

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode dan Desain Penelitian

Jenis penelitian yang dilakukan menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu metode yang menekankan analisis pada data-data kuantitatif (angka) yang dikumpulkan melalui prosedur pengukuran dan diolah dengan metode analisis statistika (Azwar, 2021).

Penelitian kuantitatif yang digunakan dalam penelitian ini adalah asosiatif. Penelitian asosiatif adalah studi yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih, dimana penelitian ini akan membangun sebuah teori yang dapat digunakan untuk menjelaskan, memprediksi dan mengontrol gejala (Sugiyono, 2021). Dalam hal ini peneliti ingin mengetahui peran *FoMO* dan *loneliness* terhadap PWB pada remaja pengguna media sosial.

Berdasarkan tujuan dan hipotesis yang telah diuraikan sebelumnya maka penelitian ini melibatkan 3 variabel sebagai berikut:

1. Variabel dependen (Y) yaitu variabel penelitian yang hendak diukur untuk mengetahui besarnya efek atau pengaruh dari variabel lain (Azwar, 2021). Variabel (Y) dalam penelitian ini adalah PWB.
2. Variabel independen (X) yaitu variabel yang variasinya mempengaruhi atau menyebabkan perubahan pada variabel dependen (Azwar, 2021). Variabel (X1) dalam penelitian ini adalah *FoMO* dan *loneliness* (X2).

B. Definisi Operasional Penelitian

Definisi operasional adalah definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan ciri atau karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati (Azwar, 2021).

1. PWB

PWB adalah suatu kondisi dimana remaja pengguna media sosial memiliki pencapaian yang penuh dalam hidupnya mulai dari menerima diri sendiri, memiliki tujuan hidup, mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan, dan terus bertumbuh secara personal dengan tercapainya semua point tersebut maka seorang individu akan sejahtera secara psikologis. PWB diukur dengan menggunakan 6 dimensi yang dikemukakan oleh Ryff (2013), yaitu : a) *autonomy*, b) *environmental mastery*, c) *personal growth*, d) *positive relation with others*, e) *purpose in life*, dan f) *self acceptance*.

2. FoMO

FoMO adalah keadaan dimana remaja pengguna media sosial mengalami keinginan untuk tetap terhubung dengan apa yang dilakukan oleh orang lain di dalam dunia maya. FoMO diukur dengan menggunakan 2 aspek yang dikemukakan oleh Przybylski, dkk (2013) yaitu tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *relatedness* dan *self*.

3. *Loneliness*

Loneliness adalah perasaan tidak nyaman yang ditimbulkan ketika remaja merasakan kurangnya interaksi dengan orang lain atau kurang memiliki hubungan yang bermakna dengan orang lain. *Loneliness* diukur menggunakan 3 aspek yang dikemukakan oleh Peplau dan Perlman (1998) yaitu *Need for Intimacy*, *Cognitive Process*, dan *Social Reinforcement*.

C. Populasi Dan Teknik Sampel

1. Populasi

Menurut Azwar (2021), populasi penelitian didefinisikan sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Sebagai suatu populasi kelompok subjek tersebut harus memiliki beberapa ciri atau karakteristik bersama yang membedakan dari kelompok subjek lainnya. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di Kabupaten Karawang yang aktif menggunakan media sosial dengan rentang usia 12-21 tahun. Fase remaja adalah periode perkembangan remaja berlangsung dari usia 12 – 21 tahun (Mappiare, dalam Ali dan Asrori 2018).

2. Sampel

Sampel adalah setiap bagian dari populasi terlepas dari apakah bagian itu mewakili karakteristik populasi secara lengkap atau tidak (Azwar, 2021). Sedangkan menurut Sugiyono (2021) sampel adalah bagian dari jumlah atau 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 betul-betul representatif (mewakili).

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non probability sampling*. Menurut Sugiyono (2021) *non probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang atau kesempatan sama bagi setiap unsur anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel.

Jenis metode yang digunakan dalam pengambilan sampel ini adalah dengan insidental. Menurut Sugiyono (2021) insidental adalah metode pengambilan sampel berdasarkan kebetulan atau tidak sengaja bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang tersebut cocok sebagai sumber data. Adapun karakteristik responden dalam penelitian ini adalah:

- ❖ Remaja di Kabupaten Karawang
- ❖ Berusia 12-21 tahun
- ❖ Pengguna media sosial (memiliki akun media sosial, durasi penggunaan media sosial minimal 2-3 jam dalam sehari)

Jumlah populasi dalam penelitian ini tidak diketahui secara pasti. Dengan ini peneliti menggunakan rumus yang diambil berdasarkan perhitungan Wibisono (Ridwan & Akdon, 2020). Dengan rumus perhitungan di halaman berikutnya.

