

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

Bab tiga berisi tentang desain penelitian, partisipan penelitian, populasi dan asmpel, definisi operasional *fear of missing out* dan *self-esteem*, instrumen penelitian, prosedur penelitian, dan teknik analisis data.

#### **3.1 Desain Penelitian**

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif. Penggunaan pendekatan kuantitatif bertujuan untuk mendapatkan data mengenai *fear of missing out* dan *self-esteem* pada remaja kelas X SMA Negeri 1 Garut Tahun Ajaran 2020/2021 sehingga diperoleh gambaran umum serta hubungan antara kedua variabel yang diteliti. Metode penelitian menggunakan metode korelasional. Metode korelasional bertujuan untuk mengungkapkan hubungan antar variabel *fear of missing out* dan *self-esteem*.

#### **3.2 Partisipan Penelitian**

Partisipan penelitian merupakan seluruh peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Garut Tahun Ajaran 2020/2021. Penetapan partisipan didasarkan dari wawancara tidak terstruktur dengan salah satu wali kelas X mengenai peserta didik yang melakukan kegiatan pembelajaran jarak jauh sehingga muncul kekhawatiran akan ketinggalan informasi dari teman maupun guru. Perubahan lingkungan dari sekolah menengah pertama ke sekolah menengah atas yang berbeda-beda pun membuat beberapa peserta didik mengungkapkan perasaan menilai diri sendiri cukup tidak mampu untuk beradaptasi dengan lingkungan baru dan menilai diri sendiri tidak mampu untuk mengikuti metode pembelajaran melalui jarak jauh.

#### **3.3 Populasi dan Sampel Penelitian**

Populasi penelitian merupakan subjek yang diteliti oleh peneliti dan mempunyai karakteristik yang sebelumnya ditetapkan oleh peneliti (Sugiyono, 2013, hlm. 80). Populasi penelitian merupakan seluruh peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Garut Tahun Ajaran 2020/2021.

Sampel penelitian ditentukan melalui teknik *nonprobability sampling* dengan teknik sampel jenuh. Teknik sampel jenuh menggunakan seluruh anggota populasi sebagai anggota sampel (Sugiyono, 2013, hlm. 85). Keseluruhan populasi

peserta didik kelas X SMAN 1 Garut berjumlah 432, namun hanya 390 peserta didik yang mengisi instrumen karena beberapa peserta didik tidak dapat dihubungi dan tidak mengisi formulir *online* yang telah disediakan. Populasi dan sampel penelitian disajikan sebagai berikut.

**Tabel 3.1**  
**Jumlah Populasi dan Sampel Penelitian**

No	Kelas	Jumlah Siswa	Populasi	Sampel
1.	X IPA 1	36	36	36
2.	X IPA 2	36	36	36
3.	X IPA 3	36	36	31
4.	X IPA 4	36	36	36
5.	X IPA 5	36	36	29
6.	X IPA 6	36	36	27
7.	X IPA 7	36	36	33
8.	X IPA 8	36	36	36
9.	X IPA 9	36	36	34
10.	X IPS 1	36	36	35
11.	X IPS 2	36	36	33
12.	X IPS 3	36	36	24
Jumlah		432	432	390

### 3.4 Definisi Operasional Variabel

Penelitian yang dilakukan peneliti memiliki dua variabel yaitu *fear of missing out* sebagai variabel X dan *self-esteem* sebagai variabel Y. Definisi operasional kedua variabel adalah sebagai berikut.

#### 3.4.1 Definisi Operasional *Fear of Missing Out*

*Fear of Missing Out* merupakan ketakutan akan melewatkan momen atau peristiwa yang dialami oleh orang lain. Perasaan takut membuat individu menjadi lebih sering mengecek gawai untuk tetap *up to date* terhadap kegiatan orang lain. *Fear of Missing Out* atau FoMO terjadi sebab tidak terpenuhinya beberapa aspek berikut.

