

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Menurut Sugiyono (2008) penelitian kuantitatif dengan format deskriptif bertujuan untuk menjelaskan, meringkaskan berbagai kondisi, berbagai situasi, atau berbagai variabel yang timbul di masyarakat yang menjadi objek penelitian itu berdasarkan apa yang terjadi. Dengan demikian penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran kesehatan mental remaja pengguna media sosial.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Mengacu pada judul penelitian ini tentang gambaran kesehatan mental remaja pengguna media sosial, maka identifikasi hanya menggunakan suatu variabel yaitu: kesehatan mental.

C. Definisi Operasional Variabel

Kesehatan mental adalah kemampuan jiwa untuk menyesuaikan diri dengan diri sendiri dan lingkungannya dalam upaya mencapai kepuasan dan kebahagiaan ataupun ketentraman hidup sehingga terhindar dari gangguan jiwa dalam melakukan penyesuaian dengan masalah. Pengukuran kesehatan mental mengacu pada pengukuran karakteristik kesehatan mental menurut APA (American Psychological Association).

D. Subjek Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi berasal dari dalam Bahasa Inggris *population*, yang berarti jumlah penduduk. Dalam metode penelitian, kata populasi digunakan untuk menyebutkan serumpun atau sekelompok objek yang menjadi sasaran penelitian. Oleh karenanya, populasi penelitian merupakan keseluruhan dari objek penelitian yang dapat berupa manusia, hewan, tumbuh-tumbuhan, udara, gejala, nilai, dan sebagainya, sehingga objek-objek ini dapat menjadi sumber data penelitian (Ghozali, 2013). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa/I yang ada di SMA N 5 Pekanbaru sejumlah 1.241 orang

2. Sampel Penelitian

Berdasarkan gambaran populasi berupa siswa/I yang ada di SMA N 5 Pekanbaru yaitu sejumlah 1.241, maka pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan perhitungan sebagai berikut (Sugiono, 2008):

Siswa/I SMAN 5 = 1.241

Batas Kesalahan = 5%

$n = 309$ siswa/I SMAN 5 Pekanbaru

Pengambilan sampel penelitian ditentukan dengan sengaja (*purposive sampling*).

Pengambilan sampel secara *purposive sampling* ini dikarenakan padatnya jadwal akademik SMAN 5 serta menjelang ujian akhir (terutama untuk kelas XII) pada bulan Maret hingga April, sehingga peneliti diberikan keterbatasan oleh pihak sekolah untuk mencari responden. Untuk sampel yang berjumlah besar dan sulit

untuk menemukan sampel secara individual melalui metode acak, maka dapat dilakukan secara purposive sampling atau ditemukan jumlah sampel yang sesuai karakteristik (Sugiono, 2008). Penelitian ini juga dapat dikatakan sebagai penelitian atau studi pendahuluan, sehingga tidak dimaksudkan untuk menggeneralisasikan secara meluas untuk mengkaji lebih lanjut

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data adalah bagian instrumen pengumpulan data yang menentukan berhasil atau tidaknya suatu penelitian (Ferdinand, 2006). Penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif dengan tujuan ingin mengetahui gambaran kesehatan mental remaja pengguna media sosial. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala. Skala adalah suatu alat pengumpulan data kuantitatif berupa sejumlah pernyataan yang harus dijawab oleh subjek yang menjadi sasaran atau responden penelitian.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala. Skala adalah kumpulan-kumpulan pernyataan sikap yang ditulis, disusun, dan dianalisis sedemikian rupa sehingga respon individu terhadap pernyataan tersebut dapat diberi skor dan kemudian diinterpretasikan (Ferdinand, 2006). Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kesehatan mental yang memiliki ciri-ciri lima alternatif jawaban yang dipisahkan menjadi pernyataan favourable dan pernyataan unfavourable yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS).

1. Skala Kesehatan Mental

Skala kesehatan mental adalah daftar pertanyaan yang mencakup semua pertanyaan dan pertanyaan yang akan digunakan bisa melalui telepon, surat ataupun tatap muka (Ferdinand, 2006). Teknik pengukuran (teknik penskalaan) dalam kuesioner ini menggunakan Likert's Summated Rating (LSR), yaitu skala atau pengukuran sikap responden, jawaban pernyataan dinyatakan dalam pilihan yang mengakomodasi jawaban antara sangat setuju sampai sangat tidak setuju. Dalam penelitian ini, skala favourable yang akan digunakan adalah sebagai berikut:

- 1) Sangat Tidak Setuju (STS) : dengan bobot nilai 1
- 2) Tidak Setuju (TS) : dengan bobot nilai 2
- 3) Netral (N) : dengan bobot nilai 3
- 4) Setuju (S) : dengan bobot nilai 4
- 5) Sangat Setuju (SS) : dengan bobot nilai 5

Sedangkan, skala unfavourable yang akan digunakan adalah sebagai berikut:

- 1) Sangat Tidak Setuju (STS) : dengan bobot nilai 5
- 2) Tidak Setuju (TS) : dengan bobot nilai 4
- 3) Netral (N) : dengan bobot nilai 3
- 4) Setuju (S) : dengan bobot nilai 2
- 5) Sangat Setuju (SS) : dengan bobot nilai 1

