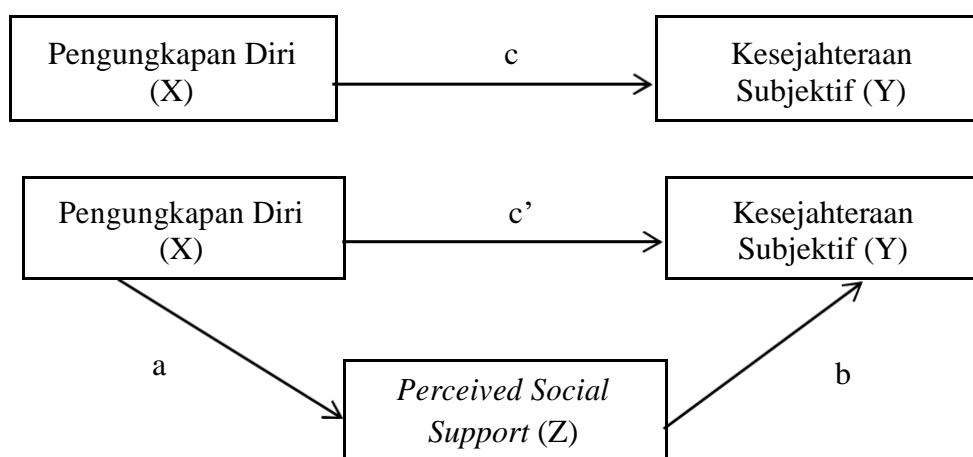


## BAB III METODE PENELITIAN

Bab ini merupakan uraian yang berisi desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, variabel penelitian serta definisi operasional, teknik pengambilan data, instrumen penelitian, pengembangan instrument penelitian, prosedur penelitian, dan teknik analisis data

### A. Desain Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk mengetahui pengaruh pengungkapan diri (X) terhadap kesejahteraan subjektif (Y) yang dimediasi oleh *perceived social support* (Z) pada pengguna *Instagram* Kota Bandung.



**Bagan 3.1** Model Hubungan Variabel Independen, Mediator, dan Dependen

### B. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi yang terlibat dalam penelitian ini adalah remaja akhir dengan rentang usia 18 hingga 21 tahun. Hal tersebut dikarenakan remaja cenderung lebih mudah untuk mengungkapkan informasi pribadi di media sosial daripada orang dewasa (Walrave, Vanwesenbeeck, & Heriman, 2012). Selain itu, masa remaja pun sedang mengalami peningkatan keintiman pada teman sebaya yang menyebabkan terjadinya peningkatan pengungkapan diri pada teman sebaya (Buhrmester & Prager, 1995).

Menurut Steinberg (2016), usia remaja dibagi menjadi tiga bagian, yaitu remaja awal yang berusia 10-13 tahun, remaja menengah 14-17 tahun, dan remaja akhir dengan usia 18-21 tahun. Informasi lain yang didapatkan dari Paul Webster yang merupakan seorang *Brand Development Lead Instagram APAC* menyatakan bahwa mayoritas usia

pengguna *Instagram* di Indonesia rata-rata berada pada usia 18-24 tahun dengan persentase 59% (Mailanto, 2016). Berdasarkan hal tersebut populasi dalam penelitian ini adalah remaja akhir baik laki-laki maupun perempuan dengan rentang usia 18 hingga 21 tahun yang menggunakan media sosial *Instagram* dan berdomisili di Kota Bandung. Selain itu, data yang disusun oleh Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil yang diunggah melalui situs *Open Data* Kota Bandung didapatkan total populasi remaja yang berusia 18 hingga 21 tahun di Kota Bandung adalah sekitar 151.592 jiwa.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *nonprobability sampling* dikarenakan peneliti memiliki kriteria khusus yang ditentukan untuk sampel (Creswell, 2012). Bentuk *nonprobability sampling* yang digunakan peneliti adalah *convenience sampling*, yaitu peneliti memilih responden yang sesuai dengan kriteria dan bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini. Penelitian ini menggunakan rumus Slovin untuk mendapatkan jumlah sampel, yaitu sebagai berikut:

$$\begin{aligned} n &= \frac{151.592}{1 + 151.592 (0,05)^2} \\ &= 399,99 \\ &= 400 \end{aligned}$$

### C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

#### 1. Variabel Penelitian

Terdapat tiga variabel yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

- a. Pengungkapan diri sebagai variabel independen
- b. *Perceived social support* sebagai variabel mediator
- c. Kesejahteraan subjektif sebagai variabel dependen