Gambar 3.1 Rumus Pengambilan Sampel Menurut Wibisono

$$n = \left(\frac{Z_{\alpha/2} \sigma}{e} \right)^2$$

Keterangan

n = Jumlah sampel

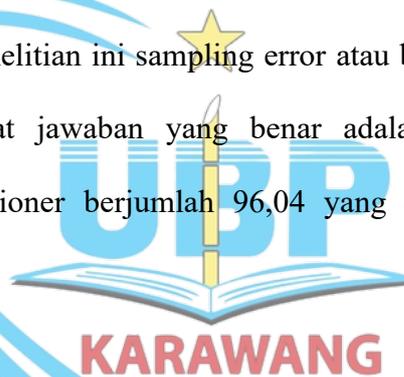
$Z_{\alpha/2}$ = Nilai dari tabel distribusi normal atas dengan tingkat keyakinan

σ = Standar Deviasi 25%

e = Sampling Error (batas kesalahan)

$$n = \left(\frac{Z_{\alpha/2} \sigma}{e} \right)^2 = \left(\frac{(1,96) \cdot (0,25)}{0,05} \right)^2 = 96,04$$

Dalam penelitian ini sampling error atau batas kesalahan yaitu 5% sehingga tingkat jawaban yang benar adalah 95%. Sampel untuk menjawab kuesioner berjumlah 96,04 yang dibulatkan menjadi 100 responden.



D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologi. Menurut Azwar (2019) skala psikologi adalah alat yang berupa pernyataan atau pertanyaan yang digunakan untuk mengukur dan menentukan atribut psikologis responden. Dalam penelitian ini terdapat tiga skala psikologi yang akan digunakan yaitu skala *FoMO*, skala *Loneliness* dan skala *PWB*. Dalam pelaksanaannya skala psikologi akan disebar secara *online* yaitu dengan menggunakan *google form*.

Di dalam skala psikologi terdapat aitem *favorable* dan *unfavorable*. Aitem *favorable* adalah aitem yang mendukung dan aitem *unfavorable* adalah

aitem yang tidak mendukung atau bertentangan terhadap teori dari atribut yang nanti akan diukur. Aitem dalam skala psikologi berbentuk satuan butir-butir pernyataan yang dirancang sebagai stimulus untuk mengungkap respons terhadap aitem-aitem sehingga terkumpul indikasi adanya atribut yang diukur dalam diri subjek (Azwar, 2021).

Dalam penyusunannya, skala psikologi ini mengacu pada skala sikap dengan model likert. Skala sikap ini dirancang untuk mengungkap sikap pro-kontra, positif, negatif atau setuju dan tidak setuju terhadap suatu objek sosial (Azwar, 2021). Skala likert ini mengukur perilaku individu dengan cara mengajukan pernyataan kepada responden yang kemudian responden diminta memberikan respon jawaban berupa tanda checklist (✓) terhadap skala ukur yang telah disediakan, namun jika menggunakan *google form* para responden cukup mengklik salah satu pilihan jawaban terhadap skala ukur yang telah tersedia.

Dalam skala likert ini terdapat dua bentuk pernyataan, yaitu pernyataan positif (*favorable*) dan negatif (*unfavorable*). *Favorable* mengarah kepada konstruk yang hendak diungkap dengan pemberian skor 1,2,3,4,5 sedangkan *unfavorable* mengarah pada negasi dari konstruk yang hendak diungkap dengan pemberian skor 5,4,3,2,1 (Periantalo, 2015).

Berikut adalah tabel norma skoring PWB, *FoMO* dan *Loneliness* :

Tabel 3.1 Norma Skoring

Kategori Jawaban	Skor <i>Favorable</i>	Skor <i>Unfavorable</i>
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Cukup Setuju (CS)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

a. Skala *FoMO*

Skala *FoMO* disusun dan dikembangkan oleh menurut Przybylski, Murayama, DeHaan dan Gladwell (2013) yaitu *Fear of Missing Out scale*. Penelitian ini menggunakan skala yang telah diterjemahkan oleh (Sitompul, 2017) dengan jumlah 10 aitem yang mengacu pada aspek Przybylski, Murayama, DeHaan dan Gladwell (2013) namun peneliti memodifikasi skala tersebut sehingga berjumlah 16 aitem dari 2 aspek yaitu tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *relatedness* dan tidak terpenuhinya kebutuhan psikologi akan *self*. Adapun *blueprint* skala *FoMO* dapat dilihat pada tabel 3.2 di halaman berikutnya.

