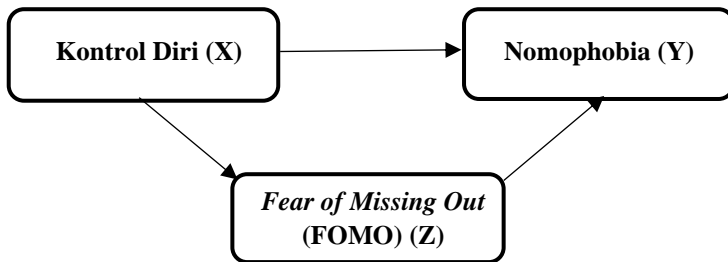


BAB III METODE

3.1 Desain Penelitian

Dalam penelitian ini, pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan model mediasi. Untuk menguji hipotesis utama dalam penelitian menggunakan model penelitian mediasi untuk menguji apakah terdapat peran dari variabel mediator (Z) dalam memediasi pengaruh variabel independent (X) terhadap variabel dependen (Y).



3.2 Populasi dan Sampel

3.2.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah generasi Z yang berusia 18 – 24 tahun di Bandung Raya. Jumlah populasi dari penelitian ini tidak diketahui secara pasti berhubung tidak ada data spesifik terbaru yang dapat ditemukan di Badan Pusat Statistik (BPS) maupun lembaga survei lainnya.

3.2.2 Sampel

Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan teori rumus Cochran. Rumus ini digunakan ketika jumlah populasi penelitian berjumlah besar dan tidak diketahui. Rumus Cochran dalam Sugiyono (2019) adalah sebagai berikut:

Farah Zhafirah, 2023

PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP NOMOPHOBIA YANG DIMEDIASI FEAR OF MISSING OUT (FOMO) PADA GENERASI Z DI BANDUNG RAYA

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

$$n = \frac{z^2 pq}{e^2}$$

keterangan:

n = jumlah sampel yang diperlukan

z = harga dalam kurva normal untuk simpangan 5%

p = peluang benar 50%

q = peluang salah 50%

e = tingkat kesalahan sampel (5%)

Berdasarkan rumus di atas maka didapatkan jumlah minimal sampel sebagai berikut:

$$n = \frac{z^2 pq}{e^2} = \frac{(1,96)^2 (1,5)(1,5)}{0,5^2} = 385 \text{ orang}$$

Jumlah minimal sampel menggunakan rumus Cochran adalah 385 orang. Berdasarkan acuan rumus tersebut peneliti menggunakan 502 orang sampel.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *non-probability sampling* berupa *accidental sampling*, yaitu suatu teknik pengambilan sampel secara insidental atau kebetulan, artinya siapapun yang bertemu dengan peneliti dan memiliki kriteria subjek dalam penelitian memiliki kesempatan yang sama untuk dijadikan sampel dalam penelitian (Sugiyono, 2019). Sampel penelitian diambil secara luring dan secara daring melalui *google form*.

3.3 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

3.3.1 Variabel Penelitian

a) Variabel bebas (X)

Variabel bebas dari penelitian ini adalah kontrol diri (*self-control*).

b) Variabel Mediator (Z)

Variabel mediasi dalam penelitian ini adalah *Fear of Missing Out* (FOMO).

Farah Zhafirah, 2023

PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP NOMOPHOBIA YANG DIMEDIASI FEAR OF MISSING OUT (FOMO) PADA GENERASI Z DI BANDUNG RAYA

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

b) Variabel terikat (Y)

Variabel terikat atau variabel *dependen* dari penelitian ini adalah *nomophobia*.

