

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Rancangan Penelitian**

Dalam sebuah penelitian perlu adanya rancangan penelitian guna mempermudah dalam menyelesaikan penelitian. Langkah selanjutnya yang dapat diambil yaitu pencarian informasi dan data yang akurat serta relevan terkait dengan masalah penelitian yang diteliti. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah suatu proses menemukan pengetahuan yang menggunakan data berupa angka sebagai alat menemukan keterangan mengenai apa yang kita ketahui.<sup>1</sup> Dari judul penelitian ini dapat kita ketahui bahwa terdapat dua variabel di dalamnya, yaitu:

1. Variabel Bebas (*Independent Variabel*)

Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahannya dan timbulnya variabel terikat.<sup>2</sup> Variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah durasi penggunaan media sosial.

2. Variabel Terikat (*Dependent Variabel*)

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat adanya variabel bebas.<sup>3</sup> Variabel terikat (Y) dalam penelitian ini adalah kestabilan emosi.

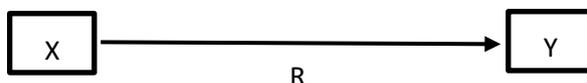
---

<sup>1</sup> Deni Darmawan, *Metode Penelitian Kuantitatif*. (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2014). Hal: 37.

<sup>2</sup> Ibid., hal: 39.

<sup>3</sup> Ibid., hal: 40

Untuk hubungan dari kedua variabel tersebut dapat kita lihat dari gambar bagan dibawah ini:



Gambar 1. Hubungan antara durasi penggunaan media sosial dengan kestabilan emosi

Keterangan:

X : Durasi penggunaan media sosial

Y : Kestabilan emosi

R : Korelasi X terhadap Y

## B. Populasi dan Sampel

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk di pelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>4</sup> Populasi dari penelitian ini adalah para siswa MAN 1 Kota Kediri pengguna media sosial yang berjumlah 1129 dan penulis mengambil 265 siswa untuk menjadi sampel di penelitian ini.<sup>5</sup> Penentuan jumlah sampel Isaac dan Michael dari populasi tertentu dengan taraf kesalahan 1%, 5% dan 10% sebagai berikut<sup>6</sup>

<sup>4</sup> Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian* (Bandung: Alfabeta, 2013), hal: 61.

<sup>5</sup> Ibid., hal: 62.

<sup>6</sup> Sugiyono, *Metodologi Penelitian Pendidikan (Pendidikan Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D)*, (Bandung: Alfabeta, 2010). Hal: 128

N	s			N	s			N	s		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%		1%	5%	10%
10	10	10	10	280	197	155	138	2800	537	310	247
15	15	14	14	290	202	158	140	3000	543	312	248
20	19	19	19	300	207	161	143	3500	558	317	251
25	24	23	23	320	216	167	147	4000	569	320	254
30	29	28	27	340	225	172	151	4500	578	323	255
35	33	32	31	360	234	177	155	5000	586	326	257
40	38	36	35	380	242	182	158	6000	598	329	259
45	42	40	39	400	250	186	162	7000	606	332	261
50	47	44	42	420	257	191	165	8000	613	334	263
55	51	48	46	440	265	195	168	9000	618	335	263
60	55	51	49	460	272	198	171	10000	622	336	263
65	59	55	53	480	279	202	173	15000	635	340	266
70	63	58	56	500	285	205	176	20000	642	342	267
75	67	62	59	550	301	213	182	30000	649	344	268
80	71	65	62	600	315	221	187	40000	653	345	269
85	75	68	65	650	329	227	191	50000	655	346	269
90	79	72	68	700	341	233	195	75000	658	346	270
95	83	75	71	750	352	238	199	100000	659	347	270
100	87	78	73	800	363	243	202	150000	661	347	270
110	94	84	78	850	373	247	205	200000	661	347	270
120	102	89	83	900	382	251	208	250000	662	348	270
130	109	95	88	950	391	255	211	300000	662	348	270
140	116	100	92	1000	399	258	213	350000	662	348	270
150	122	105	97	1100	414	265	217	400000	662	348	270
160	129	110	101	1200	427	270	221	450000	663	348	270
170	135	114	105	1300	440	275	224	500000	663	348	270
180	142	119	108	1400	450	279	227	550000	663	348	270
190	148	123	112	1500	460	283	229	600000	663	348	270
200	154	127	115	1600	469	286	232	650000	663	348	270
210	160	131	118	1700	477	289	234	700000	663	348	270
220	165	135	122	1800	485	292	235	750000	663	348	270
230	171	139	125	1900	492	294	237	800000	663	348	271
240	176	142	127	2000	498	297	238	850000	663	348	271
250	182	146	130	2200	510	301	241	900000	663	348	271
260	187	149	133	2400	520	304	243	950000	663	348	271
270	192	152	135	2600	529	307	245	1000000	663	348	271
								∞	664	349	272