1. Kebutuhan psikologis *competence*. Individu seharusnya merasakan mampu untuk berhasil dan mampu untuk menjadi lebih baik. Sebaliknya, individu yang mengalami FoMO cenderung merasa kehidupan orang lain lebih baik.
2. Kebutuhan psikologis *autonomy*. Individu yang mengalami FoMO tidak merasakan bahwa individu ikut andil dalam segala pilihan yang akan dipilih dalam bertindak.
3. Kebutuhan psikologis *relatedness*. Individu seharusnya memiliki perasaan keterkaitan dengan orang lain. Sementara itu, individu yang mengalami FoMO cenderung untuk terus mencari tahu kegiatan individu lain.

#### **3.4.2 Definisi Operasional *Self-Esteem***

*Self-esteem* merupakan penilaian individu terhadap kemampuan individu yang didapatkan dari pengalaman, pencapaian, dan umpan balik dari individu lain sehingga individu merasakan diri mampu. Individu dapat dikatakan memiliki *self-esteem* yang rendah maupun tinggi berdasarkan aspek berikut.

1. *Significance* yang diukur dari perhatian dan afeksi yang diberikan oleh orang lain. Semakin besar perhatian dan afeksi yang diterima maka semakin besar perasaan berharga individu.
2. *Power* yang diukur dari kemampuan individu untuk menentukan pilihan akan tindakan yang dilakukan. Individu akan merasa lebih berharga apabila diberikan kekuatan untuk menentukan pilihan atas tindakan.
3. *Competence* yaitu kemampuan individu dalam mengerjakan suatu hal. Apabila individu mampu untuk melakukan suatu hal maka individu akan merasa berharga.
4. *Virtue* yang diukur dari ketaatan individu terhadap moral dan etika. Individu akan merasa berharga apabila memiliki pemahaman akan moral dan etika yang sesuai.

#### **3.5 Instrumen Penelitian**

Pengumpulan data untuk penelitian menggunakan penyebaran instrumen kepada peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Garut untuk mengetahui gambaran *Fear of Missing Out* dan *Self-Esteem*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian

merupakan adaptasi dari Przybylski dkk. (2013) yaitu *Fear of Missing Out Scale* dan *Coopersmith Self-Esteem Inventory* (1967).

Instrumen *Fear of Missing Out* menggunakan skala likert. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ada lima pilihan yaitu sama sekali tidak menggambarkan saya, agak menggambarkan saya, cukup menggambarkan saya, sangat menggambarkan saya, dan benar-benar menggambarkan saya.

Instrumen *Self-Esteem* menggunakan skala guttman. Penggunaan skala guttman akan mendapatkan jawaban tegas seperti “ya atau tidak”, “positif atau negatif”, “pernah dan tidak pernah”, dan lainnya. Pada penelitian menggunakan pilihan jawaban “seperti saya” dan “tidak seperti saya”.

### 3.5.1 Kisi-Kisi Instrumen

Kisi-kisi instrumen *fear of missing out* disusun berdasarkan aspek yang ada pada *fear of missing out* yaitu tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *relatedness*, *autonomy*, dan *competence*. Kisi-kisi instrumen *self-esteem* disusun berdasarkan aspek yang ada dalam *self-esteem* yaitu *power*, *significance*, *virtue*, dan *competence*.

**Tabel 3.2**

**Kisi-kisi Instrumen *Fear of Missing Out***

No	Aspek	Indikator	Nomor Item		Σ
			(+)	(-)	
1.	Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis <i>relatedness</i>	a. Merasa cemas ketika tidak dapat terlibat dalam pengalaman orang lain.	3, 4, 7, 9	-	4
		b. Merasa perlu untuk terus <i>update</i> tentang kegiatan diri sendiri dan orang lain.	8, 10	-	2
2.	Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis <i>competence</i>	a. Tidak dapat menerima bahwa orang lain memiliki pengalaman berharga yang lebih daripada diri	1, 2	-	2
		b. Merasa perlu untuk mengerti obrolan orang lain.	5	-	1

3	Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis <i>autonomy</i>	a. Tidak mampu untuk memilih pilihan yang baik untuk diri	6	-	1
<b>Jumlah</b>					10

