

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan yaitu metode kuantitatif korelasional. Korelasional adalah desain penelitian yang digunakan untuk mendeskripsikan dan mengukur tingkatan atau hubungan antara dua variabel atau lebih (Creswell, 2014). Desain ini digunakan karena sesuai dengan penelitian yang menguji hubungan kebahagiaan terhadap pengungkapan diri.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah sejumlah subjek yang berada dalam kelompok tertentu dan menjadi subjek penelitian (Rangkuti, 2017). Populasi dalam penelitian ini adalah pengguna Tiktok yang tinggal di Bandung Raya. Jumlah populasi di penelitian ini tidak diketahui jumlahnya.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang diambil sebagai representative dalam pengukuran data (Rangkuti, 2017). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *non-probability sampling* dengan *incidental sampling*. *Incidental sampling* mengambil sampel ketika peneliti bertemu dengan responden yang masuk ke dalam kategori populasi penelitian (Rangkuti, 2017). Selain itu, sampel yang akan digunakan memiliki karakteristik tertentu sebagai berikut:

- a. Memiliki akun dan aktif mengunggah video minimal satu kali dalam seminggu di Tiktok,
- b. berusia 17-25 tahun,
- c. tinggal di Bandung Raya,
- d. dan bersedia untuk menjadi partisipan penelitian ini.

Penentuan rentang usia tersebut didasarkan oleh minimal usia penggunaan aplikasi Tiktok yaitu 17 tahun. Bandung Raya meliputi, Kota Bandung, Kabupaten Bandung, Kabupaten Bandung Barat, Kota Cimahi, dan Kabupaten Sumedang. Partisipan juga harus aktif mengunggah video di Tiktok minimal satu kali dalam seminggu.

Peneliti menentukan jumlah sampel dengan menggunakan rumus *lemeshow* (Charan & Biswas, 2013) yaitu:

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

n = jumlah sampel

Z = nilai standard 95% = 1,96

p = perkiraan maksimal populasi = 50%

d = *sampling error* 5% = 0,05%

Berdasarkan rumus di atas, maka didapatkan sampel dengan jumlah sebagai berikut:

$$\begin{aligned} n &= \frac{Z^2 \times p (1 - p)}{d^2} \\ n &= \frac{1,96^2 \times 0,5 (1 - 0,5)}{0,05^2} \\ n &= \frac{3,84^2 \times 0,5 (0,5)}{0,0025} \\ n &= \frac{3,84^2 \times 0,25}{0,0025} \\ n &= \frac{0,96}{0,0025} \\ n &= 384 \end{aligned}$$

Oleh karena itu, jumlah minimal sampel yang harus didapatkan dalam penelitian ini sebanyak 384 sampel.

C. Variabel Penelitian

Variabel penelitian ini terdiri atas dua variabel yaitu variabel dependen dan variabel independen. Variabel X dalam penelitian ini adalah kebahagiaan dan variabel Y adalah pengungkapan diri.

D. Definisi Operasional

1. Definisi Operasional Kebahagiaan

Hills & Argyle (2002) menjelaskan kebahagiaan sebagai aspek utama yang dirasakan oleh individu dan terdiri atas kepuasan hidup, suasana hati, harga diri, dan pemikiran positif. Komponen kebahagiaan ini terbagi menjadi tiga, frekuensi afek positif, kepuasan yang dalam periode tertentu, dan ketiadaan perasaan negatif (seperti kecemasan dan depresi).

Definisi operasional dari kebahagiaan adalah emosi positif yang didasarkan pada *life satisfaction, joy, self-esteem, calm, self-control*, dan *self-efficacy* (Hills & Argyle, 2002). Skor tinggi pada kebahagiaan menunjukkan tingginya kebahagiaan pada individu. Sebaliknya, skor rendah pada kebahagiaan menunjukkan rendahnya kebahagiaan.

2. Definisi Operasional Pengungkapan Diri

Posey, dkk. (2010) mengungkapkan bahwa pengungkapan diri adalah proses mengungkapkan diri kepada orang lain yang dilakukan secara sukarela dan berisikan pemikiran, perasaan, dan pengalaman. Informasi atau pesan yang disampaikan dapat berupa perasaan, pemikiran, dan pengalaman.

