

## BAB III METODE PENELITIAN

### A. Jenis dan Pendekatan

Suatu penelitian membutuhkan data-data yang bisa di pertanggung jawabkan. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk menunjukkan hubungan antar variabel, menguji teori, dan mencari generalisasi yang memiliki nilai prediktif.<sup>1</sup> Penelitian kuantitatif merupakan penelitian dengan menggunakan pendekatan deduktif induktif yang berangkat dari sebuah kerangka teori, pemikiran para ahli atau pemahaman peneliti berdasarkan pengalamannya dan kemudian di kembangkan menjadi suatu masalah dan solusi yang di usulkan untuk memperoleh justifikasi dalam mendukung data empiris dalam penelitian kuantitatif. Bidang di sajikan dalam bentuk angka. Metode kuantitatif di namakan dengan metode tradisional, karena metode ini sudah cukup lama di gunakan sehingga sudah mentradisi sebagai metode untuk penelitian, data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik.<sup>2</sup>

Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen. Metode penelitian eksperimen adalah penelitian yang di gunakan untuk mengetahui pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali.<sup>3</sup> Dalam penelitian eksperimen terdapat *treatment* atau perlakuan dan ada pengukuran sebanyak dua kali yaitu *pretest* dan *posttest* serta pemberian *treatment*. Penelitian ini peneliti menggunakan penelitian eksperimen karena untuk melihat hasil dari Efektivitas Konseling Kelompok dengan *Teknik Self Management* dalam mengurangi *Internet Addiction* pada Remaja di Desa Sumber Kec. Sumber Kab. Rembang.”

### B. Setting/Lokasi Penelitian

Penelitian ini di lakukan di Lokasi yang di jadikan tempat penelitian adalah Desa Sumber, Kecamatan Sumber, Kabupaten Rembang. Peneliti memilih penelitian di Desa Sumber Rembang karena untuk dapat mengetahui tentang hasil Efektivitas Konseling Kelompok dengan *Teknik Self Management* dalam mengurangi

---

<sup>1</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif & RND*, (Bandung: Alfabeta, 2009), 14.

<sup>2</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif & RND*, (Bandung: Alfabeta, 2012), 7.

<sup>3</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif & RND*, (Bandung: Alfabeta, 2009), 72.

*Internet Addiction* pada Remaja di Desa Sumber Kec. Sumber Kab. Rembang.”

### C. Populasi dan Sampel

#### 1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai sifat-sifat tertentu dan di tentukan oleh peneliti untuk di pelajari dan kemudian di tarik kesimpulannya. Jadi populasinya tidak hanya manusia, tapi juga benda-benda dan benda alam lainnya.

Populasi juga bukan sekedar banyaknya objek atau subjek yang di pelajari, tetapi mencakup semua ciri atau sifat yang di miliki oleh subjek atau objek yang di pelajari.<sup>4</sup> Penelitian ini menggunakan populasi Remaja yang kecanduan internet di Desa Sumber Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang.

**Tabel 3.1**  
**Rekapitulasi Data Penduduk Berdasarkan Umur Remaja di**  
**Desa Sumber Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang<sup>5</sup>**

Remaja Desa Sumber	10-14	15-19	20-24	Jumlah
NO RW: 001	41	25	27	93
NO RW: 002	45	38	41	124
NO RW: 003	51	28	39	118
NO RW: 004	52	66	69	187
NO RW: 005	45	37	44	126
NO RW: 006	37	33	33	103
NO RW: 007	43	32	36	111
<b>JML TOTAL</b>	<b>314</b>	<b>259</b>	<b>289</b>	<b>862</b>

#### 2. Sampel

Sampel adalah suatu himpunan bagian dari jumlah dan karakteristik populasi. Jika populasinya besar dan peneliti tidak memperbolehkan untuk mempelajari segala sesuatu dalam populasi tersebut, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, peneliti dapat menggunakan sampel yang di ambil dari populasi tersebut. Apa yang di pelajari dari sampel, kesimpulannya akan

<sup>4</sup> Sugiyono, *Statistika Untuk penelitian*, (Bandung: Alfabeta, 2016) 61.

