

BAB III METODE PENELITIAN

3.1. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian korelasional. Desain penelitian korelasional dilakukan untuk mendeskripsikan dan mengukur derajat atau hubungan antara dua variabel atau lebih (Creswell, 2016).

3.2. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini merupakan remaja akhir yang berdomisili di provinsi Jawa Barat. Karakteristik partisipan dalam penelitian ini yaitu remaja akhir dengan rentang usia 15-19 tahun, menggunakan media sosial *Twitter* secara aktif, dan tinggal di provinsi Jawa Barat. Karakteristik partisipan ditentukan dari data APJII tahun 2019 yang menjelaskan bahwa pengguna internet di Indonesia sebagian besar merupakan penduduk di Provinsi Jawa Barat dengan rentang usia remaja. Dalam menentukan sampel untuk penelitian ini, peneliti menggunakan *accidental sampling* sebagai teknik pengambilan sampel, yaitu mengambil sampel secara kebetulan bertemu dan sekiranya cocok sebagai partisipan penelitian (Sugiyono, 2017).

Dalam menentukan jumlah sampel, peneliti menggunakan rumus Lemeshow karena populasinya tidak diketahui. Rumusnya sebagai berikut:

$$n = \frac{Z^2 \times P(1-P)}{d^2}$$

Keterangan:

n = jumlah sampel

Z = tingkat kepercayaan signifikansi (95% = 1.96)

P = proporsi maksimal estimasi (0.5)

d = sampling error (5% = 0.05)

$$n = \frac{1.96^2 \times 0.5 (1-0.5)}{0.05^2}$$

$$n = \frac{3.8416 \times 0.25}{0.0025}$$

$$n = 384.16$$

Berdasarkan rumus Lemeshow, jumlah minimal sampel yang dapat digunakan sebagai partisipan penelitian adalah sebanyak 384.16 atau jika dibulatkan jumlahnya menjadi 385 sampel.

3.3. Variabel, Definisi Konseptual, dan Definisi Operasional

3.3.1. Variabel Penelitian

a. Variabel X₁

Variabel X₁ dalam penelitian ini adalah *Fear of Missing Out*.

b. Variabel X₂

Variabel X₂ dalam penelitian ini adalah Kesepian.

c. Variabel Y

Variabel Y dalam penelitian ini adalah *Psychological Well-Being*.

3.3.2. Definisi Konseptual

a. *Fear of Missing Out*

Menurut Przybylski, *et. al.* (2013), FoMO adalah perasaan tidak menyenangkan dan tidak nyaman ketika orang lain memiliki, mengetahui, dan melakukan sesuatu lebih banyak daripada dirinya.

b. Kesepian

Kesepian menurut Bruno (2000) adalah kondisi ketika individu merasa terasing dari lingkungan dan kurang memiliki hubungan sosial yang bermakna.

c. *Psychological Well-Being*

PWB menurut Ryff (1989) yaitu merupakan suatu keadaan ketika beberapa aspek seperti mental, fisik, dan perkembangan rentang hidup dapat berintegrasi dan berfungsi secara optimal.

3.3.3. Definisi Operasional

a. *Fear of Missing Out*

Fear of Missing Out pada penelitian ini adalah keadaan pada remaja akhir pengguna Twitter saat merasa tidak nyaman ketika orang lain mengetahui dan memiliki sesuatu lebih banyak daripada dirinya terutama di media sosial Twitter yang ditandai oleh dua aspek, yaitu tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *relatedness* dan *self*.

b. Kesepian

Kesepian pada penelitian ini merupakan sebuah kondisi subjektif pada remaja akhir pengguna Twitter ketika individu merasa terasing dan tidak terpenuhinya kebutuhan dalam membangun sebuah hubungan sosial yang dicirikan ke dalam delapan aspek, yaitu isolasi, penolakan, merasa tidak dicintai, merasa salah dimengerti, tidak memiliki sahabat, malas membuka diri, bosan, dan gelisah.

