

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

1. Variabel Tergantung : Kecemasan sosial
2. Variabel Bebas : *Loneliness*

B. Operasional Variabel

1. Kecemasan Sosial

Kecemasan Sosial merupakan bentuk kekhawatiran seseorang terhadap lingkungannya, dalam bentuk mempersepsikan dirinya secara ekspresif atau dengan menarik diri dari lingkungan. Adapun aspek-aspek kecemasan sosial dalam penelitian ini meliputi : (1) *Fear of Negative Evaluation*, (2) *Social Avoidance and Distress New*, dan (3) *Social Avoidance and Distress General*.

Semakin tinggi skor total yang diperoleh individu dari item-item skala kecemasan sosial, maka semakin tinggi tingkat kecemasan sosialnya, sebaliknya jika semakin rendah skor total yang diperoleh individu dari item-item skala kecemasan sosial, maka semakin rendah kecemasan sosialnya.

2. Loneliness

Loneliness merupakan bentuk perasaan dan pengalaman negatif seseorang tentang dirinya sendiri dan lingkungan, ditunjukkan pada perilaku gelisah, tertekan, dan menarik diri dari hubungan sosial. Adapun aspek-aspek *loneliness* dalam penelitian ini adalah : (1) *actual social relationship* (2) *intimacy to others* (3) *cognitive process*.

Semakin tinggi skor total yang diperoleh individu dari item-item skala *loneliness*, maka semakin tinggi tingkat *loneliness* yang dialami. Sebaliknya jika semakin rendah skor total yang diperoleh individu dari item-item skala *loneliness*, maka semakin rendah tingkat *loneliness* yang dialaminya.

C. Populasi, Sampel, dan Sampling

1. Populasi

Populasi adalah sebuah kelompok yang dibatasi dan memiliki sebuah karakteristik atau ciri tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk diselidiki, populasi yang akan dikenai oleh objek/subyek setidaknya memiliki satu sifat yang sama untuk diukur oleh peneliti. (Hadi, 2017)

Dalam penelitian ini peneliti mengambil populasi di Universitas Setia Budi Surakarta pada mahasiswa tahun pertama atau mahasiswa angkatan 2018 yang berjumlah 610 per tanggal 13 Desember 2018. Alasan peneliti mengambil populasi di Universitas Setia Budi Surakarta adalah mahasiswanya yang sebagian besar berasal dari bermacam-macam daerah sehingga mahasiswa yang merantau tersebut akan membutuhkan waktu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Adapun ciri-ciri atau karakteristik populasi dari penelitian ini adalah :

- a) Mahasiswa aktif di Universitas Setia Budi Surakarta
- b) Mahasiswa yang merantau atau berasal dari luar eks karisidenan Surakarta

2. Sampel

Sampel merupakan sebagian dari populasi, sampel harus memiliki setidaknya satu ciri yang sama dari populasinya yang kemudian sampel tersebut

dapat dikatakan mewakili sebuah populasi. (Hadi, 2017). Sampel yang diambil pada penelitian ini adalah 100 mahasiswa, secara tradisional statistika menganggap jumlah sampel yang lebih dari 60 orang sudah cukup banyak untuk dijadikan sampel (Azwar, 2012)

3. Sampling

Teknik pengambilan sampel untuk menentukan sampel yang akan yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *Non Probability Sampling*, yaitu teknik *Purposive Sampling*. Teknik *Purposive Sampling* adalah sebuah teknik pengambilan sampel yang didasari oleh karakteristik/ciri tertentu dan memiliki hubungan dengan populasi dan telah ditetapkan sebelumnya oleh peneliti. (Hadi, 2017). Ciri-ciri atau karakteristik yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

- a) Mahasiswa yang tinggal sendiri atau kost.
- b) Mahasiswa tahun pertama angkatan 2018/2019. Pada umumnya mahasiswa tahun pertama dengan usia 17-21 tahun berada dala masa remaja akhir, pada masa tersebut seseorang akan melewati perubahan-perubahan dalam hubungan sosialnya. (Santrock, 2003)

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan cara yang digunakan untuk memperoleh data yang diteliti. Metode pengumpulan data dalam kegiatan penelitian mempunyai tujuan mengungkap fakta mengenai variabel yang diteliti yang telah diuraikan menjadi sebuah indikator dan kemudian dijabarkan kedalam bentuk aitem-aitem (Azwar, 2013). Alat pengumpulan data yang digunakan dalam

penelitian ini berupa skala model likert dimana skala tersebut berisi pernyataan-pernyataan mengenai objek sikap. Dan meminta subyek untuk memilih salah satu dari 4 alternatif pilihan jawaban yang sesuai dengan keadaan dirinya, setiap jawaban memiliki butir-butir *favorable* dan *unfavorable* (Azwar, 2018).

Pada penelitian ini, pengambilan data atau pengumpulan data yang digunakan adalah skala psikologi yaitu skala yang telah diadopsi dari beberapa peneliti sebelumnya.

