

BAB III

METODE PENELITIAN

A. RANCANGAN PENELITIAN

Pendekatan Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif. Menurut Creswell metode pendekatan kuantitatif merupakan metode-metode untuk menguji teori-teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antar variabel. Variabel-variabel biasanya diukur dengan instrument penelitian sehingga data yang terdiri dari angka-angka dapat dianalisis berdasarkan prosedur-prosedur statistik.⁵⁰

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasional. Jenis penelitian korelasional bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antar variabel. Korelasi merupakan teknik analisis yang termasuk dalam salah satu pengukuran hubungan untuk melihat hubungan antar variabel satu dengan variabel lainnya. Selain mengukur ada tidaknya hubungan antar variabel, korelasi juga dapat digunakan untuk mengukur seberapa besar kekuatan hubungan antara dua variabel.⁵¹

B. VARIABEL PENELITIAN

Variabel independen adalah variabel yang memengaruhi atau menjadi sebab perubahan pada variabel lain. Sementara itu, variabel dependen adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel independen. Menurut Sugiyono, variabel terdiri dari variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen).⁵² Dalam penelitian ini, variabel independen (X) adalah Stres, yaitu kondisi psikologis seseorang yang diduga dapat memengaruhi perilaku tertentu. Sedangkan variabel dependen (Y) adalah Kecenderungan *nomophobia*, yaitu kondisi kecemasan atau ketakutan berlebihan ketika tidak dapat mengakses ponsel. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk

⁵⁰ Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. (4th ed.). SAGE Publications,

⁵¹ Sarwono, J. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Graha Ilmu.

⁵² Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

mengetahui apakah stres berhubungan dengan kecenderungan mengalami *nomophobia*.

C. LOKASI PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di TP-PKK Desa Sanggrahan, Kecamatan Prambon, Kabupaten Nganjuk. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada pertimbangan bahwa kegiatan TP-PKK di desa tersebut aktif dilaksanakan, baik secara formal di balai desa maupun secara informal di lingkungan warga, seperti dalam kegiatan pengajian atau pertemuan kelompok ibu-ibu.

Lokasi ini memberikan kemudahan bagi peneliti untuk melakukan observasi langsung terhadap interaksi sosial, tingkat partisipasi anggota, serta pola komunikasi yang terbentuk dalam kegiatan TP-PKK. Dengan demikian, lokasi ini dinilai relevan dan mendukung pencapaian tujuan penelitian, yaitu untuk memahami keterlibatan anggota TP-PKK dalam proses pemberdayaan masyarakat di tingkat desa.

D. POPULASI DAN SAMPEL

1. Populasi

Menurut Sugiyono populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi tidak hanya terbatas pada manusia, tetapi juga dapat berupa benda, hewan, tumbuhan, gejala, atau nilai tes, sepanjang memiliki karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti.⁵³

Dalam penelitian ini, populasi yang ditetapkan adalah seluruh ibu-ibu yang tergabung dalam kelompok PKK dan masih aktif di Desa Sanggrahan pada tahun 2025. Populasi ini dipilih karena dianggap relevan dengan variabel yang diteliti, serta diharapkan mampu memberikan data yang representatif dalam menjawab rumusan masalah. Berdasarkan data

⁵³ Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta, hlm 32.

yang diperoleh dari pengurus PKK setempat, jumlah total anggota aktif PKK di Desa Sanggrahan adalah sebanyak 81 orang.

2. Sampel

Menurut Sugiyono, sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Penentuan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik Purposive Sampling. Menurut Sugiyono, teknik purposive sampling adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu yang dinilai memiliki keterkaitan erat dengan ciri-ciri atau karakteristik populasi yang akan diteliti.

Alasan peneliti menggunakan teknik ini adalah untuk memastikan bahwa subjek yang diteliti memiliki informasi atau kriteria yang sesuai dengan tujuan penelitian, sehingga data yang diperoleh lebih akurat dan representatif. Adapun kriteria (inklusi) yang ditetapkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Ibu PKK di Desa Sanggrahan yang masih aktif.
2. Responden berada pada rentang usia 30-59 tahun (kategori usia produktif).

