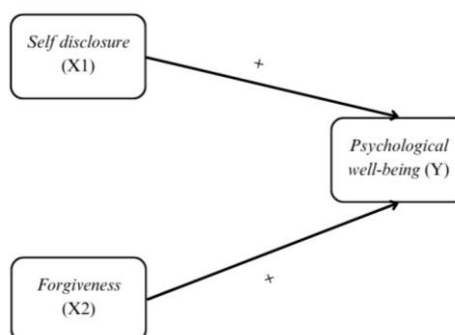


BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini mendayagunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional satu arah. Metode kuantitatif digunakan untuk menguji pengaruh *self disclosure* (X1) dan *forgiveness* (X2) terhadap *psychological well-being* (Y).



Gambar 3.1 Desain Penelitian

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi Penelitian

Individu yang menjadi populasi penelitian ini adalah dari kelompok usia remaja yang pernah menjadi korban *cyberbullying*. Populasi dipilih berdasarkan kriteria yang telah ditentukan peneliti sebagai berikut:

- a. Remaja berusia 11 s.d. 18 tahun
- b. Pernah menjadi korban *cyberbullying*

Peneliti menggunakan golongan tersebut sebagai sampel dalam penelitian karena menurut laporan dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, kelompok usia yang frekuensinya paling banyak menggunakan internet adalah usia 13 hingga 18 tahun (Sanjaya, 2022). Kelompok usia tersebut merupakan kelompok usia remaja, yaitu individu yang berusia 11-18 tahun (Santrock, 2007). Selain itu, pada masa remaja, individu rentan terhadap *cyberbullying* (Malihah, 2018).

2. Sampel Penelitian

Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dengan pendekatan nonprobabilitas. Teknik ini dipilih karena partisipan ditentukan berdasarkan kriteria tertentu yang ditetapkan peneliti agar sesuai dengan tujuan penelitian dan mampu merepresentasikan populasi secara tepat. Penentuan jumlah sampel mengacu pada tabel Isaac dan Michael dengan tingkat kesalahan 5%, yang menetapkan kebutuhan minimal sebanyak 349 responden (Sugiyono, 2024). Pemilihan metode ini didasarkan pada pertimbangan bahwa jumlah populasi secara keseluruhan tidak diketahui.

C. Variabel Penelitian, Definisi Konseptual, dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Pada penelitian ini terdapat 3 variabel, yaitu *self disclosure* (X1) dan *forgiveness* (X2) sebagai variabel independen serta *psychological well-being* (Y) sebagai variabel dependen.

2. Definisi Konseptual dan Definisi Operasional

a) *Self disclosure*

1) Definisi Konseptual

Self disclosure adalah suatu wujud kontak tiap individu berbagi informasi tentang diri mereka sendiri yang biasanya dirahasiakan (DeVito, 2011).

2) Definisi Operasional

Dalam studi ini, *self disclosure* didefinisikan secara operasional sebagai tingkat pengungkapan informasi pribadi tentang diri mereka oleh remaja korban *cyberbullying* termasuk pikiran, perasaan, dan perilaku mereka. Pengukuran pengungkapan diri didasarkan pada beberapa dimensi: kuantitas (jumlah informasi yang dibagikan), tujuan (maksud di balik pembagian), positif atau negatifnya informasi, kejujuran, dan kedalaman (tingkat keintiman atau detail dalam pengungkapan).

b) *Forgiveness*

1) Definisi Konseptual

Definisi *forgiveness* menurut Snyder & Thompson (dalam Lopez & Snyder, 2003) adalah tindakan membingkai sedemikian rupa pelanggaran yang dialami, sehingga hubungan seseorang terhadap pelanggaran-pelanggaran dan gejala sisanya dapat berubah dari sifat yang negatif ke sifat netral atau positif.

2) Definisi Operasional

Forgiveness merupakan tinggi rendahnya skor yang diperoleh responden dalam mengubah pandangan terhadap peristiwa *cyberbullying* yang diterima dari pelaku menjadi bersifat netral atau positif. Hal tersebut mencakup dimensi *forgiveness*, yaitu berkurangnya keinginan untuk menghindari pelaku (*avoidance motivations*), melakukan balas dendam (*revenge motivations*), dan memiliki keinginan untuk berbuat baik kepada pelaku (*benevolence motivations*).

c) *Psychological well-being*

1) Definisi Konseptual

Konsep *psychological well-being* pertama kali dikemukakan oleh Ryff (1989) sebagai suatu kerangka untuk menggambarkan kualitas kesehatan psikologis individu dengan berlandaskan pada indikator fungsi psikologis yang adaptif dan positif.

