

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan yang dipakai ialah kuantitatif dan jenisnya korelasional. Penelitian kuantitatif ialah metode yang dipakai guna menjawab rumusan masalah pada penelitian berbasis data angka yang diolah dengan aplikasi statistik.⁵⁴ Sementara itu, penelitian korelasional ialah penelitian yang berfokus untuk melihat hubungan serta tingkatan hubungannya pada dua variabel atau lebih.

2. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian di Dsn. Tanjung, Ds. Ngablak, Kec. Banyakan, Kab. Kediri, Provinsi Jawa Timur. Penelitian dilakukan pada lokasi tersebut karena peneliti melihat terdapat permasalahan terkait harga diri dan kepuasan hidup dalam penggunaan aplikasi instagram pada usia dewasa awal. Selain itu, pada lokasi tersebut belum pernah terdapat kegiatan penelitian yang serupa khususnya terkait harga diri dan kepuasan hidup pengguna medsos instagram.

B. Variabel Penelitian

Variabel penelitian ialah atribut dari orang atau objek dengan variasi tertentu yang ditentukan peneliti guna dipelajari dan memperoleh keterangan

⁵⁴ Wahidmurni, "Pemaparan Metode Penelitian Kuantitatif" (2017): 1.

mengenai hal tersebut lalu ditarik menjadi suatu kesimpulan.⁵⁵ Terbagi dua variabel pada penelitian ini, yakni:

- a. Variabel independen (X) yaitu variabel memberikan pengaruh terhadap variabel dependen atau terikat. Variabel independennya ialah harga diri.
- b. Variabel dependen (Y) yaitu variabel yang dipengaruhi oleh variabel independen atau bebas. Variabel dependennya ialah kepuasan hidup.

C. Definisi Operasional

1. Harga Diri

Harga diri ialah penilaian individu baik positif atau negatif tentang dirinya dan seberapa jauh individu tersebut percaya akan kemampuan, keberartian, kesuksesan dan kebhargaan.

2. Kepuasan Hidup

Kepuasan hidup ialah suatu evaluasi mengenai sejauh mana individu merasa puas terhadap keadaan hidupnya secara menyeluruh berdasarkan kriteria yang telah ditentukan oleh dirinya sendiri.

D. Populasi dan Sampel

Populasi yaitu keseluruhan objek yang menjadi target penelitian sesuai kriteria yang ditetapkan peneliti.⁵⁶ Penelitian ini populasinya ialah dewasa awal yang berusia 25-34 tahun di Dsn. Tanjung, Ds. Ngablak, Kec. Banyakan,

⁵⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2019), 68.

⁵⁶ Imam Machali, *Metode Penelitian Kuantitatif (Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan Dan Analisis Dalam Penelitian Kuantitatif)* (Yogyakarta: Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2021), 67.

Kab. Kediri yang menggunakan aplikasi instagram. Jumlah dewasa awal dengan rentang usia tersebut kurang lebih sebanyak 260.⁵⁷

Sampel yaitu sebagian kecil dari populasi yang mewakili jumlah dan ciri-cirinya.⁵⁸ Peneliti memakai teknik *non probability sampling* dalam pengambilan sampel, yang mana tidak terdapat persamaan kesempatan pada setiap bagian dari populasi yang akan dijadikan sampel.⁵⁹ Untuk jenisnya, peneliti memakai *purposive sampling*. *Purposive sampling* ialah teknik penarikan sampel dengan pertimbangan tertentu.⁶⁰ yang berarti terdapat karakteristik tertentu yang dicetuskan oleh peneliti sebagai dasar dalam mengambil sampel. Karakteristik sampel penelitian ini, ialah:

- a. Dewasa awal yang berusia 25-34 tahun.
- b. Memiliki akun dan aktif mengakses medsos instagram.
- c. Berdomisili di Dsn. Tanjung, Ds. Ngablak, Kec. Banyakan, Kab. Kediri

Penentuan jumlah sampel pada penelitian ini memakai rumus Slovin dengan margin of error (5%), yakni:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

$$n = \frac{260}{1 + 260 (0,05)^2}$$

$$n = \frac{260}{1 + 260 (0,0025)}$$

$$n = \frac{260}{1,65}$$

⁵⁷ Data dari Desa.

⁵⁸ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Rineka Cipta, 2017), 173.

⁵⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, 131.

⁶⁰ Ibid., 133.

$$n = 157,57$$

$$n = 158 \text{ (dibulatkan)}$$

Berdasarkan perhitungan tersebut dapat diketahui jumlah sampel penelitian ini yang apabila dilakukan pembulatan ialah sebanyak 158 responden.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah metode yang dipakai oleh peneliti guna mendapatkan data penelitian. Sugiyono berpendapat terdapat empat cara yang bisa dipakai untuk mengumpulkan data, yakni wawancara, kuesioner, observasi dan gabungan dari ketiganya.⁶¹ Dalam hal ini peneliti menggunakan kuesioner. Kuesioner ialah teknik pengumpulan data dengan memberikan suatu daftar pertanyaan untuk diisi responden.⁶² Jenis kuesioner pada penelitian ini berupa kuesioner tertutup, dimana peneliti telah memberikan beberapa pilihan jawaban dari pertanyaan yang terdapat pada kuesioner dan responden tinggal menentukan jawaban yang sesuai dengan kondisi yang dialami. Kuesioner akan diberikan kepada responden melalui *by paper* dan google form.

