

BAB III

METODE PENELITIAN

Bab ini membahas tentang metode penelitian yang akan digunakan untuk menguji hipotesis. Metode penelitian meliputi desain penelitian, definisi operasional dan pengukuran, pengujian instrumen penelitian, populasi, sampel, teknik penyampelan, objek penelitian, sumber data, dan analisis data.

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kausal yang meneliti hubungan sebab akibat antar variabel bebas dan variabel terikat (Ibrahim *et al.*, 2018). Data penelitian merupakan data *cross sectional* artinya data diambil dalam satu kurun waktu tertentu. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif karena menggunakan data berupa angka dan menggunakan analisis statistika untuk menguji signifikansi hubungan antar konstruk yang diteliti (Muhyi *et al.*, 2018). Strategi penelitian menggunakan desain survei. Desain survei dipilih karena memiliki validitas eksternal paling baik. Validitas eksternal yang baik menggambarkan bahwa kesimpulan dari penelitian ini memiliki generalisasi luas dibanding metode lain.

3.2 Definisi Operasional dan Pengukuran

Dalam upaya mengukur variabel, maka setiap variabel didefinisi-operasionalkan.

3.2.1 Depresi

Depresi didefinisikan sebagai perasaan sedih, putus asa, kehilangan minat, dan mengganggu konsentrasi penderitanya (Yun *et al.*, 2019; Hassan dan Husain, 2020; Kolenik, 2022). Depresi diukur dengan skala *Likert* 5 poin berdasarkan indikator: (1) perasaan kesepian, (2) perasaan putus asa, (3) kehilangan minat, (4) perasaan tertekan, (5) kehilangan konsentrasi, (6) tidak menikmati hidup, (7) tidak bahagia (Lin *et al.*, 2016; Aalbers *et al.*, 2018; Dhir *et al.*, 2018).

3.2.2 Kecemasan

Kecemasan didefinisikan sebagai keadaan emosional negatif meliputi perasaan takut, khawatir, dan tidak nyaman secara terus menerus terhadap sesuatu yang dibayangkan (Yuniasanti dan Rinaldi, 2022; Kolenik, 2022; Alvi *et al.*, 2022). Kecemasan diukur dengan skala *Likert* 5 poin berdasarkan indikator: (1) perasaan tidak nyaman, (2)

perasaan khawatir berlebihan, (3) perasaan takut dan gugup, (4) kecemasan masalah privasi media sosial, (5) kesulitan bernafas dan gemetar, (6) kecemasan interaksi dengan orang lain (Dhir *et al.*, 2018; Liu *et al.*, 2018; Dalky *et al.*, 2022)

3.2.3 Stres

Stres didefinisikan sebagai perasaan khawatir dan takut secara berlebihan akibat tekanan yang menimbulkan ketegangan (Whelan *et al.*, 2020; Jimenez, 2021). Stres diukur dengan skala *Likert* 5 poin berdasarkan indikator: (1) mudah marah dan tersinggung, (2) perasaan gelisah, (3) kesulitan untuk sabar, (4) kesulitan merasa tenang (Dalky *et al.*, 2022; Ngien *et al.*, 2021)

3.2.4 Kelelahan

Kelelahan didefinisikan sebagai gejala fisik dan mental berupa rasa lelah berlebihan yang disebabkan oleh penggunaan media sosial berlebihan (Zhang dan Ling., 2021; Liang *et al.*, 2022). Kelelahan diukur dengan skala *Likert* 5 poin berdasarkan pernyataan: (1) banyaknya informasi di media sosial membuat lelah, (2) penggunaan media sosial membuat lelah, (3) fisik dan mental terganggu terlalu lama menggunakan media sosial, (4) kesulitan bersantai setelah menggunakan media sosial, (5) butuh waktu lama untuk berkonsentrasi setelah menggunakan media sosial. (Ngien *et al.*, 2021; Tandon *et al.*, 2021).

3.2.5 Kecanduan Media Sosial

Kecanduan media sosial didefinisikan sebagai perilaku ketergantungan untuk terus mengakses media sosial, tidak mampu mengontrol waktu dan penderita akan merasa terhukum apabila tidak dapat mengakses jejaring media sosial (Rabadi *et al.*, 2017; Moreno *et al.* 2022). Kecanduan media sosial diukur dengan skala *Likert* 5 poin berdasarkan pernyataan: (1) durasi waktu penggunaan media sosial, (2) rasa ingin terus menggunakan media sosial, (3) perasaan cemas dan gelisah jika tidak menggunakan media sosial, (4) media sosial menjadi rutinitas, (5) kehidupan sosial terganggu (Dhir *et al.*, 2018; Liu *et al.*, 2018; Kelly *et al.*, 2019; Malik *et al.*, 2020).