3.3.2 Definisi Operasional

a) Kontrol Diri (*self-control*)

Kontrol diri atau *self-control* merupakan kemampuan seseorang terutama oleh generasi Z yang berusia 18 – 24 tahun dalam membuat keputusan atas perilakunya agar individu tersebut memiliki perilaku yang positif dan terarah.

b) *Fear of Missing Out* (FOMO)

Fear of Missing Out atau FOMO adalah suatu perasaan takut yang dirasakan oleh generasi Z yang berusia 18 – 24 tahun saat harus kehilangan suatu momen yang berharga dan tidak dapat mengikuti apa yang dilakukan orang lain dalam media sosial. FOMO dapat dinilai melalui tiga dimensi yaitu ketakutan dan kecemasan akan kehilangan momen berharga dari individu, ketakutan dan kecemasan akan kehilangan momen berharga dari kelompok, dan Keinginan untuk tetap terhubung dengan apa yang orang lain lakukan.

c) *Nomophobia*

Nomophobia merupakan rasa takut, tidak nyaman, atau cemas yang dirasakan oleh generasi Z yang berusia 18 – 24 tahun ketika tidak memiliki akses untuk menggunakan atau mengakses ponsel dengan seluruh kenyamanan yang diberikannya. *Nomophobia* dapat dilihat melalui beberapa dimensi yaitu perasaan tidak dapat berkomunikasi, kehilangan konektivitas, tidak dapat mengakses informasi, dan menyerah pada kenyamanan.

3.4 Instrumen Penelitian

3.4.1 Kontrol Diri (*self-control*)

a) Spesifikasi Instrumen

Pengukuran kontrol diri dilakukan menggunakan *Brief Self-control Scale* (BSCS)

Farah Zhafirah, 2023

PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP NOMOPHOBIA YANG DIMEDIASI FEAR OF MISSING OUT (FOMO) PADA GENERASI Z DI BANDUNG RAYA

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

berdasarkan teori Tangney *et al.*, (2004) dengan versi yang lebih ringkas daripada alat ukur sebelumnya yaitu *Self-control Scale* (SCS). Alat ukur *Brief Self-control Scale* (BSCS) yang digunakan adalah adaptasi versi Indonesia oleh (Islami, 2020). *Brief Self-control Scale* (BSCS) ini memiliki 13 item dengan reliabilitas (*cornbach alpha*) sebesar 0,88. Instrumen BSCS ini bersifat unidimensional dalam artian hanya mengukur satu dimensi saja yaitu kontrol diri.

b) Kisi-kisi Instrumen

Kisi-kisi dari instrumen *Brief Self-Control Scale* (BSCS) dapat dilihat pada tabel 3.1 di bawah ini:

Tabel 3.1
Kisi-kisi *Brief Self-Control Scale* (BSCS)

No	Dimensi	Faktor	Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Kontrol Diri	Kebiasaan baik		1, 2, 3, 4, 5	5
		Tindakan yang tidak impulsif, etos kerja	6, 8	7, 9	4
		Disiplin diri, keajegan	11, 13	10, 12	4
Jumlah			4	9	13

c) Pengisian Kuisioner

Pengisian kuisioner dilakukan dengan cara penilaian angka terendah (1) hingga angka tertinggi (6) tergantung dengan kondisi yang dinilai paling sesuai dengan responden pada setiap itemnya. Kategori pilihan jawaban meliputi (1) Sangat Tidak Sesuai, (2) Tidak Sesuai, (3) Agak Tidak Sesuai, (4) Agak Sesuai, (5) Sesuai, dan (6) Sangat Sesuai.

d) Penyekoran

Tabel 3.2
Penyekoran Item *Brief Self-Control Scale* (BSCS)

Item	Skor Pernyataan					
	Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Agak Tidak Sesuai	Agak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai
<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5	6
<i>Unfavorable</i>	6	5	4	3	2	1

3.4.2 *Fear of Missing Out* (FOMO)

a) Spesifikasi Instrumen

Instrumen yang digunakan adalah *Fear of Missing Out Scale* (FOMOs) yang dibuat oleh Przybylski *et al.*, (2013) yang diadaptasi oleh (Putra, 2018). Alat ukur *Fear of Missing Out Scale* (FOMOs) yang telah diadaptasi ini memiliki reliabilitas atau *cornbach alpha* sebesar 0,79.

b) Kisi-kisi Instrumen

Kisi-kisi instrumen pada alat ukur *fear of missing out* (FOMO) adalah sebagai berikut:

Tabel 3.3
Kisi-kisi Instrumen *Fear of Missing Out* (FOMO)