**Tabel 3.3**  
**Kisi-kisi Instrumen *Self-Esteem***

No	Aspek	Indikator	Nomor Item		Σ
			(+)	(-)	
1.	<i>Power</i> (Kekuasaan)	a. Mampu menerima pengakuan dari orang lain.	11, 28	33, 53, 56	5
		b. Mampu menerima rasa hormat dari orang lain.	47, 34	46	3
		c. Kemampuan mengemukakan pendapat.	45, 48, 55	27, 52	5
		d. Kemampuan mengatur dan mengontrol orang lain..	32	39, 54	3
2.	<i>Significance</i> (Keberartian)	a. Dapat menerima diri sendiri.	2, 4, 7, 8, 20, 23, 24, 29, 57	1, 3, 6, 25, 30, 31, 37, 38, 44, 51, 58	20
		b. Mampu menerima perhatian dari orang lain.	5, 19, 41	15, 26, 49	6
		c. Mempunyai popularitas diri di antara orang lain.	18	43	2
3	<i>Virtue</i> (Kebajikan)	a. Menaati peraturan sesuai dengan moral dan etika yang telah ditetapkan	13	12, 40, 42	4
4.	<i>Competence</i> (Kompetensi)	a. Mampu menyelesaikan tugas yang diberikan.	14, 21, 36	16, 22, 35	6
		b. Mampu menyelesaikan masalah.	-	9	1

		c. Mampu memutuskan pilihan yang akan diambil.	10	17,50	3
<b>Jumlah</b>					58

### 3.5.2 Uji Coba Alat Pengumpul Data

Uji coba alat pengumpul data terdiri dari uji kelayakan instrumen, uji keterbacaan, uji validitas, dan uji reliabilitas.

#### 1) Uji kelayakan instrumen

Instrumen penelitian menggunakan adaptasi instrumen yang dibuat oleh Przybylski dkk. (2013) yaitu *Fear of Missing Out Scale* sebanyak 10 item dan *Coopersmith Self-Esteem Inventory* (1967) sebanyak 58 item. Uji kelayakan dalam penggunaan instrumen yaitu instrumen diterjemahkan oleh peneliti terlebih dahulu lalu instrumen diterjemahkan kembali oleh Balai Bahasa UPI sehingga mendapatkan hasil uji instrumen layak sebar dengan mengubah beberapa kata dalam pernyataan.

Hasil terjemahan kemudian dilakukan penimbangan instrumen oleh dua dosen ahli yaitu dosen pembimbing Dr. Yusi Riksa Yustiana, M.Pd. dan Dr. Eka Sakti Yudha, M.Pd. penimbangan instrumen bertujuan untuk menguji kelayakan instrumen dilihat dari segi konstruk, isi, dan Bahasa pada instrumen. Hasil penimbangan instrumen oleh dosen ahli yaitu hampir seluruh item sudah memadai untuk layak sebar, hanya saja ada beberapa item yang perlu diubah dan dihilangkan pemilihan kata agar pernyataan item lebih efektif dan mudah dipahami.

#### 2) Uji keterbacaan

Uji keterbacaan dilakukan kepada lima peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Garut. Pengujian dilakukan agar peneliti mengetahui seberapa jauh instrumen yang telah disusun dipahami oleh responden. Pada proses uji keterbacaan, peneliti membagi pernyataan instrumen ke dalam dua kelompok yaitu paham dan tidak paham. Pernyataan yang dipahami oleh responden akan memilih kelompok paham sedangkan apabila ada kalimat yang kurang dipahami, responden memilih kelompok tidak paham dan menuliskan kalimat pernyataan yang lebih dipahami. Berikut hasil uji keterbacaan yang dilakukan peneliti.

**Tabel 3.4**  
**Hasil Uji Keterbacaan Instrumen *Fear of Missing Out***

Keterangan	No. Pernyataan	Jumlah
Paham	3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10	8
Tidak Paham	1, 2	2

Berdasarkan hasil uji keterbacaan instrumen *fear of missing out* terdapat dua butir pernyataan yang diberikan opini oleh responden. Pada pernyataan butir 1 dan 2, pemilihan kata “takut” lebih baik diganti menjadi “cemas”.

