

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

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

Metode penelitian adalah serangkaian langkah sistematis yang dilakukan untuk mengungkap kebenaran dalam suatu kajian ilmiah. Proses ini diawali dengan perumusan masalah berdasarkan pemikiran kritis atau penelitian - penelitian terdahulu, yang kemudian melahirkan hipotesis awal. Dengan memanfaatkan referensi dan persepsi dari penelitian terdahulu, data yang terkumpul diolah dan dianalisis secara mendalam, hingga pada akhirnya menghasilkan suatu kesimpulan yang valid. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Hardani, penelitian kuantitatif adalah sebuah pendekatan ilmiah yang sistematis dan terstruktur untuk mengkaji fenomena serta hubungan-hubungan yang terkait dengannya.<sup>45</sup> Penelitian kuantitatif sangat mengutamakan hasil yang objektif melalui penyebaran kuesioner. Berdasarkan pernyataan tersebut penelitian ini fokus ke arah korelasi antara variabel independen dan dependen, yang mana penelitian ini mengarah pada mendeskripsikan suatu masalah.

#### **B. Variabel Penelitian**

Menurut Ali, variabel adalah objek yang menjadi fokus utama dalam suatu penelitian.<sup>46</sup> Untuk menentukan variabel, diperlukan dukungan

---

<sup>45</sup> Syafrida Hafni Sahir, *Metodologi penelitian*, (Universitas Medan Area: KBM INDONESIA, 2021). 25

<sup>46</sup> *Ibid.* 26

teoritis yang diperjelas melalui hipotesis penelitian. Variabel penelitian ini adalah :

1. Variabel Bebas (X), yaitu variabel yang mempengaruhi variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu *Self - Esteem*.
2. Variabel Terikat (Y), yaitu variabel yang dipengaruhi variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini yaitu *Problematic Internet Use*.

### **C. Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian di Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuludin dan Dakwah yang terletak di Jalan Sunan Ampel Kelurahan Ngronggo Kecamatan Kota Kota Kediri.

### **D. Populasi Dan Sampel**

Populasi adalah seluruh objek yang berada dalam suatu wilayah dan memenuhi persyaratan tertentu yang terkait dengan masalah penelitian, atau seluruh unit atau individu dalam ruang lingkup yang akan diteliti. Menurut Sugioyono, populasi merupakan wilayah generalisasi yang mencakup objek atau subjek dengan kualitas dan karakteristik tertentu yang ditentukan oleh peneliti untuk diteliti dan kemudian dianalisis untuk diambil kesimpulannya.<sup>47</sup>

Populasi di dalam penelitian ini adalah Mahasiswa UIN Syekh Wasil Kediri Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Prodi Psikologi Islam Angkatan 2022 berjumlah 236. Berdasarkan pra survey dengan mahasiswa Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah yang mengalami *Problematic Internet Use* adalah 60 responden. Sampel diambil

---

<sup>47</sup> Sugioyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2013).80

menggunakan teknik sampel jenuh, di mana seluruh populasi dijadikan sampel (N=60). Sampel jenuh adalah teknik pengambilan sampel dengan melibatkan seluruh anggota populasi karena jumlahnya kecil dan dianggap mampu mewakili karakteristik populasi secara menyeluruh.<sup>48</sup>

### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Pengumpulan data adalah prosedur yang sistematis dan standar untuk memperoleh data yang diperlukan. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan Kuesioner (Angket). Kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Metode ini dinilai efisien apabila peneliti telah memahami variabel yang akan diukur dan mengetahui apa yang dapat diharapkan dari responden. Kuesioner juga sangat sesuai digunakan ketika jumlah responden cukup besar dan tersebar di wilayah yang luas. Bentuk kuesioner dapat terdiri dari pertanyaan atau pernyataan tertutup maupun terbuka, serta dapat disampaikan secara langsung, melalui pos, atau internet.<sup>49</sup>

### **F. Instrumen Penelitian**

Instrumen merupakan alat atau sarana yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data agar prosesnya lebih mudah dan hasilnya lebih optimal, yaitu lebih akurat, lengkap, dan sistematis, sehingga data tersebut lebih mudah untuk diolah. Instrumen penelitian berfungsi untuk mengukur

---

<sup>48</sup> Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2019). 124.

<sup>49</sup> *Ibid.* 142

nilai variabel yang sedang diteliti.<sup>50</sup> Oleh karena itu, jumlah instrumen yang diperlukan dalam penelitian akan ditentukan oleh banyaknya variabel yang diteliti. Penelitian ini menggunakan skala *likert* untuk membuat instrument penelitian.

Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pandangan, dan persepsi individu atau kelompok terhadap suatu fenomena sosial yang telah ditetapkan secara spesifik oleh peneliti sebagai variabel penelitian. Dengan menggunakan skala Likert, variabel yang akan diukur diuraikan menjadi indikator-indikator variabel. Selanjutnya, indikator tersebut dijadikan dasar untuk menyusun butir-butir instrumen yang dapat berbentuk pernyataan atau pertanyaan.<sup>51</sup> Dalam skala Likert ada dua macam pernyataan, yaitu *favoriable* dan *unfavoriable*. Penelitian ini akan digunakan yaitu skala *Self – Esteem* dan skala *Problematic Internet Use*.

#### 1. Skala *Self – Esteem*

*Self - esteem* merupakan penilaian individu terhadap dirinya yang mencakup rasa percaya diri, penghargaan, dan penerimaan diri. Menurut Reasoner terdapat 5 indikator untuk mengukur *self esteem* meliputi:<sup>52</sup>

- a. Perasaan aman (*Felling of Security*)
- b. Perasaan menghormati diri (*Feeling of identity*)
- c. Perasaan diterima (*Feeling of Belonging*)
- d. Perasaan mampu (*Feeling Of Competence*)
- e. Perasaan Berharga (*Feeling of Worth*)

<sup>50</sup> S. Arikunto. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2013) 192.

<sup>51</sup> *Ibid.* 93

<sup>52</sup> A. Kusniawati & M. A. Kader. "Pengaruh Self Esteem Dan Self Efficacy Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan (Studi Kasus pada Pegawai RSUD Kabupaten Ciamis)". *Business Management and Entrepreneurship Journal*, 2(4), (2021) 53-62.

**Tabel 3. 1 Blueprint Skala Self - Esteem**

No.	Dimensi	Indikator	Favoriabile	Unfavoriabile	Jumlah	Bobot
1.	<i>Felling of Security</i>	Merasa terlindungi dari ancaman fisik maupun psikologis	1,2	30,37,50	5	5%
		Tidak merasa cemas berinteraksi sosial	3,4,42	29,36	5	10%
2.	<i>Feeling of identity</i>	Bangga akan jati diri	5,6	28,34,41	5	10%
		Mampu mengekspresikan pendapat	7,38	27,33	4	10%
3.	<i>Feeling of Belonging</i>	Mendapatkan dukungan sosial	8,9	26,35	4	10%
		Tidak merasa kesepian atau diabaikan meskipun dalam situasi sosial	10,39,43	24,25	5	15%
4.	<i>Feeling Of Competence</i>	Mampu memecahkan masalah	11,12	23,31,44	5	10%
		Memiliki keterampilan teknis atau sosial yang relevan untuk aktivitas yang dijalani	13,14,45	21,22	5	10%
5.	<i>Feeling of Worth</i>	Merasakan pengakuan dan apresiasi dari lingkungan sosial	15,16,47	20,32,46	6	10%
		Merasa mampu memberi inspirasi, bantuan, atau motivasi	17,40,48	18,19,49	6	10%
<b>Total</b>			<b>25</b>	<b>25</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

## 2. Skala *Problematic Internet Use*

*Problematic Internet Use* merupakan sikap atau perilaku individu yang mengalami masalah penggunaan internet yang berlebihan yang mana bisa berdampak negatif bagi penggunanya. Dampak yang ditimbulkan bisa dilihat dari kondisi fisik, Kesehatan psikologis, lingkungan sosial dan relasi terhadap orang. Menurut Caplan, menyebutkan bahwa terdapat empat dimensi, yaitu:<sup>53</sup>

<sup>53</sup> A. Hasanah. "Hubungan Antara *Problematic Internet Use* Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Smk Tritech Informatika Medan" (Doctoral Dissertation : Universitas Medan Area, 2023).

- a. *POSI (Preference for Online Social Interaction)*
- b. *Mood Regulation*
- c. *Deficient Self-Regulation*
- d. *Negative Outcomes*

**Tabel 3. 2 Blueprint Skala Problematic Internet Use**

No.	Dimensi	Indikator	Favoriabile	Unfavoriabile	Jumlah	Bobot
1.	<i>POSI (Preference for Online Social Interaction)</i>	Merasa lebih percaya diri dalam berkomunikasi online dibanding tatap muka	1,2	3,4,33	5	15%
		Merasa lebih aman dari penilaian negatif saat berinteraksi secara online	5,6	7,8,34	5	15%
2.	<i>Mood Regulation</i>	Mengakses media online untuk meningkatkan mood atau merasa lebih bahagia.	9,10,35	11,12,37	6	10%
		Menghabiskan waktu online untuk menghindari masalah nyata	13,14,36	15,16	5	15%
3.	<i>Deficient Self-Regulation</i>	Merasa terdorong untuk online walaupun tidak ada kebutuhan penting	17,18	19,20,38	5	15%
		Kesulitan menghentikan aktivitas online secara berlebihan.	21,22,39	23,24	5	10%
4.	<i>Negative Outcomes</i>	Pekerjaan, tugas, atau kewajiban terganggu akibat terlalu banyak online	25,26	27,31	4	10%
		Menurunnya performa akademik atau pekerjaan	28,29	30,32,40	5	10%
<b>Total</b>			<b>19</b>	<b>21</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

