

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif sebagai metode penelitian. Pendekatan kuantitatif dalam proses analisisnya berdasarkan data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistik. Dengan metode kuantitatif akan diperoleh signifikansi perbedaan kelompok atau signifikansi hubungan antar variabel yang diteliti. Berdasarkan tujuan dan hipotesis, penelitian ini masuk dalam penelitian korelasional karena bertujuan menyelidiki variasi satu variabel berkaitan dengan variasi satu atau lebih variabel lain, berdasarkan koefisien korelasi (Azwar, 2005).

3.2. Identifikasi dan Definisi Operasional

3.2.1. Identifikasi Variabel

Variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini :

Variabel tergantung : *Depressed Mood* Pengguna Instagram Pada Remaja

Variabel bebas : *Fear of missing out*

3.2.2. Definisi Operasional

1. *Depressed Mood* Pengguna Instagram Pada Remaja

Depressed mood pada remaja merupakan bentuk/ekspresi emosi negatif (*low mood*) yang berlangsung beberapa saat (jam hingga hari) sebagai akibat dari peristiwa yang tidak diharapkan dan pandangan individu terhadap diri sendiri dan lingkungan sosialnya termasuk interaksinya dalam suatu lingkungan sosial. Emosi negatif yang dialaminya tidak mampu diekspresikan secara verbal melainkan diekspresikan melalui perubahan perilaku yang menonjol. *Depressed mood*

pengguna Instagram pada remaja diukur dengan skala *depressed mood* yang meliputi gejala-gejala *depressed mood*, yaitu dari segi emosional, segi kognitif, segi motivasional, dan segi fisik. Semakin tinggi skor pada skala ini, menunjukkan tingkat *depressed mood* semakin tinggi. Sebaliknya, semakin rendah skor, menunjukkan tingkat *depressed mood* semakin rendah.

2. *Fear of missing out*

Fear of missing out (FoMO) adalah ketakutan, kekhawatiran, dan kegelisahan yang timbul apabila seseorang tidak dapat selalu terhubung melalui media sosial karena tidak ingin kehilangan aktivitas yang dilakukan oleh orang lain, informasi mengenai orang tersebut, atau menganggap seseorang memiliki sesuatu yang lebih baik. FoMO diukur menggunakan skala FoMO yang diadaptasi dari Przybylski, dkk dengan dua gejala FoMO yaitu tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *relatedness*, dan tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *self*. Semakin tinggi skor total FoMO, semakin tinggi pula tingkat FoMO individu. Sebaliknya, semakin rendah skor total FoMO yang diperoleh individu, semakin rendah pula tingkat FoMO individu.

3.3. Populasi dan Teknik Sampling

3.3.1. Populasi

Populasi adalah kelompok subyek yang akan dikenai generalisasi dari hasil penelitian yang dilakukan (Azwar, 2005).

Karakteristik populasi yang akan diteliti adalah :

1. Remaja yang berusia 17-19 tahun.
2. Remaja yang menggunakan Instagram lebih dari 3 jam/hari.
3. Remaja yang menempuh pendidikan di Unika Soegijapranata Semarang.

3.3.2. Teknik Sampling

Subjek pada penelitian ini dipilih menggunakan teknik *nonprobability sampling* karena besarnya peluang anggota populasi untuk terpilih menjadi sampel tidak diketahui. Jenis sampel yang digunakan adalah *sampling purposive* yaitu teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu yang menjadi kriteria peneliti (Azwar, 2005).

3.4. Alat Ukur

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan skala. Penelitian ini menggunakan dua jenis skala. Skala pertama mengungkapkan variabel tergantung yaitu *depressed mood* dan skala kedua mengungkapkan variabel bebas yaitu *fear of missing out*.

3.4.1. Alat Pengumpulan Data

Metode yang dipilih dalam mengumpulkan data adalah metode skala. Instrumen penelitian harus memiliki skala, karena instrumen tersebut akan digunakan untuk melakukan pengukuran yang bertujuan untuk menghasilkan data kuantitatif yang akurat (Alsa, 2004).

Jenis skala yang digunakan pada penelitian ini adalah skala *likert*, yaitu subjek diarahkan untuk memilih satu dari beberapa jenis respon yang telah tersedia. Terdapat dua skala yang akan digunakan pada penelitian ini, yaitu skala *fear of missing out* hasil adaptasi skala dari Przybylski, dkk (2013) dan skala *Depressed Mood*.

3.4.2. *Blue Print* dan Cara Penilaiannya

1. Skala *Depressed Mood*

Skala ini disusun berdasarkan gejala-gejala *depressed mood* menurut Beck dan Alford (2009), yang terbagi ke dalam empat dimensi, yaitu segi emosi,

kognitif, motivasi, dan fisik. Gejala-gejala tersebut akan menjadi dasar untuk pembuatan skala *depressed mood*, seperti *blue print* yang disajikan dibawah ini.