<sup>5</sup> Ali Muhtarom: Sumber data informasi ini di dapat dari salah satu kaminuwo, *File PDF Rekapitulasi Jumlah Penduduk Desa Sumber Berdasarkan Umur*, (Sumber, 01 November 2021).

berlaku untuk populasi. untuk itu sampel yang di ambil dari populasi harus benar-benar (*representatif*).<sup>6</sup>

Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. *Purposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu, dan pengumpulan informasi yang memenuhi kriteria sesuai dengan yang di kehendaki, dengan kriteria-kriteria sebagai berikut :

1. Remaja yang di pilih peneliti menjadi sampel yaitu remaja yang berusia 10-24 tahun.
2. Remaja yang telah memiliki fasilitas HP Android dengan RAM minimal 3GB yang sudah support untuk akses internet dan paham benar untuk akses semua internet.
3. Remaja yang duduk di bangku pendidikan sekolah menengah keatas atau SMA/MA.

Berdasarkan kriteria di atas, bahwa hasil data sementara yang di peroleh dari jumlah remaja yang berusia 10-24 tahun dan remaja yang berusia diatas 20 tahun tidak termasuk dalam kriteria yang telah di tentukan, sehingga jumlah populasi remaja yang berusia 15-19 tahun yaitu 259 remaja. Dan untuk menentukan ukuran sampel dari populasi pada penelitian ini di gunakan rumus Slovin yaitu:

$$n = \frac{N}{(1+N\epsilon^2)}$$

Keterangan :

n = Ukuran Sampel

N = Ukuran Populasi

e = Nilai Kritis (batas ketelitian yang di gunakan).

Sumber: Veriana

Dari perhitungan menggunakan rumus slovin, di dapatkan hasil sebagai berikut:

$$n = \frac{259}{(1 + 259 (0.1)^2)}$$

$$n = 72.1448468$$

$$n = 72$$

Jadi jumlah sampel pada penelitian ini akan di ambil sebanyak 72 responden.

---

<sup>6</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2009), 81.

## D. Desain dan Definisi Operasional Variabel

### 1. Desain Penelitian

Penelitian menggunakan desain *One Group Pretest Posttest*.<sup>7</sup> Pengembangannya yaitu dengan cara melakukan satu kali pengukuran di depan (*pretest*). sebelum di berikan perlakuan (*treatment*) kemudian setelah itu di lakukan pengukuran lagi (*posttest*).

Alasan Peneliti menggunakan desain *One Group Pretest-Posttest* adalah karena di anggap sesuai dengan judul penelitian yang akan di ambil. Peneliti memberikan test awal (*pretest*) kepada Remaja di Desa Sumber Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang yang mengalami kecanduan internet tinggi dengan memberikan (*treatment*) konseling kelompok dengan teknik *self manajement*. Tindakan terakhir yang di lakukan peneliti adalah memberikan tes akhir (*posttest*), dengan tujuan untuk mendapatkan perbandingan data awal (*pretest*) dan data akhir (*posttest*) sehingga hasil perlakuan dapat di ketahui lebih akurat. Berikut bentuk desain *One Group Pretest Posttest*.<sup>8</sup>

**Tabel 3.2**  
**Pola One-Group Pretest-Posttest Design**

Pre-test	Variabel Independen (bebas)	Post-test
O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>

Keterangan :

O<sub>1</sub> : Nilai *Pretest* (*Internet Addiction* sebelum di berikan *treatment* atau perlakuan)

X : Pelatihan (*Treatment* atau Perlakuan) yaitu layanan bimbingan konseling kelompok dengan teknik *Self Manajement*

O<sub>2</sub> : Nilai *Posttest* (*Internet Addiction* setelah di berikan *treatment* atau perlakuan)

Pemberian *pretest* dan *posttest* pada penelitian ini di maksudkan untuk mengetahui penurunan perilaku *Internet Addiction* yang dapat dilihat dari setelah melakukan koseling kelompok dengan teknik *self manajement*. Adapun langkah-langkah penelitian eksperimen dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

<sup>7</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, 74.

<sup>8</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2009), 75.