**Tabel 3.5**  
**Hasil Uji Keterbacaan Instrumen *Self-Esteem***

Keterangan	No. Pernyataan	Jumlah
Paham	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58	8
Tidak Paham	20, 41	2

Berdasarkan hasil uji keterbacaan instrumen *fear of missing out* terdapat dua butir pernyataan yang diberikan opini oleh responden. Pada pernyataan butir 20, pemilihan kata “tidak pernah tidak bahagia” lebih baik diganti menjadi “jarang sekali tidak bahagia”. Pernyataan butir 40 pun, pemilihan kata “tidak pernah malu” lebih baik diganti menjadi “jarang sekali malu”

### 3) Uji validitas

Uji validitas dilakukan pada instrumen *fear of missing out* dan *self-esteem*. Uji validitas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui tepat atau tidak penggunaan instrumen dalam penelitian. Pengujian validitas menggunakan *software IBM SPSS Statistics 20* dengan *Spearman's rho*. Instrumen dinyatakan valid apabila  $r_s > 0.098$ . Hasil uji validitas adalah sebagai berikut.

#### a. Instrumen *Fear of Missing Out*

Hasil uji validitas instrumen *fear of missing out* disajikan di tabel 3.6.

**Tabel 3.6****Hasil Uji Validitas Instrumen *Fear of Missing Out***

Item Valid	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10
Item Tidak Valid	-

b. Instrumen *Self-Esteem*

Hasil uji validitas instrumen *self-esteem* disajikan di tabel 3.7

**Tabel 3.7****Hasil Uji Validitas Instrumen *Self-Esteem***

Item Valid	2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58
Item Tidak Valid	9, 25, 28

## 4) Uji reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan pada instrumen *fear of missing out* dan *self-esteem*. Uji reliabilitas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui keajegan instrumen yang digunakan. Pengujian reliabilitas menggunakan software *IBM SPSS Statistics 20* dengan metode *split half*. Kategori koefisien derajat reliabilitas (Drummond dan Jones, 2010) disajikan dalam tabel 3.8.

**Tabel 3.8****Klasifikasi Koefisien Reliabilitas**

<b>Klasifikasi</b>	<b>Rentang Skor</b>
<i>Very High</i>	>0.90
<i>High</i>	0.80-0.90
<i>Acceptable</i>	0.70-0.79
<i>Moderate/Acceptable</i>	0.60 – 0.69
<i>Low/Unacceptable</i>	<0.59

Berikut hasil uji reliabilitas pada instrumen *fear of missing out* dan *self-esteem*.

**Tabel 3.9**  
**Hasil Uji Reliabilitas Instrumen**

Instrumen	Nilai	Kriteria
<i>Fear of missing out</i>	0.653	<i>Acceptable</i>
<i>Self-esteem</i>	0.861	<i>High</i>

Berdasarkan uji reliabilitas pada instrumen *fear of missing out* berada pada kriteria *acceptable* dan *self-esteem* pada kriteria *high*. Kedua instrumen dapat diterima keajegannya dan dijadikan alat ukur penelitian.

### 3.6 Kisi-kisi Instrumen Setelah *Judgement* dan Uji Coba

Berdasarkan hasil *judgement* dan uji coba alat ukur, terdapat beberapa item yang harus direvisi. Berikut kisi-kisi instrumen *fear of missing out* setelah uji coba alat ukur.