Definisi operasional pengungkapan diri adalah adalah penyampaian informasi mengenai diri kepada orang lain yang didasarkan pada *intention, amount, valence, depth/intimacy*, dan *honest/accuracy* (Wheless & Grotz, 1976). Semakin tinggi skor pengungkapan diri semakin sering individu melakukan perilaku pengungkapan diri. Sebaliknya, semakin rendah skor pengungkapan diri maka semakin rendah pula perilaku pengungkapan dirinya.

E. Instrumen Penelitian

1. Instrumen Kebahagiaan

a. Identitas Instrumen

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ) yang disusun oleh Hills & Argyle (2002) dan telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Azmi

(2018). Alat ukur ini memiliki 29 item dengan 18 item *favorable* dan 11 item *unfavorable* yang terdiri atas enam dimensi yaitu, *life satisfaction*, *joy*, *self-esteem*, *calm*, *self-control*, dan *self-efficacy*. Skala yang digunakan adalah skala *likert* dengan enam alternatif jawaban yaitu, sangat tidak setuju, tidak setuju, hampir tidak setuju, hampir setuju, setuju, dan sangat setuju.

b. Penyekoran

Penyekoran jawaban pada instrumen OHQ disesuaikan dengan jenis item *favorable* dan *unfavorable*. Item *favorable* memiliki skor satu untuk jawaban sangat tidak setuju, dua untuk tidak setuju, tiga untuk hampir tidak setuju, empat untuk hampir setuju, lima untuk setuju, dan enam untuk sangat setuju. Sebaliknya, item *unfavorable* memiliki skor enam untuk sangat tidak setuju, lima untuk tidak setuju, empat untuk hampir tidak setuju, tiga untuk hampir setuju, dua untuk setuju, dan satu untuk sangat setuju.

c. Kisi-Kisi Instrumen Kebahagiaan

Tabel 3.5.1 Kisi-Kisi Instrumen Kebahagiaan

| Aspek | Nomor Item | | Jumlah |
|--------------------------|------------------|--------------------|--------|
| | <i>Favorable</i> | <i>Unfavorable</i> | |
| <i>Life satisfaction</i> | 3, 5, 8, 9, 17 | 6, 14, 24 | 8 |
| <i>Joy</i> | 2, 21, 22, 26 | 1, 19, 23, 29 | 8 |
| <i>Self-esteem</i> | 7, 16, 25 | 13, 28 | 5 |
| <i>Calm</i> | 12, 15, 18 | - | 3 |
| <i>Self-control</i> | 4, 11 | 10, 27 | 4 |
| <i>Self-efficacy</i> | 20 | - | 1 |
| Jumlah | | | 29 |

2. Instrumen Pengungkapan Diri

a. Identitas Instrumen Pengungkapan Diri

Instrumen yang digunakan untuk mengukur pengungkapan diri dalam penelitian ini adalah *Revised Self-Disclosure Scale (RSDS)* yang disusun oleh Wheelless & Grotz (1976) yang sudah diadaptasi

ke dalam Bahasa Indonesia oleh Fauzia, dkk. (2019) dan peneliti melakukan penyesuaian *platform* media sosial pada itemnya. Instrumen ini memiliki 26 item dengan 20 item *favorable* dan 6 item *unfavorable*. Skala *likert* digunakan dalam instrumen ini dengan empat alternatif pilihan jawaban yaitu, sangat tidak sesuai, tidak sesuai, sesuai, dan sangat sesuai

b. Penyekoran

Penyekoran pada instrumen RSDS disesuaikan dengan jenis item *favorable* dan *unfavorable*. Item *favorable* memiliki skor satu pada jawaban sangat tidak sesuai, dua untuk tidak sesuai, tiga untuk sesuai, dan empat untuk sangat sesuai. Item *unfavorable* memiliki skor empat untuk sangat tidak sesuai, tiga untuk tidak sesuai, dua untuk sesuai, dan satu untuk sangat sesuai.

