

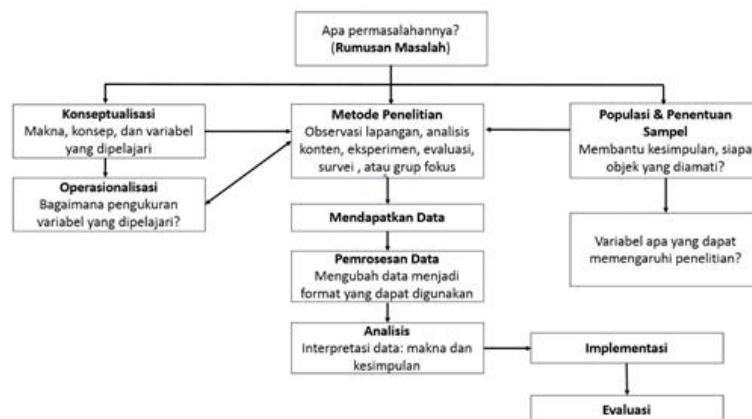
BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Pelaksanaan penelitian membutuhkan dasar penelitian termasuk di antaranya desain penelitian. Desain penelitian sendiri merupakan sebuah kerangka yang dibutuhkan untuk melaksanakan penelitian (Nurdin dan Hartati, 2019, hlm. 27). Desain penelitian yang digunakan oleh peneliti menerapkan metode kuantitatif. Pendekatan kuantitatif merujuk pada perilaku manusia yang dapat diprediksi dengan mempertimbangkan aspek yang dapat diukur dan objektif, sehingga menghasilkan suatu produk (Nurdin dan Hartati, 2019). Dalam hal ini, peneliti telah mencermati faktor keluasan data sehingga produk penelitian terhitung mewakili seluruh populasi.

Penelitian ini dilaksanakan dengan tipe penelitian kuantitatif eksplanatif. Pada tipe penelitian ini, Bungin (2017, hlm. 94) menggambarkan adanya penggunaan hipotesis. Hipotesis berupa jawaban sementara atas permasalahan dalam penelitian (Kriyantono, 2014, hlm. 83). Prosedur penelitian yang dilakukan peneliti diterangkan dalam bagan alur penelitian oleh Kriyantono (2014, hlm. 77).



Gambar 3.1 Bagan Alur Penelitian

Sumber: Kriyantono, 2014, hlm. 77

Fannisa Yurianti, 2025

**PENGARUH TERPAAN KONTEN KESEHATAN MENTAL TERHADAP SIKAP Mencari
BANTUAN PSIKOLOGIS PROFESIONAL PADA KALANGAN REMAJA**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

3.2 Partisipan Penelitian

Partisipan dalam penelitian ini adalah *followers* (pengikut) akun Instagram Kesehatan Mental “Z” berusia 16-24 tahun. Adapun pemilihan partisipan ini didasarkan pada relevansi dengan objek penelitian. Kalangan usia yang dipilih juga mempertimbangkan hasil penelitian dari Kaligis, dkk., (2021) bahwa rentang tersebut merupakan usia remaja yang rentan mengalami masalah kesehatan mental. Di samping itu, peneliti memandang bahwa para pengikut akun Instagram Z sekurang-kurangnya memiliki ketertarikan pada informasi kesehatan mental dan konsultasi psikologi, serta telah terpapar konten kesehatan mental dan pencarian bantuan psikologis profesional.

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian

3.3.1 Populasi Penelitian

Populasi dimaknai oleh Nurdin dan Hartati (2019) sebagai benda alam maupun makhluk hidup yang memiliki ciri-ciri yang sama pada apa yang sedang diteliti. Definisi tersebut menjelaskan bahwa peneliti harus memilih populasi yang memiliki karakteristik yang sama sesuai dengan objek penelitian. Sehingga populasi dalam penelitian ini ditentukan sebagai seluruh pengikut akun Instagram Kesehatan Mental “Z”.