**Tabel 3.10**  
**Kisi-kisi Instrumen *Fear of Missing Out***  
**(Setelah Uji Coba)**

No	Aspek	Indikator	Nomor Item		$\Sigma$
			(+)	(-)	
1.	Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis <i>relatedness</i>	a. Merasa cemas ketika tidak dapat terlibat dalam pengalaman orang lain.	3, 4, 7, 9	-	4
		b. Merasa perlu untuk terus <i>update</i> tentang kegiatan diri sendiri dan orang lain.	8, 10	-	2
2.	Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis <i>competence</i>	a. Tidak dapat menerima bahwa orang lain memiliki pengalaman berharga yang lebih daripada diri	1, 2	-	2
		b. Merasa perlu untuk mengerti obrolan orang lain.	5	-	1

3	Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis <i>autonomy</i>	a. Tidak mampu untuk memilih pilihan yang baik untuk diri	6	-	1
<b>Jumlah</b>					10

Sedangkan untuk kisi-kisi instrumen *self-esteem* setelah uji coba alat ukur adalah sebagai berikut.

**Tabel 3.11**  
**Kisi-kisi Instrumen *Self-Esteem***  
**(Setelah Uji Coba)**

No	Aspek	Indikator	Nomor Item		Σ
			(+)	(-)	
1.	<i>Power</i> (Kekuasaan)	a. Mampu menerima pengakuan dari orang lain.	11	33, 53, 56	4
		b. Mampu menerima rasa hormat dari orang lain.	47	46	2
		c. Kemampuan mengemukakan pendapat.	45, 55	52	3
		d. Kemampuan mengatur dan mengontrol orang lain..	32	39, 54	3
2.	<i>Significance</i> (Keberartian)	a. Dapat menerima diri sendiri.	2, 4, 7, 8, 23, 24, 29, 57	3, 30, 31, 37, 38, 44, 51, 58	16
		b. Mampu menerima perhatian dari orang lain.	5, 19	15, 26, 49	5
		c. Mempunyai popularitas diri di antara orang lain.	18	43	2
3	<i>Virtue</i> (Kebajikan)	a. Menaati peraturan sesuai dengan moral dan etika yang telah ditetapkan	-	12, 40, 42	3
4.	<i>Competence</i> (Kompetensi)	a. Mampu menyelesaikan tugas yang diberikan.	14, 21, 36	16, 22, 35	6
		b. Mampu menyelesaikan masalah.	-	-	0

		c. Mampu memutuskan pilihan yang akan diambil.	10	17,50	3
<b>Jumlah</b>					47

### 3.7 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu sebagai berikut.

- 1) Peneliti melakukan bimbingan kepada kedua dosen pembimbing terkait penelitian yang akan dilaksanakan.
- 2) Peneliti melakukan studi literatur mengenai variabel yang akan diteliti beserta instrumennya.
- 3) Peneliti melakukan terjemahan instrumen yang kemudian diterjemahkan oleh pihak balai Bahasa UPI.
- 4) Peneliti mengajukan permohonan *judgement* kepada kedua dosen pembimbing.
- 5) Peneliti mempersiapkan surat izin penelitian yang dibuat oleh Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan untuk diserahkan ke SMA Negeri 1 Garut.
- 6) Peneliti melakukan perizinan dan konfirmasi kepada pihak SMA Negeri 1 Garut untuk melakukan penelitian.
- 7) Peneliti menyampaikan maksud dan tujuan kepada pihak sekolah untuk melakukan penelitian dibantu oleh guru kelas X.
- 8) Peneliti diminta untuk menyebarkan kuesioner kepada peserta didik kelas X melalui aplikasi *whatsapp* dibantu oleh guru wali kelas.
- 9) Peneliti memastikan respon dari peserta didik yang masuk dan menyampaikan rasa terimakasih.
- 10) Peneliti menginformasikan ke pihak sekolah mengenai pengambilan data yang telah selesai.
- 11) Peneliti mendapatkan surat keterangan telah melakukan penelitian di SMA Negeri 1 Garut.
- 12) Peneliti melakukan skoring dan pengolahan data menggunakan aplikasi *IBM SPSS Statistic 20.0*.
- 13) Peneliti menjelaskan hasil yang telah diolah dan diperoleh.

14) Peneliti menyusun program layanan bimbingan dari data hasil penelitian.

### 3.8 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian terdiri dari verifikasi data, kategorisasi data dan uji korelasi.