- a. *Pretest* di gunakan untuk mengukur variabel sebelum di berikan perlakuan (*treatment*). Jad
- b. pada pretest ini peneliti memberikan pernyataan sejumlah 30 butir soal yang sesuai dengan indikator *Self Manajemen* untuk mengurangi *Internet Addiction*. Tujuan dari *pretest* yaitu untuk mengetahui berapa besar tingkat *internet addiction* sebelum di berikan perlakuan (*treatment*). Hasil dari *pretest* ini akan menjadi sebuah perbandingan pada *posttest*.
- c. *Treatment* (Perlakuan), pemberian perlakuan yang di berikan yaitu berupa *Self Manajemen*. Layanan bimbingan konseling kelompok yang akan diberikan untuk dapat mengurangi *Internet Addiction*. Perlakuan berupa teknik *Self Manajemen* dengan layanan konseling kelompok di berikan selama 3 kali pertemuan dengan durasi waktu sekitar 90 menit.
- d. *Posttest*, di berikan kepada Remaja Sumber setelah di berikan perlakuan berupa bimbingan konseling kelompok. *Posttest* bertujuan untuk mengetahui tingkat keberhasilan perlakuan yang telah di lakukan dan untuk mengetahui dengan *self manajemen* untuk dapat mengurangi *internet addiction* setelah di berikan perlakuan (*treatment*).
- e. Analisis data, yaitu proses menganalisis data yang terkumpul dengan bantuan analisis statistik non parametrik uji wilcoxon dan analisis presentase.

## 2. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah segala bentuk yang telah di tentukan oleh peneliti untuk di teliti guna memperoleh informasi, kemudian di tarik kesimpulan.<sup>9</sup> Dalam penelitian variabel yang di gunakan dapat di golongan menjadi :

- a. Variabel bebas (*independent*) yaitu variabel yang mempengaruhi munculnya variabel terikat (*dependent*)
- b. Variabel terikat (*dependent*) yaitu variabel yang di pengaruhi merupakan akibat dari adanya variabel *independen*. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah *Internet Addiction* untuk Remaja Sumber Rembang. Adapun kriteria kecanduan internet antara lain sebagai berikut ini :

### 1) *Salience*.

Hal ini terjadi jika penggunaan interet atau bermain video game menjadi aktivitas yang paling penting dalam

---

<sup>9</sup> Nanang Martono, *Metode Penelitian Kuantitatif Edisi Revisi 2*, (Jakarta: PT Raja Grafindo, 2011), 58.

kehidupan seseorang, perasaan, dan mendominasi pemikiran mereka, serta perilaku sosial mereka.

2) *Mood Modification*.

Hal yang mengacu pada pengalaman seseorang yang dilaporkan sebagai konsekuensi dari penggunaan internet, serta dapat di lihat sebagai strategi atau cara coping (mereka mengalami pengalaman menggembirakan, merasa tenang dan mati rasa.

3) *Tolerance*

Toleransi dalam kriteria kecanduan internet adalah proses di mana intensitas penggunaan internet atau bermain *game online* meningkat untuk mencapai efek *mood-modifying* sebelumnya. Hal ini berarti bahwa seseorang bertahap meningkatkan jumlah waktu yang mereka habiskan untuk mengakses internet.

4) *Withdrawal Syndrome*

Kondisi perasaan tidak menyenangkan yang saat itu terjadi karena penggunaan suatu internet di hentikan atau secara tiba-tiba berkurang perlahan ataupun cepat.

5) *Conflik*

Konflik mengacu antar pengguna internet dengan orang di sekitar mereka misalnya di keluarga, teman, konflik dengan kehidupan sehari-hari.

6) *Relapse*

Merupakan kecenderungan seseorang untuk melakukan suatu hal yang sama dengan pola perilaku sebelumnya secara berulang-ulang.

### 3. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah proses menentukan suatu konstruk sehingga menjadi variabel yang dapat di ukur. Definisi operasional menggambarkan cara khusus di mana peneliti mengoperasionalkan konstruk, yang memungkinkan dari peneliti lain untuk mereplikasi pengukuran yang ada dengan cara yang sama atau bisa dengan cara mengembangkan metode yang lebih baik untuk mengukur konstruk.<sup>10</sup> Maka didapat definisi operasional berikut ini:

- a. *Internet Addiction* adalah suatu ketergantungan seseorang terhadap “jaringan” sebagai patologi, gangguan obsesif atau kompulsif yang mendorong seseorang untuk menggunakan

---

<sup>10</sup> Nor Idriantoro, Bambang Supomo, *Metodologi Penelitian Bisnis untuk Akuntansi & Manajemen*, (Yogyakarta: BPF, 2002), 69.

teknologi ini secara berlebihan dan mencakup beragam perilaku dan masalah dengan kontrol impulsif.<sup>11</sup> Ada beberapa kriteria mengenai seseorang yang mengalami kecanduan internet di antaranya sebagai berikut : 1) *Salience*, 2) *Mood Modification*, 3) *Tolerance*, 4) *Withdrawal Syndrome*, 5) *Conflik*, 6) *Relapse*.