Selain itu, seperti yang dijelaskan oleh Nurdin dan Hartati (2019) bahwa populasi memiliki jenis yang beragam. Mengutip dari Instagram kesehatan mental “Z”, *followers* akun ini mencapai 378.266 pengikut per November 2022. Dikarenakan peneliti menemukan batas kuantitatif terkait data tersebut, maka populasi penelitian ini termasuk populasi terbatas. Jenis populasi ini memiliki data tertentu sehingga dapat ditetapkan batas-batasnya secara kuantitatif (Nurdin dan Hartati, 2019, hlm. 93).

3.3.2 Sampel Penelitian

Nurdin dan Hartati (2019) memberikan penjelasan terkait sampel sebagai bagian kecil dari populasi berdasarkan prosedur yang telah dirumuskan. Sampel yang dipilih ini harus bersifat representatif atau dapat mewakili seluruh anggota populasi. Lebih lanjut dari Nurdin dan Hartati, apabila jumlah populasi terlalu luas,

maka peneliti boleh mengambil sampel saja namun tetap mempunyai ciri-ciri yang sama (homogen). Penelitian ini mengadaptasi pengambilan sampel secara *simple random sampling*. Kriyantono (2014, hlm. 152) menggambarkan bahwa teknik pengambilan sampel ini mengizinkan setiap anggota populasi untuk mempunyai peluang yang sama menjadi sampel. Dengan demikian, peneliti memperhatikan kriteria sebagai berikut dalam pelaksanaan penelitian:

1. Laki-laki/Perempuan berusia 16-24 tahun
2. Pengguna aktif media sosial Instagram
3. Pernah melihat/membaca/menonton unggahan konten kesehatan mental pada akun Instagram “Z”

Rumus yang digunakan untuk menentukan besaran sampel merujuk pada formula Slovin dalam Musdalifa, dkk. (2021, hlm. 44) sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel

N = Jumlah populasi

e = *Margin error* (toleransi kesalahan tidak teliti 10%)

Mengutip data populasi subjek penelitian sebelumnya, maka peneliti menetapkan jumlah sampel yang akan diambil adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{378.266}{1 + 378.266 (0,1)^2} = 99,9$$

Oleh karena itu, mengacu pada perhitungan rumus diatas, peneliti membutuhkan 99,9 yang dibulatkan menjadi 100 responden dalam penelitian ini.

3.4 Instrumen Penelitian

3.4.1 Kuesioner

Kuesioner merupakan kumpulan pertanyaan yang harus dijawab oleh responden untuk mendapatkan informasi lengkap atas permasalahan dalam penelitian (Kriyantono, 2014, hlm. 95). Kuesioner yang digunakan dalam penelitian

ini adalah kuesioner dengan pertanyaan tertutup. Kuesioner tertutup dimaknai oleh Nugroho (2018, hlm. 59) sebagai serangkaian pertanyaan dengan jawaban yang dapat diprediksi untuk kemudian dipilih responden. Peneliti menggunakan kuesioner sebagai alat penelitian karena teknik ini dapat membantu peneliti mengumpulkan data primer secara efisien. Hal tersebut memperhitungkan jumlah responden yang besar ketika teknik seperti wawancara diaplikasikan.

3.4.2 Studi Kepustakaan

Semua jenis penelitian tentu membutuhkan studi pustaka. Pada penelitian ini, studi kepustakaan berfungsi sebagai langkah untuk mempersiapkan kerangka penelitian sebagaimana yang disampaikan Zed (2004, hlm. 1). Studi ini melewati proses literasi pada segala sumber teks (dokumen, buku, artikel atau jurnal), data angka, dan bentuk informasi lainnya yang “siap pakai” sebagai sumber rujukan sekunder bagi peneliti (Zed, 2004).