#### 2. Definisi Operasional

Berikut definisi operasional dari tiga variabel yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu pengungkapan diri, *perceived social support*, dan kesejahteraan subjektif, sebagai berikut:

a. Pengungkapan diri

Definisi operasional pengungkapan diri dalam penelitian ini, yaitu mengenai cara penyampaian individu dalam membagikan informasi diri sendiri di media sosial *Instagram*.

b. *Perceived social support*

Definisi operasional *perceived social support* dalam penelitian ini, yaitu mengenai penilaian atau persepsi individu perihal dukungan sosial yang dirasakan dari tiga sumber spesifik seperti keluarga, teman sebaya, dan *significant others*.

c. Kesejahteraan subjektif

Definisi operasional kesejahteraan subjektif dalam penelitian ini, yaitu mengenai kemampuan individu dalam menilai dan mengevaluasi kehidupannya secara positif ataupun negatif.

#### **D. Teknik Pengambilan Data**

Teknik pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan kuesioner dari tiga variabel yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu kuesioner pengungkapan diri, *perceived social support*, dan kesejahteraan subjektif yang dilengkapi dengan identitas responden.

Penyebaran kuesioner untuk melakukan uji coba (*try out*) dilakukan mulai tanggal 28 Agustus hingga 12 Oktober dengan jumlah responden sebanyak 337 dengan pengisian kuesioner melalui tautan [bit.ly/PenelitianShabrina](https://bit.ly/PenelitianShabrina). Setelah melakukan uji coba, peneliti melakukan penyebaran kuesioner kembali yang dilakukan mulai dari tanggal 31 Agustus 2019 hingga 12 September 2019 dengan total responden sebanyak 466 baik secara langsung ataupun *online* melalui tautan [bit.ly/MenujuLulus](https://bit.ly/MenujuLulus).

Kuesioner dibagikan secara langsung dengan membagikan kuesioner kepada mahasiswa yang berada di Kota Bandung yang sesuai dengan kriteria responden penelitian. Selain itu, kuesioner ini pun disebarikan secara *online*, yaitu dengan menggunakan media sosial seperti *Instagram*, *Twitter*, *Line*, serta *Whatsapp* dengan membagikan informasi untuk mengisi kuesioner melalui tautan tersebut.

## E. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari tiga skala pengukuran, yaitu skala pengukuran pengungkapan diri, skala pengukuran *perceived social support*, dan skala pengukuran kesejahteraan subjektif.

### 1. Instrumen Pengungkapan Diri

#### a. Spesifikasi Instrumen Pengungkapan Diri

Instrumen yang digunakan untuk mengukur pengungkapan diri menggunakan instrumen *Revised Self-Disclosure Scale* (RSDS) dari Wheelless (1978) dengan total item sebanyak 31 item dan diadaptasi dalam penggunaan *Instagram* oleh Fauzia (2019) dengan realibilitas sebesar 0.85.

#### b. Pengisian Instrumen Pengungkapan Diri

Pengisian kuesioner pengungkapan diri dilakukan oleh responden dengan memilih dan memberikan tanda ceklis pada salah satu skala dari empat pilihan skala, yaitu dengan rentang pilihan 1 = sangat tidak setuju sampai 4 = sangat setuju.

#### c. Penyekoran Instrumen Pengungkapan Diri

Jawaban dari setiap pernyataan yang terdapat dalam instrumen *Revised Self-Disclosure Scale* (RSDS) dari Wheelless (1978) dan diadaptasi oleh Fauzia (2019) dinilai dengan angka sebagai berikut, yaitu:

**Tabel 3.1 Penyekoran Instrumen Pengungkapan Diri**

Item	Nilai Item			
	1	2	3	4
<i>Favorable</i>	1	2	3	4
<i>Unfavorable</i>	4	3	2	1

#### d. Kisi-Kisi Instrumen Pengungkapan Diri

Berikut adalah instrumen dari pengungkapan diri:

**Tabel 3.2 Kisi-Kisi Instrumen Pengungkapan Diri**

Dimensi	Nomor Item		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Intent</i>	1,2,3	-	3
<i>Amount</i>	4,5,6,7,8	9, 10	7
<i>Positiveness</i>	11, 12, 13	-	3
<i>Depth</i>	14, 15, 16, 17	18, 19, 20, 21	8
<i>Honesty</i>	22, 23, 24, 25, 26	-	5
<b>Jumlah</b>			<b>26</b>

## 2. Instrumen *Perceived Social Support*

### a. Spesifikasi Instrumen *Perceived Social Support*

Instrumen yang digunakan untuk mengukur *perceived social support* menggunakan instrumen *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang dikembangkan oleh Zimet dkk., (1988) yang memiliki 12 item. Instrumen ini membagi sumber dukungan sosial menjadi tiga dukungan dengan masing-masing realibilitas yaitu, keluarga 0.87, teman 0.85, dan *significant others* 0.91, sedangkan realibilitas untuk total instrumen ini adalah 0.88.