F. Instrumen Penelitian

Secara umum jenis dari instrumen penelitian, yakni instrumen tes dan non tes. Instrumen yang dipakai oleh peneliti ialah instrumen non tes berupa kuesioner yang terbagi menjadi dua, yakni kuesioner harga diri dan kuesioner

⁶¹ Ibid., 194.

⁶² H. M. Sidik Priadana and Denok Sunarsi, *Metode Penelitian Kuantitatif, Sustainability (Switzerland)*, vol. 11 (Tangerang Selatan: Pascal Books, 2021), 192.

kepuasan hidup. Hal ini peneliti memakai skala likert guna mengukur data penelitian. Dengan menggunakan skala likert, maka konsep dari variabel diuraikan menjadi indikator, lalu indikator tersebut akan menjadi acuan dalam menyusun sebuah aitem yang berupa pernyataan. Aitem tersebut akan terbagi menjadi dua macam, yakni aitem favorable (mendukung atribut penelitian) dan unfavorable (tidak mendukung atribut penelitian). Berikut bentuk jawaban dari instrumen dengan skala likert beserta skornya:

Tabel 3.1: Skor Aitem

Jawaban	Skor Aitem	
	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Berikut ini adalah skala yang dipakai penelitian:

1. Skala Harga Diri

Pada skala ini, peneliti membuat aitem sebanyak 38 yang didasarkan pada empat aspek harga diri dari Coopersmith.

Tabel 3.2: Blue Print Skala Harga Diri

No.	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			F	UF	
1	Keberartian	a. Mendapat penerimaan dari lingkungan sosialnya.	1, 2	7, 8	4
		b. Mendapat perhatian, kepedulian dan kasih sayang dari orang sekitarnya.	9, 10	3, 4	4
		c. Berpresepsi positif terhadap diri sendiri.	5, 6	11, 12	4
2	Kekuatan	a. Mampu mengatur dan mengontrol perilaku diri sendiri.	13, 14	19, 20	4
		b. Mampu mengatur dan mengontrol perilaku orang lain.	21, 22	15, 16	4

3	Kompetensi	a. Memenuhi tuntutan prestasi yang ditandai keberhasilan.	17, 18	23, 24	4
		b. Menyelesaikan tugas dengan baik.	31, 32	27, 28	4
		c. Mampu memecahkan permasalahan.	25, 26	36, 37	4
4	Kebajikan	a. Taat terhadap aturan moral dan etika yang berlaku.	29, 30	33, 34	4
		b. Taat terhadap aturan agama.	35	38	2
Total			19	19	38

2. Skala Kepuasan Hidup

Pada skala ini, peneliti membuat aitem sebanyak 47 didasarkan pada lima aspek kepuasan hidup dari Diener dan Biswas.

Tabel 3.3: Blue Print Skala Kepuasan Hidup

No.	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			F	UF	
1	Keinginan Untuk Mengubah Kehidupan	a. Berkeinginan mengubah kehidupan menjadi lebih baik.	1, 2, 9	11, 12	5
		b. Melakukan perubahan untuk meningkatkan kualitas hidup.	13, 14	3, 4	4
2	Kepuasan Terhadap Kehidupan Saat Ini	a. Puas dengan kehidupan yang dijalani saat ini.	5, 6, 10	15, 16, 44	6
		b. Menerima kondisi kehidupan saat ini.	17, 18	7, 8	4
3	Kepuasan Hidup di Masa Lalu	a. Tidak ada rasa penyesalan atas kejadian di masa lalu.	25, 26, 32	19, 20	5
		b. Kejadian di masa lalu dijadikan evaluasi diri.	21, 22	27, 28	4
4	Kepuasan Terhadap Kehidupan di Masa Depan	a. Optimis dengan kehidupan di masa depan.	29, 30, 35	23, 24, 31	6
		b. Berpikir positif terhadap kehidupan di masa depan.	37, 38, 43	33, 34	5
5	Penilaian Orang Lain Terhadap Kehidupan Individu	a. Menjadikan pendapat orang lain sebagai bahan pertimbangan kehidupan,	40, 41	36, 39	4

	b. Pendapat orang lain dijadikan evaluasi dalam kehidupan.	45, 46	42, 47	4
Total		25	22	47

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data ialah metode yang dipakai oleh peneliti dalam melakukan pengolahan data sehingga diperoleh suatu informasi. Teknik analisis data penelitian ini memakai statistik deskriptif. Adapun *software* yang dipakai peneliti untuk menganalisis data penelitian, yakni SPSS *for windows* versi 20 serta langkah-langkah dalam menganalisis data, ialah:

1. Tabulasi Data

Tabulasi data ialah proses penginputan data pada tabel tertentu serta melakukan pengaturan dan perhitungan pada angka-angka.⁶³ Tabulasi ini bertujuan untuk membuat data yang telah terkumpul menjadi lebih sederhana dan ringkas dengan begitu mudah untuk dipahami dan dianalisis. Pada penelitian ini, tabulasi data dilakukan dengan memberikan skor terhadap jawaban dari setiap aitem yang terdapat pada kuesioner sesuai pedoman skoring yang sebelumnya telah ditentukan peneliti, kemudian hasil dari skoring akan dihitung dan dikelompokkan menjadi beberapa tingkatan.