## G. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses mengolah data penelitian yang telah dikumpulkan untuk diubah menjadi informasi yang lebih mudah dibaca dan dipahami saat disajikan. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data

statistik parametrik dengan uji hipotesis yang memanfaatkan teknik korelasi product moment. Analisis dilakukan melalui SPSS 25. Teknik ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan serta menguji hipotesis terkait keterkaitan antara dua variabel yang memiliki skala interval atau rasio, di mana kedua variabel tersebut berasal dari sumber data yang sama.

## 1. Uji Instrumen

### a. Uji Validitas

Uji validitas adalah uji instrument data untuk mengetahui sejauh mana suatu aitem mampu mengukur apa yang ingin diukur. Suatu aitem dianggap valid apabila memiliki korelasi yang signifikan dengan skor totalnya.<sup>54</sup> Validitas diuji dengan mengkorelasikan skor dan nilai dari setiap pernyataan yang diberikan oleh responden. Pengujian validitas skala ini dilakukan dengan menggunakan teknik *Correlation Product Moment* dengan bantuan program SPSS 25 for window.

### b. Uji Realibilitas

Realibilitas merupakan indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur itu dapat dipercaya atau dapat diandalkan.<sup>55</sup> Suatu instrumen dianggap reliabel apabila dapat menghasilkan penilaian yang konsisten terhadap apa yang diukur. Pada penelitian ini, menggunakan metode Cronbach's Alpha dan dianalisis dengan bantuan software SPSS 25 for Windows.

---

<sup>54</sup> Fidia Astuti, *Statistika Psikologi Analisis Data Dengan SPSS*, (Malang:Litnus,2024) 6.

<sup>55</sup> *Ibid...* 5

## 2. Uji Asumsi Klasik

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan prosedur yang digunakan untuk mengetahui apakah data berasal dari populasi yang terdistribusi normal atau berada dalam sebaran normal. Uji normalitas dilakukan untuk menentukan apakah data yang diperoleh terdistribusi normal atau tidak.<sup>56</sup> Pada penelitian ini Metode *One Sample Kolmogorov-Smirnov* digunakan untuk menilai distribusi data. Dasar keputusan yang digunakan berdasarkan hasil signifikansi, dimana jika nilai signifikansi  $< 0,05$  maka data dinilai tidak berdistribusi normal. Sedangkan jika nilai signifikansi  $> 0,05$  maka data berdistribusi normal.<sup>57</sup> Selanjutnya, uji normalitas akan dihitung dengan memanfaatkan software IBM SPSS Statistic 25 for Windows.

### b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan linear yang signifikan antara dua atau lebih variabel yang diuji. Pengujian ini umumnya digunakan sebagai salah satu syarat dalam analisis korelasi atau regresi linear. Pengujian ini dilakukan terhadap kedua variabel dengan menggunakan *test of linearity* pada tingkat signifikansi 0,05. Apabila nilai signifikansi  $\geq 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear antara variabel bebas dan variabel terikat, dan sebaliknya.<sup>58</sup>

---

<sup>56</sup> Nuryadi, *Dasar-Dasar Statistik Penelitian*, (Yogyakarta:Sibuku Media, 2017), 79.

<sup>57</sup> Fidia Astuti, *Statistika Psikologi Analisis Data Dengan SPSS*, (Malang:Litnus, 2024), 17

<sup>58</sup> Cruisietta Kaylana Setiawan, "Pengaruh Green Marketing Dan Brand Image Terhadap Keputusan Pembelian Produk The Body Shop Indonesia", *Jurnal Ilmiah M-Progress*, Vol. 10, No. 1, 2020.

### 3. Uji Hipotesis

Hipotesis adalah asumsi sementara mengenai adanya hubungan antara dua atau lebih variabel. Dalam penelitian ini, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan teknik *Pearson Product Moment Correlation* dengan bantuan software IBM SPSS 25 *for Windows*. Kriteria pengujiannya adalah jika  $r_{hitung}$  lebih kecil dari  $r_{tabel}$  maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Sebaliknya, apabila  $r_{hitung}$  lebih besar dari  $r_{tabel}$  maka  $H_a$  diterima.