

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan

1. Jenis Penelitian

Jenis pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasional, karena didasarkan pada latar belakang masalah dan pokok pembahasan, yang keduanya sudah dijelaskan oleh peneliti pada bab sebelumnya. Penelitian ini memiliki tujuan untuk memahami hubungan antara variabel bebas dan terikat, maka dikatakan korelasional. Pengumpulan data untuk memastikan tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih menjadi fokus pada penelitian korelasi. Disamping itu penelitian korelasi juga digunakan dalam pembuatan dugaan atau prakiraan.¹

2. Pendekatan Penelitian

Pendekatan pada penelitian ini adalah kuantitatif. Karena penelitian ini menekankan pada data numerik (angka) untuk analisisnya, serta menggunakan metode statistik untuk menginterpretasikan data-datanya. Penelitian kuantitatif pada dasarnya adalah penelitian dengan jumlah sampel yang besar, dan metodenya ditentukan oleh jumlah dan cara pengambilan sampel.²

B. Setting Penelitian

1. Tempat Penelitian

Lokasi yang dijadikan penelitian adalah Madrasah Aliyah NU Mawaqif'ul Ulum yang terletak di Jalan Kudus-Purwodadi KM. 14 Desa Medini RT.05/RW.02 Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dimulai oleh peneliti pada semester gasal tahun pelajaran 2022/2023, dan dibagi menjadi

¹ Masrukhin, *Daros: Metodologi Penelitian Kuantitatif* (Kudus: STAIN Kudus, 2009), 58.

² Raihan, *Metodologi Penelitian* (Jakarta: Universitas Islam Jakarta, 2017),

beberapa tahap yang dimulai dari tahap persiapan pada bulan Oktober 2022 – Februari 2023, selanjutnya tahap pelaksanaan yang dilakukan pada bulan Maret - April 2023, dan tahap terakhir yaitu pengolahan data pada bulan Maret – Mei 2023. Adapun tahapan waktu penelitian tersebut, dapat disusun dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 3. 1
Tahapan Waktu Penelitian

| No | Kegiatan | Waktu Penelitian 2022 | | | | | | | |
|----|------------------------------|-----------------------|-----|-----|-----|------|-----|-----|-----|
| | | Okt | Nov | Des | Jan | Feb | Mar | Apr | Mei |
| 1 | Tahap Persiapan | 2022 | | | | 2023 | | | |
| | 1) Pengajuan Judul | | | | | | | | |
| | 2) Observasi Awal | | | | | | | | |
| | 3) Konsultasi Draft Proposal | | | | | | | | |
| 2 | Tahap Pelaksanaan | 2022 | | | | 2023 | | | |
| | 1) Validitas Instrumen | | | | | | | | |
| | 2) Izin Penelitian | | | | | | | | |
| 3 | Tahap Pengolahan Data | 2022 | | | | 2023 | | | |
| | 1) Analisis Data | | | | | | | | |
| | 2) Konsultasi Draft Skripsi | | | | | | | | |
| | 3) ACC Skripsi | | | | | | | | |

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan jumlah subjek dan bisa juga objek yang telah dipilih oleh peneliti berdasarkan karakteristik dan kualitas, untuk diteliti kemudian dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Populasi mencakup semua karakteristik objek atau subjek tersebut, bukan hanya jumlah orang di dalamnya.³ Penelitian ini memiliki populasi sebanyak 45 orang dari siswa dan siswi kelas 11

³ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2015), 117.

MA NU Mawaqi'ul Ulum tahun pelajaran 2022/2023 yang terbagi menjadi dua rombongan belajar.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah atau karakteristik yang dimiliki oleh anggota populasi. Sampel digunakan jika populasi yang diteliti berjumlah banyak dan tidak memungkinkan bagi peneliti untuk mempelajari seluruh populasi. Selain itu, sampel yang digunakan haruslah benar-benar mewakili populasi yang diteliti.⁴

Peneliti menggunakan *Probability Sampling*, sebagai metode pengambilan sampel. Dimana setiap orang mempunyai kesempatan untuk menjadi sampel, dengan menggunakan metode *simple random sampling*, sampel diambil secara acak tanpa memperhatikan strata populasi.⁵ Peneliti mengambil sampel kelas 11 secara acak, dengan penentuan jumlah sampel menggunakan rumus *Krecjie*, dengan tabel *krecjie* bila diketahui jumlah populasi 45 dan taraf kesalahan 5% maka sampel yang diambil adalah 40 siswa.