3.4.3 Skala Pengukuran

Peneliti mengambil keputusan untuk menggunakan skala interval dalam kuesioner yang digunakan demi ketercapaian tujuan penelitian. Mengutip Nugroho (2018, hlm. 81) bahwa skala interval akan membangun besaran masing-masing item dengan pemeringkatan menggunakan skala numerik yang memiliki jarak setiap angka, dan mempunyai angka nol yang mutlak. Dalam penghitungan bobot pernyataan penelitian akan dilakukan melalui Skala Likert. Dilanjutkan Retnawati (2016, hlm. 158), skala Likert yang akan dilakukan menyuguhkan pernyataan disertai jawaban yang dapat dipilih. Skala ini biasanya digunakan untuk mengukur sikap, persepsi, atau pendapat (Nurdin dan Hartati, 2019, hlm. 159). Alternatif jawaban dipilih meliputi sangat setuju, setuju, netral, tidak setuju, dan sangat tidak setuju (Likert dalam Budiaji, 2013, hlm. 128). Selain itu, skala Likert mencakup dua bentuk pernyataan, yakni pernyataan positif dan pernyataan negatif (Pranatawijaya dkk., 2019, hlm. 129) Bobot pengukuran dijelaskan pada Tabel 3.1.

Tabel 3.1 Kriteria Bobot Nilai Pernyataan

Pilihan Jawaban	Bobot Nilai Pernyataan Positif	Bobot Nilai Pernyataan Negatif
Sangat Setuju	5	1
Setuju	4	2
Netral	3	3
Tidak Setuju	2	4
Sangat Tidak Setuju	1	5

Sumber: Adaptasi penjelasan Likert dalam Budiaji, 2013, hlm. 128 dan
Pranatawijaya dkk., 2019, hlm. 129

Tabel tersebut menjelaskan bahwa jawaban setiap item nantinya akan mempunyai nilai sangat positif sampai sangat negatif (Sugiyono, 2015, hlm. 135).

3.5 Operasionalisasi Variabel

Variabel yang dipilih sebagai fokus penelitian adalah terpaan konten informasi kesehatan mental pada akun Instagram Kesehatan Mental “Z” sebagai variabel independen. Sedangkan sikap mencari bantuan psikologis profesional menempati posisi variabel dependen. Keseluruhan variabel dipaparkan pada tabel operasionalisasi variabel dalam Tabel 3.2.

Tabel 3.2 Operasionalisasi Variabel

Variabel Penelitian	Dimensi	Indikator	Pertanyaan	Skala
Variabel bebas (X):	Definisi: Terpaan media diukur oleh frekuensi, durasi, dan atensi. Frekuensi, meliputi berapa kali seseorang menggunakan dan			

Terpaan Konten Kesehatan Mental di Instagram	melihat isi pesan media. Durasi, meliputi waktu yang dihabiskan untuk melihat isi pesan media. Atensi, yakni perhatian yang diberikan seseorang saat tengah mengonsumsi isi pesan media (Rakhmat, 2004, hlm. 66; Kevin & Sari, 2018; Syahril & Meliala, 2019)			
	Frekuensi (X_1)	Berapa kali mengonsumsi media	1. Saya sering melihat unggahan akun “Z” di Beranda (<i>Timeline</i>) Instagram.	Likert
			2. Saya sering melihat/membaca/menonton unggahan akun “Z” di Beranda Instagram.	
			3. Saya sering membuka Instagram Stories akun “Z”.	
	Durasi (X_2)	Lamanya waktu mengonsumsi konten	4. Saya melihat unggahan akun “Z” di Timeline dari awal sampai akhir.	
			5. Saya melihat Instagram Stories akun “Z” dari awal sampai akhir.	
	Atensi (X_3)	Besarnya perhatian yang diberikan selama mengonsumsi media	6. Saya tertarik terhadap isi konten-konten akun Instagram “Z”.	
			7. Saya memberikan perhatian penuh (fokus) ketika melihat/membaca/menonton	

