

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Desain Penelitian**

Pendekatan dalam riset kali ini adalah menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Darmawan (2013, hlm 130) penelitian kuantitatif memberikan perhatian lebih terhadap kejadian dan fenomena tertentu yang memiliki tanda dalam kehidupan individu yang disebut variabel. Dalam penelitian ini, prinsip hubungan antar variabel akan dianalisa menggunakan teori yang objektif (Darmawan, 2013, hlm. 130).

Metode ini juga menggunakan angka serta analisa nya menggunakan statistik. Dan dalam penelitian ini juga, peneliti menggunakan desain kuantitatif berbasis korelatif yang dimana menurut Cresswell (2014, hlm. 41) kuantitatif korelatif merupakan sebuah desain penelitian yang dimana peneliti menggunakan statistik korelasi untuk menjelaskan apakah terjadi hubungan dari dua atau lebih variabel.

#### **3.2 Jenis Penelitian**

Pada riset kali ini, jenis riset yang akan dipakai adalah kuantitatif deskriptif yang dimana sesuai seperti objektif dari riset ini yang ingin mencari tahu, menganalisa, dan mengukur literasi kesehatan pada kalangan Gen-Z di Kota Bandung. Kriyantono (Dalam Saleh & Pitriani, 2018, hlm. 107) menyatakan bahwa riset deskriptif ini berkaitan dengan karakteristik, jumlah, serta frekuensi dari fenomena yang diteliti. Studi ini memiliki beberapa objektif diantaranya adalah membuat deskripsi secara akurat, sistematis, dan juga faktual tentang fakta serta sifat populasi dan objek yang diteliti..

#### **3.3 Partisipan Penelitian**

Sumarto (Dalam Rati, 2015, hlm. 38) menyebutkan partisipan penelitian merupakan pengumpulan bagian atau juga keikutsertaan individu dan masyarakat dengan cara memberikan tenaga, materi dan juga pikiran serta tanggung jawab dari semua keputusan yang sudah ditetapkan sesuai dengan yang telah ditentukan. Jadi

partisipan sendiri merupakan seorang individu atau kelompok yang dilibatkan dalam kegiatan yang akan dilakukan. Partisipan berfungsi sebagai pemberi respon terhadap kegiatan yang dilakukan dan juga sebagai faktor pendukung dalam ketercapaian hasil dalam sebuah kegiatan.

### 3.4 Populasi Penelitian

Populasi penelitian menurut Darmawan (2013, hlm. 137) merupakan asal muasal data yang terdapat dalam sebuah penelitian yang memiliki jumlah banyak serta luas dan populasi juga merupakan sebuah hal yang mendefinisikan siapa subjek yang akan diteliti serta seberapa banyak subjek yang akan diteliti juga. Suatu penelitian memiliki keterbatasan dalam memunculkan sumber informasi maupun subjek penelitian sehingga proses pengambilan sampel yang proporsional dapat menghasilkan sebuah penelitian yang kesimpulannya dapat digeneralisasikan.

Definisi lain menurut Sugiyono (Dalam Nurmalasari, 2014, hlm. 189) populasi merupakan area general yang disusun dari objek serta subjek yang mempunyai sifat spesifik yang nanti akan ditegaskan oleh peneliti. Populasi juga dapat meliputi semua sifat yang mempunyai subjek serta objek dari populasi.

Pada riset ini, peneliti sedang meneliti berkaitan dengan pengaruh literasi kesehatan mental melalui media sosial Instagram terhadap kesehatan mental di kalangan gen-z (studi pada pengikut akun instagram @meaningful.me) dan populasi dari penelitian kali ini adalah para kalangan Gen-Z yang mengikuti akun Instagram @meaningful.me. Dalam akun Instagram @meaningful.me sendiri berdasarkan data yang dihimpun dari *socialblade.com* menunjukkan terdapat 490 ribu pengikut dengan konten yang tersebar sebanyak 891 postingan.

### 3.5 Sampel Penelitian

Pengertian sampling menurut Darmawan (2013, hlm. 138) adalah bahwa sampel adalah subjek dari penelitian yang merupakan individu dipilih menjadi sumber data berdasarkan penyampelan. Sampel yang telah ditetapkan oleh peneliti juga tentu berlandaskan beberapa pertimbangan seperti masalah, hipotesis, metode, tujuan, serta instrumen.

Sampel disebut bagian dari populasi yang memiliki karakteristik yang persis dengan populasi. Soenarto (Dalam Susanti, 2005, hlm. 194) merumuskan bahwa sampel adalah separuh dari populasi yang dipilih dengan dengan cara yang khusus untuk mewakili populasi. Ini dapat dianggap sebagai representasi dari populasi jika memang memenuhi syarat syarat yang telah diberikan sebelumnya karena pada dasarnya, tidak seluruh populasi dapat diajukan sebagai sampel penelitian karena tidak memenuhi ketentuan yang diajukan.

