BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Menurut Sugiyono (2013) jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif, dengan metode penelitian eksperimen. Desain penelitian ini menggunakan *true eksperimental.* Model yang digunakan adalah *pretest posttest control group design.* Tujuan dari penelitian ekperimental ialah untuk menyelidiki ada dan tidaknya hubungan antara sebab dan akibat serta besar atau tidaknya pengaruh sebab dan akibat setelah di berikan perlakuan atau *treatmen* khusus kepada kelompok eksperimen dan memisahkan kelompok kontrol sebagai perbandingan. Desain yang digunakan dalan penelitian ini dicontohkan dengan tabel berikut:

Tabel 3. 1 Pretest-posttest control group design dengan satu perlakuan

Kelas	*Pretest*	*Treatment*	*Posttest*
KE	O_1	X	O_2
KK	O_3		O_4

Keterangan :

KE : Kelompok Eksperimen

KK : Kelompok Kontrol

O_1 dan O_3 : *Pretest*

X : *Treatment*

- : Tidak diberi perlakuan

O_1 dan O_3 : *Posttest*

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat

Kegiatan penelitian "Pengaruh Penggunaan Konseling Kelompok Teknik *Self management* untuk Mereduksi Kecanduan Media Sosial Peserta Didik di SMA" dilakukan di :

Nama sekolah : SMA Negeri 1 Adipala

Alamat sekolah : Jl. Jend. A. Yani, Bulujegang, Doplang, Kec. Adipala, Kabupaten Cilacap, Jawa Tengah 53211

2. Waktu pelaksanaan

Waktu pelaksanaan penelitian "Pengaruh Penggunaan Konseling Kelompok Teknik *Self management* untuk Mereduksi Kecanduan Media Sosial Peserta Didik di SMA" pada bulan Maret 2023.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan anggota dari suatu kelompok orang, kejadian, subjek atau objek dalam penelitian. Sampel adalah bagian dari populasi (Sugiyono, 2013). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMAN 1 Adipala yang berjumlah 735 peserta didik. Dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 3. 2 Populasi siswa SMAN 1 Adipala

NO	Kelas	Laki-laki	Perempuan	Jumlah
1	X	76	174	250
2	XI	92	156	248
3	XII	70	140	210

Sumber: dokumen kesiswaan SMAN 1 Adipaka

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang ada didalam populasi (Sugiyono, 2013). Penggunaan sampel digunakan apa bila jumlah populasi besar sehingga penulis tidak dapat mempelajari semua populasi yang ada. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 62 siswa kelas XI peserta didik SMAN 1 Adipala. Pengambilan data menggunakan teknik *purpose sampling* dimana jumlah tersebut telah di sesuaikan dengan kriteria kecanduan media sosial. Sampel yang dipergunakan adalah 31 dalam kelompok kontrol dan 31 masuk kedalam kelompok eksperimen, dimana kelompok eksperimen akan diberikan konseling kelompok teknik *self managemet* dan kelompok kontrol diberikan layanan informasi.

D. Variabel Penelitian

Terdapat dua variabel penelitian yaitu:

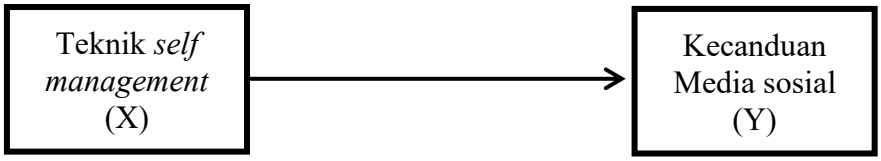
1. Variabel independent/bebas

Menurut Sugiyono, (2013) variabel independent adalah variabel yang mempengaruhi atau berperan sebagai faktor penyebab terjadinya perubahan pada variabel lain dalam suatu hubungan sebab-akibat. Variabel independent juga dikenal sebagai variabel bebas, *predictor variable*, atau *explanatory variable*. Dalam suatu penelitian, variabel independent digunakan untuk menjelaskan atau memprediksi perubahan pada variabel dependent atau terikat. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah konseling kelompok teknik *self management.*