No	Dimensi	Indikator	Item (<i>Favorable</i>)	Jumlah
1	Ketakutan dan kecemasan akan kehilangan momen berharga dari individu.	Selalu membagikan dan mengabadikan kejadian, pengalaman atau percakapan diri sendiri.	1, 2	2

Farah Zhafirah, 2023

PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP NOMOPHOBIA YANG DIMEDIASI FEAR OF MISSING OUT (FOMO) PADA GENERASI Z DI BANDUNG RAYA

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

No	Dimensi	Indikator	Item (Favorable)	Jumlah
2	Ketakutan dan kecemasan akan kehilangan momen berharga dari kelompok lain	Selalu menyaksikan suatu kejadian dan pengalaman pada kelompok lain	4, 5, 7	3
3	Keinginan untuk tetap terhubung dengan apa yang orang lain lakukan.	Terhubung suatu kejadian dan percakapan pada orang lain.	3, 9	2
Jumlah			7	

c) Pengisian Kuisisioner

Pengisian kuisisioner dilakukan dengan cara penilaian angka terendah (1) hingga angka tertinggi (5) tergantung dengan kondisi yang dinilai paling sesuai dengan responden pada setiap itemnya. Kategori pilihan jawaban meliputi (1) Sangat Tidak Sesuai, (2) Tidak Sesuai, (3) Cukup Sesuai, (4) Sesuai, dan (5) Sangat Sesuai.

d) Penyekoran

Tabel 3.4
Penyekoran Item *Fear of Missing Out Scale* (FOMOs)

Item	Skor Pernyataan				
	Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Cukup Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai
<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5

Farah Zhafirah, 2023

PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP NOMOPHOBIA YANG DIMEDIASI FEAR OF MISSING OUT (FOMO) PADA GENERASI Z DI BANDUNG RAYA

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

3.4.3 Nomophobia

a) Spesifikasi Instrumen

Instrumen yang digunakan adalah *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q) berdasarkan teori dari Yildirim & Correia (2013) yang diadaptasi oleh (Rafika, 2017). Alat ukur ini memiliki nilai reliabilitas atau *cornbach alpha* sebesar 0,95.

b) Kisi-kisi Instrumen

Tabel 3.5
Kisi-kisi Instrumen *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q)

No	Dimensi	Indikator	Item (<i>Favorable</i>)	Jumlah
1	Perasaan tidak dapat berkomunikasi (<i>Not being able to communicate</i>)	Rasa cemas saat tidak mampu atau kehilangan komunikasi untuk menghubungi orang lain dan tidak dapat dihubungi oleh orang lain secara intens.	9, 10, 11, 12, 13, 14	6
2	Kehilangan konektivitas (<i>Losing Connectedness</i>)	Rasa cemas saat <i>smartphone</i> kehilangan koneksi atau jaringan.	15, 16, 17, 18	4
3	Tidak dapat mengakses informasi (<i>Not being able to access information</i>)	Ketidaknyamanan seseorang saat kehilangan akses untuk mendapatkan informasi dari <i>smartphone</i> .	1, 2, 3	3
4	Menyerah pada kenyamanan (<i>Giving up convenience</i>)	Rasa menyerah pada <i>smartphone</i> atas segala kenyamanan yang diberikan dan keinginan	4, 5, 6, 7, 8	5

Farah Zhafirah, 2023

PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP NOMOPHOBIA YANG DIMEDIASI FEAR OF MISSING OUT (FOMO) PADA GENERASI Z DI BANDUNG RAYA

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

No	Dimensi	Indikator	Item (Favorable)	Jumlah
		untuk terus memanfaatkan <i>smartphone</i> hingga menimbulkan perasaan tidak nyaman ketika tidak bisa menggunakan <i>smartphone</i> .		
Jumlah				18

c) Pengisian Kuisisioner

Pengisian kuisisioner dilakukan dengan cara penilaian angka terendah (1) hingga angka tertinggi (6) tergantung dengan kondisi yang dinilai paling sesuai dengan responden pada setiap itemnya. Kategori pilihan jawaban meliputi (1) Paling Tidak Sesuai, (2) Sangat Tidak Sesuai, (3) Tidak Sesuai, (4) Sesuai, (5) Sangat Sesuai, dan (6) Paling Sesuai.