Sampling juga adalah sebuah kegiatan yang dimana pengambilan dari sebagian populasi ini dilakukan penelitian dengan karakteristik khusus sehingga mampu dipertanggungjawabkan agar separuh yang diambil mampu menjadi wakil dari populasinya (Susanti, 2005, hlm. 196). Menurut Supranto (Dalam Susanti, 2005, hlm. 196) menyatakan bahwa kesimpulan dari penelitian sampling sebagai data perkiraan.

### **3.5.1 Syarat Sampel yang baik**

Sampel yang dianggap baik merupakan sebuah sampel yang mampu mewakili hampir semua populasi. Menurut Darmawan (2013, hlm. 140) sampel yang baik adalah harus dapat mengukur sesuatu hal yang dapat diukur. Terdapat dua hal yang dapat menyatakan bahwa sebuah sampel merupakan valid menurut Darmawan (2013, hlm. 140) yaitu Akurasi dan presisi yang dimana akurasi ini berarti bahwa sebuah sampel harus sangat menghindari kekeliruan. Sedangkan untuk presisi berarti bahwa sebuah sampel harus terdapat perbedaan yang sangat sedikit dengan populasi.

### **3.5.2 Ukuran Sampel**

Jumlah sampel yang dijadikan objek dalam penelitian kuantitatif menjadi sebuah hal yang sangat penting. Menurut Darmawan (2013, hlm. 142) peneliti harus mempertimbangkan beberapa hal dalam mengambil sampel yaitu tingkat kesalahan, tingkat keseragaman, rencana, waktu, biaya, dan tenaga yang tersedia.

Menurut Uma Sekaran (Dalam Darmawan, 2013, hlm. 143) ada beberapa pedoman yang mampu digunakan dalam memetakan jumlah sampel yang akan diteliti yaitu ukuran sampel sebaiknya 30 – 500 responden

dan jika sampel dipecah dalam sub sampel maka minimal sub sampel harus 30

Dalam menentukan bagaimana cara mengambil sampel, ada beberapa cara yang dapat digunakan. Disini peneliti akan menggunakan rumus teknik sampling yang digagas oleh Slovin. Slovin (Dalam Darmawan, 2013, hlm. 156) merumuskan rumus teknik sampling yang digunakan dalam penelitian kuantitatif.

$$N = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

**Gambar 3.1 Rumus Slovin**

Rincian:

n = Keseluruhan dari sampel yang akan dirumuskan

N = Populasi secara keseluruhan

e = Margin kesalahan yang dapat diberi toleransi 99.9800039992~

Dari hasil perhitungan rumus diatas, dapat diperoleh hasil sampel penelitian sebagai berikut:

$$n = \frac{500.000}{1 + 500.000(10\%)^2} = 999800039992~$$

Dari hasil hitung rumus Slovin ini, dapat dilihat bahwa sampel penelitian yang diambil adalah sebesar 99.027 yang jika dibulatkan oleh peneliti menjadi 100 responden.

### **3.6 Teknik Pengumpulan Data**

Dalam menghimpun data, tentu saja ada teknik teknik tersendiri yang dapat digunakan. Cara pengumpulan data sampling ini merupakan sebuah teknik yang dipakai untuk memilih bagaimana cara terbaik dalam mengambil data (Supardi, 1993, hlm. 103). Terdapat *probability* serta *non – probability* sampling dalam mencari data.

Teknik *probability sampling* berdasarkan Darmawan (2013, hlm. 144) adalah cara melakukan pemilihan sampling yang dapat memberikan kesempatan yang setara untuk masing - masing elemen yang terdapat dalam populasi. Dapat dikatakan apabila terdapat 100 populasi dan 25 orang akan dijadikan sampel, maka setiap individu dalam populasi dapat menjadi bagian dari 25 sampel yang akan diteliti.

Sementara *Non-probability sampling* menurut Darmawan (2013, hlm. 144) merupakan sebuah teknik dalam memilih sampel yang disebutkan bahwa setiap individu yang menjadi populasi tidak memiliki kesempatan yang setara menjadi sampel penelitian. Jadi jika terdapat 100 populasi dan 25 orang akan dijadikan sampel namun kemudian 25 orang tidak memenuhi spesifikasi yang telah ditentukan, maka tidak dapat dijadikan sampel oleh peneliti.

Dalam riset ini, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* yang terdapat di kategori *non-probability sampling*. Menurut Darmawan (2013, hlm. 152) *purposive sampling* merupakan sebuah cara pemilihan sampel yang pada awalnya sampel yang dicari dan ditunjuk oleh peneliti terpilih berdasarkan pertimbangan dari peneliti sendiri. Sampel nya sendiri diambil sesuai dengan maksud dan tujuan dari peneliti karena peneliti mencermati bahwa sampel itu dapat mewakili serta mempunyai informasi yang cukup untuk penelitiannya.