c. Kisi-Kisi Instrumen Pengungkapan Diri

Tabel 3.5.2 Kisi-Kisi Instrumen Pengungkapan Diri

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

F. Data Pelengkap Penelitian

Data tambahan digunakan dalam penelitian ini yaitu, nama/inisial, usia, jenis kelamin, kota tempat tinggal, status pendidikan, pekerjaan, intensitas penggunaan Tiktok, dan isi video yang sering diunggah di Tiktok. Intensitas mengunggah video di Tiktok ditentukan dengan rerata mingguan dan pilihan yang disajikan yaitu, kurang dari 1 kali seminggu, 1 kali seminggu,

2-3 kali seminggu, 4-6 kali seminggu, dan setiap hari. Isi video yang sering diunggah di Tiktok memiliki pilihan curahan hati (curhat), komentar terhadap peristiwa/video orang lain, *vlog*, dan opsi untuk responden menjawab sendiri.

G. Proses Pengembangan Instrumen

Penelitian ini menggunakan dua instrumen yaitu *Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ) dari Hills & Argyle (2002) dan telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Azmi (2018) dan *Revised Self-Disclosure Scale* (RSDS) dari Wheelless & Grotz (1976) yang diadaptasi oleh Fauzia, dkk. (2019). Tahapan pengembangan instrumen yang digunakan sebagai berikut:

1. Modifikasi Instrumen

Peneliti melakukan modifikasi pada instrumen *Revised Self-Disclosure Scale* (RSDS) (Fauzia, Maslihah, & Ihsan, 2019). Modifikasi instrumen dilakukan karena kebutuhan penelitian yaitu pada media sosial Tiktok.

2. Uji Validitas Instrumen

Uji validitas yang digunakan yaitu melalui teknik *Pearson Product Moment*. Uji validitas ini digunakan pada instrumen *Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ) dan *Revised Self-Disclosure Scale* (RSDS) dengan 100 responden pengguna Tiktok di Bandung Raya.

Teknik *Pearson Product Moment* mengorelasikan skor item dengan skor total yang diperoleh. Apabila skor r hitung lebih besar dibanding r tabel maka item dinyatakan valid. Sebaliknya apabila r hitung lebih kecil dibanding r tabel maka item dinyatakan tidak valid. Nilai r tabel dilihat dengan total N dengan signifikansi 5%. Uji coba ini menggunakan 100 responden sehingga r tabel adalah 0,195.

a. Analisis item *Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ)

Tabel 3.5.3 Instrumen Kebahagiaan (Setelah Uji Coba)

| Dimensi | Sebelum Uji Coba | | Setelah Uji Coba | |
|---------|------------------|--------|------------------|--------|
| | No. item | Jumlah | No. item | Jumlah |
| | | | | |

| | | | | |
|--------------------------|------------------------------------|---|------------------------------------|---|
| <i>Life satisfaction</i> | 3, 5, 6, 8, 9, 14, 17, 24 | 8 | 3, 5, 6, 8, 9, 14, 17, 24 | 8 |
| Joy | 1, 2, 19, 21, 22, 23, 26, 29 | 8 | 1, 2, 19, 21, 22, 23, 26, 29 | 8 |
| Self-esteem | 7, 13, 16, 25, 28 | 5 | 7, 13, 16, 25, 28 | 5 |
| Calm | 12, 15, 18 | 3 | 12, 15, 18 | 3 |
| Self-control | 4, 10, 11 , 27 | 4 | 4, 10, 27 | 3 |
| Self-efficacy | 20 | 1 | 20 | 1 |
| Total item | 29 | | 28 | |

Tabel 3.5.3 menunjukkan satu item dinyatakan tidak valid karena memiliki r hitung lebih kecil dibanding r tabel. Item yang tidak valid adalah item 11. Item yang valid menjadi sejumlah 28 item. Maka alat ukur yang digunakan memakai item dengan perbaikan.

b. Analisis item *Revised Self-Disclosure Scale* (RSDS)

