalui aspek-aspek *FoMO* menurut Przybyski (2013) yaitu ketakutan akan kehilangan momen berharga dari individu, ketakutan akan kehilangan momen berharga dari kelompok lain, dan keinginan untuk tetap terhubung dengan apa yang orang lain lakukan.

3.2.2. Kecanduan Internet

Kecanduan internet adalah tingkah laku kecanduan yang meliputi interaksi antara manusia dengan mesin dimana hal tersebut dapat menjadi gangguan akibat terlalu sering menggunakan teknologi internet karena kurangnya kontrol sehingga individu menjadi tidak peduli dengan kehidupan sebenarnya, yang diukur melalui aspek-aspek yang disebutkan oleh Young (2010) yaitu, merasa keasyikan dengan internet, memerlukan waktu tambahan dalam mencapai kepuasan sewaktu menggunakan internet, tidak mampu mengontrol, mengurangi, atau menghentikan penggunaan internet, merasa gelisah, murung, depresi atau lekas marah ketika berusaha mengurangi atau menghentikan penggunaan internet, mengakses internet lebih lama dari yang diharapkan, kehilangan orang-orang terdekat, pekerjaan, kesempatan pendidikan atau karier gara-gara penggunaan internet, membohongi keluarga, terapis, atau orang-orang terdekat untuk menyembunyikan keterlibatan lebih jauh dengan internet, menggunakan internet sebagai jalan keluar mengatasi masalah atau menghilangkan perasaan seperti keadaan tidak berdaya, rasa bersalah, kegelisahan atau depresi.

3.3. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel

3.3.1. Populasi

Menurut Sugiyono (2017) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada objek/subjek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek tersebut. Populasi dari penelitian ini merupakan mahasiswa Universitas Buana Perjuangan Karawang dengan jumlah 6.790 orang dari usia 18-25 tahun.

3.3.2. Teknik Pengambilan Sampel

Menurut Sugiyono (2017) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi tersebut. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus bersifat *representatif* (mewakili).

Penelitian ini menggunakan *nonprobability sampling* dengan teknik *quota sampling*. Menurut Sugiyono (2017) *nonprobability sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang/kesempatan yang sama bagi setiap anggota populasi untuk menjadi sampel. Sugiyono (2017) juga menjelaskan *quota sampling* adalah teknik yang menentukan sampel dari populasi yang mempunyai ciri-ciri atau karakteristik tertentu sampai jumlah (kuota) yang diinginkan terpenuhi. Karakteristik responden dalam penelitian ini adalah:

- a. Pengguna internet berusia 18-25 tahun
- b. Laki-laki dan perempuan
- c. Mahasiswa Universitas Buana Perjuangan Karawang

Berdasarkan data dari pusat data dan informasi Universitas Buana Perjuangan Karawang, populasi dalam penelitian ini berjumlah 6.790 orang dengan rentang usia 18-25 tahun. Penulis menggunakan tabel sampel yang diadaptasi dari Isaac dan Michael (dalam Sugiyono, 2017) yang kemudian mendapatkan jumlah sampel sebanyak 332 orang.

3.4. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian kuantitatif teknik pengumpulan data akan menggunakan angket dengan skala Likert. Menurut Sugiyono (2017), skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket yang berisi pernyataan dan pertanyaan yang diajukan secara tertulis.

Penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu skala *FoMO* dan skala kecanduan internet. Menurut Sugiyono (2017) dalam skala Likert, jawaban setiap aitem instrumen yang menggunakan skala Likert mempunyai gradasi dari sangat positif/*favorable* (mendukung objek sikap) sampai sangat negatif/*unfavorable* (tidak mendukung objek sikap). Skala Likert memiliki lima alternatif jawaban sebagai berikut:

Tabel 3.1 Distribusi Skor Aitem

| No. | Tanggapan | | Skor | |
|-----|---------------------------|--------------------------|------------------|--------------------|
| | | | <i>Favorable</i> | <i>Unfavorable</i> |
| 1. | (SS) Sangat Setuju | (SS) Sangat Sering | 5 | 1 |
| 2. | (S) Setuju | (S) Sering | 4 | 2 |
| 3. | (N) Netral | (K) Kadang-Kadang | 3 | 3 |
| 4. | (TS) Tidak Setuju | (HT) Hampir Tidak Pernah | 2 | 4 |
| 5. | (STS) Sangat Tidak Setuju | (TP) Tidak Pernah | 1 | 5 |

Dari tabel 3.1 distribusi skor aitem di atas diketahui untuk aitem yang *favorable* (mendukung) mendapat skor pada tiap pertanyaan/ Pernyataan mulai dari sangat setuju atau sangat sering (SS), setuju atau sering (S), netral (N) atau kadang-kadang (K), tidak setuju (TS) atau hampir tidak pernah (HT), sampai sangat tidak setuju (STS) atau tidak pernah (TP) diberi skor 5-1. Sedangkan untuk aitem yang *unfavorable* (tidak mendukung) pada tiap pertanyaan/ Pernyataan mulai dari sangat setuju atau sangat sering (SS), setuju atau sering (S), netral (N) atau kadang-kadang (K), tidak setuju (TS) atau hampir tidak pernah (HT), sampai sangat tidak setuju (STS) atau tidak pernah (TP) diberi skor 1-5.

3.4.1. Skala *Fear of Missing Out (FoMO)*

Penelitian ini menggunakan *fear of missing out scale (FoMOs)* yang dibuat oleh Przybylski, dkk (2013). Skala ini diadopsi dan diterjemahkan oleh Bestari & Widayat (2018) dan telah diuji coba pada responden mahasiswa di Indonesia dengan reliabilitas sebesar 0,876. Hasil tersebut membuktikan bahwa *fear of missing out scale* merupakan skala yang reliabel atau konsisten.

Skala ini berisi 10 pernyataan yang dibuat berdasarkan aspek-aspek yang telah dijelaskan yaitu ketakutan akan kehilangan momen berharga dari individu, ketakutan akan kehilangan momen berharga dari kelompok lain, dan keinginan untuk tetap terhubung dengan apa yang orang lain lakukan. *Blueprint* skala *Fear of Missing Out* dapat dilihat pada tabel 3.2 sebagai berikut:

Tabel 3.2
Blueprint skala *Fear of Missing Out (FoMO)*

| Aspek | Indikator | Aitem | Jumlah | Bobot (%) |
|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------|-----------|
| | | <i>Favorable</i> | | |
| Ketakutan akan kehilangan momen berharga dari individu. | Perasaan takut dan cemas dirinya tidak memiliki pengalaman berharga yang dimiliki orang lain | 3,2,4 | 3 | 30 |
| Ketakutan akan kehilangan momen berharga dari kelompok lain. | Perasaan takut dan cemas yang dialami saat dirinya tidak memiliki pengalaman berharga yang dimiliki kelompok lain | 1,5,7,9 | 4 | 40 |
| Keinginan untuk tetap terhubung dengan apa yang orang lain lakukan. | Usaha yang dilakukan individu untuk tetap terhubung dengan apa yang orang lain lakukan. | 6,8,10 | 3 | 30 |
| Jumlah | | | 10 | 100% |

3.4.2. Skala Kecanduan Internet

Skala *Internet addiction test (IAT)* diadaptasi dan diterjemahkan oleh Maharani, dkk (2018), yang telah diuji ulang ke responden Indonesia dengan hasil uji reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,895 dan hasil uji validitas dari 20 pertanyaan hanya pada pertanyaan ke 7 yang memiliki korelasi yang lebih rendah

dari 0,4. Hasil tersebut membuktikan bahwa *internet addiction test* adalah logis dan sudah terbukti secara empirik.