			n konten akun Instagram “Z”.	
			8. Saya mengikuti setiap unggahan terbaru akun Instagram “Z”.	
			9. Saya merasa senang saat mengonsumsi konten-konten akun Instagram “Z”.	
			10. Saya merasa nyaman saat melihat/ membaca/ menonton konten akun Instagram “Z”.	
			11. Saya memahami isi dan makna pesan dari konten-konten akun Instagram “Z”.	
Variabel terikat (Y): Sikap dalam Mencari Bantuan Psikologis Profesional	Definisi: Sikap mencari bantuan psikologis adalah sikap (penilaian, respon, pendapat) seseorang mengenai “tindakan mencari bantuan” atas masalah psikologis, yang akan mempengaruhinya untuk mencari atau menolak bantuan psikologis (Fischer & Turner, 1970, hlm. 79). Sikap mencari bantuan psikologis terdiri dari dua model faktor yakni keterbukaan mencari pengobatan untuk masalah emosional, serta nilai dan kebutuhan dalam mencari pengobatan (Elhai, dkk., 2008). Dalam kuesioner di lapangan, urutan pertanyaan akan diacak untuk menghindari bias tendensi jawaban positif maupun negatif secara terus-menerus.			
	Keterbukaan mencari	Sejauh mana seseorang	12. Jika merasa mengalami masalah kesehatan mental,	Likert

	pengobatan untuk masalah emosional	terbuka mengenai masalah psikologisnya dan kemungkinan mencari bantuan psikologis (Corey, dkk., 2004)	hal pertama yang saya pikirkan adalah mendapatkan bantuan profesional.	
			13. Jika saya mengalami krisis mental yang serius, saya yakin bantuan profesional akan bermanfaat.	
			14. Saya ingin mendapatkan bantuan profesional jika saya cemas atau kesal dalam jangka waktu yang lama.	
			15. Saya mungkin ingin melakukan konseling psikologi di masa depan.	
			16. Seseorang dengan masalah psikologis tidak mungkin menyelesaikannya sendiri; lebih mungkin untuk menyelesaikannya dengan bantuan profesional.	
	Nilai dan kebutuhan dalam mencari	Persepsi-persepsi seseorang mengenai nilai-nilai	17. Membicarakan masalah dengan psikolog adalah cara yang buruk untuk menyelesaikan masalah kesehatan mental.	

	pengobatan	bantuan psikologis (Elhai, dkk., 2008)	18. Saya mengagumi orang-orang yang bersedia mengatasi masalah kesehatan mental mereka tanpa mencari bantuan profesional.	
			19. Mengingat waktu dan uang yang dikeluarkan saat memperoleh bantuan profesional, saya tidak yakin itu akan bermanfaat bagi saya.	
			20. Orang-orang harus mengatasi masalah kesehatan mental mereka sendiri, oleh karena itu, mendapatkan bantuan profesional dapat menjadi pilihan terakhir mereka.	
			21. Masalah kesehatan mental, seperti kebanyakan hal dalam hidup, cenderung selesai dengan sendirinya.	

3.6 Pengujian Instrumen Penelitian

3.6.1 Uji Validitas

Uji validitas berarti menguji apakah instrumen yang telah dibuat dapat dipakai untuk mengukur apa yang mestinya diukur (Sugiyono, 2015, hlm. 173). Pengolahan uji validitas ini menggunakan metode korelasi *product moment Pearson Correlation* dimana peneliti membuat hubungan antara nilai *r product*

moment pada setiap pernyataan dengan jumlah skor setiap pernyataan pada setiap jawaban responden. Setelah itu, hasil akan dikorelasikan dengan *r* tabel dalam ilmu statistik (Susanto, 2017, hlm. 83). Sebelum instrumen disebarkan secara menyeluruh kepada 100 responden, pengolahan uji validitas dan reliabilitas menargetkan 30 orang responden. Peneliti kemudian mengolah data hasil uji menggunakan perangkat lunak IBM SPSS versi 24. Uji validitas menguji dua variabel, yakni: terpaan konten kesehatan mental di Instagram (sebagai variabel X), dan sikap mencari bantuan psikologis profesional (sebagai variabel Y). Instrumen yang diujikan memuat 22 item dengan hasil yang disajikan pada tabel 3.3.

Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas

Variabel	No soal	Corrected Item Correlation	r tabel (n=30)	Keterangan
Terpaan Konten Kesehatan Mental di Instagram (X)	1	0,600	0,3061	Valid
	2	0,632	0,3061	Valid
	3	0,840	0,3061	Valid
	4	0,867	0,3061	Valid
	5	0,798	0,3061	Valid
	6	0,728	0,3061	Valid
	7	0,649	0,3061	Valid
	8	0,713	0,3061	Valid
	9	0,835	0,3061	Valid
	10	0,685	0,3061	Valid
	11	0,556	0,3061	Valid
	12	0,801	0,3061	Valid

Sikap Mencari Bantuan Psikologis Profesional (Y)	13	0,406	0,3061	Valid
	14	0,554	0,3061	Valid
	15	0,409	0,3061	Valid
	16	0,568	0,3061	Valid
	17	0,433	0,3061	Valid
	18	0,506	0,3061	Valid
	19	0,216	0,3061	Tidak Valid
	20	0,510	0,3061	Valid
	21	0,741	0,3061	Valid
	22	0,532	0,3061	Valid

Sumber: Lampiran 4 – Olahan Peneliti, 2022

Derajat kebebasan (dk) yang digunakan dalam penelitian ini adalah 28 ($dk=n-2$; $dk = 30-2$; $dk = 28$), mengingat instrumen dibagikan kepada 30 responden. Nilai r_{tabel} yang digunakan adalah 0,3061 dan dijadikan patokan pada tabel 3.3. Nilai r_{hitung} haruslah lebih besar dari nilai r_{tabel} , demikian cara yang dilakukan untuk menghitung item pertanyaan sebagai alat ukur penelitian.

Berdasarkan tabel 3.3, pengujian validitas instrumen pada variabel X (terpaan konten kesehatan mental di Instagram) dan variabel Y (sikap mencari bantuan psikologis profesional) menyatakan bahwa 21 item pernyataan valid, sedangkan 1 item tidak valid (Item “Seseorang dengan masalah psikologis tidak mungkin menyelesaikannya sendiri; lebih mungkin untuk menyelesaikannya dengan bantuan profesional”). Sehingga item valid dalam instrumen dianggap layak dan dapat dijadikan alat ukur penelitian. Sedangkan item tidak valid akan dihapuskan dari kuesioner. Untuk selanjutnya, item-item penelitian diuji melalui uji reliabilitas.

3.6.2 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas berarti menguji apakah instrumen yang digunakan konsisten, yakni jika dipakai berulang kali untuk subjek yang sama, maka akan menghasilkan data yang sama (Sugiyono, 2015, hlm. 173). Uji reliabilitas ini menggunakan teknik *Alpha Cronbach*. Menurut Cahyani, dkk. (2016, hlm. 27), teknik ini memiliki enam klasifikasi berdasarkan tingkat keandalannya sebagai berikut:

1. Nilai Alpha $< 0,50$ artinya reliabilitas rendah
2. Nilai Alpha $0,50-0,70$ artinya reliabilitas moderat
3. Nilai Alpha $0,70-0,90$ artinya reliabilitas tinggi
4. Nilai Alpha $> 0,90$ artinya reliabilitas sempurna.

Uji reliabilitas dilaksanakan menggunakan perangkat lunak IBM SPSS versi 24 dengan hasil yang ditunjukkan pada tabel 3.4.