Teknik *sampling* yang digunakan peneliti untuk menentukan sampel dalam penelitian adalah teknik *cluster sampling*. Menurut Sugiono teknik *cluster sampling* adalah teknik yang digunakan bilamana populasi tidak terdiri dari individu-individu, melainkan terdiri dari kelompok-kelompok individu atau cluster.<sup>7</sup>

<sup>7</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: UPI PRESS, 2016), hal: 82.

### C. Definisi Operasional

No.	Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Kategori	Alat Ukur	Skala Ukur
1	Variabel Bebas	Durasi penggunaan media sosial mengacu pada lamanya pengguna media sosial menggunakan media sosialnya dalam interaksi <i>online</i> melalui berbagai fitur media sosial di <i>smartphone</i> .	Memberikan pertanyaan melalui penyebaran angket berupa kuesioner	Angket durasi penggunaan media sosial ini berisi pertanyaan mengenai tipe penggunaan, kepemilikan media sosial, dan durasi penggunaan media sosial yang dinyatakan dalam intensitas waktu dan jumlah jam dalam sehari	Kuesioner dikembangkan dengan skala Guttman. Kuesioner berisi pertanyaan.	Ordinal
No.	Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Kategori	Alat Ukur	Skala Ukur
2	Variabel Terikat	Kestabilan emosi adalah kemampuan suatu sistem emosi, yang terdapat pada individu dewasa yang normal, untuk secara otomatis mempertahankan keseimbangannya dengan efisien di bawah kondisi yang penuh tekanan	Hasil dari skala yang disebarkan akan menunjukkan tingkat kestabilan emosi yang dimiliki oleh subjek	Skor tingkat kestabilan emosi dengan penilaian: Favorabel: 1,2,3,4. Unfavorable: 4.3.2.1	Menggunakan skala yang disusun berdasarkan indikator kestabilan emosi dari Chaturvedi & Chander, yaitu optimisme, empati, kemandirian/ otonomi, ketenangan, toleransi.	Ordinal

### D. Pengumpulan Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Sumber data primer merupakan data yang diperoleh secara

langsung dari sumber pertama.<sup>8</sup> Dalam penelitian ini sumber data primer diperoleh dari observasi pada siswa-siswi MAN 1 Kota Kediri yang menggunakan media sosial dan pada hasil angket yang telah dibagikan dan diisi oleh responden. Sumber data sekunder adalah data yang bukan diusahakan sendiri pengumpulannya oleh peneliti, atau data yang sebelumnya sudah diolah oleh sumber atau peneliti lain.<sup>9</sup> Dalam penelitian ini sumber data sekunder antara lain adalah buku, artikel, jurnal, dan penelitian lain yang sudah dilakukan oleh penelitian sebelumnya.

Dalam penelitian ini akan menggunakan kuisioner dengan jenis angket dan skala psikologi sebagai alat ukur untuk mengumpulkan data. Adapun skala psikologi adalah suatu alat ukur yang memiliki karakteristik khusus.<sup>10</sup> Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket durasi penggunaan media sosial dan skala kestabilan emosi.