Tabel 3. 1. *Blue Print* Item *Depressed Mood*

Gejala	Item		Jumlah	Persentase
	Favorable	Unfavorable		
Emosi	5	5	10	30%
Kognitif	5	5	10	30%
Motivasi	3	3	6	16%
Fisik	4	4	8	24%
Jumlah			34	100%

Skala *depressed mood* disusun dengan memberikan empat pilihan jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Penilaian yang akan dilakukan terhadap item-item tersebut adalah memberikan nilai 4 pada jawaban Sangat Sesuai (SS), nilai 3 pada jawaban Sesuai (S), nilai 2 pada jawaban Tidak Sesuai (TS), dan nilai 1 pada jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS).

2. Skala *Fear of Missing Out*

Skala *Fear of Missing Out* diadaptasi dari alat ukur yang disusun oleh Przybylski dkk (2013) dengan reliabilitas $\alpha = 0,80$ ($p < 0,005$). Skala FoMO ini telah digunakan oleh penelitian yang dilakukan Putra (2018) dan telah diterjemahkan dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia menggunakan 3 orang *translator* (dua orang lulusan Pendidikan Bahasa Inggris dan Sastra Inggris Universitas Sanata Dharma). Terdapat dua gejala pada variabel FoMO yaitu tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *relatedness* dan tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *self* dengan jumlah item sebanyak 10 item. Berikut *blue print* skala *fear of missing out* :

Tabel 3. 2. *Blue Print Item Fear of Missing Out*

Gejala	Jumlah Item	Persentase
Tidak terpenuhinya kebutuhan <i>relatedness</i>	7	70%
Tidak terpenuhinya kebutuhan <i>self</i>	3	30%
Jumlah	10	100%

Peneliti menyediakan 4 pilihan respons jawaban pada skala *fear of missing out* yaitu Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS). Penilaian yang akan dilakukan terhadap item-item tersebut adalah memberikan nilai 1 pada jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS), nilai 2 pada jawaban Tidak Sesuai (TS), nilai 3 pada jawaban Sesuai (S), dan nilai 4 pada jawaban Sangat Sesuai (SS).

3.5. Uji Coba Alat Ukur

3.5.1. Validitas Alat Ukur

Validitas diartikan sebagai sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes atau instrumen pengukur dapat dikatakan mempunyai validitas tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukurnya sesuai dengan maksud dan tujuan diadakan tes tersebut (Azwar, 2003). Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan *Corrected Item-Total Correlation* dimana masing-masing butir item dikatakan valid jika nilai r_{hitung} yang merupakan nilai dari *Corrected Item-Total Correlation* $> 0,3$ (Azwar, 2005).

Sebuah alat ukur dapat dikatakan valid apabila memiliki koefisien korelasi minimal 0,3 sehingga koefisien $\geq 0,3$ dianggap memiliki validitas yang memuaskan karena memiliki indeks deskriminasi tinggi dan item dapat dipertahankan (Azwar, 2015). Selain menggunakan koefisien $\geq 0,3$, validitas dapat dibantu dengan

menggunakan tabel r yang disesuaikan dengan jumlah subjek yang ada. Setelah diperoleh r_{hitung} kemudian dibandingkan dengan r_{tabel} menggunakan taraf signifikansi 0,05 dan df (N-2). Jika $r_{hitung} \geq r_{tabel}$ maka dapat dikatakan item valid, sedangkan apabila diperoleh $r_{hitung} \leq r_{tabel}$ maka dapat dikatakan aitem tidak valid atau gugur.

3.5.2. Reliabilitas Alat Ukur

Suatu alat ukur yang dianggap memiliki reliabilitas adalah alat ukur yang *ajeg*, artinya apabila alat ukur digunakan berulang-ulang hasilnya akan konsisten dan stabil (Azwar, 2015). Pada penelitian ini peneliti akan melihat *Alpha Cronbach* untuk menentukan reliabilitasnya. Koefisien reliabilitas yang dianggap memenuhi syarat atau memuaskan adalah 0,9, koefisien 0,8 dianggap baik, dan 0,6 dianggap hanya memenuhi tetapi tidak merupakan nilai murni melainkan hasil dari variasi eror (Azwar, 2015).

3.6. Metode Analisis Data

Dalam penelitian ini cara menghitung besarnya korelasi menggunakan teknik statistik, yaitu dengan cara koefisien korelasi bivariat adalah statistik yang dapat digunakan oleh peneliti untuk menerangkan keeratan hubungan antara dua variabel (Azwar, 2003). Pada korelasi bivariat ini, peneliti menggunakan teknik analisis korelasi Pearson dengan bantuan aplikasi SPSS versi 23.0 untuk mengukur korelasi antara variabel *depressed mood* dan FoMO.