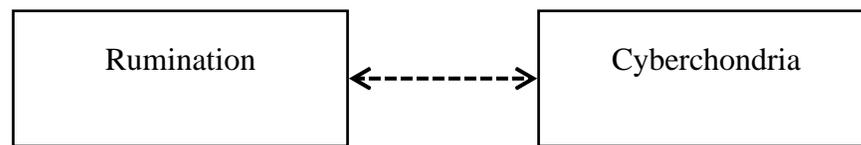


### BAB III METODE PENELITIAN

#### A. Desain Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan metode penelitian kuantitatif. Penelitian yang dilakukan dengan pendekatan kuantitatif menekankan pada analisis data-data angka yang diolah dengan metode statistika. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian korelasi. Analisis korelasi merupakan metode yang bertujuan untuk melihat ada tidaknya hubungan antara variabel *ruminatio*n dan variabel *cyberchondria*.



**Gambar 3. 1 Desain Penelitian**

#### B. Populasi dan Sampel Penelitian

##### 1. Populasi

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa yang merantau, yaitu mahasiswa yang meninggalkan kota asalnya dan tinggal sementara waktu selama kurang lebih 4 tahun untuk menyelesaikan pendidikannya di Perguruan Tinggi Kota Bandung, berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, dan memiliki kecenderungan untuk memiliki pola pikir *ruminatio*n.

##### 2.Sampel

Sampel penelitian ini diambil menggunakan teknik insidental. Penentuan sampel ini dilakukan berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel jika memenuhi kriteria sampel yang ditentukan oleh peneliti (Sugiyono, 2016). Teknik ini digunakan karena jumlah populasi tidak diketahui secara pasti.

Rumus yang digunakan untuk menentukan sampel yang akan digunakan adalah perbandingan item x rasio berdasarkan penelitian Osborne & Costello (2019). Perbandingan yang digunakan adalah 1:10. Perhitungannya sebagai berikut:

$$(\text{Total Item Rumination} + \text{Total Item Cyberchondria}) \times 10$$

$$(20 + 12) \times 10 = 320$$

Dengan demikian, jumlah responden minimum yang dibutuhkan untuk pengujian instrumen yang digunakan sebanyak 320 responden.

### C. Variabel

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel *Rumination* dan variabel *Cyberchondria*.

### D. Definisi Operasional

#### 1. Definisi Operasional *Rumination*

*Rumination* merupakan pola pikir yang ditandai dengan adanya pemikiran berulang (*repetitive thought*), pemikiran kontrafaktual, pemikiran yang berfokus pada masalah, dan pemikiran antisipasi. Individu yang melakukan *rumination* cenderung akan terpaku untuk memikirkan suatu masalah secara berulang, mengandai-andai masa lalu yang lebih baik, menghabiskan waktu lebih lama untuk menyelesaikan masalah, dan mengkhawatirkan masa depan.

#### 2. Definisi Operasional *Cyberchondria*

*Cyberchondria* merupakan gangguan yang ditandai oleh pencarian informasi kesehatan secara berlebihan (*excessive*), mengganggu kehidupan sehari-hari (kompulsif), memunculkan reaksi emosional negatif (*distress*), dan selalu membutuhkan jaminan dari orang lain, termasuk ahli medis profesional (*reassurance*).

## E. Instrumen Penelitian

### 1. *Rumination*

#### a. Identitas Instrumen

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel *rumination* adalah *Ruminative Thought Style Questionnaire* (RTSQ) yang disusun oleh Brinker dan Dozois (2009). RTSQ merupakan instrumen alat ukur 20 item dengan menggunakan skala 1 (Tidak sama sekali) hingga 7 (Sangat Sesuai). RTSQ memiliki hasil reliabilitas yang sangat baik ( $\alpha = 0.934$ ).

#### b. Kisi-Kisi Instrumen *Rumination*

**Tabel 3. 1**  
**Kisi-kisi *Rumination***

<b>Dimensi</b>	<b>Deskripsi</b>	<b>Item</b>	<b>Jumlah</b>
<i>Repetitive Thought</i>	Pemikiran berulang ( <i>repetitive thought</i> ) mendeskripsikan kecenderungan memiliki pemikiran yang intrusif, berulang, dan otomatis terlepas dari orientasi waktu.	1-4	4
<i>Counterfactual Thinking</i>	Pemikiran kontrafaktual ( <i>counterfactual thinking</i> ) merupakan pemikiran yang memfokuskan pada pengandaian masa lalu yang lebih baik	5-8	4
<i>Problem Focused Thought</i>	Pemikiran yang berfokus pada masalah ( <i>problem focused thought</i> ) menggambarkan pendekatan yang tidak produktif dalam memecahkan masalah, dicirikan dengan lamanya waktu yang dihabiskan dan penalaran yang tidak jelas.	9-14	6