F. Uji Daya Beda Aitem

Sebelum peneliti melakukan uji reliabilitas skala, peneliti terlebih dahulu memilih aitem berdasarkan daya diskriminasi aitem. Hal tersebut bertujuan untuk meningkatkan reliabilitas skala. Peneliti memilih aitem yang memiliki nilai daya beda aitem $r_{ix} \geq 0,25$. Menurut Azwar (2015), apabila jumlah aitem yang lolos tidak mencukupi jumlah yang diinginkan dapat dipertimbangkan untuk menurunkan sedikit batas kriteria misalnya menjadi 0,25 sehingga jumlah aitem yang diinginkan dapat tercapai. Proses analisis data dilakukan dengan bantuan komputer paket Seri Program Statistik SPSS 20.0 For Windows.

G. Pelaksanaan Uji Coba Skala

Suatu alat ukur sebelum digunakan harus dilakukan uji coba terlebih dahulu, untuk mengetahui ketepatan dan kecermatannya dalam melakukan fungsi ukurannya yang disebut dengan validitas dan reliabilitas (Azwar, 2012). Pengujian validitas pada alat ukur ini menggunakan uji validitas isi. Sedangkan reliabilitas bertujuan untuk mengetahui sejauh mana kekonsistensian alat ukur jika dilakukan pengukuran terhadap subjek yang sama.

Uji coba penelitian ini dilakukan pada siswa/siswi SMAN 5 Pekanbaru yang berjumlah 90 orang. Try out dilakukan selama 1 hari yaitu Kamis tanggal 27 April 2018. Skala diberikan kepada siswa/siswi SMAN 5 Pekanbaru dan diambil kembali setelah siswa/siswi selesai mengisi saat itu juga.

1. Hasil Uji Coba Skala

Menurut Azwar (2012) penetapan aitem yang sah berdasarkan pada aitem-aitem yang mempunyai koefisien $\geq 0,30$. Namun batas kriteria dapat

diturunkan misalnya menjadi 0.25 apabila jumlah aitem yang lolos tidak mencukupi jumlah yang diinginkan. Berdasarkan hasil uji coba pada skala perhitungan validitas pada aspek fisik dari 10 butir aitem terdapat 10 aitem yang valid. Setelah dilakukan seleksi butir aitem di dapatkan hasil indeks reliabilitas sebesar 0,782. Hasil uji coba pada aspek psikis didapatkan hasil perhitungan validitas pada aspek psikis dari 32 butir aitem terdapat 31 aitem yang valid, dimana terdapat 1 aitem yang gugur dengan nomor 24 Setelah dilakukan seleksi butir aitem di dapatkan hasil indeks reliabilitas sebesar 0,891.

Berdasarkan hasil uji coba pada skala aspek sosial didapatkan hasil perhitungan validitas pada aspek sosial dari 12 butir aitem terdapat 10 aitem yang valid, dimana terdapat sebanyak 2 aitem yang gugur dengan nomor 43 dan 54. Setelah dilakukan seleksi butir aitem di dapatkan hasil indeks reliabilitas sebesar 0,788. Berdasarkan hasil uji coba pada skala aspek moral-religius didapatkan hasil perhitungan validitas pada aspek moral-religius dari 10 butir aitem terdapat 10 aitem yang valid. Setelah dilakukan seleksi butir aitem di dapatkan hasil indeks reliabilitas sebesar 0,788.

Berdasarkan hasil uji coba ulang atas 61 pertanyaan yang sudah dinyatakan memenuhi batas coefficient correlate, maka nilai reliabilitas atas 61 pertanyaan adalah sebesar 0,897 yang artinya pertanyaan didalam kuesioner reliabel atau pertanyaan memiliki tingkat kelayakan untuk dapat digunakan dalam penelitian sehingga data dapat diandalkan. Berikut ini adalah tabel blue print hasil uji coba:

Tabel 3.1

Blue Print Kesehatan Mental Remaja Pengguna Media Sosial Sebelum Try Out

NO	Aspek Fisik	Nomor Item		Total
		Favorable	Unfavorable	
1.	Perkembangan Normal	1, 3	2, 4	4
2.	Berfungsi untuk melakukan tugas-tugasnya	5, 7	6, 8	4
3.	Sehat secara fisik	9	10	2
Aspek Psikis				
4.	Respek terhadap diri sendiri dan orang lain	11, 13	12, 14	4
5.	Memiliki Insight dan rasa humor	15, 17	16, 18	2
6.	Memiliki respons emosional yang wajar	19	20	2
7.	Mampu berpikir realistik dan objektif	21, 23	22, 24	4
8.	Terhindar dari gangguan-gangguan psikologis	25, 27	26, 28	4
9.	Bersifat kreatif dan inovatif	29, 31	30, 32	4
10.	Bersifat terbuka dan fleksibel	33, 35, 37	34, 36, 38	6
11.	Memiliki perasaan bebas untuk memilih	39, 41	40, 42	4
Aspek Sosial				
12.	Memiliki perasaan empati dan rasa kasih sayang	43, 45	44, 46	4

