

BAB III

METODE PENELITIAN

Bab ini akan menguraikan metode penelitian dari skripsi, yang berisi penjelasan mengenai pendekatan dan desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, variable penelitian, instrumen penelitian, teknik analisis data, dan prosedur penelitian.

A. Pendekatan dan Desain Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Secara lebih spesifik metode kuantitatif yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian korelasional. Penelitian korelasional adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih, tanpa melakukan perubahan, tambahan ataupun manipulasi (Arikunto, 2010).

Desain penelitian korelasional dipilih karena peneliti bermaksud untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara variabel intensitas mengakses akun *quotes* galau dengan variable kemampuan regulasi emosi pada remaja di SMAN 15 Bandung. Dalam hal ini peneliti tidak melakukan manipulasi atau perubahan terhadap diri remaja.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini yaitu remaja siswa SMAN15 Bandung. Peneliti mengambil SMAN 15 Bandung sebagai populasi karena SMAN 15 Bandung merupakan SMA Negeri terdekat dari tempat tinggal dan kampus peneliti. Peneliti melakukan pendataan terhadap banyaknya kelas dan jumlah siswa SMA 15 Bandung. Terdapat 34 kelas yang terdiri dari jurusan IPA, IPS, dan Bahasa di SMAN 15 Bandung, dengan total keseluruhan siswa sebanyak 1237 siswa.

Nurmalita Utami, 2017

HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS MENGAKSES AKUN QUOTES GALAU DI MEDIA SOSIAL DENGAN KEMAMPUAN REGULASI EMOSI REMAJA DI SMAN 15 BANDUNG

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

2. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti. Dalam menentukan jumlah sampel yang akan digunakan, peneliti menggunakan teknik *incidental sampling*. *Incidental sampling* adalah cara pengambilan sampel secara kebetulan, dimana siapa saja individu yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti akan dijadikan sampel (Sugiyono, 2013). Sebanyak 202 siswa SMAN 15 Bandung dijadikan subjek dalam penelitian ini.

C. Penjelasan Istilah

1. *Quote*= kutipan atau kata-kata mutiara.
2. *Galau* =suatu perasaan sedih, gundah-gulana, bimbang.
3. *User*= pengguna media sosial.
4. *Follower*= orang yang mengikuti suatu akun di media sosial.
5. *Following*= kegiatan mengikuti suatu akun di media sosial.
6. *Posting*= memasang atau menerbitkan suatu konten di media sosial.

D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

Variabel merupakan objek yang menjadi titik perhatian dari penelitian (Arikunto, 2010). Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang dilibatkan, yaitu:

1. Intensitas Mengakses Akun Quotes Galau di Media Sosial

Intensitas mengakses akun *quotes* galau di media sosial yaitu kekuatan perilaku individu dalam mengakses akun yang berisi ungkapan dilematis di media sosial. Terdapat dua aspek yang dilihat dalam mengukur intensitas mengakses akun *quotes* galau di media sosial, yaitu:

- a. *Image* atau kesan/ide/penilaian positif atau negatif yang diberikan individu terhadap akun *quotes* galau di media sosial.
- b. *Affect* atau perasaan positif atau negatif yang muncul pada individu akibat akun *quotes* galau di media sosial.

Nurmalita Utami, 2017

HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS MENGAKSES AKUN QUOTES GALAU DI MEDIA SOSIAL DENGAN KEMAMPUAN REGULASI EMOSI REMAJA DI SMAN 15 BANDUNG

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

2. Kemampuan Regulasi Emosi Remaja

Kemampuan regulasi emosi adalah kemampuan individu untuk mengelola emosinya. Terdapat dua strategi utama dalam regulasi emosi (Gross, 2014), yaitu:

- a. *Cognitive Reappraisal (Antecedent-Focused)*, yaitu upaya untuk mengubah pola pikir sebelum mengekspresikan emosi.
- b. *Expressive Suppression (Response-Focused)*, yaitu upaya untuk menekan atau menyembunyikan emosi.

