

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian dengan pendekatan kuantitatif dengan penelitian korelasional. Penelitian kuantitatif dilakukan untuk membuat generalisasi terhadap populasi yang menjadi subjek penelitian (Kurniawan & Puspitaningtyas, 2016). Menurut Creswell (dalam Alsa, 2003) penelitian kuantitatif berkaitan dengan angka-angka dan datanya berwujud bilangan, kemudian dianalisis menggunakan statistik untuk menjawab hipotesis penelitian. Metode kuantitatif menekankan pada pengukuran yang objektif terhadap fenomena sosial (Siyoto & Sodik, 2015). Hasil penelitian kuantitatif akan dapat digeneralisasikan terhadap populasi tertentu yang menjadi sasaran penelitian.

Penelitian kuantitatif korelasi merupakan sebuah penelitian yang dilakukan untuk membandingkan persamaan dan perbedaan fakta dan/atau sifat objek-objek yang diteliti (Samsu, 2017). Dalam penjelasan lain dijelaskan bahwa penelitian kuantitatif korelasi digunakan untuk mengetahui

hubungan antara dua variabel atau lebih (Kurniawan, 2016). Sejalan dengan pernyataan sebelumnya menurut Alsa (2003) penelitian kuantitatif korelasional digunakan untuk mengukur seberapa besar tingkat hubungan antara variabel penelitian.

3.2 Identifikasi Variabel

Terdapat dua macam variabel yang ada dalam penelitian ini, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Dalam Supratiknya (2015) variabel bebas merupakan variabel yang kemungkinan dapat menyebabkan atau mempengaruhi hasil tertentu. Serupa dengan pernyataan tersebut, menurut Sinambela (2014) variabel bebas / variabel independen merupakan variabel yang dapat menyebabkan perubahan atau menyebabkan terjadinya variabel dependen. Sebaliknya variabel tergantung atau variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi atau sebagai akibat dari variabel independen.

Variabel bebas dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Variabel bebas: Kontrol diri

Variabel terikat: *Nomophobia*

3.3 Definisi Operasional

3.3.1 Kontrol Diri

Variabel pertama yang merupakan variabel terikat dalam penelitian ini adalah kontrol diri. Kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan perilaku serta mengambil tindakan yang membantu individu mencapai hal yang diinginkan serta menghindari konsekuensi yang tidak diinginkan. Skala yang digunakan mengukur kontrol diri responden dalam penelitian ini adalah *Self Control Scale* yang disusun oleh Tangney, Baumeister & Boone (2004). Skala ini merupakan skala Likert yang terdiri dari lima skor. Semakin mendekati skor satu maka responden semakin tidak menyetujui pernyataan tersebut dan begitu pula sebaliknya. Terdapat 12 *item favorable* dan 24 *item unfavorable*, sehingga total keseluruhan *item* adalah 36.

3.3.2 Nomophobia

Nomophobia menjadi variabel terikat dalam penelitian ini. *Nomophobia* merupakan akronim dari *no mobile phone phobia*. *Mobile phone* yang terus berkembang dengan segala kecanggihan fiturnya pun mulai beralih menjadi *smartphone* dan umum digunakan dalam kalangan masyarakat. *Nomophobia* memiliki arti kecemasan atau keresahan yang dialami oleh pengguna *smartphone* karena tidak dapat mengakses *smartphone* yang dimiliki. Dalam penelitian ini

menggunakan *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q) sebagai alat instrumen penelitian, yang disusun oleh Yildirim & Correia (2015). Kuesioner ini memiliki dua puluh *item* yang disusun berdasarkan empat dimensi *nomophobia*. Empat dimensi ini terdiri dari (1) Perasaan tidak bisa berkomunikasi, (2) Kehilangan koneksi, (3) Ketidakmampuan mengakses informasi dan (4) Menyerah terhadap kenyamanan *smartphone*.

3.4 Populasi dan Sampling

3.4.1 Populasi

Populasi penelitian dalam penelitian ini adalah generasi Z di kota Semarang. Generasi Z merupakan individu yang lahir dalam kisaran tahun 1995 – 2010. Pada tahun 2021 subjek penelitian akan memasuki usia 11 tahun – 26 tahun. Penelitian ini dilakukan pada generasi Z di kota Semarang, maka subjek penelitian harus tinggal di kota Semarang.

3.4.2 Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang berarti juga memiliki karakteristik sama dengan populasi. Dalam penelitian ini dilakukan pengambilan sampel dengan teknik *non-probability*

sampling. Teknik yang dipilih dalam *non-probability sampling* ini adalah *incidental sampling*. *Incidental sampling* merupakan teknik penentuan sampel dengan menggunakan orang yang secara kebetulan ditemui untuk menjadi sampel (Sugiyono, 2013). Sampel yang secara kebetulan ditemui harus cocok dengan penelitian atau berarti memiliki kesesuaian dengan kriteria subjek penelitian.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Peneliti akan menggunakan dua macam skala yaitu *self control scale* yang disusun oleh Tangney dkk (2004) serta *nomophobia questionnaire* yang disusun oleh Yildirim dan Correisa (2015). Kedua skala ini akan diterjemahkan ke Bahasa Indonesia untuk memudahkan proses pengumpulan data.