#### 1. Angket Durasi Penggunaan Media Sosial

Peneliti menyertakan angket yang bertujuan untuk mengetahui apakah subjek menggunakan media sosial. Angket durasi penggunaan media sosial ini berisi pertanyaan mengenai kepemilikan media sosial, tipe pengguna media sosial dan durasi penggunaannya dinyatakan dalam jumlah jam dalam seminggu. Dengan keterbatasan teori mengenai durasi penggunaan media sosial, maka peneliti tidak mendapatkan dasar yang jelas tentang jumlah maksimal atau minimal durasi penggunaan media

---

<sup>8</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan*. (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2010). Hal: 137.

<sup>9</sup> Ibid., hal: 138.

<sup>10</sup> Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi Edisi Kedua*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), Hal: 6.

sosial. Maka subjek dapat mengisi secara bebas jumlah jam yang mereka habiskan dalam menggunakan media sosial.

## 2. Skala Kestabilan Emosi

Skala kestabilan emosi disusun oleh peneliti dengan mengacu pada indikator kestabilan emosi yang diajukan oleh Chaturvedi & Chander yaitu: optimisme, empati, kemandirian/otonomi, ketenangan, serta toleransi. Skala kestabilan emosi menggunakan jenis skala likert, yaitu skala yang menggunakan metode meminta subjek menyatakan kesetujuan atau ketidaksetujuan dari pernyataan yang terdapat dalam skala.

Skala ini merupakan skala tertutup dengan menggunakan empat kategori jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala memiliki dua macam item yaitu *favorable* dan *unfavorable*. nilai untuk jawaban *favorable* adalah: 4 untuk pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS), 3 untuk pilihan jawaban Sesuai (S), 2 untuk pilihan jawaban Tidak Sesuai (TS), 1 untuk pilihan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS). Sedangkan nilai untuk *unfavorable* adalah: 1 untuk pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS), 2 untuk pilihan jawaban Sesuai (S), 3 untuk pilihan jawaban Tidak Sesuai (TS), dan 4 untuk pilihan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS).

Variabel	Aspek	Indikator	Item		Jumlah	Bobot (%)
			F	UF		
Kestabilan Emosi	Kematangan emosi	Optimis	1, 11, 21, 31, 40	6,16,26	8	20%
		Kemandirian/Otonomi	2, 12, 22, 32	7, 17, 27, 36	8	20%

	Respon emosi	Empati	3, 13, 23, 33	8, 18, 28, 37	8	20%
		Ketenangan	4, 14, 24, 34	9, 19, 29, 38	8	20%
	Kontrol emosi	Toleransi	5, 15, 25, 35	10, 20, 30, 39	8	20%
Jumlah					40	100%

Tabel 1. *Blue Print* Skala Kestabilan Emosi

### E. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner pengukuran durasi penggunaan media sosial. Setiap kuesioner terdapat beberapa pertanyaan. Item pertanyaan untuk pengukuran durasi penggunaan media sosial mengadopsi item pertanyaan yang digunakan oleh Wang *et al* dengan pemberian alternatif jawaban penggunaan waktu dalam jam per hari dan berskala ordinal. Sementara itu, uji reliabilitas pengukuran pada setiap item pertanyaan melalui nilai *Cronbach's Alpha* berkisar nilai 0,77 hingga 0,95. Meskipun demikian, penelitian pada skripsi ini tetap melakukan pengujian validitas dan reliabilitas atas pengukuran variabel durasi penggunaan media sosial berdasarkan pada hasil tanggapan keseluruhan.