d) Penyekoran

Tabel 3.6
Penyekoran Item *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q)

Item	Skor Pernyataan					
	Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Agak Tidak Sesuai	Agak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai
<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5	6

Farah Zhafirah, 2023

PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP NOMOPHOBIA YANG DIMEDIASI FEAR OF MISSING OUT (FOMO) PADA GENERASI Z DI BANDUNG RAYA

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

3.5 Prosedur Penelitian

3.5.1 Persiapan

Pada tahap ini, peneliti mempersiapkan beberapa hal penting yang dibutuhkan dalam penelitian, yaitu:

- a. Melakukan studi literatur mengenai berbagai topik dan permasalahan masa kini yang sering terjadi
- b. Melakukan diskusi dan wawancara terkait fenomena dan permasalahan terkait
- c. Menentukan permasalahan, tujuan, dan manfaat dalam penelitian
- d. Menentukan populasi dan sampel dalam penelitian
- e. Menentukan alat ukur penelitian dan meminta permohonan izin kepada pihak yang memiliki instrumen penelitian tersebut

3.5.2 Pelaksanaan

Pada tahap ini, penyebaran kuisisioner dan pengolahan data penelitian mulai dilakukan dengan tahap sebagai berikut:

- a. Membuat kerangka sasaran responden dalam penelitian
- b. Menyebarkan kuisisioner secara langsung maupun secara daring melalui media sosial kepada responden penelitian

3.5.3 Pengolahan data

Pada tahap ini, data yang sudah terkumpul pada tahap sebelumnya akan dianalisis secara kuantitatif dengan bantuan *software* IBM SPSS-25. Setelah analisis data selesai, kemudian berdasarkan hasil tersebut akan dibuat kesimpulan penelitian.

3.6 Analisis Data

Dalam penelitian ini, teknik analisis data dilakukan menggunakan beberapa teknik yaitu:

Farah Zhafirah, 2023

PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP NOMOPHOBIA YANG DIMEDIASI FEAR OF MISSING OUT (FOMO) PADA GENERASI Z DI BANDUNG RAYA

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

3.6.1 Statistik deskriptif

Statistik deskriptif merupakan jenis umum statistik sederhana yang digunakan oleh peneliti untuk menggambarkan pola dasar dalam data (Neuman, 2014). Dalam perhitungan ini, data yang dilaporkan berupa distribusi data frekuensi seperti penghitungan mean, modus, median, dan interval data partisipan (misalnya data jenis kelamin, geografis, usia, dan lain-lain).

3.6.2 Statistik Inferensial

1. Uji Asumsi Klasik

Uji asumsi klasik merupakan uji prasyarat yang perlu dilakukan sebelum melakukan uji hipotesis dengan model regresi. Asumsi-asumsi yang harus terpenuhi di antaranya adalah uji normalitas, uji multikolinearitas, uji autokorelasi, dan uji heteroskedastisitas (Mardiatmoko, 2020).

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang digunakan memiliki distribusi yang normal atau tidak. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*. Hasil dari uji normalitas dengan bantuan aplikasi IBM SPSS versi 25 ini dapat dilihat pada tabel 3.7 di bawah ini:

Tabel 3.7
Hasil Uji Normalitas Data

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
Unstandardized Residual		
N		502
Normal Parameters^{a,b}	Mean	0.0000000
	Std. Deviation	13.44528693

Farah Zhafirah, 2023

PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP NOMOPHOBIA YANG DIMEDIASI FEAR OF MISSING OUT (FOMO) PADA GENERASI Z DI BANDUNG RAYA

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

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
Most Extreme Differences	Absolute	0.031
	Positive	0.023
	Negative	-0.031
Test Statistic		0.031
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200