3.3 Pengujian Instrumen Penelitian

3.3.1 Uji Validitas

Validitas dapat diartikan sebagai makna sebenarnya. Validitas merupakan ketepatan alat ukur dalam mengukur suatu objek. Uji validitas dilakukan untuk mengetahui seberapa bagus suatu pengukuran

dalam menguji objek yang seharusnya (Rahayu., 2019). Metode analisis faktor digunakan dalam pengujian validitas. Validitas kuesioner dapat dilihat dari nilai faktor loading dalam tabel *Rotated Component Matrix*. Item pernyataan dikatakan valid jika mendapatkan nilai faktor loading $\geq 0,4$ dan terekstrak sempurna pada faktor yang sama. Hasil Uji Validitas ditampilkan pada tabel 3.1

Tabel 3. 1 Hasil Uji Validitas Kuesioner

Butir Kuesioner	Faktor Loading				
	1	2	3	4	5
KMS1			0.641		
KMS2			0.881		
KMS3			0.541		
KMS4			0.797		
KL1				0.669	
KL2				0.722	
KL3				0.763	
KL4				0.638	
D1	0.838				
D2	0.811				
D3	0.711				
D5	0.529				
D6	0.619				
D7	0.817				
KC1					0.579
KC3					0.653
KC4					0.646
KC5					0.584
KC6					0.556
S1		0.798			
S2		0.684			
S3		0.586			
S4		0.676			

Sumber: data primer yang telah diolah (2023)

Berdasarkan uji validitas yang telah dilakukan memberikan hasil bahwa terdapat 4 indikator atau item kuesioner yang tidak mengumpul atau terekstrak pada faktor yang sama setelah sebelumnya dilakukan pengujian validitas sejumlah 35 responden. Maka dari itu dilakukan penghilangan indikator pada item KMS5, KL5, D4 dan KC2 yang menghasilkan item kuesioner pada tabel di atas mengumpul pada faktor yang sama.

3.3.2 Uji Reliabilitas

Uji realibilitas memiliki aeri dapat dipercaya dan konsisten. Uji reliabilitas digunakan untuk menguji apakah sebuah item kuisioner tidak berubah dan stabil dari waktu ke waktu dalam mengukur sebuah variabel (Rahim dan Saputra., 2018). Pengujian reliabilitas suatu

kuesioner menggunakan metode *Cronbach Alpha* (α) yaitu reliabilitas pada suatu skala dilihat dengan koefisien alpha yang bervariasi dari 0 sampai 1. Koefisien yang lebih dari 1 atau sama dengan 0,6 menunjukkan konsistensi yang memuaskan. Maka suatu kuesioner dikatakan reliabel jika memiliki nilai $\alpha > 0,6$. Sebaliknya, kuisisioner dinyatakan tidak reliabel jika nilai $\alpha < 0,6$. Hasil uji reliabilitas dapat ditampilkan dalam tabel 3.2

Tabel 3. 2 Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Koefisien Alpha	Keterangan
Kecanduan Media Sosial (KMS)	0,786	Reliabel
Kelelahan (KL)	0,737	Reliabel
Depresi (D)	0,887	Reliabel
Kecemasan (KC)	0,611	Reliabel
Stres (S)	0,807	Reliabel

Sumber: data primer yang telah diolah (2023)

Hasil dari uji reliabilitas menyatakan bahwa semua item pernyataan kuesioner dalam variabel yang akan diteliti memiliki nilai reliabilitas lebih besar dari 0,60. Oleh karena itu, data dalam studi ini dapat dikatakan reliabel untuk digunakan dalam pengambilan data.

3.4 Populasi, Sampel, dan Teknik Penyampelan

3.4.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subyek atau obyek yang memiliki jumlah dan karakteristik tertentu yang ditentukan oleh peneliti untuk diteliti dan kemudian ditarik kesimpulannya (Muhyi *et al*, 2018). Populasi yang diteliti dalam studi ini adalah pengguna media sosial di Indonesia.

3.4.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi tersebut (Muhyi *et al*, 2018). Sampel yang digunakan dalam studi ini adalah pengguna media sosial dengan usia minimal mulai dari 13 tahun dan intensitas penggunaan lebih dari 7 jam per hari. Kuisisioner dikatakan valid jika mendapatkan bobot faktor sebesar 0,4. Ukuran sampel sesuai bobot faktor disajikan dalam tabel:

Tabel 3. 3. Ukuran sampel berdasarkan *factor loading*

<i>Factor Loading</i>	Ukuran Sampel
0.30	350
0.35	250
0.40	200
0.45	150
0.50	120
0.55	100
0.60	85
0.65	70
0.70	60
0.75	50

Sumber : Hair *et al.* (2010)

Berdasarkan pedoman Tabel 3.3, bila *Factor Loading* yang digunakan sebesar 0,4 maka jumlah responden minimal 200 responden.