Berdasarkan penerapan kriteria tersebut, dari total populasi awal sebanyak 81 orang, terdapat 6 orang yang tidak memenuhi kriteria, sehingga diperoleh jumlah sampel akhir sebanyak 75 responden. Untuk mengetahui tingkat presisi atau batas kesalahan dari jumlah sampel tersebut, peneliti menggunakan perhitungan rumus slovin sebagai berikut:

E. DATA DAN SUMBER DATA

Data merupakan kelompok informasi yang dapat berupa ucapan atau angka dari hasil rekaman atau pencatatan terhadap suatu fenomena. Data adalah semua informasi yang bisa dianalisis atau diolah dan dijadikan sumber dalam suatu kegiatan penelitian yang mampu dijadikan sebagai dasar dalam pengambilan keputusan atau kesimpulan pada penelitian yang dilakukan. Dalam penelitian ini data yang digunakan berupa data primer dan data

sekunder. Menurut Arikunto, data primer merupakan suatu data yang didapatkan dari pihak pertama atau responden atau pihak yang bersangkutan secara langsung, dimana dalam pengumpulan datanya dapat dilakukan dengan pembagian angket, atau kuesioner.⁵⁴

F. TEKNIK PENGUMPULAN DATA

Disini terdapat satu tehnik dalam pengumpulan data yaitu: teknik kuesioner yang terdiri dari pertanyaan pilihan ganda. Teknik Kuesioner adalah salah satu alat penelitian yang sering dimanfaatkan untuk mengumpulkan data dari para responden atau seringkali dianggap sebagai wawancara tertulis.

Kuesioner berisikan serangkaian pertanyaan yang diberikan kepada responden secara langsung maupun tidak langsung, baik itu melalui telepon, komputer, tatap muka, ataupun pos. Teknik mengumpulkan data dengan kuesioner banyak dipilih karena dianggap efisien, cepat, dan murah.

Tipe kuesioner terbagi menjadi dua yaitu: kuesioner terbuka adalah kuesioner yang tidak menyediakan pilihan jawaban sehingga responden bebas memberikan jawaban. dan kuesioner tertutup yang sudah menyediakan alternatif jawaban, dan responden hanya perlu memilih jawaban yang paling sesuai. Menurut Sugiyono, Kuesioner merupakan suatu metode pengumpulan data yang dilaksanakan dengan cara menyediakan sejumlah pertanyaan maupun pernyataan tertulis yang diberikan kepada responden untuk kemudian dijawab.⁵⁵

G. INSTRUMEN PENELITIAN

Peneliti menyusun instrumen berupa kuesioner dengan skala Likert. Untuk memperkuat validitas isi, kuesioner disusun berdasarkan teori dan indikator dari literatur relevan, dan melalui pertimbangan ahli dalam bidang psikologi.

⁵⁴ Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.

⁵⁵ Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta, hlm 32.

Masing-masing skala memiliki indikator dan jumlah item yang seimbang, serta dinyatakan valid dan reliabel melalui uji statistik sebelum digunakan secara luas., menurut Sugiyono dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis instrumen angket atau kuesioner dengan pemberian skor sebagai berikut:

Tabel 3.1 Skala Likert

Alternatif Jawaban	Skor Positif	Skor Negatif
Sangat Sesuai (SS)	5	1
Sesuai (S)	4	2
Netral	3	3
Tidak Sesuai (TS)	2	4
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	5

1. Kuesioner pengukuran Stres

Variabel stres dalam penelitian ini diukur menggunakan alat ukur yang disusun oleh peneliti berdasarkan teori dari Rice. Instrumen ini terdiri atas 23 item yang dikembangkan berdasarkan empat dimensi, yaitu emosional, intelektual, fisiologis, dan interpersonal. Skala yang digunakan adalah skala Likert dengan lima pilihan jawaban, mulai dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju.