Dalam penelitian kali ini, peneliti telah membuat batasan yang didasarkan pada subjek penelitian. Peneliti telah membuat kategori untuk sampel adalah sebagai berikut:

1. Berusia 12 – 25 tahun
2. Mengikuti akun Instagram @meaningful.me
3. Berdomisili di Kota Bandung

### **3.7 Definisi Operasional**

Menurut Sugiyono (Dalam Korry, 2017, hlm. 37) definisi operasional merupakan karakteristik dan nilai sebuah objek yang mempunyai beberapa ragam bentuk yang telah ditentukan oleh sang peneliti untuk kemudian dikaji dan akhirnya

variabel tersebut dapat disimpulkan oleh peneliti. Hal ini perlu untuk dilakukan dikarenakan untuk menghindari hal hal yang sekiranya mengganggu dan menyesatkan peneliti dalam menghimpun data. Dalam penelitian kali ini, berikut merupakan definisi operasionalnya:

### 3.7.1 Literasi Kesehatan Mental

Literasi kesehatan mental merupakan sebuah pengetahuan berkenaan dengan kesehatan mental dan juga pengetahuan mengenai gangguan mental yang membantu dalam mengenal, mengelola, dan mencegah.

### 3.7.2 Kesehatan Mental

Kesehatan mental menurut Dewi (2012, hlm. 10) adalah keadaan dimana seseorang dalam kondisi yang sejahtera yang dimana hal itu disadari oleh seorang individu. Individu ini memiliki kemampuan untuk dapat mengelola stress dalam tahap yang wajar sehingga mereka dapat melakukan pekerjaan mereka seperti biasa dan juga mampu berperan di lingkungan sekitarnya.

### 3.7.3 Media Sosial Instagram

Instagram menurut Prihatiningsih (2017, hlm. 52) merupakan sebuah aplikasi daring yang merupakan tempat berbagi foto dan video. Serta Instagram juga mampu untuk menerapkan filter filter menarik yang kemudian dapat diunggah ke layanan berbagi.

**Tabel 3.1 Operasional Variabel**

Variabel	Indikator	Pernyataan	Skala
<b>Variabel Bebas (X): Literasi Kesehatan Mental</b>	Literasi kesehatan mental merupakan sebuah pengetahuan berkaitan dengan kesehatan mental dan juga pengetahuan mengenai gangguan gangguan mental yang membantu pengenalan, manajemen, dan pencegahan.		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya merasa akun @meaningful.me</li> </ul>	

		memberikan pengetahuan mengenai kesehatan mental	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa akun @meaningful.me mendefinisikan kesehatan mental secara jelas</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa akun @meaningful.me menguraikan berbagai hal yang berkaitan dengan informasi kesehatan mental</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa akun @meaningful.me sangat membantu dalam memahami hal yang berkaitan dengan informasi kesehatan mental</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa akun @meaningful.me membantu dalam menganalisis informasi mengenai kesehatan mental</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa akun @meaningful.me membantu mengaplikasikan informasi mengenai kesehatan mental yang telah dipelajari</li> </ul>	
	Pengetahuan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa senang dengan akun @meaningful.me</li> </ul>	

	Sikap	karena memberikan informasi lengkap seputar kesehatan mental	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa senang dengan akun @meaningful.me karena membantu mempertajam literasi kesehatan mental saya</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa senang dengan konten kesehatan mental yang terdapat pada akun @meaningful.me karena memberikan informasi kesehatan mental yang jelas</li> </ul>	
	Keberhasilan Mencari Bantuan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa akun @meaningful.me membantu dalam menemukan bantuan kesehatan mental</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa akun @meaningful.me menyediakan informasi penting mengenai bantuan kesehatan mental</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa akun @meaningful.me mengurangi hambatan dalam mencari bantuan kesehatan mental</li> </ul>	



		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa informasi yang diberikan oleh akun @meaningful.me sangat jelas sehingga memudahkan dalam mencari bantuan</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa informasi bantuan yang diberikan oleh akun @meaningful.me sudah sangat rinci</li> </ul>	
	Akses Informasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa akun @meaningful.me membantu menemukan akses informasi kesehatan mental</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa akun @meaningful.me memberikan akses informasi kesehatan mental secara mendetail</li> </ul>	
	Tingkat Pemahaman Informasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa akun @meaningful.me mampu meningkatkan pemahaman informasi mengenai kesehatan mental</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa akun @meaningful.me memberikan pengetahuan mendalam mengenai kesehatan mental</li> </ul>	
	Efikasi Diri	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa akun @meaningful.me dapat menyelesaikan</li> </ul>	

		permasalahan kesehatan mental yang dimiliki	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa akun @meaningful.me memberikan solusi terkait permasalahan kesehatan mental</li> </ul>	
<b>Variabel Intervening (Z): Media Sosial Instagram</b>	Instagram menurut Prihatiningsih (2017, hlm. 52) merupakan sebuah aplikasi daring yang merupakan tempat berbagi foto dan video. Serta Instagram juga mampu untuk menerapkan filter filter menarik yang kemudian dapat diunggah ke layanan berbagi ini.		
	Mengikuti	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa dengan mengikuti akun @meaningful.me dapat menambah wawasan mengenai kesehatan mental</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa dengan mengikuti @meaningful.me dapat mengubah stigma mengenai kesehatan mental</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa dengan mengikuti @meaningful.me memberikan kepekaan lebih mengenai kesehatan mental</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa dengan mengikuti @meaningful.me membuat selalu berusaha menjaga kesehatan mental</li> </ul>	