c. *Psychological Well-Being*

Psychological Well-Being pada penelitian ini merupakan kondisi pada remaja akhir pengguna Twitter ketika beberapa aspek berintegrasi dan berfungsi secara optimal, aspek-aspek tersebut yaitu memiliki tujuan hidup (*purpose in life*), hidup dengan mengikuti pilihan sendiri (*autonomy*), mampu mengembangkan diri (*personal growth*), mampu mengelola lingkungan (*environmental mastery*), dapat mengembangkan hubungan positif dengan orang lain (*positive relationship*), serta dapat menerima diri sendiri (*self acceptance*).

3.4. Instrumen Penelitian

Instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini meliputi tiga jenis alat ukur, yaitu:

3.4.1. Instrumen *Fear of Missing Out*

a. Spesifikasi Instrumen

Untuk mengukur *Fear of Missing Out*, peneliti menggunakan skala *Fear of Missing Out* yang dikembangkan oleh Przybylski dan diadaptasi oleh Nurshofia (2021). Skala ini terdiri dari 10 item yang dikelompokkan ke dalam dua dimensi, yaitu *relatedness* dan *self*. Skala ini kemudian akan diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia dan dimodifikasi sesuai kebutuhan penelitian. Rincian dimensi pengukuran dan item dikelompokkan ke dalam tabel berikut ini:

Tabel 3.1 Kisi-kisi Instrumen *Fear of Missing Out*

No.	Dimensi	Nomor Item	Jumlah
		<i>Favorable</i>	
1.	<i>Relatedness</i>	1, 2, 3, 4, 5, 7, 9	7
2.	<i>Self</i>	6, 8, 10	3
Total		10	10

b. Penskoran

Kuesioner ini diukur dengan menggunakan skala Likert dengan lima pilihan jawaban dengan rentang pemberian skor yang berbeda dari pernyataan yang mendukung (*favorable*) objek penelitian. Kelima pilihan jawaban tersebut diisi dengan angka yang terdiri dari 1 (satu) sampai 5 (lima) dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 3.2 Penskoran Instrumen *Fear of Missing Out*

Pilihan Jawaban	Skor
	<i>Item Favorable</i>
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1
Tidak Sesuai (TS)	2
Cukup Sesuai (CS)	3
Sesuai (S)	4
Sangat Sesuai (SS)	5

c. Kategorisasi Skor

Kriteria kategorisasi untuk variabel *Fear of Missing Out* yang digunakan dalam penelitian ini dibagi ke dalam dua kategori, yaitu

kategori rendah dan tinggi. Kategorisasi data ditentukan dari rata-rata populasi (Ihsan, 2020) dengan rumus sebagai berikut:

Tabel 3.3 Kategorisasi Skor *Fear Of Missing Out*

Kategorisasi	Rumus Kategorisasi
Rendah	$X < \mu$
Tinggi	$X \geq \mu$

d. Interpretasi Skor

Berdasarkan kategorisasi skor tersebut, dapat diketahui bahwa jika subjek mendapatkan skor tinggi artinya kecemasan dan rasa tertinggal saat tidak mengetahui informasi terutama di media sosial Twitter cenderung tinggi. Sebaliknya, jika subjek mendapatkam skor rendah artinya kecemaan dan rasa tertinggal saat tidak mengetahui informasi terutama di media sosial Twitter cenderung rendah.

3.4.2. Instrumen Kesepian

a. Spesifikasi instrumen

Untuk mengukur kesepian, peneliti menggunakan alat ukur yang dikembangkan oleh Bruno dan diadaptasi oleh Lorenza (2021). Skala ini terdiri dari 32 item dan ditunjukkan dalam tabel berikut:

Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrumen Kesepian

No.	Dimensi	Nomor Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Isolasi	1, 17	9, 25	4
2.	Penolakan	2, 18	10, 26	4
3.	Merasa salah dimengerti	3, 19	11, 27	4
4.	Merasa tidak dicintai	4, 20	12, 28	4
5.	Tidak memiliki sahabat	5, 21	13, 29	4
6.	Malas membuka diri	6, 22	14, 30	4
7.	Bosan	7, 23	15, 31	4
8.	Gelisah	8, 24	16, 32	4
Total		16	16	32

b. Penskoran

Skala kesepian terdiri dari lima pilihan jawaban dengan rentang skor yang berbeda pada item yang *favorable* dan item yang *unfavorable*. Kelima pilihan jawaban tersebut diisi dengan angka yang terdiri dari 1 (satu) sampai 5 (lima) dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 3.5 Penskoran Instrumen Kesepian

Pernyataan	Skor	
	Item <i>Favorable</i>	Item <i>Unfavorable</i>
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	5
Tidak Sesuai (TS)	2	4
Netral	3	3
Sesuai (S)	4	2
Sangat Sesuai (SS)	5	1

c. Kategorisasi Skor

Kriteria kategorisasi untuk variabel kesepian yang digunakan dalam penelitian ini dibagi ke dalam dua kategori, yaitu kategori rendah dan tinggi. Kategorisasi data ditentukan dari rata-rata populasi (Ihsan, 2020) dengan rumus sebagai berikut:

Tabel 3.6 Kategorisasi Skor Kesepian

Kategorisasi	Rumus Kategorisasi
Rendah	$X < \mu$
Tinggi	$X \geq \mu$

d. Interpretasi Skor

Berdasarkan kategorisasi skor, dapat diketahui jika subjek mendapatkan skor tinggi artinya kebutuhan remaja akhir pengguna Twitter di Jawa Barat akan hubungan sosial cenderung tidak terpenuhi dengan baik. Sebaliknya, jika subjek mendapatka skor rendah artinya kebutuhan remaja akhir pengguna media sosial Twitter di Jawa Barat akan hubungan sosial cenderung terpenuhi dengan baik.

3.4.3. Instrumen *Psychological Well-Being*

a. Spesifikasi instrumen

Untuk mengukur *Psychological Well-Being*, peneliti menggunakan alat ukur *Psychological Well-Being* yang dikembangkan oleh Ryff dan diadaptasi oleh Khairunnisa (2021). Skala ini terdiri dari 24 item yang dikelompokkan ke dalam enam dimensi. Kisi-kisi instrumen *Psychological Well-Being* ditunjukkan dalam tabel berikut:

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

No.	Dimensi	Nomor Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Autonomy</i>	2	1, 3, 4	4
2.	<i>Environmental mastery</i>	6, 7	5, 8, 9	5
3.	<i>Personal growth</i>	10	11, 12, 13, 14	5
4.	<i>Purpose in life</i>	16	15, 17	3
5.	<i>Positive relationship</i>	18	19, 20	3
6.	Penerimaan diri	21, 22	23, 24	4
Jumlah		8	16	24

b. Penskoran

Skala *Psychological Well-Being* menggunakan lima pilihan jawaban, dengan rentang skor yang berbeda pada item yang *favorable* dan item yang *unfavorable*. Kelima pilihan jawaban tersebut diisi dengan angka yang terdiri dari 1 (satu) sampai 5 (lima) dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 3.8 Penskoran Instrumen *Psychological Well-Being*

Pernyataan	Skor	
	Item <i>Favorable</i>	Item <i>Unfavorable</i>
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	5
Tidak Sesuai (TS)	2	4
Netral	3	3
Sesuai (S)	4	2
Sangat Sesuai (SS)	5	1

c. Kategorisasi Skor

Kriteria kategorisasi untuk variabel *Psychological Well-Being* yang digunakan dalam penelitian ini dibagi ke dalam dua kategori, yaitu kategori rendah dan tinggi. Kategorisasi data ditentukan dari rata-rata populasi (Ihsan, 2020) dengan rumus sebagai berikut:

Tabel 3.9 Kategorisasi Skor *Psychological Well-Being*

Kategorisasi	Rumus Kategorisasi
Rendah	$X < \mu$
Tinggi	$X \geq \mu$

d. Interpretasi Skor

Berdasarkan kategorisasi skor, dapat diketahui jika subjek mendapatkan skor tinggi, artinya subjek dapat mengelola kondisi mentalnya secara optimal. Sebaliknya, jika subjek mendapatkan skor rendah, artinya subjek kurang dapat mengelola kondisi mentalnya secara optimal.