D. Desain dan Definisi Operasional Variabel

1. Desain Variabel

Objek atau fokus utama dalam penelitian disebut sebagai variabel penelitian. Variabel, menurut Match dan Farhady adalah aspek dari seseorang atau objek yang terhubung dengan orang lain atau objek lain.⁶

Terdapat dua variabel dalam penelitian ini, yaitu:

a. Variabel Independen atau Variabel Bebas

Yaitu variabel yang berpengaruh terhadap variabel terikat. Variabel bebas biasanya dinotasikan X. Adapun variabel independen dalam penelitian ini yaitu *self control* (X_1) dan *self concept* (X_2).

⁴ Sandu Siyoto dan M. Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian*, 56.

⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, 120.

⁶ Ajat Rukajat, *Pendekatan Penelitian Kuantitatif* (Yogyakarta: Deepublish, 2018), 23.

- b. Variabel Dependen atau Variabel Terikat
Yaitu variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Variabel terikat biasa dinotasikan Y. Adapun variabel dependen dalam penelitian ini yaitu *fear of missing out* (Y).

2. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional berisi tentang aspek penelitian yang digunakan untuk mengukur variabel-variabel penelitian. Tentu saja, teori-teori yang diakui kebenaran dan keakuratannya berfungsi sebagai dasar untuk definisi operasional. Ada tiga definisi operasional variabel dalam penelitian ini:

a. *Fear of Missing Out*

Kecemasan dan rasa takut tertinggal adalah gejala FoMO, yang menjadikan seseorang untuk mengikuti aktivitas orang lain di media sosialnya agar tidak kehilangan kesempatan yang menarik. Secara operasional aspek FoMO yang peneliti ambil dari pendapat Przybylski, dkk ada dua, yaitu:

- 1) Pemenuhan kebutuhan psikologis akan hubungan sosial yang rendah, memiliki indikator sebagai berikut:
 - a) Khawatir jika melihat orang lain bahagia di media sosial.
 - b) Cemas tidak bisa berinteraksi dengan orang lain di media sosial.
 - c) Takut tersaingi oleh orang lain di media sosial.
 - 2) Rendahnya pemenuhan kebutuhan psikologis akan diri sendiri, memiliki indikator sebagai berikut:
 - a) Sering mencari tahu apa yang sedang terjadi dan dilakukan oleh orang lain di media sosial.
 - b) Sering update untuk memberitahukan kabar diri ke orang lain di media sosial.
- b. *Self Control*

Kontrol diri adalah kemampuan untuk menahan dorongan keinginan dari diri sendiri dan

orang lain. Seseorang yang memiliki kontrol diri mampu membuat pilihan dan bertindak secara tepat untuk mencapai dan mewujudkan sesuatu yang diinginkan. Aspek-aspek kontrol diri peneliti ambil dari pendapat Averill bahwa terdapat tiga aspek kontrol diri, yaitu:

- 1) *Behavioral Control* (Kontrol Perilaku), aspek kontrol perilaku memiliki indikator sebagai berikut:
 - a) Mampu mengendalikan perilaku ketika menggunakan media sosial.
 - b) Mampu mengelola waktu untuk membuka media sosial.
 - 2) *Cognitif Control* (Kontrol Kognitif), aspek kontrol kognitif memiliki indikator sebagai berikut:
 - a) Mampu menilai baik dan buruk segala hal yang dilihat di media sosial.
 - b) Mampu menyaring informasi yang diperoleh dari media sosial.
 - c) Mampu mengatasi masalah yang sedang terjadi di media sosial.
 - 3) *Decision Control* (Kontrol Keputusan), aspek kontrol keputusan memiliki indikator sebagai berikut:
 - a) Mampu mengambil keputusan ketika akan melakukan sesuatu di media sosial.
 - b) Mampu menentukan dengan siapa akan terhubung di media sosial.
- c. *Self Concept*

Konsep diri seseorang adalah sikap dan cara pandangnya terhadap dirinya sendiri. Karakteristik fisik dan psikologis seseorang, serta perilaku atau tindakannya, serta kemampuan yang dimiliki merupakan bagian dari pandangan atau perspektif diri. Secara operasional, aspek konsep diri yang peneliti ambil dari pendapat Brooks ada tiga, yaitu:

- 1) Aspek Fisik, memiliki indikator sebagai berikut:
 - a) Tidak membanding-bandingkan diri sendiri dengan orang lain di media sosial.

- 2) Aspek Psikis, memiliki indikator sebagai berikut:
 - a) Mampu memahami perasaan yang terjadi pada diri sendiri.
 - b) Menyadari tentang bagaimana pandangan diri terhadap suatu hal di media sosial.
- 3) Aspek Sosial, memiliki indikator sebagai berikut:
 - a) Mampu berperan secara aktif di media sosial.
 - b) Mampu memberikan informasi yang bermanfaat pada orang lain.
 - c) Mampu memahami persepsi orang lain kepada diri sendiri.

E. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian

Kisi-kisi instrumen merupakan alat bantu yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data penelitian, jenis instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket atau kuesioner. Kisi-kisi instrumen dalam penelitian ini dapat dijabarkan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 3. 2
Blueprint *Fear of Missing Out*

| Aspek | F | UF | Total |
|---|-------------|-------------|-----------|
| Rendahnya pemenuhan kebutuhan psikologis akan hubungan sosial | 1,2,4,5,8,9 | 3,6,7,10 | 10 |
| Rendahnya pemenuhan kebutuhan psikologis akan diri sendiri | 11,12,15,16 | 13,14,17,18 | 8 |
| Total | 10 | 8 | 18 |

Tabel 3. 3
Blueprint *Self Control*

| Aspek | F | UF | Total |
|-------------------|------------|-----------------|-----------|
| Kontrol Perilaku | 1,3,4 | 2,5,6 | 6 |
| Kontrol Kognitif | 7,10,13,14 | 8,9,11,12,15,16 | 10 |
| Kontrol Keputusan | 17,18,21 | 19,20,22 | 6 |
| Total | 10 | 12 | 22 |

Tabel 3. 4
Blueprint Self Concept

| Aspek | F | UF | Total |
|--------------|-------------------|----------------|-----------|
| Aspek Fisik | 1,3 | 2,4 | 4 |
| Aspek Psikis | 5,6,9,10 | 7,8,11 | 7 |
| Aspek Sosial | 12,13,16,17,19,20 | 14,15,18,21,22 | 11 |
| Total | 12 | 10 | 22 |

F. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

1. Uji Validitas Instrumen

Tujuan dari uji validitas adalah untuk menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur dapat menguji keakuratan apa yang akan diukur. Ketepatan dan keakuratan pengukuran diperlukan untuk mendapatkan hasil yang valid.⁷ *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) versi 22, digunakan untuk melakukan uji validitas, dengan dasar dikatakan valid bila nilai $r_{\text{tabel}} > r_{\text{hitung}}$, dan dikatakan tidak valid apabila nilai $r_{\text{tabel}} < r_{\text{hitung}}$.

2. Uji Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas adalah alat uji untuk mengetahui konsistensi hasil pengukuran bila dilakukan pada gejala yang sama setidaknya dua kali, dan dengan alat ukur yang sama pula. Uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan SPSS 22.00 dengan melihat hasil statistik *Cronbach Alpha* (α), variabel dianggap reliabel jika nilai *cronbach alpha* $> 0,60$. Nilai reliabilitas data lebih akurat dan reliabel jika nilai alpha mendekati 1.⁸

G. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti adalah kuesioner. Kuesioner adalah serangkaian pertanyaan atau pernyataan terstruktur yang dikirimkan peneliti kepada responden dan digunakan dalam teknik pengumpulan data. Responden diberikan pertanyaan dalam bentuk kuesioner

⁷ Nikolaus Duli, *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Beberapa Konsep Dasar untuk Penulisan Skripsi & Analisis Data dengan SPSS* (Yogyakarta: Deepublish, 2019), 103.

⁸ Nikolaus Duli, *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Beberapa Konsep Dasar untuk Penulisan Skripsi & Analisis Data dengan SPSS*, 106.

dengan maksud untuk mendapatkan tanggapan yang sesuai dengan tema penelitian.⁹ Skala *Likert* adalah jenis kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini. Variabel-variabel yang perlu diukur dijadikan indikator, yang kemudian dijadikan acuan untuk membuat item atau instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan.¹⁰ Peneliti menggunakan jenis pernyataan tertutup dalam penelitian ini, responden diberi tugas untuk memilih salah satu dari pilihan jawaban yang telah disediakan.

Teknik pemilihan jawaban bertujuan untuk memudahkan responden dalam menjawab, dan setiap jawaban terdapat skor masing-masing sesuai dengan jenis pernyataan yang di berikan. Adapun pilihan jawaban beserta skor yang digunakan peneliti sesuai dengan skala *likert* yaitu:

Tabel 3. 5
Skor Alternatif Jawaban

| Favorable | | Unfavorable | |
|---------------------------|------|---------------------------|------|
| Pilihan Jawaban | Skor | Pilihan Jawaban | Skor |
| Sangat Sesuai (SS) | 4 | Sangat Sesuai (SS) | 1 |
| Sesuai (S) | 3 | Sesuai (S) | 2 |
| Tidak Sesuai (TS) | 2 | Tidak Sesuai (TS) | 3 |
| Sangat Tidak Sesuai (STS) | 1 | Sangat Tidak Sesuai (STS) | 4 |

H. Teknik Analisis Data

Proses pengelompokan, interpretasi, dan verifikasi data untuk menetapkan nilai fenomena dikenal sebagai analisis data. Analisis data melibatkan perhitungan untuk menguji hipotesis, mengelompokkan data menurut variabel dan jenis responden, dan merumuskan masalah untuk menemukan jawaban.¹¹ Pengolahan data pada penelitian ini menggunakan SPSS.