	Membagikan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya selalu membagikan postingan dari akun @meaningful.me</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya selalu membagikan postingan @meaningful. me kepada orang terdekat secara personal</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa dengan membagikan postingan @meaningful.me dapat membantu orang terdekat untuk mengetahui mengenai akun tersebut</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa dengan membagikan postingan @meaningful.me dapat memberikan edukasi secara tidak langsung mengenai kesehatan mental</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya selalu menyukai postingan dari akun @meaningful.me</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya menyukai postingan yang dibuat oleh akun @meaningful.me karena menambah wawasan kesehatan mental</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya menyukai konten yang dibuat oleh akun</li> </ul>	

	Menyukai	@meaningful.me karena mudah dipahami	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya menyukai informasi yang diberikan oleh akun @meaningful.me karena sangat komprehensif</li> </ul>	
	Komentar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya selalu memberikan komentar pada akun @meaningful.me</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya memberikan komentar terhadap konten yang diberikan oleh akun @meaningful.me karena konten yang disajikan menarik</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya memberikan komentar terhadap informasi yang diberikan oleh akun @meaningful.me karena informasi yang diberikan komprehensif</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya memberikan komentar terhadap akun @meaningful.me karena konten yang dibuat komprehensif</li> </ul>	
	Kesehatan mental menurut Dewi (2012, hlm. 10) adalah keadaan dimana seseorang dalam kondisi yang sejahtera yang dimana hal itu disadari oleh seorang individu. Individu ini memiliki kemampuan untuk dapat		

<b>Variabel Terikat (Y): Kesehatan Mental</b>	mengelola stress dalam tahap yang wajar sehingga mereka dapat melakukan pekerjaan mereka seperti biasa dan juga mampu berperan di lingkungan sekitarnya.	
	Fisik	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Setelah melakukan literasi kesehatan mental melalui akun instagram @meaningful.me saya mampu melakukan kegiatan sehari – hari</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Setelah melakukan literasi kesehatan mental melalui akun Instagram @meaningful.me membantu saya secara jasmani untuk menjalani aktivitas</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Setelah melakukan literasi kesehatan mental melalui akun Instagram @meaningful.me membuat saya mampu bergaul dengan teman sebaya</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Setelah melakukan literasi kesehatan mental melalui akun Instagram @meaningful.me membuat saya mampu menghormati diri sendiri maupun orang lain</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Setelah melakukan literasi kesehatan mental melalui</li> </ul>		

		akun Instagram @meaningful.me membuat saya mampu mengendalikan emosi saya	
	Psikis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Setelah melakukan literasi kesehatan mental melalui akun Instagram @meaningful.me membuat saya terhindar dari gangguan psikologis</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Setelah melakukan literasi kesehatan mental melalui akun Instagram @meaningful.me membuat saya menjadi lebih terbuka terhadap orang lain</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Setelah melakukan literasi kesehatan mental melalui akun Instagram @meaningful.me saya mampu berpikir secara realistis</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Setelah melakukan literasi kesehatan mental melalui akun Instagram @meaningful.me saya lebih mampu untuk bersimpati terhadap lingkungan sekitar</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Setelah melakukan literasi kesehatan mental melalui</li> </ul>	

	Sosial	akun Instagram @meaningful.me saya menjadi memiliki rasa empati terhadap lingkungan sekitar	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Setelah melakukan literasi kesehatan mental melalui akun Instagram @meaningful.me membuat saya mampu menjalani interaksi sehat dengan lingkungan sekitar</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Setelah melakukan literasi kesehatan mental melalui akun Instagram @meaningful.me saya mampu menghargai orang lain</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Setelah melakukan literasi kesehatan mental melalui akun Instagram @meaningful.me saya secara konsisten bertindak sesuai apa yang terjadi</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Setelah melakukan literasi kesehatan mental melalui akun Instagram @meaningful.me saya mampu bertanggung jawab dengan hal yang diperbuat</li> </ul>	

	Moral	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Setelah melakukan literasi kesehatan mental melalui akun Instagram @meaningful.me saya mampu untuk berperilaku baik dalam kehidupan bermasyarakat</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Setelah melakukan literasi kesehatan mental melalui akun Instagram @meaningful.me saya merasa mampu mengikuti peraturan yang telah dibuat di masyarakat</li> </ul>	