3.4.3 Teknik Penyampelan

Sampel dalam suatu studi mempunyai dua jenis karakteristik yaitu *probability sampling* dan *non probability sampling* (Muhyi *et al.*, 2018). *Probability sampling* adalah sampel dengan anggota populasi mendapatkan peluang yang sama untuk terpilih. *Non probability sampling* yaitu suatu teknik penyampelan yang dilakukan secara acak dan setiap anggota populasi tidak mempunyai peluang atau probabilitas sama untuk terpilih menjadi anggota sampel (Rahayu, 2019). *Probability sampling* terdiri dari : penyampelan random sederhana (*simple random sampling*), penyampelan random berlapis (*stratified random sampling*), dan penyampelan random kluster (*cluster random sampling*). *Non probability sampling* terdiri dari : *purposive sampling*, *systematic sampling*, *incidental sampling*, *snowball sampling*. Penggunaan *non-probability sampling* dalam studi ini dikarenakan jumlah populasi yang sebenarnya tidak diketahui. Melihat karakteristik populasi dan tujuan penelitian ini, maka penentuan responden yang dijadikan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan metode *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan kriteria atau karakteristik tertentu (Mukhsin *et al*, 2017) karena pada studi ini responden yang digunakan adalah individu yang sudah pernah menggunakan media sosial.

3.5 Objek Penelitian

Objek penelitian merupakan sasaran penelitian. Objek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *platform* media sosial seperti Instagram, Facebook, Twitter, Tiktok, Youtube, Whatsapp.

3.6 Sumber Data

Sumber data merupakan sumber dari mana suatu data penelitian didapatkan (Sondak *et al.*, 2019). Sumber data dalam penelitian ini didapatkan langsung dari tanggapan responden pada pernyataan kuesioner. Penentuan nilai setiap pernyataan menggunakan skala Likert atas dasar 5 poin berupa:

- a. Sangat Tidak Setuju (1)
- b. Tidak Setuju (2)
- c. Kurang Setuju (3)
- d. Setuju (4)
- e. Sangat Setuju (5)

3.7 Analisis Data

Teknik analisis data menggunakan *Structural Equation Modelling* (SEM) dan analisis regresi. SEM digunakan untuk menguji hubungan antara variabel secara keseluruhan sedangkan analisis regresi dengan variabel mediasi untuk menguji hubungan mediasi kelelahan diantara kecanduan media sosial dan kesehatan mental.

3.7.1 Structural Equation Modelling-SEM

SEM berbasis pada analisis covarians sehingga memberikan *matriks covarians*

lebih akurat dari analisis regresi linear. Untuk mengetahui apakah desain didasarkan dari data observasi sinkron dengan contoh teori atau tidak dibutuhkan acuan indeks kecocokan model. Model SEM yang baik ditunjukkan melalui sejumlah indikator kesesuaian (*fit index*) yang berfungsi untuk mengukur derajat kesesuaian antara model dengan data yang digunakan.

3.7.1.1 Asumsi Normalitas

Bila model diestimasi dengan teknik *maximum likelihood* maka perlu penggunaan asumsi normalitas yang dapat diketahui dari nilai *skewness* dan *curtosisnya*. Bila nilai *critical ratio* (CR) lebih besar dari kritis maka dapat diduga bahwa distribusi data tidak normal. Nilai kritis ditentukan berdasarkan taraf signifikansi 0,01.

3.7.1.2 Asumsi Outlier

Outlier adalah observasi atau data yang mempunyai karakteristik unik yang terlihat berbeda jauh dibandingkan data-data lainnya dan muncul dalam bentuk nilai ekstrim. Keberadaan *Outlier* dapat diukur menggunakan statistik pada nilai *mahalonobis distance square* dengan

taraf signifikansi 0,01 dan *degree of freedom* sebesar jumlah indikator variabel yang diteliti.

3.7.1.3 Goodness of Fit

Goodness of fit menguji kesesuaian input observasi atau matrix kovarian dan kolerasi atau hubungan yang sesungguhnya dengan model penelitian yang diteliti . Analisa *Structural Equatuin Modeling* (SEM), *goodness of fit* berfungsi sebagai indikator untuk kesesuaian (*fit index*) yang digunakan untuk mengukur derajat antar model dan data yang digunakan dalam penelitian. Indikator *Goodness of Fit* model ditampuilkan dalam Tabel 3.4.