3.5. Analisis Item dan Reliabilitas

Pada penelitian ini terdapat tiga alat ukur yang digunakan oleh peneliti, yaitu alat ukur *Fear of Missing Out*, kesepian, dan *Psychological Well-Being*.

3.5.1. Analisis Item

3.5.1.1. Alat Ukur *Fear of Missing Out*

Alat ukur *Fear of Missing Out* ini terdiri dari 10 item. Berdasarkan analisis item yang telah dilakukan pada penelitian sebelumnya oleh Nurshofia (2021), dari 10 item tersebut memiliki nilai item total statistik antara 0.470-0.748, yang artinya nilai item total statistik lebih besar dari R yaitu > 0.3 , sehingga seluruh item dapat dikatakan layak atau baik. Oleh karena itu, keseluruhan item pada alat ukur ini dapat digunakan untuk penelitian.

3.5.1.2. Alat Ukur Kesepian

Alat ukur kesepian ini terdiri dari 32 item. Berdasarkan analisis item yang telah dilakukan pada penelitian

sebelumnya oleh Lorenza (2021), 32 item tersebut memiliki nilai r antara 0.311-0.711, yang artinya nilai item total statistik $r > 0.3$ atau memiliki daya beda yang baik. Oleh karena itu, keseluruhan item pada alat ukur ini dapat digunakan untuk penelitian.

3.5.1.3. Alat Ukur *Psychological Well-Being*

Alat ukur *Psychological Well-Being* yang digunakan terdiri dari 30 item. Berdasarkan analisis item yang telah dilakukan pada penelitian sebelumnya oleh Khairunnisa (2021), terdapat 6 item yang gugur karena memiliki nilai $r < 0.3$. Setelah dilakukan uji coba ulang dengan membuang 6 item yang gugur, diperoleh nilai r antara 0.314-0.755. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan 24 item yang sudah valid dan layak digunakan untuk penelitian.

3.5.2. Reliabilitas

Setelah dilakukan analisis item, item-item akan dilakukan uji reliabilitas dengan menggunakan rumus *Alpha Cronbach* sebagai berikut:

$$\alpha = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma^2 b}{\sigma^2 t} \right]$$

Keterangan:

α = koefisien reliabilitas

k = jumlah item

$\sum \sigma^2 b$ = jumlah varians butir

$\sigma^2 t$ = varians total

Dalam menginterpretasi hasil penghitungan koefisien reliabilitas item, maka digunakan acuan dari Koefisien Reliabilitas Guilford (Dhamayanti, dkk., 2017) dalam tabel berikut:

Tabel 3.10 Koefisien Reliabilitas Guilford

Koefisien Reliabilitas	Interpretasi
0.1 – 0.20	Tidak reliabel
>0.20 – 0.40	Kurang reliabel
>0.40 – 0.60	Cukup reliabel
>0.60 – 0.80	Reliabel
>0.80 – 1.00	Sangat reliabel

3.5.2.1. Reliabilitas Alat Ukur *Fear of Missing Out*

Berdasarkan reliabilitas yang telah dilakukan oleh Nurshofia (2021) untuk variabel *Fear of Missing Out*, diperoleh nilai koefisien sebesar 0.827 atau sangat reliabel. Setelah dilakukan analisis reliabilitas oleh peneliti, diperoleh nilai koefisien sebesar 0.778, artinya alat ukur *Fear of Missing Out* pada penelitian ini reliabel.