*Pertama*, aspek *Salience*. Menurut peneliti, aspek *salience* dapat dilihat dari beberapa indikator. Adapun indikatornya yaitu : 1) Penggunaan internet yang lebih mengutamakan aktivitas *game online* daripada interaksi sosial, 2) Pikiran yang selalu tertuju pada kegiatan video game dalam perilaku sosial mereka.

*Kedua*, *Mood Modification*. Adapun indikator aspek *Mood Modification* yaitu : 1) Hati merasa terhibur ketika bermain *game online*, 2) Tidak bisa diganggu atau di usik ketika bermain *game online*.

*Ketiga*, aspek *Tolerance*. Adapun indikator aspek *Tolerance* yaitu : 1) Memiliki keinginan yang tinggi untuk terus bermain internet, 2) Meningkatkan atau menambah jumlah waktu untuk terus mengakses internet.

*Keempat*, aspek *Withdrawal Syndrome*. Adapun indikator *Withdrawal Syndrome* yaitu : 1) Perasaan tidak menyenangkan ketika menghentikan bermain internet, 2) Penggunaan internet berkurang atau berhenti secara perlahan atau cepat.

*Kelima*, aspek *Conflik*. Adapun indikator *Conflik* yaitu : 1) Konflik mengacu antara sesama pengguna internet misalnya keluarga, teman online di *WhatsApp*, *Twitter*, *Line*, *Facebook*, *Instagram*, 2) Perhatian yang selalu tertuju pada internet menyebabkan konflik acuh dengan sekitar misalnya keluarga, sahabat, teman, hobi, pekerjaan, tugas sekolah

*Keenam*, aspek *Relapse*. Adapun indikator *Relapse* menurut peneliti yaitu : 1) Menggunakan hal apapun dengan memakai akses internet secara terus menerus.

- b. Konseling Kelompok merupakan proses pelaksanaan konseling yang di lakukan antara konselor dan beberapa konseli sekaligus (lebih dari satu orang) dalam lingkup kecil.<sup>12</sup>
- c. *Self Manajement* adalah untuk pengontrolan diri atau strategi perubahan perilaku dan kebiasaan untuk diri sendiri.<sup>13</sup>

---

<sup>11</sup> Ogiyanto Putra, Dinda Rahma Fitriani, *Fenomena Internet Addiction Disorder Pada Gen Z*, (Jurnal Ilmu Komunikaasi, No.1, 2019), 22

<sup>12</sup> Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*, 199.

#### 4. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat yang di gunakan peneliti dalam proses pengumpulan data. Dalam penelitian ini instrumen penelitian yang di gunakan berupa angket skala *linkert* di gunakan untuk memperoleh data kuantitatif dari variabel X dan variabel Y, masing-masing pertanyaan terdiri dari empat pilihan jawaban sebagai berikut,

- a. SS : Sangat Sesuai
- b. S : Sesuai
- c. N : Netral
- d. TS : Tidak Sesuai
- e. STS : Sangat Tidak Sesuai

#### E. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

##### 1. Uji Validitas Instrumen

Uji validitas atau kesahihan merupakan alat ukur yang di gunakan untuk mengetahui sah atau valid tidaknya suatu angket atau kuesioner. Angket atau kuesioner di sebut valid apabila pernyataan dalam angket mampu menggambarkan sesuatu yang sedang di ukur oleh kuesioner tersebut.<sup>14</sup> Instrumen yang valid artinya alat ukur yang di gunakan untuk memperoleh data (ukur) valid. Valid artinya alat tersebut dapat di gunakan untuk mengukur apa yang akan di ukur oleh kuesioner tersebut.<sup>15</sup>

Uji signifikan ini dilakukan dengan membandingkan nilai r hitungan dengan r table untuk degree of freedom (df) =  $n - 2$ , dalam hal ini n adalah jumlah sample. Dengan  $Alpha = 0.05$  maka jika r hitung lebih besar dari r table dan nilai positif maka butir atau pertanyaan atau indikator tersebut dinyatakan valid.<sup>16</sup>

##### 2. Uji Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas adalah untuk mengukur suatu angket atau kuesioner yang merupakan indikator dari variabel atau konstruk. Di katakan dapat di andalkan jika jawaban seseorang terhadap kenyataan konsisten dari waktu ke waktu. Untuk menguji

---

<sup>13</sup> Nikamtus Sholihah, Retno Tri Hariastuti, dkk., “Penerapan Strategi Self Manajement Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Pada Siswa Tunadaksa Cerebral Palsy Kelas IV Sdlb-D Ypac Surabaya,” 3 no.1 (2013): 4.