⁹ Ajat Rukajat, *Pendekatan Penelitian Kuantitatif*, 26.

¹⁰ Masrukhin, *Metodologi Penelitian Kuantitatif* (Kudus: Mibarda Publishing, 2017), 117.

¹¹ Sandu Siyoto dan M. Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian*, 90.

Langkah awal pelaksanaan penelitian ini adalah melakukan analisis pendahuluan dengan memasukkan hasil pengolahan data yang diperoleh dari responden menjadi sebuah tabulasi, guna menentukan skor dari penilaian angket yang sebelumnya telah disebar dan dijawab oleh responden, dengan ketentuan sebagai berikut:

- a. Pernyataan positif (*favorable*), diberi nilai:
 - 1) Sangat Sesuai (SS) diberi nilai 4
 - 2) Sesuai (S) diberi nilai 3
 - 3) Tidak Sesuai (TS) diberi nilai 2
 - 4) Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi nilai 1
- b. Pernyataan negatif (*unfavorable*), diberi nilai:
 - 1) Sangat Sesuai (SS) diberi nilai 1
 - 2) Sesuai (S) diberi nilai 2
 - 3) Tidak Sesuai (TS) diberi nilai 3
 - 4) Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi nilai 4

Setelah melakukan analisis pendahuluan dengan menentukan dan menghitung skor dari masing-masing item, selanjutnya dilakukan beberapa uji sebagai berikut:

- a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk melihat data yang digunakan dalam penelitian berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dengan SPSS 22.00 menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov, berdasarkan kriteria sebagai berikut¹²:

- 1) Jika angka Sig. (2-tailed) $> 0,05$, maka data berdistribusi normal.
- 2) Jika angka Sig. (2-tailed) $< 0,05$, maka data berdistribusi tidak normal.

- b. Uji Linieritas

Uji linieritas merupakan suatu metode untuk menentukan apakah hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat bersifat linier atau tidak. Dalam penelitian ini digunakan SPSS 22.00 untuk melakukan uji linearitas dengan ANOVA. Uji linieritas ANOVA ditentukan

¹² Masrukhin, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, 135.

dengan melihat nilai dari *deviation from linearity*, dengan ketentuan¹³:

- 1) Jika nilai deviasi dari linearitas $> 0,05$ maka terdapat hubungan linier.
 - 2) Jika nilai deviasi dari linearitas $< 0,05$ maka tidak terdapat hubungan linier.
- c. Uji Multikolinieritas
- Uji multikolinieritas digunakan untuk mengetahui korelasi antara variabel bebas (X) dalam regresi linier berganda. Model regresi yang baik adalah antara variabel bebas tidak saling mempengaruhi.¹⁴ Pada penelitian ini, untuk menemukan ada dan tidaknya multikolinieritas dengan SPSS 22.00 dilihat dari nilai *Tolerance* $> 0,10$ dan nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) $< 10,0$.
- d. Uji Heteroskedastisitas
- Uji heteroskedastisitas digunakan untuk mengetahui apakah model regresi memiliki varian residual yang tidak merata. Model regresi yang baik seharusnya tidak terjadi heteroskedastisitas atau disebut homoskedastisitas. Dalam penelitian ini, grafik Scatter Plot digunakan untuk uji heteroskedastisitas, dengan melihat ZPRED (nilai prediksi) dan SRESID (nilai sisa/residual), jika grafik yang dihasilkan tidak terdapat pola tertentu dan titik-titik tersebar di atas dan di bawah angka 0 maka menunjukkan model yang baik.¹⁵
- e. Uji Hipotesis
- Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan uji regresi linier berganda yang dilakukan dengan bantuan SPSS 22.00.

¹³ Zulaika Matondang dan Hamni Fadlilah Nasution, *Praktik Analisis Data Pengolahan Ekonometrika dengan Eviews & SPSS* (Medan: CV Merdeka Kreasi Group, 2021), 55.

¹⁴ Masrukhin, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, 129.

¹⁵ Nikolaus Duli, *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Beberapa Konsep Dasar untuk Penulisan Skripsi & Analisis Data dengan SPSS*, 122.