2) Definisi Operasional

Psychological well-being mengacu pada tingkat kesehatan psikologis yang dilaporkan oleh responden berdasarkan fungsi psikologis yang adaptif dan positif dengan dicirikan oleh ciri-ciri seperti penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan,

rasa tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi, khususnya pada remaja korban *cyberbullying*.

D. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan kuesioner, yaitu metode pengumpulan respons dengan mengajukan serangkaian pertanyaan atau pernyataan kepada partisipan (Sugiyono, 2014). Kuesioner didistribusikan secara daring melalui media sosial oleh peneliti kepada partisipan yang memenuhi kriteria penelitian. Penelitian daring ini memungkinkan jangkauan yang lebih luas kepada beragam partisipan.

E. Instrumen Penelitian

1. *Self Disclosure*

a) Identitas Instrumen

Variabel *self-disclosure* dalam penelitian ini diukur menggunakan Revised Self-Disclosure Scale (RSDS) yang dikembangkan oleh Wheelless (1976). Instrumen ini disusun berdasarkan lima dimensi utama pengungkapan diri. Pada penelitian ini, digunakan adaptasi skala RSDS yang sebelumnya telah diterapkan oleh Salsabila (2021), dengan nilai reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,83. Instrumen tersebut terdiri dari 31 butir pernyataan yang mengukur lima aspek, yaitu kesadaran, frekuensi dan durasi pengungkapan, kedalaman informasi yang dibagikan, valensi positif maupun negatif dari informasi, serta aspek kejujuran. Rincian kisi-kisi instrumen RSDS disajikan sebagai berikut:

Tabel 3.1 Kisi-kisi Instrumen *Self Disclosure*

Dimensi	Nomor Item		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
<i>Kesadaran</i>	1, 2, 3, 4	-	4
Frekuensi dan durasi	7, 9, 10	5, 6, 8, 11	7
Hal positif atau negatif	12, 15, 18	13, 14, 16, 17	7
Kedalaman	19, 20, 21, 22, 23	-	5
Kejujuran	26, 27, 29, 30	24, 25, 28, 31	8
Jumlah	19	12	31

b) Penyebaran

Penyebaran atas jawaban responden dilakukan terhadap 4 alternatif jawaban, yaitu Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Netral (N), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS). Skor pada item *favorable* adalah SS= 5, S= 4, N= 3, TS= 2, dan STS= 1. Sedangkan skor pada item *unfavorable* adalah SS= 1, S= 2, N= 3, TS= 4, dan STS= 5.

Tabel 3.2 Penyebaran Instrumen *Self Disclosure*

Jenis Item	Jawaban				
	STS	TS	N	S	SS
<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5
<i>Unfavorable</i>	5	4	3	2	1

c) Kategorisasi Skor

Kategorisasi skor instrumen *self disclosure* dibagi menjadi tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi (Azwar, 2012). Dalam penelitian ini, *Mean* bernilai 109.716 dan *Standar Deviation* bernilai 16.544.

Tabel 3.3 Kategorisasi Skor *Self Disclosure*

Kategorisasi	Kriteria/ Norma
Rendah	$X < M-1SD$
Sedang	$M-1SD \leq X < M+1SD$
Tinggi	$X > M+1SD$

2. *Forgiveness*

a) Identitas Instrumen

Variabel *forgiveness* diukur menggunakan alat ukur *Transgression-Related Interpersonal Motivations Inventory-18* yang dikembangkan oleh McCullough, et al. (2006). Alat ukur pada penelitian ini menggunakan alat ukur yang sudah diadaptasi oleh Katim, Prana G. Y. I. (2019). Skala ini terdiri dari dua dimensi dengan total keseluruhan item berjumlah 12 item dengan reliabilitas sebesar 0.917 atau Sangat Bagus (Guilford, 1956). Berikut kisi-kisi instrumen *forgiveness*:

Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrumen *Forgiveness*

Dimensi	Nomor Item		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
<i>Avoidance Motivation</i>	-	2, 4, 5, 7, 8, 10, 12	7
<i>Revenge Motivation</i>	-	1, 3, 6, 9, 11	5
Jumlah	0	12	12

b) Penyebaran

Penyebaran atas jawaban responden dilakukan terhadap 4 rentang jawaban, yaitu Sangat Setuju, Setuju, Netral, Tidak Setuju, dan Sangat Tidak Setuju. Skor pada item *favorable* adalah SS= 5, S= 4, N= 3, TS= 2, dan STS= 1. Sedangkan skor pada item *unfavorable* adalah SS= 1, S= 2, N= 3, TS= 4, dan STS= 5.