2. Uji Instrumen

a. Uji Validitas

Validitas ialah indeks yang menunjukkan sejauh mana instrumen

⁶³ M. Burhan Bungin, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Jakarta: Kencana, 2005), 168.

sesuai dengan tujuan pengukuran.⁶⁴ Menurut Saifuddin Azwar bahwa jika nilai koefisien yang dimiliki oleh butir aitem $\geq 0,300$, maka aitem tersebut dinyatakan valid. Apabila tidak memenuhi syarat dapat diturunkan menjadi 0,275. Hal ini berarti jika skor total skala yang dikorelasikan $\geq 0,300$ atau 0,275 maka aitem tersebut valid.⁶⁵

b. Uji Reliabilitas

Reliabilitas ialah indeks yang menunjukkan seberapa jauh instrumen dapat diandalkan.⁶⁶ Instrumen dinyatakan reliabel apabila dilakukan pengukuran pada gejala yang sama sebanyak dua kali atau lebih, maka hasil pengukuran yang diperoleh dari penggunaan instrumen tersebut relatif konsisten. Peneliti memakai teknik *Cronbach's Alpha* untuk menguji reliabilitas instrumen. Pedoman yang digunakan dalam menguji reliabilitas, yaitu jika nilai *cronbach's alpha* $\geq 0,7$, maka instrumen tersebut reliabel tetapi jika nilai *cronbach's alpha* $< 0,7$, maka instrumen kurang reliabel.⁶⁷

3. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas yaitu prosedur yang berfungsi untuk melihat

⁶⁴ Ali Anwar, *Statistika Untuk Penelitian Pendidikan Dan Aplikasinya Dengan SPSS Dan Excel*, IAIT Press (Kediri: IAIT Press, 2009), 8.

⁶⁵ Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), 131.

⁶⁶ Anwar, *Statistika Untuk Penelitian Pendidikan Dan Aplikasinya Dengan SPSS Dan Excel*, 13.

⁶⁷ Machali, *Metode Penelitian Kuantitatif (Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan Dan Analisis Dalam Penelitian Kuantitatif)*, 107.

apakah terdistribusi secara normal data yang diperoleh dari populasi.⁶⁸

Dalam menganalisis normalitas data, peneliti memakai teknik uji *Kolmogorov-Smirnov*. Data penelitian dikatakan terdistribusi secara normal bila nilai probability sig 2 tailed $> 0,05$, namun bila nilai probability sig 2 tailed $< 0,05$, maka data tersebut tidak terdistribusi secara normal.⁶⁹

b. Uji Linieritas

Uji linieritas berfungsi untuk melihat ada atau tidaknya hubungan linier antara variabel dependen dan independen. Penelitian ini melakukan uji linieritas melalui *Test for Linierity*. Jika nilai signifikansi $< 0,05$, maka variabel tersebut memiliki hubungan yang linier dan jika nilai signifikansi $> 0,05$, maka variabel tersebut tidak berhubungan secara linier.⁷⁰

4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis ialah metode yang dilakukan bertujuan untuk menghasilkan suatu kesimpulan yang mana menolak atau menerima hipotesis. Penelitian ini memakai uji korelasi dalam melakukan pengujian pada hipotesis, yang mana uji tersebut berfungsi untuk melihat kekuatan dan arah hubungan dari dua variabel. Adapun jenis uji korelasi yang digunakannya ialah *spearman's rho*. Adapun pedoman yang digunakan dalam analisis, yakni jika nilai sig.

⁶⁸ Nuryadi et al., *Dasar-Dasar Statistik Penelitian, Sibuku Media* (Yogyakarta: Sibuku Media, 2017), 79.

⁶⁹ Machali, *Metode Penelitian Kuantitatif (Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan Dan Analisis Dalam Penelitian Kuantitatif)*, 114.

⁷⁰ Ibid., 119.

< 0,05 maka terdapat korelasi antar variabel. Namun, jika nilai sig. > 0,05 maka antar variabel tidak berkorelasi. Adapun pedoman yang dipakai guna melihat besarnya nilai hubungan antara variabel, yakni:⁷¹

Tabel 3.4: Interpretasi Besarnya Nilai Korelasi Antara Variabel

Nilai Korelasi	Tingkat Korelasi
< 0,200	Sangat Lemah
0,200 – 0,399	Lemah
0,400 – 0,599	Sedang
0,600 – 0,799	Kuat
0,800 – 1,000	Sangat Kuat

⁷¹ Ibid., 150.