2. Variabel dependent/terikat

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain dalam suatu hubungan causal atau sebab-akibat. Variabel terikat merupakan variabel yang ingin diterangkan atau diamati dalam suatu penelitian. Variabel ini biasanya diidentifikasi sebagai dependent variabel, *outcome variable*, atau respon variabel

Variabel dependent/terikat merupakan variabel yang diakibatkan atau dipengaruhi oleh variabel dependent/bebas. Didalam penelitian ini yang menjadi variabel dependent/terikat ialah kecanduan media sosial peserta didik SMA.



E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Langkah atau tahapan awal penelitian dilakukan melalui tahap berikut: pemberian tes awal *(pretest)* kepada kelompok kontrol dan kelopompok eksperimen, tujuan dari tes awal ini adalah unutuk mengukur dan mengetahui kondisi awal dari subjek penelitian sebelum diberikan *treatment*. Setelah kedua kelompok mengerjakan tes awal selanjutnya kelompok eksperimen diberikan *treatment* dengan konseling kelompok teknik *self management* sedangkan untuk kelompok kontrol tidak diberikan *treatment.* Sebelum penelitian dilakukan peneliti membuat modul konseling kelompok teknik *self management.*

Penelitian ini, skala yang digunakan untuk mengukur tingkat kecanduan media sosial, yaitu *Bergen Social Media Addiction Scale* (BSMAS) yang dikembangkan oleh Andreassen (2017) dan diadaptasi oleh Islami (2020). Skala ini mengukur 6 aspek, yaitu *Salience, Tolerance, Mood Modification, Relapse, Withdrawal symptoms, dan Conflict*, melalui 36 item yang disusun berdasarkan skala likert dengan empat pilihan jawaban: sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Pertanyaa dalam skala likert berbentuk 2 jenis, yaitu positif dan negatif. Pertanyaan positif digunakan untuk mengukur skala positif, dan sebaliknya dengan pertanyaan negaif. Adapaun tabel skor jawaban skala likert yaitu:

Tabel 3. 3 Tabel Skala Likert

Alternatif Jawaban	Skor	
	Favorable (+)	Unfavorable (-)
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Dalam mengukur variable kecanduan media sosial peserta didik SMA, peneliti memakai instrument kuisoner angket yang diberikan kepada siswa SMA Negeri 1 Adipala sebagaimana yang menjadi sampel peneliti. Sehingga instrument yang dibuat dalam penelitian yang berjudul "Pengaruh Konseling Kelompok Teknik *Self Management* untuk Mereduksi Kecanduan Media Sosial Peserta Didik di SMA", menjelaskan mengenai kecanduan media sosial peserta didik SMA berupa:

Tabel 3. 4 Kisi-kisi Instrumen Penelitian

No	Aspek	Nomor Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1	*Salience* (Media sosial mendominasi pikiran individu)	1,2,3	4,5,6	6
2	*Mood modification* (Perasaan menyenangkan dari penggunaan media sosial)	7,8,9	10,11,12	6
3	*Tolerance* (Membutuhkan waktu lebih lama untuk mengakses media sosial)	13,14,15	16,17,18	6
4	*Withdrawal symptom* (Perasaan tidak enak jika tidak dapat mengakses media sosial)	19,20,21	22,23,24	6
5	*Conflic* (permasalahan yang disebabkan terlalu banyak mengakses media sosial)	25,26,27	28,29,30	6
6	*Relapse* (kecenderungan untuk kembali ke pola yang berlebihan setelah mencoba tidak mengakses media sosial)	31,32,33	34,35,36	6
Total Item		18	18	36