Tabel 3.5.4 Instrumen Pengungkapan Diri (Setelah Uji Coba)

| Dimensi | Sebelum Uji Coba | | Setelah Uji Coba | |
|------------------|-----------------------------------------------------|--------|-------------------|--------|
| | No. item | Jumlah | No. item | Jumlah |
| Intention | 1, 2, 3 | 3 | 1, 2, 3 | 3 |
| Amount | 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 | 7 | 4, 5, 6, 7, 8 | 5 |
| Valence | 11, 12, 13 | 3 | 11, 12, 13 | 3 |
| Depth/intimacy | 14, 15, 16, 17, 18, 19 , 20, 21 | 8 | 14, 15, 16, 17 | 4 |
| Honesty/accuracy | 22 , 23, 24, 25, 26 | 5 | 23, 24, 25, 26 | 4 |
| Total item | 26 | | 19 | |

Tabel 3.5.4 menunjukkan ada 7 item yang tidak valid karena memiliki r hitung lebih kecil dibanding r tabel. Item yang tidak valid yaitu, item 9, 10, 18, 19, 20, 21, dan 22. Item valid menjadi sejumlah 19 item.

3. Uji Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas menggunakan teknik *Cronbach-Alpha* pada aplikasi SPSS. Teknik ini dilakukan untuk mengetahui konsistensi hasil instrumen dalam pengukuran. Semakin besar koefisien reliabilitas instrumen maka semakin reliabel instrumen tersebut. Pada tabel 3.5.5 menunjukkan interpretasi dari koefisien reliabilitas sebagai berikut:

Tabel 3.5.5 Interpretasi Koefisien Reliabilitas

| Koefisien Reliabilitas | Interpretasi |
|------------------------|---------------|
| 0.0 – 0.2 | Sangat Rendah |
| 0.2 – 0.4 | Rendah |
| 0.4 – 0.6 | Sedang |
| 0.6 – 0.8 | Tinggi |
| 0.8 – 1.0 | Sangat Tinggi |

a. Reliabilitas Instrumen *Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ)

Tabel 3.5.6 Reliabilitas Instrumen Kebahagiaan

| <i>Reliability Statistics</i> | |
|-------------------------------|-------------------|
| <i>Cronbach's Alpha</i> | <i>N of items</i> |
| 0.905 | 28 |

Tabel 3.5.6 menunjukkan koefisien reliabilitas dari instrumen *Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ) yang berjumlah 28 item. Reliabilitas instrumen pada uji coba berada di angka 0.905 dan jika diinterpretasi maka memiliki reliabilitas yang sangat tinggi.

b. Reliabilitas Instrumen *Revised Self-Disclosure Scale* (RSDS)

Tabel 3.5.7 Reliabilitas Instrumen Pengungkapan Diri

| <i>Reliability Statistics</i> | |
|-------------------------------|-------------------|
| <i>Cronbach's Alpha</i> | <i>N of items</i> |
| 0.939 | 19 |

Tabel 3.5.7 menunjukkan koefisien reliabilitas dari instrumen *Revised Self-Disclosure Scale* (RSDS) yang berjumlah 19 item. Reliabilitas instrumen pada uji coba berada di angka 0.939 dan jika diinterpretasi maka memiliki reliabilitas yang sangat tinggi.

H. Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis korelasi *rank spearman* menggunakan aplikasi SPSS. Taraf signifikansi yang digunakan $\alpha = 0,05$. Jika signifikan (sig. $\leq 0,05$) maka H_0 ditolak dan jika signifikan (sig. $> 0,05$) maka H_0 diterima.

I. Prosedur Penelitian

1. Tahap Persiapan

- a. Merumuskan masalah yang akan diteliti.
- b. Menentukan variabel untuk diteliti.
- c. Melakukan kajian teori pada variabel kebahagiaan dan pengungkapan diri.
- d. Menentukan populasi serta sampel penelitian.
- e. Menentukan instrumen yang akan digunakan.
- f. Menyusun proposal sesuai dengan masalah dan variabel yang diteliti.
- g. Mengajukan proposal kepada dosen pembimbing skripsi.

2. Tahap Pengumpulan Data

- a. Mengambil data untuk uji coba melalui kuesioner secara daring.
- b. Melakukan uji validitas dan reliabilitas.
- c. Mengambil data berdasarkan sampel melalui kuesioner secara daring.
- d. Melakukan pengolahan serta analisis data.

3. Tahap Pelaporan

- a. Membahas berdasarkan teori dan penelitian terdahulu yang berkaitan.
- b. Membuat simpulan untuk penyusunan skripsi.