Tabel 3.2 Kuesioner pengukuran Stres

Aspek	Indikator	Bobot	F	UF	Jumlah
Emosional	Berkaitan Dengan Perasaan Atau Emosi Seseorang	26,1%	1,2,17	3,4,20	6
Intelektual	mengganggu fungsi berpikir, <i>mental image</i> , konsentrasi, dan ingatan individu	26,1%	5,8,23	7,18,23	6
Fisiologis	gangguan yang berasal dari pola-pola aktifitas fisiologis yang ada	21,8%	9,10,21	11,12	5

<i>Interpersonal</i>	Stres selain terwujud dalam berbagai macam penyakit,	26%	13,14,16	14,15,19	6
Total		100%	8	8	23

2. Kuesioner pengukuran *Nomophobia*

Variabel *Nomophobia* dalam penelitian ini diukur menggunakan alat ukur yang disusun oleh peneliti berdasarkan dimensi yang dikemukakan oleh Yildirim dan Correia. Instrumen ini terdiri atas 32 item yang dikembangkan berdasarkan empat dimensi, yaitu *not being able to communicate*, *losing connectedness*, *not being able to access information*, dan *giving up convenience*. Skala yang digunakan adalah skala Likert dengan lima pilihan jawaban, mulai dari sangat tidak setuju sampai dengan sangat setuju.

Tabel 3. 3 Kuesioner pengukuran *Nomophobia*

Aspek	Indikator	Bobot	F	UF	Jumlah
<i>Not Being Able To Communicate</i>	Gelisah Ketika Tidak Dapat Berkomunikasi Dengan Orang Lain.	11%	1,2	3,4	4
	Perasaan Tidak Aman Ketika Tanpa Akses Komunikasi	14%	5,7	6,8,9	5
<i>Losing Connectedness</i>	Ketakutan Kehilangan Koneksi Dengan Dunia Maya.	30%	10,11,13	12,14,15	6
	Perasaan Tersisih Karena Tidak Tahu Apa Yang Sedang Terjadi	11%	16,18	17,19	4
<i>Not being able to access information</i>	Merasa Cemas Jika Tidak Dapat Memeriksa Pesan Penting.	11%	22,21	20,23	4
	Kehilangan Rasa Kontrol Karena Tidak Dapat Mengakses Informasi Secara Langsung.	14%	24,26	25,27,28	5
<i>Giving Up Convenience</i>	Merasa Terbatas Dalam Beraktivitas Tanpa Akses Ke <i>Smartphone</i> .	11%	30,31	29, 32	4
Total		100%	15	17	32

H. TEKNIK ANALISIS DATA

1. Tabulasi Data

Tabulasi data merupakan proses pengolahan data yang dilakukan dengan cara memasukkan data ke dalam tabel. Atau dapat dikatakan bahwa tabulasi data adalah penyajian data dalam bentuk tabel atau daftar untuk memudahkan dalam pengamatan dan evaluasi. Hasil tabulasi data ini dapat menjadi gambaran tentang hasil penelitian, karena data-data yang diperoleh dari lapangan sudah tersusun dan terangkum dalam tabel-tabel yang mudah dipahami maknanya. Selanjutnya, peneliti bertugas untuk

memberi penjelasan atau keterangan dengan menggunakan kalimat atas data-data yang telah diperoleh.⁵⁶

2. Uji Instrumen

Instrumen pengukur seluruh variabel pada penelitian ini menggunakan kuesioner atau angket, disampaikan kepada responden untuk dapat memberikan pernyataan sesuai dengan apa yang dirasakan dan dialaminya. Angket sebagai instrumen harus memenuhi persyaratan utama, yaitu valid dan reliabel.

a. Uji Reliabilitas

Reliabilitas merupakan suatu kesamaan hasil pengukuran dalam tingkat kenyataan empiris. Menurut Masri Singarimbun, reliabilitas adalah suatu indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan. Apabila alat ukur digunakan dua kali untuk mengukur gejala yang sama dan hasil pengukuran yang diperoleh relative konsisten, maka alat ukur tersebut reliabel. Kaplan dan Saccuzzo menyatakan bahwa koefisien reliabilitas 0,700 dapat digunakan untuk penelitian.⁵⁷

- 1) Jika alpha antara 0.700 – 0.900 maka reliabilitas tinggi
- 2) Jika alpha 0.500 – 0.700 maka reliabilitas moderat/sedang
- 3) Jika alpha <0.500 maka reliabilitas rendah

b. Uji Validitas

Uji validitas item merupakan uji instrumen data untuk mengetahui seberapa cermat suatu item dalam mengukur apa yang ingin diukur. Item dinyatakan valid apabila ada korelasi yang signifikan dengan skor totalnya, hal ini menunjukkan adanya dukungan item dalam mengungkap sesuatu yang ingin diungkap. Item biasanya berupa pertanyaan atau pernyataan yang ditujukan kepada responden dengan menggunakan bentuk kuesioner dengan tujuan untuk mengungkap sesuatu.