### b. Pengisian Instrumen *Perceived Social Support*

Pengisian kuesioner *perceived social support* dilakukan oleh responden dengan memilih dan memberikan tanda ceklis pada salah satu skala dari tujuh pilihan skala, yaitu dengan rentang pilihan 1= sangat tidak setuju sampai 7 = sangat setuju.

### c. Penyekoran Instrumen *Perceived Social Support*

Jawaban dari setiap pernyataan yang terdapat dalam instrumen *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang dikembangkan oleh Zimet dkk., (1988) dinilai dengan angka sebagai berikut, yaitu:

**Tabel 3.3 Penyekoran Instrumen  
*Perceived Social Support***

Item	Nilai Item						
	1	2	3	4	5	6	7
<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5	6	7
<i>Unfavorable</i>	7	6	5	4	3	2	1

### d. Kisi-Kisi Instrumen *Perceived Social Support*

Berikut adalah instrumen dari *perceived social*:

**Tabel 3.4 Kisi-Kisi Instrumen  
*Perceived Social Support***

Dimensi	Nomor Item		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Keluarga	3, 4, 8, 11	-	4
Teman	6, 7, 9, 12	-	4
<i>Significant others</i>	1, 2, 5, 10	-	4
<b>Jumlah</b>			<b>12</b>

### 3. Instrumen Kesejahteraan Subjektif

#### a. Spesifikasi Instrumen Kesejahteraan Subjektif

Instrumen yang digunakan untuk mengukur kesejahteraan subjektif menggunakan dua instrumen, yaitu *Satisfaction with Life Scale* yang dirancang oleh Diener dkk., (1985) dan terdiri dari lima item untuk mengukur penilaian kognitif secara keseluruhan mengenai kepuasan hidup seseorang dan memiliki realibilitas sebesar 0.87. Instrumen kedua menggunakan *Scale of Positive and Negative Experience* (SPANE) yang dirancang oleh Diener dkk., (2009) dan terdiri dari 12 item untuk mengukur afek positif dan negatif serta memiliki realibilitas sebesar 0.89.

#### b. Pengisian Instrumen Kesejahteraan Subjektif

Pengisian kuesioner kesejahteraan subjektif pada alat ukur *Satisfaction with Life* dilakukan oleh responden dengan memilih dan memberikan tanda ceklis pada salah satu skala dari tujuh pilihan skala, yaitu dengan rentang pilihan 1 = sangat tidak setuju sampai 7 = sangat setuju. Selain itu, pengisian pada alat ukur SPANE dilakukan oleh responden dengan memilih dan memberikan tanda ceklis pada salah satu skala dari lima pilihan skala, yaitu dengan rentang pilihan 1 = sangat jarang sampai 5 = sangat sering.

#### c. Penyekoran Instrumen Kesejahteraan Subjektif

Jawaban dari setiap pernyataan yang terdapat dalam instrumen *Satisfaction with Life Scale* yang dirancang oleh Diener dkk. (1985) dinilai dengan angka sebagai berikut, yaitu:

**Tabel 3.5 Penyekoran Instrumen Kesejahteraan Subjektif (SWLS)**

Item	Nilai Item						
	1	2	3	4	5	6	7
<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5	6	7
<i>Unfavorable</i>	7	6	5	4	3	2	1

Jawaban dari setiap pernyataan yang terdapat dalam instrument *Scale of Positive and Negative Experience* (SPANE) yang dirancang oleh Diener dkk. (2009) dinilai dengan angka sebagai berikut, yaitu:

**Tabel 3.6 Penyekoran Instrumen Kesejahteraan Subjektif (SPANE)**

Item	Nilai Item				
	1	2	3	4	5
<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5
<i>Unfavorable</i>	5	4	3	2	1

d. Kisi-Kisi Instrumen Kesejahteraan Subjektif

Berikut adalah instrumen dari kesejahteraan subjektif pada alat ukur *life with satisfaction*, yaitu:

**Tabel 3.7 Kisi-Kisi Instrumen Kesejahteraan Subjektif (SWLS)**

Dimensi	Nomor Item		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Kepuasan Hidup	1,2,3,4,5	-	5
<b>Jumlah</b>			<b>5</b>