13.	Mampu berhubungan dengan orang lain secara sehat	47	48	2
14.	Bersifat toleran dan mau menerima tanpa memandang kelas sosial Aspek Moral/Religius	49, 51, 53	50, 52, 54	6
15.	Beriman kepada Tuhan dan taat mengamalkan ajaran-Nya	55, 57	56, 58	4
16.	Jujur, amanah (bertanggung jawab), dan ikhlas dalam beramal	59, 61, 63	60, 62, 64	6
	Jumlah	32	32	64

Ket : aitem yang ditebalkan (Bold) adalah aitem yang gugur

Tabel 3.2

Blue Print Kesehatan Mental Remaja Pengguna Media Sosial sesudah Try Out

NO	Aspek Fisik	Nomor Item		Total
		Favorable	Unfavorable	
1.	Perkembangan Normal	1, 3	2, 4	4
2.	Berfungsi untuk melakukan tugas-tugasnya	5, 7	6, 8	4
3.	Sehat secara fisik	9	10	2
	Aspek Psikis			
4.	Respek terhadap diri sendiri dan orang lain	11, 13	12, 14	4
5.	Memiliki Insight dan rasa humor	15, 17	16, 18	2
6.	Memiliki respons emosional yang wajar	19	20	2
7.	Mampu berpikir realistik dan objektif	21, 23	22	3
8.	Terhindar dari gangguan-gangguan psikologis	25, 27	26, 28	4

9.	Bersifat kreatif dan inovatif	29, 31	30, 32	4
10.	Bersifat terbuka dan fleksibel	33, 35, 37	34, 36, 38	6
11.	Memiliki perasaan bebas untuk memilih	39, 41	40, 42	4
Aspek Sosial				
12.	Memiliki perasaan empati dan rasa kasih sayang	45	44, 46	3
13.	Mampu berhubungan dengan orang lain secara sehat	47	48	2
14.	Bersifat toleran dan mau menerima tanpa memandang kelas sosial	49, 51, 53	50, 52	5
Aspek Moral/Religius				
15.	Beriman kepada Tuhan dan taat mengamalkan ajaran-Nya	55, 57	56, 58	4
16.	Jujur, amanah (bertanggung jawab), dan ikhlas dalam beramal	59, 61, 63	60, 62, 64	6
	Jumlah	31	30	61

H. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Menurut Azwar (2012) validitas berasal dari kata validity yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu test dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Tes yang menghasilkan data yang tidak relevan dalam proses penelitian dikatakan sebagai

tes yang memiliki validitas yang rendah, jadi validnya suatu alat ukur tergantung pada mampu tidaknya alat ukur tersebut mencapai tujuan pengukuran yang dikehendaki dengan tepat.

Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional atau lewat professional judgement. Pertanyaan yang dicari jawabannya dalam validitas ini adalah sejauh mana aitem-aitem dalam tes mencakup keseluruhan kawasan ini (dengan catatan tidak keluar dari batasan tujuan ukur) objek yang hendak diukur atau sejauh mana isi tes mencerminkan ciri atribut yang hendak diukur (Azwar, 2012). Peneliti meminta professional judgement dari seorang ahli psikologi klinis untuk menilai kesesuaian aitem dengan indikator dan aspek-aspek kesehatan mental. Seluruh aitem dalam skala kesehatan mental telah dinyatakan valid oleh ahli atau professional judgement sehingga dapat digunakan untuk mengambil data penelitian.

2. Reliabilitas

Menurut Azwar (2012) reliabilitas mengacu kepada kepercayaan atau konsistensi hasil ukur, yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran. Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana alat ukur mempunyai konsistensi relatif tetap jika dilakukan pengukuran ulang terhadap subjek. Semakin tinggi koefisien korelasi berarti menunjukkan reliabilitas semakin baik.

Penelitian ini menghitung reliabilitas dengan menggunakan rumus koefisien reliabilitas alpha. Koefisien alpha yang diperoleh lewat penyajian suatu bentuk skala yang hanya dikenakan sekali saja pada kelompok responden (Azwar, 2012). Reliabilitas dalam aplikasi dinyatakan dalam koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 sampai 1,00. Reliabilitas alat ukur diketahui dengan menggunakan konsistensi internal dengan analisis Alpha Cronbach dengan bantuan computer paket Seri Program Statistik IBM SPSS 20.00 For Windows.

I. Teknik Analisis Data

Penelitian ini digunakan analisis data deskriptif. Analisis data deskriptif bertujuan untuk memberikan deskripsi atau gambaran mengenai subjek penelitian berdasarkan data dari variabel yang diperoleh dari kelompok subjek yang diteliti dan tidak dimaksudkan untuk pengujian hipotesis (Bungin, 2011). Hasil analisis deskriptif dari data yang diperoleh adalah berupa gambaran kesehatan mental remaja pengguna media sosial yang disajikan dengan tabel dalam bentuk persentase dan grafik. Perhitungan analisis dilakukan dengan program computer IBM SPSS 20.00 For Windows.