

BAB 4

PENGUMPULAN DATA PENELITIAN

4.1. Orientasi Kancan Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan mengenali kancan penelitian dari sisi subjek maupun tempat pengambilan data. Hal ini dilakukan untuk mempermudah proses pengambilan data. Penelitian ini berfokus pada individu berusia 18-25 tahun berdomisili Kota Semarang yang memiliki media sosial.

Kota Semarang merupakan ibukota Provinsi Jawa Tengah dengan luas 373,7 km dengan memiliki 16 kecamatan dan 117 kelurahan. Kota Semarang sendiri berbatasan dengan Laut Jawa, Kabupaten Kendal, Kabupaten Semarang, dan Kabupaten Demak. Jumlah penduduk Kota Semarang sebesar terhitung Juni 2022 sebesar lebih dari 1,68 juta penduduk dengan kelompok usia 15-19 tahun sebesar lebih dari 129 ribu, kelompok usia 20-24 tahun sebesar lebih dari 125 ribu, dan kelompok 25-29 tahun sebesar lebih dari 128 ribu penduduk.

Alasan peneliti melakukan penelitian terkait “Hubungan Regulasi diri dengan *Fear of Missing Out* pada *Emerging Adult*” di Kota Semarang karena:

1. Peneliti menemukan fenomena masalah *Fear of Missing Out* pada kelompok *emerging adult* dengan rentang usia 18-25 tahun melalui hasil wawancara yang ditunjukkan pada latar belakang masalah. Ketiga subjek dalam latar belakang masalah menunjukkan karakteristik merasakan emosi negatif seperti khawatir, cemas, dan ketakutan karena tertinggal dengan rekan lainnya, membandingkan diri dengan orang lain, dan berusaha untuk terus terlibat dengan pengalaman teman lainnya.

2. Peneliti belum menemukan penelitian terkait regulasi diri dan *Fear of Missing Out* dalam konteks subjek *emerging adult* di Kota Semarang

Berdasarkan alasan-alasan tersebutlah yang memperkuat penilitia melakukan penelitian berjudul Hubungan Regulasi Diri dengan *Fear of Missing Out* pada *Emerging Adult* dengan kancah tempat di Kota Semarang.

4.2. Persiapan Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu mempersiapkan alat ukur yang digunakan untuk mengukur kedua variabel penelitian yaitu regulasi diri dan *Fear of Missing Out*. Pada penelitian ini, peneliti mengadaptasi kedua skala penelitian menggunakan skala tokoh yang sudah diadaptasi dan dimodifikasi dalam Bahasa Indonesia.

4.2.1. Penyusunan Alat Ukur

- a. Skala *Fear of Missing Out*

Skala *Fear of Missing Out* menggunakan skala yang dikembangkan oleh Kaloeti, Kurnia, dan Tahamata (2021) berdasarkan dimensi *Fear of Missing Out* yang meliputi *missed experience*, *compulsion*, dan *comparison with friends* dalam bentuk Skala Likert. Skala ini berisikan 12 item pernyataan yang menggambarkan variabel *Fear of Missing Out*. Di bawah ini merupakan tabel 4.1. yang menunjukkan persebaran item Skala *Fear of Missing Out*.

Tabel 4. 1 Persebaran Item Skala *Fear of Missing Out*

Dimensi <i>Fear of Missing Out</i>	Item	Jumlah
<i>Missed experience</i>	1,2,3,4,5	5
<i>Compulsion</i>	6,7,8,9,10	5
<i>Comparison with friends</i>	11,12	2
Jumlah	12	12

- b. Skala Regulasi Diri

Skala Regulasi Diri digunakan untuk mengukur regulasi diri dengan bentuk Skala Likert yang memiliki rentang penilaian 1-4. Skala Regulasi Diri

menggunakan *Short Self-Regulation Scale* yang dikembangkan oleh Pichardo, Justicia, Fuente, Martinez-Vicente, dan Berben (2014) kemudian diadaptasi dan dimodifikasi sesuai konteks Indonesia oleh Tresnadiani dan Taufik (2020). Skala ini berjumlah 9 pernyataan yang mewakili variabel regulasi diri. Berikut ini adalah tabel 4.2. yang menunjukkan persebaran item Skala Regulasi Diri:

Tabel 4. 2 Persebaran Item Skala Regulasi Diri

Aspek Regulasi Diri	Item	Jumlah
<i>Goal setting</i>	1,2,3	3
<i>Decision making</i>	4,5,6	3
<i>Perseverance</i>	7,8,9	3
Jumlah	9	9

4.2.2. Perizinan Penelitian

Peneliti pun melakukan perizinan penelitian yang ditunjukkan dalam bentuk *informed consent* yang terlampir sebelum subjek mengisi skala penelitian. Sebelum pengisian skala, subjek diminta untuk memilih salah satu dari dua opsi yaitu “Ya saya bersedia” dan “Tidak bersedia”. Fungsi dari *informed consent* sendiri sebagai bentuk kesediaan subjek untuk berpartisipasi dalam penelitian tanpa paksaan sekalipun, serta memberikan info kerahasiaan yang dijaga dalam penelitian sebagaimana salah satu bentuk kode etik penelitian.