⁵⁶ Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta, hlm 32.

⁵⁷ Singarimbun, M., & Effendi, S. (1995). *Metode Penelitian Survei*. LP3ES.

Teknik uji validitas item dalam penelitian ini menggunakan korelasi *Product Moment Pearson*, yaitu dengan mengkorelasikan skor tiap item dengan skor total. Skor total merupakan penjumlahan seluruh item dalam satu variabel. Pengambilan keputusan didasarkan pada nilai koefisien korelasi (*Corrected Item-Total Correlation*). Item dianggap valid apabila nilai koefisien korelasi $\geq 0,25$. Sebaliknya, apabila nilai koefisien korelasi $< 0,25$ maka item dinyatakan gugur. Perhitungan uji validitas dilakukan dengan bantuan program SPSS versi 25.⁵⁸

$$r_{xy} = \frac{n \sum X_i Y_i - (\sum X_i)(\sum Y_i)}{\sqrt{(n \sum X_i^2 - (\sum X_i)^2)(n \sum Y_i^2 - (\sum Y_i)^2)}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien korelasi antara variabel

N = Jumlah pasangan data yang digunakan dalam penelitian

$\sum x$ = Jumlah total semua nilai pada variabel (X)

$\sum Y$ = Jumlah total semua nilai pada variabel (Y)

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis merupakan proses pengujian terhadap suatu dugaan (hipotesis) yang dilakukan sebelum analisis data. Tujuannya adalah untuk menentukan apakah hipotesis alternatif (H_a) dapat diterima atau hipotesis nol (H_0) ditolak berdasarkan hasil analisis statistik. Dalam penelitian ini, hipotesis yang diuji adalah sebagai berikut:

H_a (Hipotesis alternatif): Terdapat hubungan positif antara tingkat stres dan kecenderungan *nomophobia*.

⁵⁸ Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas*. Pustaka Pelajar.

H_0 (Hipotesis nol): Tidak terdapat hubungan positif antara tingkat stres dan kecenderungan *nomophobia*.

Untuk menguji hubungan antara kedua variabel tersebut, digunakan uji korelasi *Spearman's Rho* (ρ), yaitu teknik statistik nonparametrik yang digunakan untuk mengukur kekuatan dan arah hubungan antara dua variabel yang berskala ordinal atau tidak berdistribusi normal. Uji *Spearman's Rho* dilakukan dengan mengubah data mentah menjadi peringkat (ranking), kemudian menghitung selisih antara peringkat kedua variabel untuk menentukan besarnya hubungan. Nilai koefisien korelasi Spearman (ρ) berada dalam rentang -1 hingga +1, dengan interpretasi sebagai berikut:

- a) $\rho = +1 \rightarrow$ Hubungan positif sempurna
- b) $\rho = 0 \rightarrow$ Tidak terdapat hubungan
- c) $\rho = -1 \rightarrow$ Hubungan negatif sempurna

Semakin mendekati angka +1 atau -1, maka hubungan antarvariabel semakin kuat. Sebaliknya, semakin mendekati 0, maka hubungan yang terbentuk semakin lemah. Hubungan ini dapat dihitung menggunakan rumus:

$$\rho = 1 - \frac{6 \sum d^2}{n(n^2 - 1)}$$

ρ = koefisien korelasi Spearman Rank

- a. p = koefisien korelasi Spearman
- b. d = selisih antara peringkat variabel X dan variabel Y
- c. n = jumlah responden

Nilai ρ yang diperoleh kemudian dibandingkan dengan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) pada taraf kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Kriteria pengambilan keputusan adalah sebagai berikut:

Jika Sig. (p) \leq 0,05, maka H₀ ditolak dan H_a diterima, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan kecenderungan nomophobia. Jika Sig. (p) $>$ 0,05, maka H₀ diterima dan H_a ditolak, yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan kecenderungan nomophobia.⁵⁹

Tabel 3.4 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval Koefisien r_s	Kekuatan hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Rendah (Sangat Lemah)
0,20 – 0,399	Rendah (Lemah)
0,40 – 0,599	Sedang (Moderat)
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,00	Sangat Kuat

⁵⁹ Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.