### 3.8 Instrumen Penelitian

Sugiyono (2014 hlm. 133) memaparkan terkait instrumen penelitian yang dimana hal tersebut merupakan sebuah instrumen yang akan dipakai pada sebuah penelitian yang berfungsi untuk menguji variabel yang bakal diteliti. Instrumen penelitian ini sendiri mampu untuk memudahkan seorang peneliti dalam melakukan pengumpulan data sehingga data yang diperoleh mampu untuk diolah secara cepat dan tepat. Dalam kuesioner kali ini peneliti menggunakan studi korelasi dan juga melakukan penyebaran kuesioner dalam penelitiannya. Selain itu, disini peneliti juga menentukan skala pengukuran yang akan digunakan

#### 3.8.1 Studi Korelasi

Menurut Ibrahim, dkk (2018, hlm. 77) Studi korelasi merupakan sebuah teknik yang terdapat dalam analisis data yang digunakan dalam mencari sebuah hubungan yang terdapat dari dua variabel atau lebih dalam sebuah penelitian kuantitatif. Dua atau lebih variabel akan dikatakan berkorelasi jika perubahan yang



terdapat dalam suatu variabel diikuti dengan adanya perubahan dari variabel lain baik positif maupun negatif.

### 3.8.2 Kuesioner

Menurut Ibrahim, dkk (2018, hlm. 112) kuesioner adalah cara mengumpulkan data yang dilakukan dengan membuat dan menyuguhkan berbagai pertanyaan kepada objek penelitian yang kemudian akan dijawab oleh objek penelitian. Berdasarkan hal ini, peneliti mampu untuk mengukur persepsi seseorang tentang sesuatu.

### 3.8.3 Skala Pengukuran

Pengukuran yang dipakai dalam riset kali ini ialah pengukuran menggunakan skala ordinal. Menurut Yuliarmi & Marhaeni (2019, hlm. 7) mengungkapkan suatu pernyataan yang lebih besar daripada atau kurang daripada atau juga dapat menyatakan suatu kesamaan. Disini, peneliti memakai skala *likert* sebagai instrumen penelitian. Skala *Likert* (dalam Suwandi, dkk. 2018, hlm. 4) merupakan skala psikometri yang digunakan dalam sebuah kuesioner untuk mendapatkan sebuah preferensi responden dari sebuah pernyataan yang dilontarkan. Sedangkan menurut Sugiyono (Dalam Saktiani, 2016, hlm. 39) skala *Likert* berfungsi untuk mengukur persepsi, pendapat, serta juga sikap individu tentang paradigma dan gejala sosial.

**Tabel 3.2 Skor angket**

<b>Skor Angket</b>	<b>Keterangan</b>
<b>1</b>	<b>Sangat Tidak Setuju</b>
<b>2</b>	<b>Tidak Setuju</b>
<b>3</b>	<b>Netral</b>
<b>4</b>	<b>Setuju</b>
<b>5</b>	<b>Sangat Setuju</b>

### 3.9 Uji Validitas Instrumen

Uji validitas instrument menurut Golafshani (Dalam Budiastuti & Bandur, 2018, hlm. 146) adalah bahwa validitas dari sebuah penelitian itu erat kaitannya dengan bagaimana peneliti mengukur apa yang sudah seharusnya untuk diukur. Validitas dari penelitian kuantitatif juga berawal dari pemikiran empiris yang sangat menekankan kepada objektivitas, deduksi, kebenaran, bukti, fakta, nalar, dan data numerik.

Dalam penelitian kuantitatif, biasanya alat pengukuran yang sangat umum digunakan adalah tes dan juga kuesioner. Alat kuesioner yang dibuat oleh peneliti harus disusun sebaik mungkin karena nantinya akan dijadikan instrumen yang digunakan untuk mendapatkan, mendeskripsikan, dan juga membandingkan topik – topik dan variabel penelitian (Budiastuti & Bandur, 2018, hlm. 146).

Uji validitas instrumen juga dibagi menjadi tiga yaitu *Criterion Validity*, *Content Validity*, dan *Construct Validity*. Ketiga uji validitas ini menurut Huck (Dalam Budiastuti & Bandur, 2018, hlm 146) adalah jenis uji validitas yang sering didiskusikan oleh para ahli statistik. Yang pertama adalah *Criterion Validity* yang dimana jenis pertama ini mengukur apakah alat pengukuran yang telah dibuat sudah tepat dengan instrumen pengukuran lain yang dianggap telah menjadi model dalam ilmu tertentu.

Yang kedua adalah *Content Validity* yang dimana hal ini berkaitan dengan apakah butir pernyataan yang telah disusun dalam angket sudah mencakup materi materi yang hendak diukur oleh peneliti. Dan yang ketiga merupakan *Construct Validity* yang dimana validitas ini berkaitan dengan apakah instrumen penelitian telah disusun berdasarkan kerangka teoretis yang tepat dan juga relevan.