Internet addiction test berisi 20 pernyataan yang disusun berdasarkan aspek yang telah disebutkan Young (2010) yaitu merasa keasyikan dengan internet, memerlukan waktu tambahan dalam mencapai kepuasan sewaktu menggunakan internet, tidak mampu mengontrol, mengurangi, atau menghentikan penggunaan internet, merasa gelisah, murung, depresi atau lekas marah ketika berusaha mengurangi atau menghentikan penggunaan internet, mengakses internet lebih lama dari yang diharapkan, kehilangan orang-orang terdekat, pekerjaan, kesempatan pendidikan atau karier gara-gara penggunaan internet, membohongi keluarga, terapis, atau orang-orang terdekat untuk menyembunyikan keterlibatan lebih jauh dengan internet, menggunakan internet sebagai jalan keluar mengatasi masalah atau menghilangkan perasaan seperti keadaan tidak berdaya, rasa bersalah, kegelisahan atau depresi. *Blueprint* skala *Internet Addiction* dapat dilihat pada tabel 3.3 sebagai berikut:

Tabel 3.3
Blueprint skala Kecanduan Internet

| Indikator | Aitem <i>Favorable</i> | Jumlah | Bobot (%) |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|--------|--------------|
| Merasa keasyikan dengan internet | 4,15,16 | 3 | 15 |
| Memerlukan waktu tambahan dalam mencapai kepuasan sewaktu menggunakan internet. | 2,7,19 | 3 | 15 |
| Tidak mampu mengontrol, mengurangi, atau menghentikan penggunaan internet. | 5,11,17 | 3 | 15 |
| Merasa gelisah, murung, depresi atau lekas marah ketika berusaha mengurangi atau menghentikan penggunaan internet. | 12,13,20 | 3 | 15 |
| Mengakses internet lebih lama dari yang diharapkan. | 1,14 | 2 | 10 |
| Kehilangan orang-orang terdekat, pekerjaan, kesempatan pendidikan atau karier karena penggunaan internet. | 3,6,8 | 3 | 15 |
| Membohongi keluarga, terapis, atau orang-orang terdekat untuk menyembunyikan keterlibatan lebih jauh dengan internet. | 9,18 | 2 | 10 |
| Menggunakan internet sebagai jalan keluar mengatasi masalah atau menghilangkan perasaan seperti keadaan tidak berdaya, rasa bersalah, kegelisahan atau depresi. | 10 | 1 | 5 |
| Jumlah | | 20 | 100 % |

3.5. Metode Analisis Instrumen

3.5.1. Uji Validitas

Sugiyono (2017) menjelaskan instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi, untuk memastikan sejauh mana isi dari skala tersebut mencakup data yang komprehensif dan relevan dengan tujuan penelitian. Pengujian validitas isi pada penelitian ini menggunakan pendapat para ahli (*expert judgment*), yaitu ibu Lania Muharsih, M.Psi., dan ibu

Linda Mora Siregar, M.Psi., yang merupakan dua orang dosen pembimbing skripsi untuk menelaah apakah materi instrumen telah sesuai dengan konsep yang akan diukur dengan cara memeriksa kesesuaian antara aitem-aitem pertanyaan/ Pernyataan dengan tujuan penelitian.

3.5.2. Analisis Aitem

Uji validitas analisis aitem dilakukan dengan menggunakan formula *product moment* dengan menggunakan bantuan SPSS versi 24.0 *for windows*. Masrun (dalam Sugiyono, 2018) mengungkapkan bahwa “Item yang mempunyai korelasi positif dengan kriterium (skor total) serta korelasi yang tinggi, menunjukkan bahwa item tersebut mempunyai validitas yang tinggi pula. Aitem yang dinyatakan valid yaitu memiliki nilai korelasi 0,30. Namun, apabila jumlah aitem yang lolos belum mencukupi jumlah yang diinginkan maka aitem tersebut dapat dipertimbangkan dengan menurunkan sedikit batas kriteria menjadi 0,25 (Azwar, 2019).