- 1) Skala kecemasan sosial dalam penelitian ini menggunakan skala yang diadaptasi dari skala yang disusun oleh Ratnasari (2017) yang mengacu pada teori La Greca and Lopez. Skala ini menggunakan alat ukur yang baik dengan realibilitas 0,908. Skala ini terdiri dari tiga aspek yaitu *Fear of Negative Evaluation*, *Social Avoidance and distress-new*, dan *Social Avoidance and distress-general*. Skala ini menggunakan skala model likert dan terdiri atas 22 pernyataan *favorable* dan *unfavorable* dengan 4 pilihan jawaban yaitu SS : Sangat Setuju; S : Setuju; TS : Tidak Setuju; STS : Sangat Tidak Setuju .

Tabel 1

Blue Print Rancangan Skala Kecemasan Sosial

<i>No.</i>	<i>Aspek</i>	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	<i>Jumlah</i>
1	<i>Fear of Negative Evaluation</i>	4,9,21	1,2,8,16,20,22	9
2	<i>Social Avoidance and Distress New</i>	3,5,6,12,15	7,13	7
3	<i>Social Avoidance and Distress General</i>	10,14	11,17,18,19	6
Jumlah		10	12	22

2) Skala *loneliness* dalam penelitian ini menggunakan skala yang diadaptasi dari skala yang disusun oleh Ertra (2017) yang mengacu pada teori Perlman and Peplau. Skala ini menggunakan alat ukur yang baik dengan nilai realibilitas 0,84. Skala ini terdiri dari tiga aspek yaitu *Actual Social Relationship*, *Intimacy to others*, dan *Cognitive Process*. Skala ini menggunakan skala model likert dan terdiri atas 19 pernyataan *favorable* dan *unfavorable* dengan 4 pilihan jawaban yaitu SS : Sangat Setuju; S : Setuju; TS : Tidak Setuju; STS : Sangat Tidak Setuju.

Tabel 2

Blue Print Rancangan Skala *loneliness*

<i>No</i>	<i>Aspek</i>	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	<i>Jumlah</i>
1	<i>Actual Social Relationship</i>	1,6,9,12	4,14,18	7
2	<i>Intimacy to others</i>	2,5,7,10,13, 15	-	6
3	<i>Cognitive Process</i>	11,16	3,8,17,19	6
Jumlah		12	7	19

E. Validitas dan Realibilitas

1. Validitas

Validitas atau *Validity* merupakan suatu pengukuran keakuratan data dari alat tes atau skala psikologis, data tersebut dapat dikatakan akurat jika data tersebut memberikan hasil yang tepat sehingga menghasilkan validitas yang tinggi (Azwar, 2018)

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan Validitas Isi. Validitas Isi (*Content Validity*) merupakan suatu pengujian terhadap skala psikologi menggunakan *expert judgement*, dimana skala yang diajukan berupa komponen

dari indikator perilaku yang hendak diukur dan dijabarkan menjadi sebuah aitem-aitem. (Azwar, 2018)

2. Realibilitas

Realibilitas atau *Reliability* merupakan alat ukur yang akan menghasilkan suatu daya yang memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi atau biasa disebut dengan pengukuran reliabel (*reliable*). Data yang diukur akan dapat dipercaya jika dalam pelaksanaan pengukuran akan diperoleh hasil yang sama, selama aspek yang diukur tidak berubah.

Dalam perolehan ini akan ada toleransi terhadap perbedaan-perbedaan pengukuran, namun jika perbedaan tersebut besar maka hasil pengukuran tersebut tidak reliabel atau tidak dapat dipercaya. (Azwar, 2018). Realibilitas dari kedua variabel dalam penelitian ini yaitu variabel *loneliness* dan kecemasan sosial akan diuji dengan menggunakan teknik reliabilitas *alpha cronbach*. Perhitungan *alpha cronbach* ini menggunakan bantuan *SPSS for windows release 21,0 for windows relase*.

F. Teknik Analisis Data

Teknik Analisis data adalah pelaksanaan setelah data dari responden terkumpul (Hadi, 2017), data yang diperoleh dalam penelitian ini akan di uji hipotesis, dalam penelitian ini adalah uji analisis regresi sederhana. Analisis regresi adalah teknik statistik untuk menghitung persamaan garis regresi dan untuk mengetahui sumbangan efektif dari variabel yang diukur (Hadi, 2017).

Bersama dengan hipotesis dan tujuan penelitian ini yaitu untuk mencari korelasi maka data yang diperoleh akan dilakukan uji syarat yaitu :

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui data sampel berasal dari populasi yang memiliki distribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan Teknik *Kolmogorov-Smirnov Goodness of Fit Test* dengan taraf signifikansi 0,05.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui adanya hubungan linear antar dua variabel. Dua variabel dikatakan linear apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05. Data yang sudah diuji selanjutnya akan dianalisis dengan menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana, dan perhitungan data selanjutnya akan menggunakan perhitungan statistik yang dilakukan dengan bantuan *Packages for Social Science (SPSS) 21.0 for windows relase*.