Tabel 3.4 Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Alpha Cronbach Score	Critical r	Hasil
Terpaan Konten Kesehatan Mental di Instagram (X)	0,916	$> 0,90$	Reliabilitas sempurna
Sikap Mencari Bantuan Psikologis Profesional (Y)	0,654	0,50-0,70	Reliabilitas moderat

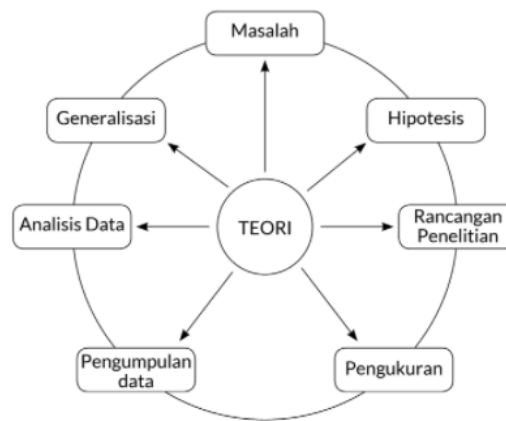
Sumber: Lampiran 4 – Olahan Peneliti, 2022

Dikarenakan kedua variabel memiliki reliabilitas moderat dan sempurna, maka instrumen dianggap reliabel dan dapat diaplikasikan di lapangan.

3.7 Prosedur Penelitian

Langkah-langkah yang perlu dikerjakan dalam penelitian disebut sebagai prosedur penelitian. Langkah-langkah yang dilalui adalah mengidentifikasi masalah, menentukan hipotesis, membuat rancangan penelitian, melakukan pengukuran, mengumpulkan data, menganalisis data, serta membuat kesimpulan penelitian atau generalisasi. Seluruh langkah perlu mengacu pada teori yang telah

ditentukan dalam penelitian. Tahapan penelitian kuantitatif dikemas oleh Nachmias dan Nachmias (dalam Yusuf, 2016, hlm. 38) sebagai berikut.



Gambar 3.2 Prosedur Penelitian Kuantitatif

Sumber: Nachmias dan Nachmias dalam Yusuf, 2016, hlm. 38

Adapun secara spesifik, berikut merupakan tahap-tahap yang dilalui peneliti sebagai prosedur penelitian:

1. Menentukan satu potensi masalah yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari seputar bidang ilmu komunikasi untuk diteliti
2. Melakukan studi awal terkait masalah dengan penelitian terdahulu menyangkut data nyata yang terdapat di lapangan
3. Menciptakan rumusan masalah agar memiliki tujuan yang jelas dan spesifik
4. Membuat proposal penelitian secara lengkap seperti latar belakang masalah, pertanyaan penelitian, hipotesis, kajian pustaka, sampai metode penelitian yang digunakan
5. Melakukan uji coba instrumen penelitian untuk menguji validitas dan reliabilitasnya
6. Menyebarkan kuesioner yang sudah valid dan reliabel kepada responden dalam upaya mengumpulkan data utama penelitian
7. Mengolah dan menganalisis data kuesioner, kemudian dikaitkan dengan teori yang digunakan dalam penelitian

8. Menyimpulkan serta memberikan implikasi dan rekomendasi dari hasil penelitian

3.8 Teknik Analisis Data

Setelah memperoleh data penelitian, selanjutnya data akan melalui analisis menggunakan metode sebagai berikut.

3.8.1 Analisis Data Deskriptif

Analisis data deskriptif bertujuan untuk menguraikan kondisi sebuah fenomena ataupun objek yang telah menjadi atensi bagi peneliti (Darmawan, 2013, hlm. 49). Peneliti menggunakan analisis data deksriptif demi menjawab pertanyaan penelitian yang tertera pada rumusan masalah mengenai pengaruh konten kesehatan mental terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologis pada kalangan remaja. Selanjutnya, peneliti harus melalui beberapa langkah dalam menganalisis data, yakni memutuskan kriteria kategorisasi, menaksir nilai statistik deksriptif, dan menguraikan variabel (Kusnendi, 2017, hlm. 6).