Tabel 3.2 *Blueprint* Skala *FoMO*

No.	Aspek	Indikator	Aitem		Bobot	Total
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1.	Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan <i>relatedness</i>	Khawatir ketika tidak dapat bergabung atau bersama dalam kegiatan yang dilakukan oleh teman atau orang lain.	1,9	5,13	25 %	4
		Khawatir ketika teman atau orang lain memiliki pengalaman yang lebih berharga atau lebih baik dari pada saya.	2,10	6,14	25%	4
2.	Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologi akan <i>self</i>	Sering mencari tahu apa yang sedang dilakukan oleh teman atau orang lain di dalam dunia maya	3,11	7,15	25%	4
		Sering memposting mengenai diri sendiri untuk memberitahukan kabar ke dunia maya	4,12	8,16	25%	4
Total					100%	16

b. Skala *Loneliness*

Skala *loneliness* disusun berdasarkan teori Peplau dan Perlman (1998). Dengan menggunakan aspek-aspek yaitu *Need for Intimacy*, *Cognitive Process* dan *Social Reinforcement*. Adapun *blueprint* skala *Loneliness* dapat dilihat pada tabel 3.3 di halaman berikutnya.

Tabel 3.3 *Blueprint* Skala *Loneliness*

No.	Aspek	Indikator	Aitem		Bobot	Total
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1.	<i>Need Intimacy</i>	for Tidak terpenuhinya kebutuhan untuk membangun kedekatan dalam sebuah hubungan.	1, 7, 13	4, 10, 16	40%	6
2.	<i>Cognitive Process</i>	Keadaan dimana individu mempersepsikan serta mengevaluasi hubungan sosialnya dan menemukan bahwa terdapat kesenjangan antara apa yang diinginkan dengan kenyataan.	2, 8, 14	5, 11, 17	30%	6
3.	<i>Social Reinforcement</i>	Interaksi sosial dirasa kurang menyenangkan.	3, 9, 15	6, 12, 18	30%	6
Total					100%	18

c. Skala PWB

Skala PWB disusun berdasarkan teori dimensi Ryff (2013). Menggunakan dimensi-dimensi yaitu Kemandirian (*Autonomy*), Penguasaan lingkungan (*Environmental Mastery*, Pengembangan potensi dalam diri (*Personal Growth*), Hubungan positif dengan orang lain (*Positive relation with others*), Tujuan hidup (*Purpose in life*), dan Penerimaan diri (*Self Acceptance*). Adapun *blueprint* skala PWB dapat dilihat pada tabel 3.4 dihalaman berikutnya:

Tabel 3.4 *Blueprint* Skala PWB

No.	Dimensi	Indikator	Aitem		Bobot	Total
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1.	Kemandirian (<i>Autonomy</i>)	Mampu melakukan dan mengarahkan dirinya secara mandiri.	1,13	7,19	15%	4
2.	Penguasaan lingkungan (<i>Environmental Mastery</i>)	Mampu mengatur kondisi atau situasi yang dihadapi nya secara efektif dalam setiap kesempatan.	2,14	8,20	15%	4
3.	Pengembangan potensi dalam diri (<i>Personal Growth</i>)	Memiliki keinginan untuk maju dan berkembang.	3,15	9,21	15%	4
4.	Hubungan positif dengan orang lain (<i>Positive relation with others</i>)	Memiliki hubungan yang hangat dan saling percaya dengan orang lain.	4,16	10,22	20%	4
5.	Tujuan hidup (<i>Purpose in life</i>)	Memiliki perasaan yang terarah dan mampu memaknai tujuan dalam hidupnya.	5,17	11,23	15%	4
6.	Penerimaan diri (<i>Self Acceptance</i>)	Memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri dengan cara mengakui dan menerima aspek positif dan negatif yang ada dalam dirinya.	6,18	12,24	20%	4
Total					100%	24