<i>Anticipatory Thought</i>	Pemikiran antisipatif ( <i>anticipatory thought</i> ) merupakan kecenderungan memiliki pemikiran intrusif, berulang, dan otomatis yang berorientasi masa depan	15-20	6
-----------------------------	--	-------	---

c. Penyekoran

Instrumen terdiri dari item-item *favorable*. Untuk setiap item pernyataan, jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi skor 1, Tidak Sesuai (TS) diberi skor 2, Cukup Tidak Sesuai (CTS) diberi skor 3, Netral (N) diberi skor 4, Cukup Sesuai (CS) diberi skor 5, Sesuai (S) diberikan skor 6, dan Sangat Sesuai (SS) diberikan skor 7. Secara ringkas penyekoran instrumen *ruminatio*n dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 3. 2**  
**Penyekoran Instrumen *Rumination***

Item	STS	TS	CTS	N	CS	S	SS
Favorable	1	2	3	4	5	6	7

d. Kategorisasi Skor

Kategorisasi skor pada instrumen *ruminatio*n ini menggunakan rumus tiga kategori (Ihsan,2020), dengan rincian sebagai berikut:

**Tabel 3. 3**  
**Rumus Perhitungan Jarak Interval**

	<b>Kategori</b>
$x < \text{Mean} - 1.SD$	Rendah
$\text{Mean} - 1.SD \leq X < \text{Mean} + 1.SD$	Sedang
$\text{Mean} + 1 SD \geq X$	Tinggi

e. Interpretasi Kategori

1) Kategori Rendah

Kategori rendah menjelaskan responden sedikit merasakan konsekuensi negatif dari pemikiran yang intrusif, berulang, dan otomatis. Seperti memikirkan suatu masalah secara terus-menerus hingga berjam-jam, mengandaikan dapat mengubah atau memiliki masa lalu yang lebih baik, memikirkan masalah tanpa menghasilkan solusi, dan membayangkan skenario terburuk di masa depan.

2) Kategori Sedang

Kategori sedang menjelaskan responden cukup merasakan konsekuensi negatif dari pemikiran yang intrusif, berulang, dan otomatis. Seperti memikirkan suatu masalah secara terus-menerus hingga berjam-jam, mengandaikan dapat mengubah atau memiliki masa lalu yang lebih baik, memikirkan masalah tanpa menghasilkan solusi, dan membayangkan skenario terburuk di masa depan.

3) Kategori Tinggi

Kategori rendah menjelaskan responden sangat merasakan konsekuensi negatif dari pemikiran yang intrusif, berulang, dan otomatis. Seperti memikirkan suatu masalah secara terus-menerus hingga berjam-jam, mengandaikan dapat mengubah atau memiliki masa lalu yang lebih baik, memikirkan masalah tanpa menghasilkan solusi, dan membayangkan skenario terburuk di masa depan.

2. *Cyberchondria*

a. Identitas Instrumen

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel *cyberchondria* adalah *Cyberchondria Severity Scale Short form* (CSS-12) yang disusun oleh McElroy, dkk. (2019), yaitu alat ukur 12 item yang menggunakan skala 1-5. Instrumen ini memiliki reliabilitas yang sangat baik ( $\alpha = 0.92$ ).

b. Kisi-Kisi Instrumen *Cyberchondria*

**Tabel 3. 4**  
**Kisi-Kisi *Cyberchondria***

<b>Dimensi</b>	<b>Deskripsi</b>	<b>Item</b>	<b>Jumlah</b>
<i>Excessiveness</i>	Peningkatan/pengulangan pencarian	1,3,6	3
<i>Distress</i>	Kecemasan/ kesulitan akibat pencarian	4,8,9	3
<i>Reassurance</i>	Pencarian mendorong individu untuk mencari saran ahli medis	5,11,12	3
<i>Compulsion</i>	Pencarian online mengganggu salah satu aspek dalam kehidupan <i>on/offline</i> .	2,7,10	3

c. Penyekoran

Instrumen terdiri dari item-item *favorable*. Untuk setiap item pernyataan, jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi skor 1, Tidak Sesuai (TS) diberi skor 2, Netral (N) diberi skor 3, Sesuai (S) diberi skor 4, dan Sangat Sesuai (SS) diberi skor 5. Secara ringkas penyekoran instrumen *cyberchondria* dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 3. 5**  
**Penyekoran Instrumen *Cyberchondria***