Tabel 3.5 Penyebaran Instrumen *Forgiveness*

Jenis Item	Jawaban				
	STS	TS	N	S	SS
<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5
<i>Unfavorable</i>	5	4	3	2	1

c) Kategorisasi Skor

Kategorisasi skor instrumen *Self Disclosure* dibagi menjadi tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi (Azwar, 2012).).

Dalam penelitian ini, *Mean* bernilai 34.566 dan *Standar Deviation* bernilai 12.152.

Tabel 3.6 Kategorisasi Skor *Forgiveness*

Kategorisasi	Kriteria/ Norma
Rendah	$X < M-1SD$
Sedang	$M-1SD \leq X < M+1SD$
Tinggi	$X > M+1SD$

3. *Psychological well-being*

a) Identitas Instrumen

Variabel *psychological well-being* dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan *Ryff Psychological Well-Being Scale* yang dikembangkan oleh Ryff. Instrumen ini sebelumnya telah diterapkan oleh Ilyasin (2023) dengan tingkat reliabilitas sebesar 0,81. Skala tersebut mengukur enam dimensi utama, yaitu penerimaan diri, pertumbuhan pribadi, kebermaknaan tujuan hidup, penguasaan lingkungan, kemandirian (*autonomy*), serta hubungan positif dengan orang lain. Alat ukur ini terdiri dari 18 butir pernyataan. Rincian kisi-kisi instrumen *psychological well-being* dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 3.7 Kisi-kisi Instrumen *Psychological Well-being*

Dimensi	Nomor Item		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Penerimaan diri	1, 2	5	3
Pengembangan diri	11, 12	14	3
Tujuan dalam hidup	3	7, 10	3
Penguasaan lingkungan	8, 9	4	3
<i>Autonomy</i>	17, 18	15	3
Hubungan positif dengan yang lain	13	6, 16	3
Jumlah	10	8	18

b) Penyebaran

Penyebaran atas jawaban responden dilakukan terhadap 4 rentang jawaban, yaitu Sangat Setuju, Setuju, Netral, Tidak Setuju, dan Sangat Tidak Setuju. Skor pada item *favorable* adalah SS= 5, S= 4, N= 3, TS= 2, dan STS= 1. Sedangkan skor pada item *unfavorable* adalah SS= 1, S= 2, N= 3, TS= 4, dan STS= 5.

Tabel 3.8 Penyebaran Instrumen *Psychological Well-being*

Jenis Item	Jawaban				
	STS	TS	N	S	SS
<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5
<i>Unfavorable</i>	5	4	3	2	1

c) Kategorisasi Skor

Kategorisasi skor instrumen *Self Disclosure* dibagi menjadi tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi (Azwar, 2012).). Dalam penelitian ini, *Mean* bernilai 66.736 dan *Standar Deviation* bernilai 11.855. Berikut adalah kategorisasi skor dalam penelitian ini:

Tabel 3.9 Kategorisasi Skor *Psychological Well-being*

Kategorisasi	Kriteria/ Norma
Rendah	$X < M-1SD$
Sedang	$M-1SD \leq X < M+1SD$
Tinggi	$X > M+1SD$

F. Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dipraktikkan dengan menggunakan metode regresi, yang terdiri atas regresi linear sederhana dan regresi linear berganda. Regresi sederhana dipakai untuk menguji hubungan antara variabel *self-disclosure* (X1) terhadap *psychological well-being* (Y), serta variabel *forgiveness* (X2) terhadap *psychological well-being* (Y). Sementara itu, regresi berganda digunakan untuk menilai kontribusi kedua variabel bebas, yaitu *self-disclosure* (X1) dan *forgiveness* (X2), secara simultan terhadap variabel terikat *psychological well-being* (Y). Seluruh proses analisis dilakukan dengan

bantuan perangkat lunak SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) versi 27.

1. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Uji normalitas Kolmogorov-Smirnov dipakai untuk menentukan apakah data residual regresi memiliki distribusi normal atau tidak, yang akan memengaruhi pemilihan teknik analisis selanjutnya. Berikut adalah hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov:

Tabel 3.10 Uji Normalitas

		Unstandardized Residual
N		466
Normal	Mean	0
Parameter		
Std. Deviation		6.06155882
Most	Absolute	0.04
Extreme		
Differences		
Positive		0.025
Negative		-0.04
Test Statistic		0.04
Asymp. Sig. (2-tailed)		0.079
Monte Carlo Sig. (2-tailed)	Sig.	0.079
99% Confidence Interval		
Lower Bound		0.072
Upper Bound		0.086

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa nilai Asymp. Sig (2-tailed) adalah 0.079. Hal ini menunjukkan bahwa $0.079 > 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut berdistribusi normal.

b. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas menggunakan *Variance Inflation Factor* menyatakan bahwa variabel independen harus terlepas dari gejala multikolinearitas atau gejala korelasi antar variabel independen.