E. Instrumen Penelitian

Instrumen dalam penelitian ini berupa kuesioner. Kuesioner adalah salah satu teknik dalam pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan tertulis yang harus dijawab oleh responden dengan cara yang sudah ditentukan. (Sugiyono, 2013).

Terdapat dua instrumen yang disusun dalam penelitian ini, yaitu pengukuran terhadap intensitas mengakses akun quotes galau dan pengukuran terhadap regulasi emosi remaja.

1. Intensitas mengakses akun quotes galau

Instrumen intensitas mengakses akun quotes galau dibuat sendiri oleh peneliti. Instrumen terdiri dari dua indikator dan dua puluh tujuh item pertanyaan yang berkaitan dengan intensitas mengakses akun quotes galau.

Tabel 3.1
Kisi-kisi Instrumen Intensitas Mengakses Akun Quotes Galau
(sebelum expert judgement)

No.	Indikator	Item Favorable	Item Unfavorable	Jumlah
1.	<i>Image</i>	1, 3, 5, 7, 8, 11	2, 4, 6, 9, 10, 12	12
2.	<i>Affect</i>	13, 14, 16, 17, 19,	15, 18, 20, 24, 27	15

Nurmalita Utami, 2017

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS MENGAKSES AKUN QUOTES GALAU DI MEDIA SOSIAL
DENGAN KEMAMPUAN REGULASI EMOSI REMAJA DI SMAN 15 BANDUNG**

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

	21, 22, 23, 25, 26	
Jumlah		27

a. Validitas

Validitas yaitu ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi pengukurannya. Suatu instrumen dikatakan memiliki validitas tinggi apabila instrumen tersebut dapat menjalankan fungsinya sesuai dengan tujuan dilakukannya pengukuran tersebut (Azwar, 2014). Validitas yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini yaitu validitas isi. Validitas isi adalah validitas yang dilakukan dengan cara menguji kelayakan item melalui analisis rasional seseorang yang berkompeten atau *expert judgment* (Azwar, 2014). Pada instrumen penelitian ini, *expert judgment* dilakukan oleh beberapa ahli dari dosen psikologi, yaitu Ibu Herlina, M.Pd., Psi., Ibu Ita Juwitaningrum, S.Psi., M.Pd., dan Ibu Anastasia Wulandari, M.Psi.

Sebanyak 2 item dinyatakan kurang valid untuk diujikan, yaitu item 6 dan 7. Maka, dari 27 item yang dibuat, 25 item yang dinyatakan layak untuk uji coba.

Tabel 3.2
Kisi-kisi Instrumen Intensitas Mengakses Akun *Quotes Galau*
(setelah *expert judgement*)

No.	Indikator	Item Favorable	Item Unfavorable	Jumlah
1.	<i>Image</i>	1, 3, 5, 6, 9	2, 4, 7, 8, 10	10
2.	<i>Affect</i>	11, 12, 14, 15, 17, 19, 20, 21, 23, 24	13, 16, 18, 22, 25	15
Jumlah				25

b. Pemilihan item yang layak

Setelah melakukan *expert judgment*, peneliti melakukan ujicoba instrumen (tryout) kepada 226 siswa SMAN 15 Bandung. Setelah dilakukan skoring pada instrumen intensitas mengakses akun *quotes galau*

yang diujicobakan, peneliti melakukan pemilihan item yang layak dengan menggunakan *corrected item-total*.

Coreccted item-total adalah korelasi antara skor item dengan skor total dari sisa item yang lainnya (Ihsan, 2013). Item yang peneliti pilih adalah item yang memiliki nilai *corrected item total* tinggi atau lebih besar dari 0,3 (Ihsan, 2013). Berdasarkan hasil analisis terhadap 25 item yang diuji, terdapat 23 item yang layak dan 2 item yang tidak layak, yaitu item 6 dan 7.