#### 3.8.1 Verifikasi Data

Verifikasi data dilakukan untuk memeriksa data yang memadai untuk diolah. Proses verifikasi diawali dengan memeriksa data yang telah disebar dan kesesuaian data responden, memastikan responden mengisi kuesioner sesuai dengan petunjuk, memindahkan hasil kuesioner ke dalam *Microsoft Excel* dan diolah menggunakan *IBM SPSS Statistic 20*.

#### 3.8.2 Kategorisasi Data

##### 1) *Fear of Missing Out*

Gambaran *fear of missing out* remaja kelas X SMA Negeri 1 Garut dapat diketahui melalui kategorisasi. Setelah data diperoleh, data kemudian diolah dengan tujuan untuk mengetahui tingkatan kategori *fear of missing out* remaja kelas X SMA Negeri 1 Garut. Perhitungan secara statistik data *fear of missing out* peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Garut disajikan pada tabel 3.12.

**Tabel 3.12**

**Rata-rata dan Standar Deviasi *Fear of Missing Out***

N	Rata-Rata	Standar Deviasi
390	23.54	6.03

Pengkategorian didasarkan pada rentang skor menggunakan perhitungan sebagai berikut (Arikunto, 2015).

$$\begin{aligned} \text{Tinggi} &= X \geq (M + 1SD) \\ &= X \geq (23.54 + 6.03) \\ &= X \geq 29.57 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Sedang} &= (M - 1SD) \leq X < (M + 1SD) \\ &= (23.54 - 6.03) \leq X < (23.54 + 6.03) \end{aligned}$$

$$= 17.51 \leq X < 29.57$$

Rendah =  $X < (M - 1SD)$

$$X < (23.54 - 6.03)$$

$$X < 17.51$$

Interpretasi kategori *fear of missing out* dijelaskan pada tabel 3.13

**Tabel 3.13**

**Interpretasi Kategori *Fear of Missing Out***

Rentang Skor	Kategori	Interpretasi
$X \geq 29.57$	Tinggi	Individu yang memiliki <i>fear of missing out</i> yang tinggi cenderung tidak puas akan kebutuhan akan <i>competence, autonomy, dan relatedness</i> . Individu cenderung memiliki ketidakpuasan terhadap kehidupan dan suasana hati yang berubah-ubah.
$17.51 \leq X < 29.57$	Sedang	Individu yang memiliki <i>fear of missing out</i> yang sedang cenderung cukup puas akan kebutuhan akan <i>competence, autonomy, dan relatedness</i> . Individu cenderung memiliki sebagian ketidakpuasan terhadap kehidupan dan suasana hati yang kadang berubah-ubah.
$X < 17.51$	Rendah	Individu yang memiliki <i>fear of missing out</i> yang rendah cenderung puas akan kebutuhan akan <i>competence, autonomy, dan relatedness</i> . Individu cenderung memiliki kepuasan terhadap kehidupan dan suasana hati yang stabil.

(Pryzbylski dkk., 2013)

2) *Self-Esteem*

Gambaran *self-esteem* remaja kelas X SMA Negeri 1 Garut dapat diketahui melalui kategorisasi. Setelah data diperoleh, data kemudian diolah dengan tujuan untuk mengetahui tingkatan kategori *self-esteem* remaja kelas X SMA Negeri 1 Garut. Total item yaitu 58 item namun terdapat skala

kebohongan dalam instrumen pada item nomor 1, 6, 13, 20, 27, 34, 41, dan 48 sehingga nomor-nomor tersebut tidak diolah. Tiga item tidak terbukti valid sehingga total item yang digunakan pada instrumen sebanyak 47 item. Kategori ditetapkan berdasarkan penjumlahan respon “Seperti saya” pada item nomor 2, 4, 5, 10, 11, 14, 18, 19, 21, 23, 24, 29, 32, 36, 45, 47, 55, 57 serta “Tidak seperti saya” pada item nomor 3, 7, 8, 12, 15, 16, 17, 22, 26, 30, 31, 33, 35, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44, 46.