Tabel 3. 4 Indikator Goodness of Fit Model

<i>Goodness of Fit Index</i>	<i>Cut of Value</i>
$\chi^2 = \text{chi square}$	Diharapkan kecil
GFI	≥ 0.90
RMSEA	≤ 0.08
AGFI	≤ 0.90
TLI	≥ 0.90
NFI	≥ 0.90
CFI	≥ 0.90
CMIN/DF	≤ 2.00
RMR	≤ 0.03

Sumber: Hair *et al.* (2010)

Penjelasan dari masing-masing kriteria *goodness of fit* tersebut sebagai berikut :

1. *Chi Square*. Tujuan analisis ini adalah mengembangkan dan mengukur apakah sebuah model yang sesuai dengan data. Model dikatakan baik jika memiliki nilai *chi square* = 0 yang diartikan tidak terdapat perbedaan. Taraf signifikansi penerimaan disarankan jika $\alpha \geq 00,05$ yang berarti matriks input sebenarnya dengan matriks input yang diprediksi tidak terdapat perbedaan secara signifikan.
2. *Goodness Of Fit Indeks (GFI)* adalah indeks yang menggambarkan tingkat kesesuaian model secara keseluruhan yang diukur dari residual kuadrat dari model yang diprediksi dibandingkan data yang sebenarnya. Nilai GFI dinyatakan baik adalah $\geq 0,90$.
3. *Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)*. RMSEA adalah indeks pengujian yang tidak dipengaruhi oleh besarnya sampel sehingga biasanya indeks ini digunakan untuk menguji fit model pada jumlah sampel besar. Nilai RMSEA antara 0,05 dan

0,08 menunjukkan indeks yang baik untuk menerima kesesuaian sebuah model .

4. *Adjusted Goodness Fit Of Index (AGFI)*. Indeks ini merupakan pengembangan dari *Goodness Fit Of Index (GFI)* yang telah disesuaikan dengan *ratio* dari *degree of freedom* yang tersedia untuk menguji diterima atau tidaknya suatu model. Nilai yang disarankan adalah $AGFI \geq 0,90$, semakin besar nilai AGFI maka semakin baik kesesuaian yang dimiliki model.
5. *Tucker Lewis Index (TLI)*. TLI merupakan indeks kesesuaian *incremental* yang mempersamakan model yang diuji dengan baseline model. TLI berfungsi untuk mengatasi permasalahan yang muncul akibat kompleksitas model dan kurang dipengaruhi oleh ukuran sampel. Nilai penerimaan yang dianjurkan adalah nilai $TLI \geq 0,90$.
6. *Normed Fit Index (NFI)*. Indeks ini adalah ukuran perbandingan antara *proposed model* dan *null model* . Nilai NFI bervariasi dari 0 sampai 1. Nilai yang dianjurkan adalah lebih besar atau $\geq 0,90$.
7. *Comparative Fit Index (CFI)*. CFI adalah indeks kesesuaian *incremental* yang mencocokkan model yang diukur dengan *null model* . Indeks ini dikatakan baik dalam menguji suatu model karena tidak dipengaruhi oleh ukuran sampel. Indeks yang menandakan bahwa model yang diuji mempunyai kesesuaian yang baik jika $CFI \geq 0,90$
8. *Normal Chi Square (CMIN/DF)*. *Normal Chi Square* adalah ukuran yang didapatkan dari hasil bagi antara *chi-square* dengan *degree of freedom*. Nilai CMIN/DF yang disarankan $\leq 2,0$.
9. *Root Mean Square Residual (RMR)*. RMR adalah residual rata-rata antara matriks (kolerasi dan kovarian) teramat dan hasil estimasi. Nilai RMR yang dapat diterima adalah lebih kecil dari 0,03.

3.7.2 Analisis Regresi Variabel Mediasi

Analisis regresi variabel mediasi merupakan analisis regresi yang digunakan untuk menguji peran variabel mediasi pada hubungan antar variabel. Dalam analisis regresi variabel mediasi dengan metode kasual step yang dikembangkan oleh Baron dan Kenny terdapat tiga persamaan regresi:

$$\text{Persamaan I : } \hat{Y} = \alpha_1 + b_1X$$

$$\text{Persamaan II : } \hat{M} = \alpha_2 + b_1X + b_2Z$$

$$\text{Persamaan III : } \hat{Y} = \alpha_3 + b_1X + b_2Z + b_3XZ$$

Berikut ini pada uji variabel M dinyatakan sebagai variabel mediasi antara variabel X terhadap variabel Y jika memenuhi kriteria:

- a. Jika persamaan I, X berpengaruh signifikan terhadap Y ($c \neq 0$)
- b. Jika persamaan II, X berpengaruh signifikan terhadap M ($a \neq 0$)
- c. Jika persamaan III, M berpengaruh signifikan terhadap Y ($b \neq 0$)

Analisis regresi variabel mediasi juga dapat menguji variabel mediasi sebagai

mediasi sempurna (*perfect mediation*) yang terjadi apabila pengaruh X terhadap Y menjadi nol setelah dimasukkan M ke persamaan regresinya dan mediasi sebagian (*partial mediation*) apabila efek variabel X ke Y menurun namun tidak sama dengan nol.