Tabel 3.3
Kisi-kisi Instrumen Intensitas Mengakses Akun *Quotes* Galau
(setelah *expert judgement*)

No.	Indikator	Item Favorable	Item Unfavorable	Jumlah
1.	<i>Image</i>	1, 3, 5, 9	2, 4, 8, 10	8
2.	<i>Affect</i>	11, 12, 14, 15, 17, 19, 20, 21, 23, 24	13, 16, 18, 22, 25	15
Jumlah				23

c. Reliabilitas

Reliabilitas dari instrumen intensitas mengakses akun *quotes* galau dilakukan dengan metode Alpha Cronbach, dimana semakin mendekati 1 nilai alpha yang dimiliki suatu alat ukur, maka alat ukur tersebut semakin reliabel (Azwar, 2014). Pengukuran reliabilitas dihitung dengan bantuan software SPSS 17.0. Hasil uji coba instrumen intensitas mengakses akun *quotes* galau memiliki reliabilitas 0.928. Hal ini berarti alat ukur intensitas mengakses akun *quotes* galau sangat reliabel.

Table 3.4
Hasil Uji Reliabilitas
Instrumen Intensitas Mengakses Akun *Quotes* Galau

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items

Cronbach's Alpha	N of Items
.928	23

2. Kemampuan regulasi emosi

Instrumen kemampuan regulasi emosi diambil dari *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) yang disusun oleh Gross dan John OP (2013). Instrumen terdiri dari dua dimensi dan sepuluh item pernyataan. Instrumen menggunakan skala Likert yang terdiri dari lima pilihan jawaban.

Tabel 3.5
Kisi-kisi Instrumen Kemampuan Regulasi Emosi (sebelum uji coba)

No.	Dimensi	Item	Jumlah
1.	<i>Cognitive Reappraisal</i>	1,3,5,7,8,10	6
2.	<i>Expressive Suppression</i>	2,4,6,9	4
Jumlah			10

a. Validitas

Pada instrumen penelitian ini, *expert judgment* dilakukan oleh salah satu ahli bahasa, yaitu Bapak Dr. Doddy Rusmono, MLIS., dan beberapa ahli dari dosen psikologi, yaitu Ibu Herlina, M.Pd., Psi. dan Ibu Ita Juwitaningrum, S.Psi. Sebanyak 10 item dinyatakan valid untuk dilakukan uji coba.

b. Pemilihan item yang layak

Setelah melakukan *expert judgment*, peneliti melakukan ujicoba instrumen (*tryout*) kepada 226 siswa SMAN 15 Bandung. Setelah dilakukan skoring pada instrumen kemampuan regulasi emosi yang diujicobakan, peneliti melakukan pemilihan item yang layak dengan menggunakan *corrected item-total*. Berdasarkan hasil analisis terhadap 10 item yang diuji, seluruh item dinyatakan layak.

Nurmalita Utami, 2017

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS MENGAkses AKUN QUOTES GALAU DI MEDIA SOSIAL
DENGAN KEMAMPUAN REGULASI EMOSI REMAJA DI SMAN 15 BANDUNG**

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

c. Reliabilitas

Reliabilitas dari instrumen kemampuan regulasi emosi dilakukan dengan metode Alpha Cronbach, dimana semakin mendekati 1 nilai alpha yang dimiliki suatu alat ukur, maka alat ukur tersebut semakin reliabel (Azwar, 2014). Pengukuran reliabilitas dihitung dengan bantuan software SPSS 17.0. Hasil uji coba instrumen kemampuan regulasi emosi memiliki reliabilitas 0.808. Hal ini berarti alat ukur kemampuan regulasi emosi sangat reliabel.

Table 3.6
Hasil Uji Reliabilitas
Instrumen Kemampuan Regulasi Emosi

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.808	10

3. Teknik Skoring

Pada instrumen ini skala yang digunakan adalah skala likert dengan empat alternatif jawaban yaitu sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai. Skor untuk masing-masing pilihan jawaban dapat dilihat pada tabel 3.7.