Jenis skala yang digunakan adalah skala *likert*. Skala *likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang mengenai fenomena alam maupun fenomena sosial.<sup>11</sup> Aitem-aitem dalam skala ini berisi empat jawaban pertanyaan antara lain: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Setiap

---

<sup>11</sup> Ibid., Hal: 92.

jawaban memiliki nilai yang berbeda antara aitem *favorable* dan aitem *unfavorable*

Jawaban	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Tidak Sesuai	2	3
Sangat Tidak Sesuai	1	4

.Tabel 2. Skoring Aitem

## F. Analisis Data

Analisis data disebut juga pengolahan data dan penafsiran data. Analisis data adalah rangkaian kegiatan penelaah, pengelompokan, sistematis, penafsiran, dan verifikasi data agar sebuah fenomena memiliki sebuah nilai sosial, akademis, dan ilmiah. Analisis data yang digunakan peneliti adalah analisis regresi linier sederhana. Analisis regresi linier sederhana mempelajari apakah antara dua variabel atau lebih memiliki hubungan/pengaruh atau tidak, mengukur kekuatan pengaruhnya dan membuat ramalan yang didasarkan kepada kuat lemahnya pengaruh/hubungan tersebut.<sup>12</sup> Regresi sederhana didasarkan pada hubungan fungsional ataupun kausal satu variabel dependen.<sup>13</sup> Analisis data diperoleh dan diolah menggunakan *SPSS for Windows 16.0 Version*. Analisis data dalam penelitian ini akan mencakup kegiatan mendeskripsikan, menganalisis hasil kuantitatif, serta menarik kesimpulan data yang terkumpul. Adapun langkah-langkah untuk analisis data yaitu:

<sup>12</sup> Kadir, *Statistika Terapan: Konsep, Contoh Dan Analisis Data Dengan Program SPSS/Isrel Dalam Penelitian*, (Depok: Rajagrafindo Persada, 2015), hal: 176

<sup>13</sup> Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian* (Bandung: Alfabeta, 2013), hal: 261.

### 1. Tabulasi Data

Tabulasi data berupa pemindahan data yang berupa skor ke dalam tabel-tabel yang sudah ditentukan, menghitung dan mengkategorikan dalam kelompok-kelompok tertentu. Tabulasi data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara menyajikan data berupa durasi penggunaan media sosial dan kestabilan emosi serta mengkategorikan ke dalam tingkatan tinggi, sedang, rendah.

### 2. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk menguji ketepatan suatu alat ukur berdasarkan fungsi ukurnya. Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan uji validitas isi yang berupa validasi terhadap item-item dalam tes melalui *professional judgement*.<sup>14</sup>

### 3. Uji Reliabilitas

Uji reabilitas digunakan untuk menguji kestabilan, keajegan, kepercayaan suatu alat ukur. Alat ukur yang baik adalah alat ukur yang memiliki tingkat kesalahan yang sedikit.<sup>15</sup> Dalam penelitian ini menggunakan uji reliabilitas instrumen menggunakan formula koefisien *Alpha Cronbach* dari *SPSS for Windowa 16.0 version*.

---

<sup>14</sup> Syaifuddin Azwar, *Dasar-Dasar Psikometri (edisi kedua)*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2015), Hal: 95-97.

<sup>15</sup> Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi (Edisi dua)*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), Hal: 111.

#### 4. Uji Asumsi

##### a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui normal tidaknya data yang digunakan. Sebaran dikatakan normal apabila hasil analisis  $p > 0,5$ . Apabila  $p < 0,5$  maka data tersebut tidak terdistribusi normal.

##### b. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui hubungan linear yang terbentuk antara dua variabel. Hubungan antara kedua variabel X dan variabel Y dapat dikatakan linear apabila skor *linearity* menunjukkan  $p < 0,05$  dan *deviation from linearity* menunjukkan  $p > 0,05$ .

##### c. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel durasi penggunaan media sosial dengan variabel kestabilan emosi dan seberapa besar hubungan antara variabel durasi penggunaan media sosial dengan kestabilan emosi pada remaja akhir di MAN 1 Kota Kediri. Teknik yang digunakan untuk analisis data yaitu menggunakan uji korelasi product moment. Uji korelasi *product moment* digunakan untuk menjelaskan kekuatan dan arah hubungan antara dua variabel.<sup>16</sup>

---

<sup>16</sup> Tulus Winarsunu, *Statistik dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*. (Malang: UMM Press, 2015), 168.