Berikut adalah instrumen dari kesejahteraan subjektif pada alat ukur *Scale of Positive and Negative Experience (SPANE)*, yaitu

**Tabel 3.8 Kisi-Kisi Instrumen Kesejahteraan Subjektif (SPANE)**

Dimensi	Nomor Item		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Afek Positif	1, 3, 5, 7, 10, 12	-	6
Afek Negatif	2, 4, 6, 8, 9, 11	-	6
<b>Jumlah</b>			<b>12</b>

## F. Pengembangan Instrumen Penelitian

Peneliti melakukan pengembangan alat ukur terhadap keempat instrumen yang akan digunakan. Tahapan dalam proses pengembangan instrumen yang dilakukan dalam penelitian, yaitu:

1. Uji Coba Instrumen (*Try Out*)

Peneliti melakukan uji coba instrumen kepada 337 remaja akhir yang menggunakan media sosial *Instagram* untuk mengetahui kelayakan dan kesesuaian instrumen terhadap responden. Setelah dilakukan pengumpulan data dalam proses uji coba instrumen, peneliti melakukan analisis dengan menggunakan *Rasch Model* dengan bantuan aplikasi *Winsteps* untuk mengetahui validitas, reliabilitas, dan kelayakan item.

2. Uji Validitas

Peneliti melakukan *expert judgement* atau meminta penilaian orang-orang yang ahli dalam bidang Psikologi untuk menguji validitas isi dari keempat instrumen

yang akan digunakan. Validitas isi adalah kemampuan instrumen untuk mengukur penguasaan suatu isi atau materi tertentu (Matondang, 2009). Ahli yang dituju dalam penelitian ini adalah Diah Zaleha Wyandini, S.Psi., M.Si., dan Ita Juwitaningrum, S.Psi., M.Pd. Berdasarkan saran dari proses *expert judgement*, peneliti memperbaiki beberapa kalimat dalam setiap item dan penulisan instruksi dari instrumen yang akan digunakan. Hal tersebut dilakukan supaya responden dapat lebih memahami maksud dari setiap pernyataan yang diberikan.

### 3. Uji Keterbacaan

Peneliti melakukan uji keterbacaan kepada tiga remaja akhir yang menggunakan media sosial *Instagram*. Hal tersebut dilakukan untuk memastikan bahwa alat ukur yang akan digunakan dapat dipahami oleh responden atau tidak. Berdasarkan masukan dari responden, peneliti melakukan perbaikan kalimat dalam alat ukur yang kurang dipahami untuk menghindari kesalahan persepsi.

### 4. Uji Reliabilitas

Reliabilitas berkaitan dengan hasil pengukuran yang dapat dipercaya setelah dilakukan beberapa kali pengukuran dan mendapatkan hasil yang relatif sama (Matondang, 2009). Peneliti melakukan uji reliabilitas untuk menganalisis hasil uji coba instrumen untuk melihat kelayakan item yang akan digunakan dalam proses pengambilan data.

Hasil uji coba instrumen pengungkapan diri memiliki reliabilitas sebesar 0.89 yang termasuk reliabel. Selain itu, skor reliabilitas responden dalam menjawab sebesar 0.90 yang termasuk reliabel. Kemudian, hasil coba instrumen *perceived social support* memiliki reliabilitas sebesar 0.91 yang termasuk sangat reliabel dan skor reliabilitas responden dalam menjawab sebesar 0.90 atau reliabel. Selain itu, kesejahteraan subjektif diukur oleh dua instrumen, instrumen pertama adalah SPANE untuk mengukur afek positif dan negatif yang menunjukkan koefisien reliabilitas 0.72 dan tergolong reliabel, sedangkan skor reliabilitas responden dalam menjawab sebesar 0.73 yang termasuk reliabel. Instrumen kedua, yaitu SWLS untuk mengukur kepuasan hidup yang menunjukkan koefisien reliabilitas 0.79 dan tergolong reliabel dan skor reliabilitas responden dalam menjawab sebesar 0.83 yang termasuk reliabel.