3.8.1.1 Kriteria Kategorisasi

Untuk menghitung dan menetapkan kriteria kategorisasi, Kusnendi (2019) memaparkan formula untuk tiga kelompok sebagai berikut.

$$\begin{aligned} X > (\mu + 1,0\sigma) & : \text{Tinggi} \\ (\mu - 1,0\sigma) \leq X \leq (\mu + 1,0\sigma) & : \text{Sedang} \\ X < (\mu - 1,0\sigma) & : \text{Rendah} \end{aligned}$$

Keterangan :

X = Skor Empiris

μ = Rata-rata Teoritis = (skor min+skor maks)/2

σ = Simpangan Baku Teoritis = (skor maks - skor min)/6

3.8.1.2 Distribusi Frekuensi

Dalam distribusi frekuensi, peneliti akan mengubah data variabel menjadi data ordinal dengan pengelompokan sebagai berikut.

Tabel 3.5 Pengelompokan Variabel Distribusi Frekuensi

Kategori	Nilai
Tinggi	3
Sedang	2
Rendah	1

Sumber: Kusnendi, 2017, hlm. 6

Kalkulasi presentase responden akan dihasilkan melalui formula sebagai berikut.

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = presentase frekuensi (%)

f = frekuensi

N = jumlah sampel penelitian

3.9 Uji Asumsi Klasik

3.9.1 Uji Normalitas

Mengutip dari Saleh, dkk. (2019, hlm. 103), uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah distribusi sampel normal atau tidak. Sugiyono (dalam Saleh, dkk., 2019, hlm. 103) mengungkapkan bahwa uji normalitas menggunakan Chi Kuadrat (χ^2) dengan melihat perbandingan antara kurva normal yang berasal dari data yang ada dengan kurva standar baku. Peneliti menggunakan perangkat lunak SPSS untuk membantu melakukan kalkulasi dalam pengujian ini. Penelitian menggunakan uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* dengan tolak ukur sebagai berikut (Pramono, dkk., 2021, hlm. 215).

1. Jika nilai probabilitas (nilai Sig) < 0,05 maka persebaran data tidak normal.
2. Jika nilai probabilitas (nilai Sig) > 0,05 maka persebaran data normal.

3.9.2 Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas bertujuan untuk mengetahui seberapa kuat korelasi antar variabel independen. Tidak adanya korelasi antar variabel ini membuktikan model regresi yang baik dalam sebuah penelitian. Pengujian ini dapat diketahui dari nilai Varian Inflation Factor (VIF). Jika $VIF < 10$ atau nilai *tolerance* $> 0,10$, peneliti menyatakan bahwa tidak terjadinya multikolinieritas (Mutia & Marwiyah, 2016, hlm. 32).

3.9.3 Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas merupakan uji untuk mengetahui perbedaan varian pada model regresi dari satu observasi terhadap observasi lain. Model regresi bersifat baik apabila tidak mengandung perbedaan antar varian (Gujarati & Zain dalam Hanifah, dkk., 2018, hlm. 107). Penelitian ini menggunakan uji *rank Spearman* dengan melihat nilai signifikansi untuk mengetahui ada tidaknya heteroskedastisitas dalam pengaruh antara konten kesehatan mental terhadap sikap mencari bantuan psikologis profesional. Apabila uji *rank Spearman* menghasilkan nilai signifikan *constant* $> 0,5$ maka dapat dinyatakan tidak adanya gejala heteroskedastisitas (Yusuf & Daris, 2019, hlm. 76).

3.10 Uji Hipotesis

3.10.1 Uji Korelasi

Peneliti melakukan uji korelasi guna menemukan seberapa besar hubungan antar dua variabel atau lebih. Dikarenakan peneliti akan mengolah data interval dari jawaban instrumen penelitian, maka korelasi yang bekerja adalah *Pearson Product Moment*. Formula dalam mengukur nilai korelasi ini adalah sebagai berikut (Sukestiyarno, 2014, hlm. 148-149).

$$r_{xy} = \frac{n\sum x_i y_i - \sum x_i \sum y_i}{\sqrt{\{n\sum x_i^2 - (\sum x_i)^2\}\{n\sum y_i^2 - (\sum y_i)^2\}}}$$

Keterangan :

r = nilai korelasi Pearson

x_i, y_i = data penelitian ke- i

n = banyaknya data penelitian.