Perhitungan secara statistik data *self-esteem* peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Garut disajikan pada tabel 3.14.

**Tabel 3.14**  
**Rata-rata dan Standar Deviasi *Self-Esteem***

N	Mean	Standar Deviasi
390	29.34	6.045

Pengkategorian didasarkan pada rentang skor menggunakan perhitungan sebagai berikut (Arikunto, 2015).

$$\text{Tinggi} = X \geq (M + 1SD)$$

$$= X \geq (29.34 + 6.04)$$

$$= X \geq 34.38$$

$$\text{Sedang} = (M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$$

$$= (29.34 - 6.04) \leq X < (29.34 + 6.04)$$

$$= 23.30 \leq X < 34.38$$

$$\text{Rendah} = X < (M - 1SD)$$

$$X < (29.34 - 6.04)$$

$$X < 23.30$$

Interpretasi kategori *self-esteem* dijelaskan pada tabel 3.15

**Tabel 3.15**  
**Interpretasi Kategori *Self-Esteem***

Rentang Skor	Kategori	Interpretasi
$X \geq 34.38$	Tinggi	Individu yang memiliki <i>self-esteem</i> tinggi mencakup individu yang secara

		sosial dan akademik sukses dan puas mengenai kondisi yang dialami. Individu dikatakan memiliki <i>self-esteem</i> tinggi meskipun menerima penilaian yang rendah dari guru, penerimaan yang kurang baik dari teman sebaya, dan prestasi akademis yang kurang.
$23.30 \leq X < 34.38$	Sedang	Individu yang memiliki <i>self-esteem</i> sedang seringkali disebut sebagai anak rata-rata dan biasa. Individu yang berada pada tingkatan sedang cenderung bersikap stabil, cukup puas, dan memiliki prestasi akademis yang biasa saja
$X < 23.30$	Rendah	Individu yang memiliki <i>self-esteem</i> rendah meskipun mempunyai prestasi dan motivasi yang bagus cenderung untuk menetapkan standar diri yang tinggi agar dapat menjadi sukses di masa yang akan datang. Individu yang <i>self-esteem</i> rendah dan juga prestasi akademis rendah cenderung tidak berhasil secara sosial dan akademis.

(Coopersmith, 1967)

### 3.8.3 Uji Korelasi

Uji korelasi non parametrik menggunakan aplikasi IBM SPSS 20.0 dengan teknik analisis *spearman's rho*. Uji korelasi dilakukan dengan tujuan untuk menguji hipotesis penelitian mengenai ada atau tidak adanya hubungan *fear of missing out* dengan *self-esteem* pada peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Garut. Ketentuan kriteria uji hipotesis yaitu apabila nilai signifikansi  $> 0.05$  maka  $H_0$  gagal ditolak, sementara apabila nilai signifikansi  $< 0.05$  maka  $H_1$  diterima. Hipotesis penelitian secara statistik adalah sebagai berikut.

H<sub>0</sub> : Tidak terdapat hubungan antara *fear of missing out* dengan *self-esteem* pada peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Garut Tahun Ajaran 2020/2021.

H<sub>1</sub> : Terdapat hubungan antara *fear of missing out* dengan *self-esteem* pada peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Garut Tahun Ajaran 2020/2021.

### **3.9 Rencana Program Bimbingan dan Konseling Pribadi Sosial**

Rencana program bimbingan dan konseling pribadi sosial disusun berdasarkan deskripsi kebutuhan peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Garut. Deskripsi kebutuhan disusun berdasarkan tingkat *fear of missing out* dan *self-esteem* yang dihasilkan dari data yang diperoleh. Rancangan program bimbingan dan konseling pribadi sosial pada penelitian terdiri dari rasional, dasar hukum, visi dan misi, deskripsi kebutuhan, tujuan, komponen program, bidang layanan, rencana operasional, pengembangan tema, rancangan pelaksanaan layanan (RPL), rencana evaluasi dan tindak lanjut, anggaran biaya, serta sarana dan prasarana.