E. Metode analisis instrumen

1. Uji Validitas

Menurut Suryabrata (dalam Periantalo, 2015) validitas diartikan sejauh mana alat ukur mengukur apa yang dimaksud untuk diukur. Validitas menunjukkan pada fungsi pengukuran suatu tes. Validitas melihat kecermatan ukur suatu alat ukur. Validitas melihat sejauh mana ketepatan alat ukur melakukan fungsi pengukurannya. Alat ukur dikatakan valid saat memberikan hasil ukur yang tepat dan akurat sesuai fungsi ukurnya (Periantalo, 2015).

a. Uji Validitas Isi

Menurut Periantalo (2015) validitas isi menunjukkan sejauh mana seperangkat item (soal) mengukur apa yang hendak diukur. Sejahter mana item dalam suatu alat ukur menggambarkan apa yang hendak diukur.

Menurut Haynes, Richard, dan Kubany (dalam Azwar, 2019) validitas isi adalah sejauh mana elemen-elemen dalam suatu instrumen ukur benar-benar relevan dan merupakan representasi dari konstruk yang sesuai dengan tujuan pengukuran. Pengertian ini mengaitkan pentingnya validitas isi untuk pengembangan berbagai tes kognitif yang mengukur atribut yang bersifat laten (kemampuan potensial) dan pengembangan skala-skala non kognitif.

Sesuatu dengan konsep tersebut adalah statistik V sebagai indikator validitas-isi aitem sebagaimana yang telah disarankan oleh

Aiken untuk menghitung *content-validity coefficient* yang didasarkan pada hasil penelitian dari panel ahli sebanyak n orang terhadap suatu aitem dari segi sejauh mana aitem tersebut mewakili konstruk yang diukur. Dalam hal ini, mewakili konstruk yang diukur berarti aitem yang bersangkutan adalah relevan dengan indikator keperilakuannya, karena indikator keperilaku adalah penerjemah operasional dari atribut laten yang diukur. Penilaian terhadap aitem dilakukan dengan cara memberikan angka antara 1 (yaitu sangat tidak relevan) sampai dengan 5 (yaitu sangat relevan). pekerjaan penilaian akan dipermudah dengan blanko yang sudah ditetapkan (Azwar, 2019).

Setelah semua penilai selesai menilai seluruh aitem yang ada dan hasilnya sudah ditabulasi, komputasi Aiken's V untuk setiap aitem dapat dilakukan. Adapun statistik Aiken's V dirumuskan sebagai berikut :

Gambar 3.2 Rumus Aiken's V

$$V = \frac{\sum S}{n(C - 1)}$$

Keterangan :

$$S = r - l_0$$

l_0 = angka penilaian validitas yang terendah (dalam hal ini = 1)

C = angka penilaian validitas yang tertinggi (dalam hal ini = 5)

R = angka yang diberikan oleh seorang penilai

Rentang angka V yang diperoleh adalah 0 sampai dengan 1,00.

2. Analisis Aitem

Analisis aitem difungsikan untuk melihat apakah instrumen memiliki fungsi yang sesuai dengan fungsi tes, dalam penelitian ini untuk melihat daya beda aitem maka penentunya dilihat dari nilai *item rest correlation* dengan menggunakan bantuan *JASP versi 0.16*. Menurut Azwar (2019) aitem dikatakan memiliki daya beda yang baik jika memiliki nilai *corrected item-total correlation* lebih dari 0,3 ($p > 0,3$), namun azwar pun mengatakan jika aitem belum mencukupi maka bisa menurunkan sedikit kriteria menjadi 0,25 agar jumlah aitem tercapai.

3. Uji Reliabilitas Instrumen

Menurut Azwar (2019) reliabilitas berhubungan dengan akurasi instrumen dalam mengukur apa yang diukur, kecermatan hasil ukur dan seberapa akurat seandainya dilakukan pengukuran ulang. Azwar juga menyatakan reliabilitas sebagai konsistensi pengamatan yang diperoleh dari pencatatan berulang baik pada suatu objek maupun sejumlah subjek. Pada penelitian ini peneliti melakukan pengujian dengan menggunakan teknik varians *Alpha Cronbach* yang dibantu menggunakan aplikasi IBM SPSS *statistics version 24.0* yang mengacu pada kaidah *Guilford*. Adapun kriteria yang digunakan untuk menginterpretasikan hasil perhitungan reliabilitas di halaman berikutnya.