Berdasarkan hasil uji normalitas di atas, dapat diketahui bahwa nilai Asymp.Sig. (2-tailed) memiliki nilai 0,200. Syarat suatu data terdistribusi normal adalah jika nilai signifikansi atau nilai probabilitas > dari $\alpha = 0,05$ (Mardiatmoko, 2020). Oleh karena itu, nilai signifikansi dalam penelitian ini memiliki nilai yang menunjukkan bahwa data yang digunakan memiliki distribusi normal.

b. Uji Heteroskedastisitas

Pengujian heteroskedastisitas bertujuan untuk menguji suatu model regresi untuk mengetahui apakah terjadi ketidaksamaan varians dari residual dalam satu pengamatan ke pengamatan lainnya. Jika varians tetap dari satu pengamatan ke pengamatan lainnya, maka data tersebut disebut homoskedastisitas atau tidak mengalami gejala heteroskedastisitas. Model regresi yang baik ialah model yang di dalamnya tidak terjadi heteroskedastisitas.

Tabel 3.8
Hasil Uji Heteroskedastisitas

		Correlations			
			X	Z	Unstandardized Residual
Spearman's rho	Kontrol Diri (X)	Correlation Coefficient	1.000	-.339*	-0.003

Farah Zhafirah, 2023

PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP NOMOPHOBIA YANG DIMEDIASI FEAR OF MISSING OUT (FOMO) PADA GENERASI Z DI BANDUNG RAYA

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

Correlations				
		X	Z	Unstandardized Residual
	Sig. (2-tailed)		0.000	0.938
	N	502	502	502
<i>Fear of Missing Out (Z)</i>	Correlation Coefficient	-.339*	1.000	0.015
	Sig. (2-tailed)	0.000		0.732
	N	502	502	502
Unstandardized Residual	Correlation Coefficient	-.003	0.015	1.000
	Sig. (2-tailed)	0.938	0.732	
	N	502	502	502

****.** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Uji heteroskedastisitas yang dilakukan dalam penelitian ini adalah menggunakan uji korelasi *rank spearman rho*. Jika nilai signifikansi dari *Unstandardized Coefficients Residual* pada variabel X dan Z memiliki nilai $>0,05$ maka tidak terjadi gejala heteroskedastisitas dan begitu pula sebaliknya. Hasil dari pengujian heteroskedastisitas dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel 4.15 di atas.

Berdasarkan hasil uji heteroskedastisitas yang dilakukan melalui SPSS 25 tersebut dapat diketahui bahwa nilai signifikansi variabel kontrol diri (X) adalah 0,938 dan nilai signifikansi dari variabel *fear of missing out* (Z) adalah 0,732. Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut memiliki nilai signifikansi di atas 0,05 yang artinya tidak terjadi gejala heteroskedastisitas.

Farah Zhafirah, 2023

PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP NOMOPHOBIA YANG DIMEDIASI FEAR OF MISSING OUT (FOMO) PADA GENERASI Z DI BANDUNG RAYA

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

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan uji regresi linear dan uji regresi jalur yang memiliki tujuan untuk memperoleh nilai signifikansi dari variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y) setelah dikontrol oleh variabel mediator (Z). Hal tersebut sesuai dengan model hubungan kausal yang dijelaskan oleh tokoh Baron & Kenny (1986) yang menyatakan bahwa pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat akan berkurang dan tidak signifikan, atau bahkan bernilai nol setelah melewati jalur atau diintervensi oleh variabel mediator.

Selanjutnya, untuk menguji hipotesis utama dalam penelitian ini yaitu hipotesis mediasi digunakan uji sobel (*sobel test*) untuk menguji hipotesis mediasi dengan rumus berikut:

$$Z = \frac{ab}{S_{ab}}$$

Nilai S_{ab} diperoleh menggunakan rumus berikut:

$$S_{ab} = \sqrt{b^2sa^2 + a^2sb^2 + sa^2sb^2}$$

Keterangan:

- S_{ab} : Besarnya eror pengaruh tidak langsung
- A : jalur variabel independen (X) dengan variabel mediasi (Z)
- B : jalur variabel mediasi (Z) dengan variabel dependen (Y)
- S_a : Standar eror koefisien a
- S_b : Standar eror koefisien b