Tabel 3.11 Uji Multikolinearitas

Model	Colinearity	
	Tolerance	Statistics VIF
1 Self Disclosure	0.747	1.338
Forgiveness	0.747	1.338

Tabel di atas menunjukkan variabel independen memperoleh nilai tolerance $0.747 > 0.10$ dan VIF $1.338 < 10.00$ maka dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi gejala multikolinearitas.

c. Uji Heteroskedastisitas

Uji Heteroskedastisitas dalam regresi menyatakan bahwa varian dan residual tidak sama untuk satu pengamatan ke pengamatan lain atau tidak memiliki pola tertentu berdasarkan nilai yang berbeda atau gejala heteroskedastisitas.

Tabel 3.12 Uji Multikolinearitas

		Standardize d Residual	SD	F
Standardize d Residual	Pearson	1	0	0
	Correlation			
	Sig. (2-tailed)		1	1
	N	466	466	466
SD	Pearson	0	1	0.503
	Correlation			
	Sig. (2-tailed)	1	<.001	
	N	466	466	466
F	Pearson	0	0.503	1
	Correlation			
	Sig. (2-tailed)	1	<.001	466
	N	466	466	

Berdasarkan hasil di atas menunjukkan bahwa variabel (SD = 1.00 dan F = 1.00) memiliki nilai Sig > 0.05 yang artinya tidak terjadi gejala heteroskedastisitas.

d. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui hubungan antar variabel dependen itu linear atau tidak, hubungan linear dapat bersifat positif maupun negatif.

Tabel 3.13 Uji Linearitas

			Sum Squares	of df	Mean quare	F	Sig.
Pwb *	Between	(Comb)	513339.507	72	713.049	19.989	<.001
		Linearity	48220.653	1	48220.653	1351.785	<.001
		Dev. From Linearity	3118.854	71	43.928	1.231	.113
	Within		14019.028	393	35.672		
	Total		65358.534	465			
Pwb *	Between	(Comb)	24534.055	48	511.126	5.221	<.001
		Linearity	13600.642	1	13600.642	138.923	<.001
		Dev.	10933.413	47	232.626	2.376	<.001

	From		
	Linearity		
Within	40824.479	417	97.900
Total	65358.534	465	

Berdasarkan tabel di atas hasil uji linearitas pada variabel *Self Disclosure* (SD) terhadap *Psychological Well-Being* (PWB) menunjukkan nilai signifikansi pada baris *Linearity* sebesar < 0.001 sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan linear yang signifikan. Adapun nilai signifikansi pada baris *Deviation from Linearity* adalah $0.113 (> 0.05)$, yang berarti tidak terdapat penyimpangan dari linearitas. Dengan demikian, hubungan antara *Self Disclosure* dan *Psychological Well-Being* terbukti linear dan asumsi linearitas terpenuhi.

Sementara itu, hasil uji linearitas pada variabel *Forgiveness* (F) terhadap *Psychological Well-Being* (PWB) diperoleh nilai signifikansi pada baris *Linearity* sebesar < 0.001 yang menunjukkan adanya hubungan linear yang signifikan. Namun, nilai signifikansi pada baris *Deviation from Linearity* juga sebesar < 0.001 , yang berarti terdapat penyimpangan dari linearitas. Dengan demikian, hubungan antara *Forgiveness* dan *Psychological Well-Being* adalah linear, namun terdapat pola hubungan yang lebih kompleks.

2. Analisis Regresi Linear

Uji ini mengungkap ada atau tidaknya pengaruh dari beberapa variabel bebas atau independen terhadap variabel terikat atau dependen.

a. Uji F

Uji F dipraktikkan untuk menguji apakah variabel independen secara simultan memiliki pengaruh terhadap variabel dependen.

b. Uji T

Uji T dipraktikkan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh antar variabel independen terhadap variabel dependen.

c. Uji Regresi Linear Berganda

Analisis regresi linear berganda adalah metode analisis dengan lebih dari satu variabel independen (X), tetapi tetap memiliki hubungan linear. Tujuan dari analisis ini adalah untuk menentukan nilai koefisien regresi, yang menunjukkan sejauh mana variabel independen (X) memengaruhi variabel dependen (Y).

Dalam penelitian ini, regresi linear berganda digunakan untuk mengukur pengaruh *Self Disclosure* (X1) dan *forgiveness* (X2) terhadap *psychological well-being* (Y) pada remaja korban *cyberbullying*. Analisis ini dilakukan dengan bantuan SPSS versi 27.