### 5. Pemilihan Item

Proses pemilihan item dilakukan dengan menggunakan *Rasch model* melalui aplikasi *Winsteps*. Analisis ini dilakukan dengan melihat kesesuaian item melalui



tiga nilai yang dapat diterima. Menurut Sumintono & Widhiarso (2013), item dalam instrumen dapat dilihat kesesuaiannya dengan memperhatikan data yang didapatkan dari nilai *Outfit Mean Square* (MNSQ), *Outif Z-Standard* (ZSTD), dan nilai *Point Measure Correlation* (Pt Mean Corr). Nilai yang dapat diterima dari masing-masing kriteria dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3.9 Kriteria MNSQ, ZSTD, dan Pt Mean Corr**

Data	Nilai yang Diterima
<i>Outfit Mean Square (MNSQ)</i>	0.5 – 1.5
<i>Outfit Z-Standard (ZSTD)</i>	(-2) – 2
<i>Point Measure Correlation (Pt Mean Corr)</i>	0.4 - 0.85

Dilihat dari kriteria pada tabel 3.9, masing-masing item pada instrumen pengungkapan diri, *perceived social support*, dan kesejahteraan subjektif memiliki kesesuaian dengan syarat-syarat yang telah ditentukan. Berdasarkan hal tersebut, seluruh item dari masing-masing instrumen dapat digunakan dalam proses pengambilan data.

## G. Prosedur Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tiga tahap, yaitu:

### 1. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan, peneliti melakukan studi literatur mengenai variabel pengungkapan diri, *perceived social support*, dan kesejahteraan subjektif. Kemudian, peneliti merumuskan pertanyaan penelitian dan menentukan metodologi penelitian seperti menentukan alat ukur yang digunakan dalam proses pengambilan data dan disesuaikan dengan dialih bahasakan menjadi bahasa Indonesia.

Proses pengalihan bahasa dari bahasa Inggris menjadi bahasa Indonesia dilakukan oleh satu orang ahli bahasa. Setelah itu, peneliti melakukan *expert judgment* kepada dua orang ahli di bidang psikologi untuk meminta penilaian dan menguji validitas isi dari keempat instrumen yang akan digunakan. Alat ukur yang digunakan diuji kepada tiga orang remaja akhir pengguna *Instagram* di Kota Bandung dalam proses uji keterbacaan untuk meminimalisir mispersepsi dari masing-masing item dalam setiap instrumen. Kemudian, peneliti melakukan penyebaran kuesioner untuk melakukan uji coba (*try out*) pada tanggal 28 Agustus hingga 12 Oktober pada 337 responden.

## 2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, peneliti menyebarkan kuesioner kepada remaja akhir yang menggunakan *Instagram* di Kota Bandung sebagai responden penelitian ini. Proses pengumpulan data dilakukan mulai dari tanggal 31 Agustus 2019 hingga 12 September 2019 secara langsung sebanyak 102 responden dan secara *online* sebanyak 364 sehingga total responden dalam penelitian ini berjumlah 466 responden.

## 3. Tahap Pengolahan Data

Pada tahap pengolahan data, peneliti menggunakan aplikasi *Winsteps* dan SPSS untuk melakukan olah data secara kuantitatif yang kemudian hasilnya diinterpretasikan sesuai dengan teori. Setelah itu, peneliti membuat simpulan dan rekomendasi dari hasil penelitian yang telah didapatkan.

## H. Teknik Analisis

### Data 1. Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis regresi linier dan berganda untuk mengetahui pengaruh pengungkapan diri (X) terhadap kesejahteraan subjektif (Y) yang dimediasi oleh *perceived social support* (Z). Sebelum melakukan uji regresi, peneliti melakukan transformasi data dari ordinal ke interval menggunakan *Rasch model* dengan menggunakan aplikasi *Winstep*. Setelah data interval didapatkan, peneliti menggunakan aplikasi SPSS untuk melakukan analisis regresi linier dan berganda untuk menguji hipotesis. Analisis regresi berganda digunakan karena mampu menjelaskan hubungan dari ketiga variabel tersebut (Cresswell, 2012).

## 2. Kategorisasi Skala

Kategorisasi skala pada variabel yang digunakan dalam penelitian ini dikelompokkan menjadi tiga kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Hal tersebut didapatkan dari data yang berbentuk rasio ditransformasi ke dalam skor Z dan skor T bulat yang kemudian ditransformasikan ke dalam rumus tiga kategori. Berikut adalah norma kategorisasi skala untuk setiap variabel dalam penelitian ini, yaitu:

**Tabel 3.10 Norma Kategorisasi Variabel Penelitian**

<b>Kategori</b>	<b>Pengungkapan Diri, <i>Perceived Social Support</i>, Kesejahteraan Subjektif</b>
Tinggi	$T \geq 60$
Sedang	$T \geq 40$
Rendah	$T < 40$

Berdasarkan tabel 3.10, responden yang memiliki skor T lebih besar atau sama dengan 60 termasuk ke dalam kategori tinggi, kemudian responden yang memiliki skor T lebih besar atau sama dengan 40 termasuk ke dalam kategori sedang, dan responden yang memiliki skor T kurang dari 40 tergolong dalam kategori rendah.