Item	STS	TS	N	S	SS
Favorable	1	2	3	4	5

d. Kategorisasi Skor

Kategori skor pada instrumen *cyberchondria* ini menggunakan rumus tiga kategori (Ihsan, 2020), dengan rincian sebagai berikut:

**Tabel 3. 6**  
**Rumus Perhitungan Jarak Interval**

	<b>Kategori</b>
$x < \text{Mean} - 1.SD$	Rendah
$\text{Mean} - 1.SD \leq X < \text{Mean} + 1.SD$	Sedang
$\text{Mean} + 1 SD \geq X$	Tinggi

e. Interpretasi Kategori

A. Kategori Rendah

Kategori rendah menjelaskan responden sedikit merasakan konsekuensi negatif dari pencarian informasi kesehatan *online*, seperti adanya peningkatan frekuensi pencarian informasi kesehatan *online*, peningkatan *distress* akibat pencarian informasi kesehatan *online*, pencarian informasi kesehatan tersebut mengganggu kehidupan sehari-hari, dan membutuhkan konfirmasi atau jaminan secara terus-menerus, bahwa individu tidak mengalami penyakit yang serius.

B. Kategori Sedang

Kategori sedang menjelaskan responden cukup merasakan konsekuensi negatif dari pencarian informasi kesehatan *online*, seperti adanya peningkatan frekuensi pencarian informasi kesehatan *online*, peningkatan *distress* akibat pencarian informasi kesehatan *online*, pencarian informasi kesehatan tersebut mengganggu kehidupan sehari-hari, dan membutuhkan konfirmasi atau jaminan secara terus-menerus, bahwa individu tidak mengalami penyakit yang serius.

### C. Kategori Tinggi

Kategori tinggi menjelaskan responden sangat merasakan konsekuensi negatif dari pencarian informasi kesehatan *online*, seperti adanya peningkatan frekuensi pencarian informasi kesehatan *online*, peningkatan *distress* akibat pencarian informasi kesehatan *online*, pencarian informasi kesehatan tersebut mengganggu kehidupan sehari-hari, dan membutuhkan konfirmasi atau jaminan secara terus-menerus, bahwa individu tidak mengalami penyakit yang serius.

### F. Prosedur Pengumpulan Data

Prosedur pengumpulan data ini menggunakan kuesioner yang disebarakan secara langsung menggunakan kuesioner cetak maupun secara *online* melalui *google form*. Kuesioner ini terdiri dari beberapa bagian, yaitu pengantar dan tujuan penelitian, kriteria responden, *informed consent* yaitu persetujuan menjadi responden penelitian, identitas responden, serta instrumen yang menjadi variabel dalam penelitian ini yaitu *ruminatio*n dan *cyberchondria* yang telah dilengkapi dengan instruksi pengerjaan.

### G. Teknik Analisis Data

Analisa data dalam penelitian kuantitatif merupakan kegiatan yang dilakukan setelah data dari seluruh responden terkumpul. Teknik analisa data untuk penelitian kuantitatif menggunakan statistik dengan bantuan SPSS Ver. 25. Data analisis yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif dan teknik analisis inferensial.

#### 1. Analisis Statistik Deskriptif

Teknik analisis deskriptif merupakan jenis analisis yang digunakan untuk mengumpulkan, mengolah, dan menganalisis data masing-masing variabel secara tunggal, untuk memperoleh data distribusi frekuensi, rata-rata dan deviasi, sehingga dapat disajikan dalam tampilan yang lebih baik (Ghozali, 201).

Data analisis statistik deskriptif tersebut akan digunakan untuk mengetahui frekuensi dari setiap kategori skor untuk variabel *ruminatio*n dan variabel *cyberchondria*, sehingga dapat diperoleh informasi tingkat *ruminatio*n dan *cyberchondria* pada mahasiswa rantau yang berkuliah di Kota Bandung.

## 2. Analisis Statistik Inferensial

Analisis statistik inferensial adalah metode yang digunakan untuk membuat kesimpulan tentang populasi berdasarkan sampel. Teknik yang digunakan adalah uji korelasi.

Uji Korelasi Rank Spearman digunakan untuk menguji ada tidaknya hubungan yang signifikan antara dua variabel, yaitu variabel *ruminatio*n dan variabel *cyberchondria*. Pengujian hipotesis dilakukan pada tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$ .