Table 3.7
Skor Skala Likert

Alternatif Jawaban	Skor	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Tidak Sesuai	2	3
Sangat Tidak Sesuai	1	4

4. Kategorisasi Norma

Nurmalita Utami, 2017

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS MENGAKSES AKUN QUOTES GALAU DI MEDIA SOSIAL
DENGAN KEMAMPUAN REGULASI EMOSI REMAJA DI SMAN 15 BANDUNG**

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

Norma adalah pengelompokan sebuah kelompok skala ke dalam beberapa level (Ihsan, 2013). Skala dalam penelitian ini dikategorikan menjadi tiga level, rumus norma tiga level dirumuskan dalam tabel 3.8.

Tabel 3.8
Kategorisasi Skala Tiga Level

Rumus	Kategori
$T > (\mu + 1\sigma)$	Tinggi
$(\mu - 1\sigma) \leq T \leq (\mu + 1\sigma)$	Sedang
$T < (\mu - 1\sigma)$	Rendah

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan kuisisioner. Kuisisioner atau angket adalah seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis yang diberikan kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2013).

Kuisisioner yang diberikan kepada responden berisi pernyataan mengenai intensitas mengakses akun *quotes* galau dan kemampuan regulasi emosi remaja. Kuisisioner diberikan secara langsung dari peneliti kepada responden. Kuisisioner yang diberikan terdiri dari tiga bagian, bagian pertama berisi identitas responden, bagian kedua berisi alat ukur intensitas mengakses akun *quotes* galau, dan bagian ketiga berisi alat ukur kemampuan regulasi emosi.

G. Teknik Analisis Data

Untuk mencari hasil analisis data yang menghubungkan dua variabel dapat menggunakan analisis uji korelasi. Uji korelasi digunakan untuk melihat seberapa erat hubungan antara variabel satu dan variabel dua atau dalam penelitian ini adalah untuk melihat seberapa erat hubungan antara variabel intensitas mengakses akun *quotes* galau dengan variabel kemampuan regulasi emosi. Uji korelasi yang digunakan adalah uji Korelasi Spearman's Rank dengan

Nurmalita Utami, 2017

HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS MENGAKSES AKUN QUOTES GALAU DI MEDIA SOSIAL DENGAN KEMAMPUAN REGULASI EMOSI REMAJA DI SMAN 15 BANDUNG

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

bantuan software SPSS Versi 17.0. Kuat lemahnya suatu hubungan dapat terlihat dari besaran koefisien korelasi (Azwar, 2014). Apabila besaran koefisien korelasi mendekati 1 maka semakin kuat hubungan antara variabel dalam penelitian. Berikut merupakan tabel interpretasi koefisien korelasi dalam suatu hubungan.

Tabel 3.9
Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,000 – 0,199	Sangat Lemah
0,200 – 0,399	Lemah
0,400 – 0,599	Sedang
0,600 - 0,799	Kuat
0,800 – 1,000	Sangat Kuat

H. Prosedur Penelitian

Tahapan yang dilakukan peneliti dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

- a. Menentukan masalah yang akan diteliti berdasarkan fenomena yang terjadi di lingkungan.
- b. Menentukan variabel yang akan diukur dalam penelitian.
- c. Melakukan kajian literature untuk mendapatkan teori yang mendukung penelitian.
- d. Menentukan metode penelitian yang akan digunakan.
- e. Menyusun proposal penelitian.
- f. Menyusun instrumen penelitian.
- g. Melakukan ujian sidang proposal penelitian.

2. Tahap Pelaksanaan

- a. Melakukan uji validitas instrumen dengan *professional judgement*.
- b. Melakukan uji coba instrumen.

Nurmalita Utami, 2017

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS MENGAkses AKUN QUOTES GALAU DI MEDIA SOSIAL
DENGAN KEMAMPUAN REGULASI EMOSI REMAJA DI SMAN 15 BANDUNG**

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

- c. Melaksanakan pengambilan data berupa penyebaran kuesioner.
- d. Mengumpulkan data kuesioner yang telah diisi oleh responden.
- e. Melakukan pengolahan dan analisis data

3. Tahap Pelaporan

- a. Membuat hasil laporan penelitian dalam bentuk skripsi.
- b. Melakukan ujian sidang skripsi.