

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode pendekatan kuantitatif dengan menggunakan penelitian korelasional. Menurut Sugiyono (2013), penelitian kuantitatif didefinisikan sebagai metode penelitian berdasarkan filosofi *positivisme*, metode ini digunakan untuk meneliti populasi atau sampel. Data yang dikumpulkan diolah menggunakan teknik statistik yang bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditentukan.

3.2 Identifikasi Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2013) variabel penelitian merupakan suatu atribut sekelompok orang, objek, atau aktivitas yang mempunyai variasi tertentu yang ditentukan peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Dalam suatu penelitian variabel sangat penting karena membantu peneliti dalam menentukan alat pengumpulan data dan teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian.

Penelitian ini menggunakan dua variabel, yaitu :

1. Variabel Terikat : Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa
2. Variabel bebas : Kecemasan Sosial

3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian

3.3.1 Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa

Ketergantungan media sosial pada mahasiswa adalah suatu keinginan yang kuat untuk menggunakan media sosial dimana media sosial memberikan banyak kemudahan, seperti berbagi informasi, berkomunikasi dan membuat konten sehingga mereka mampu menghabiskan waktu yang berlebihan dan disertai kesulitan dalam membatasi penggunaan media sosial yang pada akhirnya

mengakibatkan gangguan psikologis seperti stres dan cemas. Skala ketergantungan media sosial yang disusun berdasarkan enam aspek yaitu, arti penting (*salience*), modifikasi suasana hati (*Mood Modification*), toleransi (*Tolerance*), menarik diri (*Withdrawal symptom*), konflik (*Conflict*), dan kambuh (*relapse*). Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi ketergantungan media sosial, dan sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah ketergantungan media sosial.

3.3.2 Kecemasan sosial

Kecemasan sosial adalah ketidaknyamanan emosional terhadap situasi sosial, dimana individu mengalami keterbatasan kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain, seperti gugup, khawatir, cemas dan gelisah sehingga individu berusaha untuk menghindari situasi sosial tersebut karena takut akan komentar orang lain. Skala kecemasan sosial disusun berdasarkan tiga aspek yaitu ketakutan akan komentar negatif, penghindaran sosial atau rasa tertekan dalam lingkungan baru dan penghindaran sosial atau rasa tertekan yang dialami secara umum dengan orang yang dikenal. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi kecemasan sosial pada mahasiswa, sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah kecemasan sosial pada mahasiswa.

3.4 Subjek Penelitian

3.4.1 Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek atau subjek dengan jumlah dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan selanjutnya ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2013). Populasi bukan hanya manusia atau makhluk hidup, melainkan ada benda-benda alam lainnya dan mencakup semua karakteristik dan sifat-sifat yang dimiliki oleh obyek atau subyek (Siyoto, dan Sodik,

2015). Populasi yang digunakan dalam penelitian adalah mahasiswa aktif Universitas Katolik Soegijapranata Semarang angkatan 2017 sampai 2020 yang menggunakan media sosial.

3.4.2 Teknik Pengambilan Sampel

Sampel adalah suatu bagian dari keseluruhan jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi, dimana anggota yang dipilih dapat mewakili populasinya (Sugiyono, 2013). Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *non probability sampling* dengan *teknik insidental sampling*. *Insidental Sampling* merupakan suatu teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang sesuai dengan karakteristik yang diinginkan peneliti akan dijadikan sebagai sumber data (Sugiyono, 2013).

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah langkah penting dalam penelitian untuk mendapatkan sebuah data (Sugiyono, 2013). Penelitian ini menggunakan skala sebagai alat dalam pengumpulan data. Adapun skala yang digunakan berupa skala ketergantungan media sosial dan skala kecemasan sosial.

Jenis skala yang digunakan adalah skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2013). Skala ini dikelompokkan menjadi dua jenis pernyataan yaitu *favorable* (mendukung) dan *unfavorable* (tidak mendukung). Skala ini terdiri dari empat pilihan jawaban yaitu: sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Pada pernyataan *favorable* skor 4 diberikan pada jawaban sangat sesuai (SS), skor 3 pada jawaban sesuai (S), skor 2 pada jawaban tidak sesuai (TS), dan skor 1 pada jawaban sangat tidak sesuai (STS). Sedangkan

pada pernyataan *unfavorable*, skor 4 diberikan pada jawaban sangat tidak sesuai (STS), skor 3 pada jawaban tidak sesuai (TS), skor 2 pada jawaban sesuai (S), dan skor 1 pada jawaban sangat sesuai (SS). Dibawah ini merupakan rancangan skala ketergantungan media sosial.

3.5.1 Skala ketergantungan media sosial

Skala ketergantungan media sosial disusun berdasarkan aspek ketergantungan media sosial yang terdiri dari enam aspek yaitu arti penting (*salience*), modifikasi suasana hati (*mood modification*), toleransi (*tolerance*), menarik diri (*withdrawal symptom*), konflik (*conflict*), dan kambuh (*relapse*) yang dikemukakan oleh Griffiths & Kuss (2017).

Tabel 3.1 Blueprint skala ketergantungan media sosial

No	Aspek ketergantungan media sosial	Item		Jumlah
		Fav	Unfav	
1	Arti penting (<i>salience</i>)	2	2	4
2	Modifikasi suasana hati (<i>Mood Modification</i>)	2	2	4
3	Toleransi (<i>Tolerance</i>)	2	2	4
4	Menarik diri (<i>Withdrawal symptom</i>)	2	2	4
5	Konflik (<i>Conflict</i>)	2	2	4
6	Kambuh (<i>Relapse</i>)	2	2	4
Total		12	12	24

3.5.2 Skala kecemasan sosial

Skala ini diukur menggunakan skala kecemasan sosial yang terdiri dari tiga aspek yaitu ketakutan akan komentar negatif, penghindaran sosial atau rasa

tertekan dalam lingkungan baru dan penghindaraan sosial atau rasa tertekan yang dialami secara umum dengan orang yang dikenal dikemukakan oleh La Greca dan Lopez (1998). Dibawah ini merupakan rancangan skala kecemasan sosial.

Tabel 3.2 blueprint skala kecemasan sosial

No	Aspek kecemasan sosial	Item		
		<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	Jumlah
1	Ketakutan akan komentar negatif	4	4	8
2	Penghindaraan sosial atau rasa tertekan dalam lingkungan baru	4	4	8
3	Penghindaraan sosial atau rasa tertekan yang dialami secara umum dengan orang yang dikenal.	4	4	8
Total		12	12	24

3.6 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

3.6.1 Uji Validitas Alat Ukur

Azwar (2015) mengatakan validitas berasal dari kata *validity* yang artinya sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Pada penelitian ini untuk menghitung uji validitas menghubungkan skor setiap item dengan skor total maka teknik yang digunakan adalah *korelasi product moment* dari *Karl Pearson* dan menggunakan teknik analisis *Part Whole* untuk mendapatkan skor yang asli.

3.6.2 Uji Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas adalah suatu proses pengukuran yang memiliki konsistensi dan menghasilkan data yang tepat saat dilakukan pengukuran lebih dari sekali dan

tetap menghasilkan data yang sama (Sugiyono, 2013). Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach* untuk menguji reliabilitas. Peneliti menggunakan program *Statistic Packages for Social Science (SPSS) versi 16.0* untuk menguji reliabilitas.

3.7 Metode Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis pada penelitian ini adalah teknik *korelasi product moment* dari *pearson*. *Korelasi product moment* digunakan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan sosial dengan ketergantungan media sosial.