Adapun untuk menyimpulkan hasil uji korelasi, pengelompokan koefisien korelasi di bawah ini menjadi tolak ukur dalam penelitian.

Tabel 3.6 Kategori Koefisien Korelasi

Interval	Kriteria
0,800 – 1,000	Sangat tinggi
0,600 – 0,800	Tinggi
0,400 – 0,600	Cukup
0,200 – 0,400	Rendah
0,000 – 0,200	Sangat rendah

Sumber: Hidayat dalam Duli, 2019, hlm. 104

3.10.2 Uji Regresi Linear Berganda (ARM)

Uji regresi linier berganda pada penelitian ini berfungsi untuk mengetahui pengaruh linier antara beberapa variabel independen yang telah ditentukan terhadap satu variabel dependen. Formula yang dapat digunakan dalam uji ini adalah sebagai berikut (Suyono, 2018, hlm. 99).

$$Y = \beta_0 + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \beta_3 X_3 + e$$

Keterangan :

Y = Sikap mencari bantuan psikologis profesional

β_0 = Konstanta regresi

β_1 = Konstanta regresi X_1

X_1 = Frekuensi

X_2 = Durasi

X_3 = Atensi

e = *random error*

3.10.3 Uji Simultan (Uji-F)

Untuk mengetahui kebenaran hipotesis secara keseluruhan, peneliti harus melaksanakan uji-F (Tarigan, 2021, hlm. 97). Lebih lanjut, penelitian melakukan uji simultan untuk membuktikan apakah seluruh variabel independen secara

serentak memiliki pengaruh terhadap variabel dependen. Cara menentukannya adalah dengan melakukan komparasi antara F_{hitung} dengan F_{tabel} pada derajat kesalahan 5% ($\alpha = 0,05$). Jika nilai F_{hitung} lebih besar atau sama dengan F_{tabel} , maka hipotesis pertama dapat diterima. Sebab, hal tersebut menandakan bahwa semua variabel independen memiliki dampak yang kuat secara bersama-sama kepada variabel dependen (Tri & Prawoto, 2016, hlm. 87).

3.10.4 Uji Parsial (Uji-T)

Setelah melakukan uji simultan, peneliti butuh melaksanakan uji parsial untuk membuktikan apakah masing-masing variabel independen memiliki pengaruh terhadap variabel dependen. Cara menentukannya adalah dengan melakukan komparasi antara nilai t_{hitung} tiap variabel independen terhadap nilai t_{tabel} pada derajat kesalahan 5% ($\alpha = 0,05$). Jika nilai t_{hitung} lebih besar atau sama dengan t_{tabel} , hal tersebut menandakan bahwa masing-masing variabel independen memiliki dampak yang kuat kepada variabel dependen (Tri & Prawoto, 2016, hlm. 88).

3.10.5 Uji Koefisien Determinasi R^2 dan Adjusted R^2

Sugiono (dalam Ismail, 2018, hlm. 344) mengungkapkan bahwa koefisien determinasi merupakan kuadrat dari koefisien korelasi (R). Menurut Priyono (2021, hlm. 28) bahwa penelitian kuantitatif menggunakan uji koefisien determinasi sebagai tolak ukur mengenai seberapa besar peran serta yang dihasilkan variabel independen dalam mempengaruhi variabel dependen. Koefisien determinasi bernilai di antara nol dan satu. Lebih lanjut, terdapat kategori ukuran efek yang dihasilkan berdasarkan rentang R^2 sebagai berikut.

Tabel 3.7 Pengelompokan Pengaruh berdasarkan Jangkauan R^2

Jangkauan R^2	Besaran Pengaruh
$0.01 < R^2 < 0.09$	Pengaruh kecil
$0.09 < R^2 < 0.25$	Pengaruh sedang
$R^2 > 0.25$	Pengaruh besar

Sumber: Garvetter (2004) dalam Susanti, dkk., 2019, hlm. 55