3.5.2.2. Reliabilitas Alat Ukur Kesepian

Berdasarkan reliabilitas yang telah dilakukan oleh Lorenza (2021) untuk variabel kesepian, diperoleh nilai koefisien sebesar 0.935 atau sangat reliabel. Setelah dilakukan analisis reliabilitas oleh peneliti, diperoleh nilai koefisien sebesar 0.823, artinya alat ukur kesepian pada penelitian ini sangat reliabel.

3.5.2.3. Reliabilitas Alat Ukur *Psychological Well-Being*

Berdasarkan reliabilitas yang telah dilakukan oleh Khairunnisa (2021) untuk variabel *Psychological Well-Being*, diperoleh nilai koefisien sebesar 0.889 atau sangat reliabel. Setelah dilakukan analisis reliabilitas oleh peneliti, diperoleh nilai koefisien sebesar 0.831, artinya alat ukur *Psychological Well-Being* pada penelitian ini sangat reliabel.

3.6. Prosedur Penelitian

3.6.1. Tahap Persiapan Penelitian

- a. Studi kepustakaan mengenai *Fear of Missing Out*, kesepian, dan *Psychological Well-Being*.
- b. Menyusun instrumen *Fear of Missing Out*, kesepian, dan *Psychological Well-Being*.
- c. Mengonsultasikan instrumen yang akan digunakan dengan dosen pembimbing.
- d. Melakukan observasi populasi dan sampel melalui media sosial dan studi pendahuluan.

3.6.2. Tahap Pelaksanaan Penelitian

- a. Menyiapkan *form* kuesioner berupa tautan *form online*
- b. Menyebarkan kuesioner penelitian melalui media sosial Twitter, Instagram, Telegram, Line, dan WhatsApp dengan mencantumkan kriteria sampel yang diperlukan.
- c. Mengumpulkan data

3.6.3. Tahap Akhir Penelitian

- a. Menganalisis data dengan menguji data statistik menggunakan Microsoft Excel dan aplikasi SPSS *for windows* versi 28
- b. Merumuskan hasil penelitian dari data yang telah diperoleh
- c. Menarik kesimpulan hasil penelitian
- d. Menyusun laporan hasil penelitian

3.7. Teknik Analisis Data

Data penelitian yang telah masuk nantinya akan dilakukan uji hipotesis menggunakan analisis regresi berganda dengan menggunakan aplikasi SPSS *for windows* versi 28.

3.8. Uji Asumsi Klasik

Sebelum dilakukan analisis regresi, data harus dilakukan uji asumsi klasik terlebih dahulu sebagai prasyarat dalam melakukan analisis regresi. Terdapat dua langkah uji asumsi klasik yang dilakukan dalam penelitian ini, yaitu uji normalitas dan uji multikolinearitas.

3.8.1. Uji Normalitas

Tabel 3.11 Uji Normalitas Menggunakan SPSS ver. 28

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	
Unstandardized Residual	
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c	0.200

Berdasarkan tabel 3.11, dapat diketahui bahwa hasil uji normalitas untuk ketiga variabel sebesar 0.200. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa data berdistribusi normal karena ketiga variabel memiliki nilai signifikansi diatas 0.05.

3.8.2. Uji Multikolinearitas

Tabel 3.12 Hasil Uji Multikolinearitas Menggunakan SPSS ver 28

	Collinearity Statistics	
	Tolerance	VIF
FOMO	0.998	1.002
Kesepian	0.998	1.002

Berdasarkan tabel 3.12, dapat diketahui bahwa nilai *tolerance* yang diperoleh yaitu sebesar 0.998 yang berarti tidak terjadi gejala multikolinearitas karena nilai *tolerance* lebih dari 0.10. Untuk nilai VIFnya diperoleh sebesar 1.002 yang berarti tidak terjadi gejala multikolinearitas karena nilai VIF berada diantara 1-10.

Berdasarkan hasil uji normalitas dan uji multikolinearitas, data dalam penelitian ini dapat dikatakan memenuhi syarat untuk dilakukan analisis regresi berganda.