<sup>14</sup> Masrukin, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Kudus, STAIN Kudus Press, 2009), 175.

<sup>15</sup> Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian*, (Bandung: Alfabeta, 2014), 109.

<sup>16</sup> Hendryani, “Validitas isi: Tahap Awal Pengembangan Kuesioner, *Jurnal Riset Management dan Bisnis Fakultas Ekonomi UNIAR* Vol.2, No.2 9Juni 2017) : 173, diakses pada 20 Desember 2021, <http://jrmb.ejournal-feuniat.net/index.php/JBMB/article/view/47>



reliabilitas, program SPSS 23 dapat di gunakan dengan menggunakan uji statistik *Cronbach Alpha*.

Kriteria instrumen di katakan reliabel, jika nilai yang di peroleh dalam proses pengujian menggunakan uji statistik *Alpha Cronbach's* ( $> 0,70$ ). Dan jika nilai *Cronbach Alpha* di temukan koefisien di katakan butiran pertanyaan tidak reliable.<sup>17</sup>

## F. Teknik dan Alat Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data di gunakan untuk memperoleh informasi yang di butuhkan untuk mencapai tujuan penelitian.<sup>18</sup> Pengumpulan data dari sampel penelitian di lakukan dengan metode tertentu sesuai dengan tujuannya. Metode yang di pilih untuk masing-masing variabel tergantung pada berbagai faktor, terutama jenis datanya dan karakteristik responden.<sup>19</sup> Adapun teknik-teknik dalam proses pengumpulan data yang di gunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut ini ;

### 1. Angket (*questionnaire*)

Angket merupakan teknik yang di gunakan untuk pengumpulan data yang di lakukan dengan cara memberikan sekumpulan pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk di jawab. Angket merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila di ketahui dengan pasti variabel yang akan di ukur dan apa yang di harapkan dari seorang responden.<sup>20</sup>

**Tabel 3.3**  
**Tanggapan Responden**

Simbol	Tanggapan Responden	Nilai
SS	Sangat Sesuai	5
S	Sesuai	4
N	Netral	3
TS	Tidak Sesuai	2
STS	Sangat Tidak Sesuai	1

### 2. Observasi

Observasi adalah aktifitas terhadap suatu proses atau objek dengan maksud merasakan dan kemudian memahami pengetahuan dari sebuah fenomena berdasarkan pengetahuan dan gagasan yang

<sup>17</sup> Ghozali, *Statistik Inferensial Aplikasi Program SPSS*, (Kudus: Media Ilmu Press, 2016), 48.

<sup>18</sup> W. Gulo, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: PT. Gramedia, 2002), 110.

<sup>19</sup> W. Gulo, *Metodologi penelitian*, 115.

<sup>20</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Bisnis*, (Bandung: Alfabeta, 2012), 199.

sudah di ketahui sebelumnya, untuk mendapatkan informasi yang di butuhkan dalam melanjutkan suatu penelitian. Peneliti dalam penelitian ini menggunakan observasi di lapangan untuk mendapatkan informasi tentang Efektivitas Konseling Kelompok dengan *Teknik Self Management* dalam mengurangi *Internet Addiction* pada Remaja di Desa Sumber Kec. Sumber Kab. Rembang.”

### 3. Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah suatu cara atau metode pengumpulan data melalui data, prasasti, naskah arsip (baik dalam bentuk cetakan maupun rekaman), data gambar atau foto atau blue print dan sebagainya. Data di sini berupa gambaran umum dari objek penelitian, berupa profil Desa Sumber Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang.<sup>21</sup>

## G. Teknik Analisis Data

Kegiatan analisis data penelitian kuantitatif meliputi proses pengolahan data, penyajian data, melakukan perhitungan dalam mendeskripsikan data serta melakukan pengujian hipotesis dengan menggunakan uji statistik. Pengolahan data pada penelitian dengan pendekatan kuantitatif merupakan suatu proses dalam memperoleh data ringkasan dengan menggunakan metode atau rumusan tertentu. Dalam melakukan proses analisis data perlu di ingat untuk mengetahui secara pasti alat analisis (uji statistik) mana yang akan di gunakan, karena jika alat analisis (uji statistik) yang di gunakan tidak sesuai dengan masalah penelitian, maka hasil penelitian bisa di salah artikan dan tidak berguna. Analisis data merupakan kegiatan yang di lakukan setelah terkumpulnya data dari seluruh responden atau sumber data lainnya.