Berikut pengujian validitas Pengaruh Literasi Kesehatan Mental Melalui Media Sosial Media Instagram Terhadap Kesehatan Mental di Kalangan Gen – Z di Kota Bandung seperti yang pada tabel berikut:

**Tabel 3.3 Hasil Pengujian Uji Validitas Instrumen X**

Variabel	Item	<i>Corrected – Item Correlation</i>	rTabel (N = 35)	Keterangan
----------	------	-------------------------------------	-----------------	------------

			<b>dk = 35 - 2 = 33</b>	
X = Literasi Kesehatan mental	1	0,812	0,388	Valid
	2	0,792	0,388	Valid
	3	0,785	0,388	Valid
	4	0,737	0,388	Valid
	5	0,643	0,388	Valid
	6	0,762	0,388	Valid
	7	0,621	0,388	Valid
	8	0,730	0,388	Valid
	9	0,695	0,388	Valid
	10	0,663	0,388	Valid
	11	0,763	0,388	Valid
	12	0,745	0,388	Valid
	13	0,552	0,388	Valid
	14	0,762	0,388	Valid
	15	0,758	0,388	Valid
	16	0,690	0,388	Valid
	17	0,658	0,388	Valid
	18	0,673	0,388	Valid
	19	0,805	0,388	Valid
	20	0,732	0,388	Valid
	21	0,687	0,388	Valid

Tabel 3.4 Hasil Pengujian Uji Validitas Instrumen Variabel Z

Variabel	Item	<i>Corrected – Item Correlation</i>	rTabel (N = 35) dk = 35 – 2 = 33	Keterangan
Z = Media Sosial Instagram	1	0,574	0,388	Valid
	2	0,463	0,388	Valid
	3	0,530	0,388	Valid
	4	0,582	0,388	Valid
	5	0,758	0,388	Valid
	6	0,800	0,388	Valid
	7	0,513	0,388	Valid
	8	0,452	0,388	Valid
	9	0,564	0,388	Valid
	10	0,690	0,388	Valid
	11	0,454	0,388	Valid
	12	0,591	0,388	Valid
	13	0,726	0,388	Valid
	14	0,768	0,388	Valid
	15	0,735	0,388	Valid
	16	0,804	0,388	Valid

Tabel 3.5 Hasil Pengujian Uji Validitas Instrumen Variabel Y

Variabel	Item	<i>Corrected – Item Correlation</i>	rTabel (N = 35) dk = 35 – 2 = 33	Keterangan
	1	0,583	0,388	Valid

Y = Kesehatan mental	2	0,628	0,388	Valid
	3	0,803	0,388	Valid
	4	0,736	0,388	Valid
	5	0,661	0,388	Valid
	6	0,622	0,388	Valid
	7	0,354	0,388	Valid
	8	0,589	0,388	Valid
	9	0,791	0,388	Valid
	10	0,752	0,388	Valid
	11	0,700	0,388	Valid
	12	0,736	0,388	Valid
	13	0,718	0,388	Valid
	14	0,855	0,388	Valid
	15	0,726	0,388	Valid
	16	0,765	0,388	Valid

Angka yang digunakan pada setiap instrumen merupakan angka total pada variabel X, Y, dan juga Z yaitu kolom *pearson – correlation*. Dari hasil uji variabel, dapat dikatakan bahwa seluruh pernyataan pada variabel X, Y, dan Z adalah valid dikarenakan nilai dari r hitung diatas dari r tabel. Perhitungan uji validitas yang dilakukan dibantu oleh aplikasi SPSS versi 26.0. Dari hasil perhitungan ini juga dapat diambil kesimpulan bahwa 51 total butir pernyataan adalah valid.

### 3.10 Uji Reliabilitas

Reliabilitas menurut Walizer (dalam QMC Binus, 2014) merupakan sebuah keajegan pengukuran. Sedangkan menurut Sugiharto dan Sitinjak (dalam QMC

Binus, 2014) reliabilitas merupakan sebuah pembuktian bahwa instrument penelitian yang digunakan oleh peneliti mampu dan dapat dijadikan sebagai cara untuk mengumpulkan data serta untuk mendapatkan informasi yang sebenarnya di lapangan.

Ukuran apakah sebuah data dapat disebut sebagai reliabel apabila pada saat pengujian berkorelasi sampai kepada angka 0,7. Jika hasil pengukuran lebih tinggi daripada 0,7 maka data dianggap reliabel. Apabila data yang ditampilkan berkorelasi kurang daripada 0,7 maka data tersebut dianggap tidak reliabel.