Tabel 3.5 Reliabilitas Guilford

Koefisien Reliabilitas	Kriteria
> 0.9	Sangat Reliabel
$0.7 - 0.9$	Reliabel
$0.4 - 0.7$	Cukup Reliabel
$0.2 - 0.4$	Kurang Reliabel
< 0.2	Tidak Reliabel

F. Teknik Analisis Data

1. Uji Normalitas

Uji Normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah sebaran data berdistribusi normal atau tidak. Menurut Sugiyono (2021) hipotesis yang dirumuskan diuji menggunakan statistik parametrik, dalam menggunakan statistik parametrik data untuk setiap variabel yang akan dianalisis harus berdistribusi normal. Oleh karena itu, sebelum menguji hipotesis, peneliti terlebih dahulu memeriksa kenormalitasan datanya. Dalam penelitian ini menggunakan teknik *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* pada program IBM SPSS *statistics version 24.0*. Menurut Jelpa (2015) suatu data dikatakan normal apabila hasil perhitungan menunjukkan nilai p lebih dari 0,05 ($p > 0,05$) dan jika hasil perhitungan menunjukkan nilai p lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$) maka disimpulkan daya berbeda secara signifikan dengan kata lain tidak normal.

2. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk melihat model variabel yang digunakan sudah berhubungan secara linier atau tidak. Menurut Sugiyono (2021) uji linieritas bertujuan untuk mengkonfirmasi linieritas hubungan antara variabel terikat dan variabel bebas. Aturan atau kriteria yang

digunakan untuk menentukan linearitas data adalah nilai *Sig*. Jika nilai *Sig* lebih besar atau sama dengan 0,05, data tersebut linier. Begitupun sebaliknya, jika nilai *Sig* lebih kecil atau kurang dari 0,05, maka data tersebut tidak linier. Dalam menguji linieritas peneliti dibantu dengan *software* IBM SPSS *statistics version 24.0*.

3. Uji Hipotesis (Uji Regresi Linear Berganda)

Menurut Sugiyono (2021) analisis regresi linear berganda digunakan bila peneliti memprediksi bagaimana keadaan (naik turunnya) variabel dependen, bila dua atau lebih variabel independen sebagai faktor prediktor dimanipulasi (dinaik turunkan nilainya). Pada penelitian ini terdapat dua variabel independen yaitu (X_1): *FoMO* dan (X_2): *Loneliness*, serta satu variabel dependen yaitu (Y): *Psychological Well-being*. Adapun rumus persamaan regresi linear berganda yang digunakan dalam penelitian ini, sebagai berikut:

Gambar 3.3 Rumus Regresi Linear Berganda

$$Y = K + b_1 X_1 + b_2 X_2$$

Keterangan:

- Y : Variabel dependen
- K : Konstanta
- b_1 & b_2 : Koefisien regresi variabel independen
- X_1 & X_2 : Variabel independen

Dalam melakukan uji regresi linear berganda peneliti menggunakan bantuan *software* IBM SPSS *statistics version 24.0*. Adapun aturan atau kriteria yang digunakan yaitu jika tingkat signifikansi lebih

kecil dari 0,05 ($P < 0,05$) maka dapat dikatakan ada pengaruh antara variabel pada penelitian.

G. Teknik Analisis Tambahan

1. Uji Koefisien Determinasi

Koefisien determinasi (R^2) menurut sugiyono (2021) digunakan untuk mengetahui seberapa besar kemampuan variabel bebas dapat menjelaskan variabel terikat. Besarnya nilai R berkisar 0-1, semakin besar mendekati angka 1 nilai R tersebut maka semakin besar pula variabel bebas (X) mampu menjelaskan variabel terikat (Y).

Gambar 3.4 Rumus Koefisien Determinasi

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

Keterangan :

KD : Koefisien determinasi

r^2 : Koefisien korelasi

2. Uji Kategorisasi

Azwar (2012) berpendapat tujuan dari kategorisasi ini adalah menempatkan individu ke dalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur.

Gambar 3.5 Rumus Uji Kategorisasi

Rendah	$X < M$
Tinggi	$X > M$

Keterangan :

Skor Minimal Instrumen : Koefisien determinasi

Skor Maksimal Instrumen : Koefisien korelasi

Mean Teoritik : $(\text{Skor Maksimal} + \text{Skor Minimal}) : 2$

X : Skor Total Setiap Responden