### 1. Analisis Pendahuluan

Analisis pendahuluan adalah suatu proses awal yang di lakukan dalam penelitian. Untuk menganalisis data peneliti menggunakan teknik analisis untuk menghitung nilai dari kualitas dan kuantitas yaitu dengan memberikan penilaian berdasarkan hasil tes yang telah di bagikan kepada responden. Langkah-langkahnya adalah memberikan kriteria numerik sebagai berikut:

- a. Alternatif jawaban SS (Sangat Setuju) diberi skor 5 untuk pernyataan favorable, skor 1 untuk pernyataan unfavorable.

---

<sup>21</sup> Ali Muhtarom: sumber data informasi ini saya dapatkan sdari salah satu kamituwo desa Sumber berupa *File berisi Link mengenai sejarah, profile desa dll.* (Sumber: November 2021)

- b. Alternatif jawaban S (Setuju) di beri skor 4 untuk pernyataan favorable, skor 2 untuk pernyataan unfavorable.
- c. Alternatif jawaban N (Netral) di beri skor 3 untuk pernyataan favorable, skor 3 untuk pernyataan unfavorable.
- d. Alternatif jawaban TS (Tidak Setuju) di beri skor 2 untuk pernyataan favorable, skor 4 untuk pernyataan unfavorable.
- e. Alternatif jawaban STS (Sangat Tidak Setuju) di beri skor 1 untuk pernyataan favorable, skor 5 untuk pernyataan unfavorable.

## 2. Uji Asumsi Data

### a. Uji Normalitas Data

Uji normalitas data merupakan uji yang harus di lakukan sebelum menguji hipotesis yang bertujuan agar data yang telah di kumpulkan berdistribusi normal atau di ambil dari populasi normal. Uji statistik normalitas yang dapat di gunakan antara lain *Chi-Square*, *Kolmogorov Smirnov*, *Lilliefors*, *Shapiro Wilk*, *Jaque Bera*.<sup>22</sup>

Dalam penelitian ini untuk menguji normalitas menggunakan *uji Kolmogorov-Smirnov Test*, yaitu metode uji normalitas yang efektif dan valid untuk di gunakan. Dalam penelitian ini subjek penelitian berjumlah 70-80 orang. Sehingga pengujian normalitas menggunakan *Kolmogorov Smirnov* sangat sesuai untuk penelitian ini.

Untuk memudahkan pengujian, peneliti menggunakan aplikasi SPSS *for windows* rilis 23.0 untuk menganalisis ke normalan instrumen ini. Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas adalah :

- a. Jika sig. (signifikansi)  $\leq 0,05$ , maka data tidak berdistribusi normal
- b. Jika sig. (signifikansi)  $\geq 0,05$ , maka data berdistribusi normal.<sup>23</sup>

### b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas yang di gunakan dalam penelitian ini adalah uji Anova dengan bantuan SPSS *for Windows Release* 23.0. Asumsi yang di gunakan dalam pengujian ini adalah jika datanya berjenis kuantitatif, baik berupa interval maupun rasio, data tersebut berdistribusi normal, dan datanya kecil jumlahnya.

### c. Uji Hipotesis

---

<sup>22</sup> "Penjelasan Uji Normalitas" dalam [www.statistikian.com/2013/01/ujinormalitas.html/amp](http://www.statistikian.com/2013/01/ujinormalitas.html/amp).

<sup>23</sup> Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologis*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009), 28.

Penelitian ini menggunakan Uji-t, *t-test* sampel berpasangan (*paired sampel t-test*) untuk mengukur perbedaan perilaku *Internet Addiction* prokstinasi akademik sebelum dan sesudah di lakukan *treatment*, kemudian hasil tersebut digunakan untuk menentukan apakah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Manajement* untuk menurunkan perilaku *Internet Addiction* pada remaja atau tidak.