3.5.1 Skala Kontrol Diri

Skala kontrol diri ini disusun berdasarkan lima aspek kontrol diri oleh Tangney dkk (2004). *Self control scale* memiliki 36 *item* dengan model skala Likert yang memiliki rentang 1 – 5 . Skor 1 menyatakan subyek “sangat tidak setuju”, skor 2 menyatakan subyek “tidak setuju”, skor 3 menyatakan bahwa subyek “netral”, skor 4 menyatakan bahwa subyek “setuju” dan yang terakhir skor 5 menyatakan subyek “sangat setuju” terhadap pernyataan yang telah ditentukan. Apabila pilihan subjek mendekati angka ‘1’ menandakan subjek semakin tidak menyepakati pernyataan tersebut sesuai

dengannya. Sebaliknya apabila subjek semakin memilih angka yang mendekati '5', maka subjek semakin sepakat bahwa pernyataan tersebut sesuai dengannya.

Tabel 3.1.
Blueprint Self Control Scale

Aspek	Item		Total
	Favorable	Unfavorable	
Self Discipline	1, 24	2, 9, 10, 17, 19, 29, 31	9
Deliberate	5	4, 11, 12, 20, 21, 25, 32, 33, 34	10
Healthy Habits	13, 22, 26, 27	6, 14, 35	7
Work Ethic		3, 8, 16, 23, 28	5
Reliability	7, 15, 18, 30, 36		5
			36

3.5.2 Skala Nomophobia

Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) terdiri dari 20 *item* berdasarkan empat dimensi *nomophobia* yang dikemukakan oleh Yildirim dan Correia (2015). Keseluruhan *item* merupakan *item favorable*. NMP-Q memiliki bentuk skala Likert dengan rentang skor satu hingga tujuh. Skor 1 untuk menyatakan bahwa subjek “sangat tidak setuju sekali”, skor 2 menyatakan subyek “sangat tidak setuju”, skor 3 “tidak setuju”, skor 4 berarti subyek “netral”, skor 5 berarti subyek “setuju”, skor 6 berarti subyek “sangat setuju” dan 7 untuk menyatakan subjek “sangat setuju sekali” dengan pernyataan tersebut.

Total skor akan dijumlah dan menghasilkan rentang hasil skor

20 (minimal skor) hingga 140 (maksimal skor). Skor 20 mengindikasikan individu tidak mengalami *nomophobia*; skor >20 dan <60 mengindikasikan *nomophobia* tingkat ringan; skor ≥ 60 dan <100 mengindikasikan *nomophobia* tingkat sedang dan skor ≥ 100 mengindikasikan individu mengalami *nomophobia* berat.

Tabel 3.2.
Blueprint *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q)

Dimensi	Item	Jumlah
Perasaan tidak dapat berkomunikasi	10, 11, 12, 13, 14, 15	6
Kehilangan koneksi	16, 17, 18, 19, 20	5
Ketidakmampuan mengakses informasi	1, 2, 3, 4	4
Menyerah terhadap kenyamanan	5, 6, 7, 8, 9	5
		20

3.6 Validitas & Reliabilitas

3.6.1 Validitas

Sebuah alat ukur layak untuk digunakan apabila alat ukur tersebut memiliki validitas yang baik. Validitas merupakan tanda kemampuan instrumen penelitian / alat ukur mencapai tujuan pengukuran yang dikehendaki secara tepat (Azwar, 2014). Alat ukur yang memiliki validitas yang tinggi berarti akurat dalam memberikan gambaran mengenai variabel yang diukur seperti yang dikehendaki dalam tujuan pengukuran tersebut.

Kedua skala yang digunakan dalam penelitian ini diadaptasi dan diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia, sehingga peneliti melakukan uji validitas pada skala yang digunakan. Uji validitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *pearson product moment*. Dalam uji validitas dilakukan dengan menggunakan SPSS untuk melihat *correlated item-total correlation* pada setiap *item*. Setelah mendapatkan hasil koefisien, hasil uji akan dikoreksi menggunakan uji *part whole* untuk mencegah kelebihan skor yang menyebabkan angka korelasi menjadi besar.

3.6.2 Reliabilitas

Alat ukur penelitian juga perlu memiliki reliabilitas yang tinggi agar dapat digunakan. Makna dari konsep reliabilitas menurut Azwar (2014) ialah sejauh mana hasil proses pengukuran dapat dipercaya. Hasil pengukuran dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran ditemukan hasil yang relatif sama, dalam kelompok subjek yang sama. Uji reliabilitas penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji *alpha cronbach*. Uji *alpha cronbach* dapat dilakukan apabila instrumen penelitian memiliki jawaban benar lebih dari satu seperti angket, esai maupun kuesioner (Adamson & Prion dalam Yusup, 2018).

3.7 Metode Analisis Data

Dalam melakukan analisis data, peneliti menggunakan

Statistical Package for Social Science (SPSS) 21.0 for Windows.

Dalam uji korelasi hubungan kontrol diri dan *nomophobia* peneliti melakukan uji korelasi *product moment*. Uji korelasi *product moment* dipilih karena kedua data variabel penelitian diambil dengan menggunakan skala Likert. Skala Likert termasuk kedalam data interval, sehingga teknik statistik yang dilakukan untuk melakukan uji korelasi penelitian ini adalah uji *product moment*.