3.5.3. Reliabilitas

Sugiyono (2017) menjelaskan instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Apabila nilai reliabilitas semakin mendekati angka 1,00 berarti alat ukur semakin reliabel. Uji reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Alpha Cronbach* dengan menggunakan bantuan *software IBM SPSS* versi 24.0 *for windows*. Berikut klasifikasi koefisien reliabilitas menurut Guilford (Suherman, 2003), yaitu:

Tabel 3.4 Klasifikasi Koefisien Reliabilitas

| Koefisien Reliabilitas | Interpretasi |
|------------------------------|---------------|
| $<0,00$ | Tidak valid |
| $0,00 \leq r_{xy} < 0,20$ | Sangat rendah |
| $0,20 \leq r_{xy} < 0,40$ | Rendah |
| $0,40 \leq r_{xy} < 0,70$ | Sedang |
| $0,70 \leq r_{xy} < 0,90$ | Tinggi |
| $0,90 \leq r_{xy} \leq 1,00$ | Sangat Tinggi |

3.6. Teknik Analisis Data

3.6.1. Uji Normalitas

Untuk mendeteksi normalitas dapat dilakukan dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* atau *Shapiro-Wilk*. Pemilihan ini didasarkan pada jumlah sampel yang akan diuji, apabila sampel berjumlah >50 orang maka digunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* dan jika sampel yang digunakan <50 orang maka digunakan uji *Shapiro-Wilk* (Dahlan, 2010).

Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 332 orang sehingga digunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* untuk mendeteksi normalitas data. Perhitungan *Kolmogorov-Smirnov* dilakukan dengan cara membandingkan nilai *Kolmogorov-Smirnov* hitung dengan taraf signifikansi 5% atau ($>0,05$) (Sugiyono, 2018). Apabila nilai *Kolmogorov-Smirnov* hitung lebih besar atau sama dengan nilai 0,05 maka distribusi data dinyatakan normal, dan apabila lebih kecil maka akan dinyatakan tidak normal. Penulis menggunakan *software IBM SPSS* versi 24.0 *for windows* untuk mendapatkan hasil normalitas data.

3.6.2. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk melihat linieritas hubungan antara variabel terikat dengan variabel bebas (Sugiyono, 2017). Apabila nilai signifikan lebih besar atau sama dengan 0,05 maka data dianggap linier, jika signifikan lebih kecil atau kurang dari 0,05 maka data dianggap tidak linier. Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui sifat linieritas dari variabel bebas dan variabel terikat, uji ini dilakukan dengan bantuan program *software* SPSS versi 24.0 *for windows*.

3.6.3. Uji Analisis Regresi Sederhana

Untuk menguji hipotesis penelitian, penulis menggunakan uji analisis regresi sederhana yang bertujuan untuk mengetahui serta mengukur pengaruh atau kontribusi dari variabel bebas (X) *FoMO* terhadap variabel kecanduan internet. Uji regresi menggunakan *software* SPSS versi 24.0 *for windows*.

3.6.4. Koefisien Determinasi **KARAWANG**

Nilai dari koefisien determinasi digunakan untuk menunjukkan besarnya pengaruh dari variabel independen (X) *FoMO* terhadap variabel dependen (Y) kecanduan internet. Menurut Sugiyono (2017) rumus yang digunakan untuk menghitung nilai koefisien determinasi adalah sebagai berikut:

$$KD = r^2 \times 100\%$$

KD = koefisien determinasi

R = koefisien korelasi

3.6.5. Uji Kategorisasi

Uji Kategorisasi dilakukan untuk mengkategorisasikan subjek dengan skor skala tinggi, sedang, atau rendah. Uji kategorisasi ditunjukkan untuk menempatkan

individu ke dalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasar atribut yang diukur (Azwar, 2012). Penelitian ini menggunakan tiga kategorisasi, yaitu:

Tabel 3.5 Tabel Klasifikasi Kategori

| | |
|---------------|------------------------|
| Rendah | $X < M-1SD$ |
| Sedang | $M-1SD \leq X < M+1SD$ |
| Tinggi | $M+1SD \leq X$ |

Uji kategorisasi dilakukan dengan menggunakan *software* SPSS versi 24.0 *for windows*.

