

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Metode kuantitatif merupakan metode ilmiah yang menguji teori-teori tertentu secara deduktif dengan cara meneliti hubungan antar variabel, serta variabel yang diukur dengan instrumen tertentu. Data dari penelitian berupa angka-angka dan dalam metode ini menggunakan analisis statistika (Creswell, 2007, h.10).

B. Identifikasi Variabel

Variabel penelitian adalah atribut seseorang yang mempunyai suatu “variasi” antara satu individu dengan individu yang lain, yang akan ditetapkan oleh peneliti untuk memperoleh informasi dan kemudian untuk dapat ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2008, h.58).

Adapun variabel yang digunakan dalam penelitian ini antara lain :

1. Variabel bebas : Kontrol diri
2. Variabel tergantung : *Nomophobia*

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Suatu penelitian sangat penting untuk menghindari perbedaan tafsiran dalam pengertian suatu variabel, maka definisi dari variabel-variabel penelitian sebagai berikut :

1. *Nomophobia*

Nomophobia adalah perasaan takut atau cemas yang menimbulkan suatu perilaku dan perasaan tertentu seperti ketidaknyamanan dan kegelisahan pada saat berjauhan dengan telepon genggam. Cara mengetahui tingkat *nomophobia* pada mahasiswa menggunakan NMP-Q (*Nomophobia Questionnaire*) yang disusun oleh Yildirim (2014) dan peneliti melakukan alih bahasa dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia, serta melakukan modifikasi pada *range* tabel tingkat *nomophobia*. Kuesioner ini berdasarkan empat dimensi yaitu tidak mampu dalam berkomunikasi, kehilangan konektivitas, tidak mampu untuk mengakses informasi, dan menyerah pada suatu alat (telepon genggam). Semakin tinggi skor maka semakin tinggi pula *nomophobia*.

2. Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan suatu perasaan dan tindakan yang dapat dilakukan untuk memilih sesuatu, mengambil tindakan, dan memutuskan pilihan untuk mencapai hasil yang diinginkan maupun

menghindari akibat yang tidak diinginkan. Cara mengetahui kontrol diri seseorang yaitu diukur dengan menggunakan skala kontrol diri berdasarkan lima aspek yaitu kemampuan mengontrol perilaku (*behavioral control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), kontrol informasi (*informational control*), kontrol retrospektif (*retrospective control*), dan kemampuan mengontrol keputusan (*decisional control*). Semakin tinggi skor, maka semakin tinggi juga kontrol diri yang dimiliki seseorang tersebut.

D. Subjek Penelitian

Populasi adalah jumlah dari keseluruhan objek yang karakteristiknya hendak diduga (Djarwanto & Subagyo, 1998, h.107). Selain itu Sugiyono mendefinisikan populasi yaitu wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian dapat ditarik suatu kesimpulan (2008, h.115). Adapun populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa dan mahasiswi Fakultas Ekonomi dan Bisnis yang memiliki usia dewasa dini 18 – 24 tahun dan memiliki *smartphone*.

Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non random sampling* yaitu suatu cara pengambilan sampel yang tidak memberikan kesempatan yang sama pada anggota populasi untuk

dijadikan anggota sampel (Djarwanto & Subagyo, 1998, h.114). *Non random sampling* ini masih dibagi beberapa kategori, namun peneliti memilih *convenience sampling* (*insidental sampling*) yaitu mendapatkan sampel dari orang-orang yang berada di tempat peneliti berada, sehingga bersifat kebetulan.

E. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan bagian yang penting dalam sebuah penelitian. Dalam penelitian ini, metode pengumpulan data dibedakan menjadi dua yaitu menggunakan NMP-Q (*Nomophobia Questionnaire*) dan skala kontrol diri yang menggunakan skala *Likert*. Widoyoko (2009, h.115) menjelaskan skala *Likert* adalah menentukan lokasi kedudukan seseorang dalam suatu kontinum sikap terhadap objek sikap, mulai dari sangat negatif sampai dengan sangat positif. Skala tersebut dibagi menjadi :

1. *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q)

Skor perilaku *nomophobia* diperoleh melalui *nomophobia questionnaire* yang harus dijawab dan diisi oleh subjek. Kuesioner ini terbagi menjadi 20 pernyataan yang dikelompokkan menjadi empat dimensi yaitu tidak mampu dalam berkomunikasi, kehilangan konektivitas, tidak mampu untuk mengakses informasi, dan menyerah pada suatu alat (telepon genggam).

Tiap item terdiri dari tujuh alternatif jawaban yaitu bergerak dari pernyataan sangat tidak sesuai hingga sangat sesuai. Skor untuk setiap pernyataan bergerak dari angka 1 hingga 7 dan semua pernyataan *favorable*.

Tabel 1. Blueprint Nomophobia Questionnaire

Dimensi <i>Nomophobia</i>	Jumlah Pernyataan
Tidak mampu dalam berkomunikasi	6
Kehilangan konektivitas	5
Tidak mampu untuk mengakses informasi	4
Menyerah pada suatu alat (telepon genggam)	5
Total Pernyataan	20

2. Skala Kontrol Diri

Skor kontrol diri diperoleh dari skala kontrol diri yang harus dijawab dan diisi oleh subjek. Skala kontrol diri ini berdasarkan lima aspek yang diungkapkan Averill yaitu kemampuan mengontrol perilaku, kontrol kognitif, kontrol informasi, kontrol retrospektif, dan kemampuan mengontrol keputusan.

Setiap item pada skala kontrol diri akan terdapat empat alternatif jawaban yaitu (SS) Sangat Sesuai, (S) Sesuai, TS (Tidak Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai). Skor untuk pernyataan *favorable* adalah SS = 4, S = 3, TS = 2, dan STS = 1. Sebaliknya untuk pernyataan *unfavorable* adalah SS = 1, S = 2, TS = 3, dan STS = 4. Rangkuman skala kontrol diri digambarkan dalam tabel berikut :

Tabel 2. *Blueprint* Skala Kontrol Diri

Aspek Kontrol Diri	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah Pernyataan
Kemampuan mengontrol perilaku	3	3	6
Kontrol kognitif	3	3	6
Kontrol Informasi	3	3	6
Kontrol retrospektif	3	3	6
Kemampuan mengontrol keputusan	3	3	6
Total Pernyataan	15	15	30

F. Uji Coba Alat Ukur

1. Validitas Alat Ukur

Validitas pada skala yang disusun yang teridentifikasi dengan baik, telah dibatasi dengan jelas, dan dapat dievaluasi

melalui nalar dan akal sehat dapat diungkap secara layak untuk mengukur atribut yang akan digunakan oleh peneliti (Azwar, 2014, h.131). Menurut Sugiyono (2008, h.172) valid berarti instrument yang telah dibuat dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur.

Validitas alat ukur dalam penelitian ini akan diperoleh melalui penghitungan menggunakan program komputer. Validitas ini akan diukur menggunakan *Product Moment* dari Pearson. Untuk menghindari terjadinya *over estimate* atau kelebihan bobot yang disebabkan pengaruh kontribusi skor masing-masing item sehingga menyebabkan angka korelasi menjadi besar, maka juga akan dilakukan analisis korelasi *Part-Whole* (Azwar, 2014, h.83).

2. Reliabilitas Alat Ukur

Pada penelitian ini untuk mengukur reliabilitas akan menggunakan pendekatan koefisien *Alpha Cronbach* yang berada dalam rentang angka dari 0 sampai dengan 1,00 (Azwar, 2014, h. 112).

G. Metode Analisis Data

Teknik analisis data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode *Pearson Product Moment*

dikarenakan melakukan uji korelasi antara dua variabel yaitu kontrol diri (X) sebagai variabel bebas, dan *nomophobia* pada mahasiswa (Y) sebagai variabel tergantung (Djarwanto & Subagyo, 1998, h.327).