Tinggi rendahnya sebuah reliabilitas dapat diukur dengan dengan sebuah nilai yang disebut sebagai koefisien reliabilitas. Semakin pengujian reliabilitas mencapai angka 1, semakin tinggi dan memuaskan reliabilitas sebuah instrumen. Rumus yang digunakan dalam menentukan reliabilitas instrument adalah dengan menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Rumus *Alpha Cronbach* adalah sebagai berikut

$$r^{11} = \left(\frac{n}{n-1}\right) \left(1 - \frac{\sum \alpha_t^2}{\alpha^2}\right)$$

**Gambar 3.2 Rumus Uji Reliabilitas**

Keterangan:

$r^{11}$  = Tingkat reliabilitas

$n$  = banyaknya pernyataan

$\sum \alpha_t^2$  = varians skor masing masing butir

$\alpha^2$  = Total varians

Berikut pengujian reliabilitas Pengaruh Literasi Kesehatan Mental Melalui Media Sosial Media Instagram Terhadap Kesehatan Mental di Kalangan Gen – Z di Kota Bandung seperti yang dapat dilihat seperti berikut:

**Tabel 3.6 Hasil Pengujian Uji Reliabilitas Instrumen Variabel X**

#### **Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,952	,953	21

Dari pengujian melalui SPSS, dapat diketahui bahwa reliabilitas pada instrument variabel X memiliki nilai *Cronbach Alpha* sebesar 0,952. Apabila nilai dari *Cronbach Alpha* > 0,6 maka data tersebut dapat dinyatakan reliabel. Dikarenakan pada variabel X ini nilai *Cronbach Alpha* nya lebih dari 0,6, maka data dinyatakan reliabel.

**Tabel 3.7 Hasil Pengujian Uji Reliabilitas Instrumen Z**

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,900	,898	16

Dari pengujian melalui SPSS, dapat diketahui bahwa reliabilitas pada instrument variabel Z memiliki nilai *Cronbach Alpha* sebesar 0,900. Apabila nilai dari *Cronbach Alpha* > 0,6 maka data tersebut dapat dinyatakan reliabel. Dikarenakan pada variabel Z ini nilai *Cronbach Alpha* nya lebih dari 0,6, maka data disebut reliabel.

**Tabel 3.8 Hasil Pengujian Uji Reliabilitas Instrumen Variabel Y**

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,925	,926	16

Dari pengujian melalui SPSS, dapat diketahui bahwa reliabilitas pada instrument variabel Y memiliki nilai *Cronbach Alpha* sebesar 0,925. Jika nilai dari

*Cronbach Alpha* > 0,6 maka data tersebut dapat dinyatakan reliabel. Dikarenakan pada variabel Y ini nilai *Cronbach Alpha* nya lebih dari 0,6, jadi data tersebut dinyatakan reliabel.

Dapat disimpulkan dari hasil pengujian diatas bahwa setiap butir pernyataan yang ada pada penelitian ini reliabel karena dapat dibuktikan dengan hasil pengujian SPSS yang menyebutkan bahwa semua butir pernyataan pada setiap variabel adalah reliabel.

### 3.11 Teknik Analisis Data

Pada penelitian ini, teknik analisis data yang digunakan oleh peneliti adalah metode analisis deskriptif. Penelitian deskriptif menurut Darmawan (2013, hlm. 49) bertujuan untuk mendeskripsikan suatu objek atau kegiatan yang menjadi perhatian peneliti. Penelitian berbasis kuantitatif deskriptif lebih terstruktur daripada penelitian eksploratif karena sampel yang diperlukan sangat representatif.

Menurut Kusnendi (2017, hlm.6) menjelaskan bahwa ada beberapa tahapan yang diperlukan yaitu menentukan kriteria kategorisasi, menghitung nilai statistik deskriptif, dan mendeskripsikan variabel. Kriteria kategorisasi yang disebutkan adalah sebagai berikut:

$X > (\mu + 1,0\sigma)$  : Tinggi

$(\mu - 1,0\sigma) \leq X \leq (\mu + 1,0\sigma)$  : Sedang

$X < (\mu - 1,0\sigma)$  : Rendah

Penjelasan:

$X$  = Skor Empiris

$\mu$  = rata rata teoritis = (skor min + skor maks)/2

$\sigma$  = simpangan baku teoretis = (skor maks – skor min)/6

### 3.12 Uji Asumsi Klasik

Uji asumsi klasik menurut Wahyuni (2021, hlm. 86) merupakan sebuah persyaratan statistik yang harus digunakan dan dilakukan pada analisis regresi linier berganda. Menurut Ghozali (Dalam Wahyuni, 2021, hlm. 86) untuk menentukan



ketepatan model perlu dilakukan pengujian terhadap beberapa asumsi klasik yaitu uji normalitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas

### 3.12.1 Uji Normalitas

Uji Normalitas menurut Siregar (Dalam Pratama dan Permatasari, 2021, hlm. 43) adalah sebuah uji yang berfungsi untuk mengetahui apakah dalam sebuah model regresi terdapat variabel pengganggu yang memiliki distribusi yang normal atau tidak. Dalam beberapa penelitian yang dilakukan oleh peneliti, cara melakukan uji normalitas ini adalah dengan menggunakan rumus Kolmogorov – Smirnov yang nantinya akan didapatkan kesimpulan seperti ini:

- A. Jika nilai signifikansi  $> 0.05$ , maka data dianggap berdistribusi secara normal
- B. Jika nilai signifikansi  $< 0.05$ , maka data dianggap tidak berdistribusi secara normal

### 3.12.2 Uji Multikolinearitas

Uji Multikolinearitas menurut Indri & Putra (2022, hlm. 7) adalah untuk menguji model regresi apakah ditemukan adanya korelasi antara variabel independen. Model regresi yang baik adalah apabila tidak terdapat korelasi antara variabel independen. Dalam menentukan besaran multikolinearitas adalah menggunakan VIF atau *Variance Inflation Factor*. VIF digunakan sebagai kriteria untuk mendeteksi multikolinearitas yang melibatkan lebih dari dua variabel bebas.

### 3.12.3 Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas menurut Indri & Putra (2022, hlm. 7) merupakan sebuah uji asumsi klasik yang berfungsi untuk menguji apakah dalam regresi terjadi ketidaksamaan *variance* dan *residual* dari satu pengamatan kepada pengamatan yang lain. Sebuah data dikatakan bebas dari *heteros* jika signifikansi  $> 0,05$ . Apabila signifikansi nya  $\leq 0,05$  maka data tersebut mengandung masalah *heteroskedastisitas*.

Untuk mengetahui apakah ada atau tidak nya lakukan dengan uji *Glesjer* yang merupakan uji yang berfungsi untuk meregresikan nilai absolut residual terhadap variabel independen yang apabila variabel independen signifikan dan

memiliki tingkat kepercayaan mencapai 5%, maka diindikasikan ada *heteroskedastisitas*.

#### **3.12.4 Uji Autokorelasi**

Uji autokorelasi merupakan sebuah uji yang memiliki tujuan untuk menguji apakah dalam sebuah regresi linear terdapat hubungan residual pada  $t$  dan juga  $t - 1$ . Jika terdapat hubungan maka disebut sebagai permasalahan autokorelasi. Autokorelasi dapat muncul akibat dari observasi yang berdampingan sepanjang waktu yang saling berhubungan satu sama lain (Janie, dalam Nugroho, 2014, hlm. 187)

#### **3.13 Uji Koefisien Korelasi**

Menurut Mujianto & Nurhadi (2022, hlm. 41) memaparkan bahwa uji koefisien korelasi merupakan sebuah uji dimana hal ini untuk menentukan seberapa kuat hubungan yang ada dalam dua variabel atau lebih.

#### **3.14 Uji Koefisien Determinasi**

Uji Koefisien Determinasi menurut Ghozali (Chairunnisa, dkk. 2020, hlm. 7) merupakan sebuah uji dimana hal ini dilakukan untuk melihat seberapa jauh model menjelaskan mengenai variabel dependen. Jika koefisien determinasi mencapai 1 atau mendekati 1, maka hubungan variabel independen dan dependen saling berhubungan.

#### **3.15 Uji Hipotesis Parsial (Uji-T)**

Menurut Santoso dan Slamet (Dalam Lestari dkk., 2019, hlm. 44) Uji Hipotesis Parsial atau uji T merupakan sebuah ujicoba yang digunakan untuk mengetahui serta menguji tingkat signifikansi dari variabel independen secara sebagian atau parsial terhadap variabel dependen. Pengujian dari Uji T ini sendiri mempunyai kriteria khusus sebagai berikut:

- A. Apabila besarnya sebuah probabilitas signifikansi lebih kecil dari 0,05 maka  $H_a$  diterima.
- B. Apabila besarnya sebuah probabilitas signifikansi lebih besar dari 0,05 maka  $H_a$  ditolak

Masih menurut Santoso dan Slamet (Dalam Lestari dkk., 2019, hlm. 44) pengujian uji T dapat dilakukan dengan rumus sebagai berikut:

$$t = r \frac{\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

**Gambar 3.3 Rumus uji-t**

### 3.16 Uji Hipotesis Simultan (Uji – F)

Menurut Santoso dan Slamet (Dalam Lestari dkk., 2019, hlm. 44) Uji F merupakan sebuah ujicoba yang digunakan untuk mendapatkan serta menguji tingkat signifikansi dari pengaruh variabel independen secara berbarengan dengan variabel dependen. Dalam Uji F ini sendiri terdapat kriteria penilaian sebagai berikut:

- A. Apabila besarnya sebuah probabilitas signifikansi lebih kecil dari 0.05 maka  $H_a$  diterima
- B. Apabila besarnya sebuah probabilitas signifikansi lebih kecil dari 0.05 maka  $H_a$  diterima

Masih menurut Santoso dan Slamet (Dalam Lestari dkk., 2019, hlm. 44) pengujian uji T dapat dilakukan dengan rumus sebagai berikut:

$$F = \frac{R^2/k}{(1-R^2)/(n-k-1)}$$

**Gambar 3.4 Rumus uji F**