4.3. Pengumpulan Data Penelitian

Proses pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan *link google form* pada subjek yang termasuk dalam karakteristik penelitian (<https://forms.gle/QKAvCWpekQxYb8uP9>). Pengumpulan data penelitian dilakukan pada tanggal 7-11 Oktober 2022 dan mendapatkan sebanyak 95 subjek yang sesuai dengan karakteristik populasi.

Penelitian ini menggunakan uji coba terpakai sehingga pengumpulan data hanya dilakukan sebanyak satu kali untuk diuji validitas, reliabilitas, dan hipotesis

penelitian. Alasan peneliti menggunakan uji coba terpakai, karena kedua alat ukur yang digunakan peneliti sudah ada dalam versi Bahasa Indonesia dan memiliki validitas dan reliabilitasnya relatif cukup baik. Data yang sudah dikumpulkan tersebut kemudian ditabulasi dan dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Uji validitas menggunakan teknik *product moment* dan *part whole* sedangkan uji reliabilitas menggunakan teknik *Alpha Cronbach*. Melalui uji validitas dan reliabilitas, item-item yang gugur dieliminasi, kemudian ditabulasi ulang menjadi total skor item dan kemudian siap untuk diuji hipotesis.

4.4. Validitas dan Reliabilitas

4.4.1. Validitas dan Reliabilitas Skala *Fear of Missing Out*

Skala *Fear of Missing Out* terdiri dari 12 item yang menggambarkan dimensi-dimensi *Fear of Missing Out* meliputi *missed experience*, *compulsion*, dan *comparison with friends*. Uji validitas dan reliabilitas dalam sebuah penelitian merupakan proses yang penting dalam menguji kelayakan dan konsistensi alat ukur.

Teknik yang digunakan dalam menguji Skala *Fear of Missing Out* yaitu *product moment* sebanyak satu kali putaran. Dari satu kali putaran uji validitas tersebut menghasilkan sebanyak 12 item valid semua dan tidak ada item yang gugur. Koefisien validitas Skala *Fear of Missing Out* sebesar 0,213-0,532 dengan taraf signifikansi 5% sebesar 0,2017 (r tabel $df=93$). Hasil uji reliabilitas yang dilakukan dengan teknik *Alpha Cronbach* menunjukkan koefisien sebesar 0,778. Hasil uji validitas dan reliabilitas tersebut menunjukkan Skala *Fear of Missing Out* layak dan konsisten mengukur variabel tersebut. Berikut ini adalah tabel persebaran item valid Skala *Fear of Missing Out* ditunjukkan pada tabel 4.3:

Tabel 4. 3 Persebaran Item Valid Skala *Fear of Missing Out*

Dimensi <i>Fear of Missing Out</i>	Item	Jumlah
<i>Missed experience</i>	1,2,3,4,5	5
<i>Compulsion</i>	6,7,8,9,10	5
<i>Comparison with friends</i>	11,12	2
Jumlah	12	12

4.4.2. Validitas dan Reliabilitas Skala Regulasi Diri

Skala Regulasi Diri menggunakan *Short Self-Regulation Scale* yang dikembangkan oleh Pichardo, Justicia, Fuente, Martinez-Vicente, dan Berben (2014) kemudian diadaptasi dan dimodifikasi sesuai konteks Indonesia oleh Tresnadiani dan Taufik (2020). Skala tersebut berisikan item-item yang mewakili aspek regulasi diri yaitu *goal setting*, *perseverance*, dan *decision making*.

Skala Regulasi Diri terlebih dahulu harus diuji validitas dan reliabilitasnya sebelum uji hipotesis. Hasil uji validitas menggunakan teknik *product moment* dan *part whole* menunjukkan hasil 9 item valid dan tidak ada item yang gugur. Koefisien validitas Skala Regulasi Diri sebesar 0,430-0,700 dengan taraf signifikansi 5% sebesar 0,2017 (r tabel $df=93$). Kemudian hasil uji reliabilitas menggunakan teknik *Alpha Cronbach* menunjukkan hasil sebesar 0,837, sehingga hasil tersebut menyimpulkan bahwa Skala Regulasi Diri layak dan konsisten. Di bawah ini adalah tabel 4.4. yang menunjukkan persebaran item valid Skala Regulasi Diri:

Tabel 4. 4 Persebaran Item Valid Skala Regulasi Diri

Aspek Regulasi Diri	Item	Jumlah
<i>Goal setting</i>	1,2,3	3
<i>Decision making</i>	4,5,6	3
<i>Perseverance</i>	7,8,9	3
Jumlah	9	9