F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

1. Validitas

Menurut Sugiyono (2013) validitas adalah ukuran tingkat keabsahan atau kevalidan suatu instrumen atau alat ukur dalam mengukur apa yang seharusnya diukur. Validitas mengacu pada keakuratan atau kecocokan antara tujuan pengukuran dengan isi instrumen yang digunakan. instrumen dapat dikatakan valid jika memenuhi beberapa kriteria sebagai berikut:

a. *Content validity*: instrumen tersebut mengukur apa yang seharusnya diukur dan memuat semua aspek yang penting dalam variabel yang ingin diterangkan.

b. *Construct validity*: instrumen tersebut mengukur konsep yang sebenarnya dan memiliki hubungan yang sesuai dengan konsep yang didefinisikan.
c. *Criterion-related validity*: instrumen tersebut memiliki hubungan yang signifikan dan konsisten dengan ukuran yang berbeda dari konsep yang sama.

Dalam penelitian ini, uji menggunakan bantuan program *SPSS 25.0 for windows.* Kriteria item yang dinyatakan valid adalah item dengan taraf signifikansi 5%.

a. Validitas Isi

Dalam penelitian ini, validitas isi merujuk pada pengukuran sejauh mana sebuah tes atau instrumen pengukuran mencerminkan konsep atau tujuan yang sedang diukur. Validitas isi dievaluasi melalui analisis logis oleh sekelompok pakar atau individu yang memiliki keahlian dan pemahaman yang mendalam tentang konsep dan teori yang mendasari atribut dan tujuan pengukuran tersebut. Tujuan dari validitas isi adalah untuk memastikan bahwa pengukuran dilakukan dengan menggunakan item atau pertanyaan yang secara kuat mewakili indikator-indikator yang mengungkapkan konsep yang ingin diukur atau dioperasionalisasikan. Semakin tinggi tingkat representasi item terhadap indikator dan atribut yang diukur, semakin tinggi pula validitas isi dari instrumen pengukuran tersebut.

Validasi isi dilakukan dengan melibatkan empat ahli yang diminta untuk menilai instrumen atau item tes yang telah disusun. Berikut adalah daftar nama para ahli yang terlibat dalam penilaian skala penelitian ini:

Tabel 3. 5 Daftar Dosen Ahli

No	Nama	Instansi
1	Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I	UNUGHA Cilacap
2	Mawan Akhir Riwanto, M.Pd.	UNUGHA Cilacap

Para ahli ini akan memberikan penilaian terhadap setiap item tes berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan. Kriteria penilaian untuk memberikan skor pada tanggapan validator menggunakan skala likert. Dengan melibatkan para ahli dan menggunakan kriteria penilaian ini, validasi isi dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang kualitas instrumen atau item tes yang telah dibuat. Metode yang dapat digunakan dalam menguji validitas isi adalah dengan menggunakan rumus metode *Aiken's V.* Secara keseluruhan hasil analisis dari penilaian yang diberikan oleh ahli dapat dihitung menggunakan rumus dibawah ini:

$$V = \frac{\Sigma s}{[n\,(c-1)]}$$

Keterangan:

S : r – lo

lo : Angka penilaian validitas yang terendah

c : Angka penilaian validitas yang tertinggi

r : Angka yang diberikan oleh penilai

n : jumlah ahli

Kriteria validitas isi mengikuti ketentuan:

Tabel 3. 6 Kriteria Validitas Isi

Norma	Validitas
0,8 ≥V<1,0	Sangat Tinggi
0,6 ≥V<0,8	Tinggi
0,4 ≥V<0,6	Cukup Tinggi
0,2 ≥V<0,4	Rendah
V<0,2	Sangat Rendah

Dari hasil pelaksanaan pemeriksaan instrumen yang dilakaukan oleh ahli, hasil yang didapatkan adalah sebagai berikut:

Tabel 3. 7 Hasil Uji Validitas Isi

Variabel	Aspek	No Item	Indeks Validitas	Keterangan
Kecanduan Media Sosial	*Salience*	1	1	Sangat Tinggi
		2	1	Sangat Tinggi
		3	1	Sangat Tinggi
		4	1	Sangat Tinggi
		5	1	Sangat Tinggi
		6	1	Sangat Tinggi
	Mood modification	7	1	Sangat Tinggi
		8	1	Sangat Tinggi
		9	1	Sangat Tinggi
		10	1	Sangat Tinggi
		11	1	Sangat Tinggi
		12	1	Sangat Tinggi
	Tolerance	13	1	Sangat Tinggi
		14	1	Sangat Tinggi
		15	1	Sangat Tinggi
		16	1	Sangat Tinggi
		17	1	Sangat Tinggi
		18	1	Sangat Tinggi
	Withdrawal symptom	19	1	Sangat Tinggi
		20	1	Sangat Tinggi
		21	1	Sangat Tinggi

		22	1	Sangat Tinggi
		23	1	Sangat Tinggi
		24	1	Sangat Tinggi
	Conflic	25	1	Sangat Tinggi
		26	1	Sangat Tinggi
		27	0,99	Sangat Tinggi
		28	1	Sangat Tinggi
		29	1	Sangat Tinggi
		30	0,99	Sangat Tinggi
	Relapse	31	1	Sangat Tinggi
		32	1	Sangat Tinggi
		33	1	Sangat Tinggi
		34	1	Sangat Tinggi
		35	1	Sangat Tinggi
		36	1	Sangat Tinggi

Berdasarkan data pada tabel 3.5 penilaian yang diberikan ahli jika dicocokan dengan tabel kriteria validitas isi maka secara keseluruhan item pertanyaan pada instrumen termasuk dalam kriteria sangat tinggi dan dapat digunakan.

b. Validitas Butir

Tes validitas merupakan suatu ukuran yang rasional, signifikan, dan berguna yang diambil dari penilaian numerik. Validitas merujuk pada kesesuaian pengukuran dalam memberikan kesimpulan atau keputusan tertentu berdasarkan skor yang ada. Validitas merupakan pandangan tentang sejauh mana pengukuran tersebut cocok atau sesuai. Validitas merupakan cara untuk mengukur apakah item-item dalam instrumen penelitian dapat menghasilkan data yang diharapkan atau tidak. Dalam menguji validitas item-item instrumen, tujuannya adalah untuk menemukan hubungan antara alat ukur dengan skor total, yang merupakan jumlah dari setiap skor yang diperoleh.

Metode yang dapat digunakan dalam menguji validitas item adalah dengan menggunakan rumus *product moment*. Dengan melakukan pengujian validitas, dapat menentukan sejauh mana instrumen penelitian tersebut dapat diandalkan dalam mengukur variabel yang dituju. Hal ini penting untuk memastikan bahwa instrumen yang digunakan dalam penelitian memiliki validitas yang memadai agar dapat menghasilkan kesimpulan yang akurat dan bermanfaat. Adapun rumus validitas yang digunakan adalah rumus *Product Moment*, dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy=} = \frac{n\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{n\sum x^2 - (\sum x)^2\,(\sum x)2\}\{n\sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan:

r_{xy}= Koefisien korelasi antar x dan y

x= Variabel x

y= Variabel y

n= jumalah sampel

$\sum x^2$= Jumlah skor dari x^2

$\sum y^2$= Jumlah skor dari y^2

$\sum xy$= Jumlah hasil perkalian x dan y.

Dalam penelitian ini, validitas item-item angket merupakan fokus pengujian. Standar untuk menguji validitas angket dihitung dengan

menggunakan perangkat lunak SPSS (*Statistical Program For Social Science*) *versi 25.0 for Windows*. Hasil Output SPSS yang diperoleh untuk uji validitas dari variabel kecanduan media sosial pada siswa SMA Negeri 1 Adipala secara keseluruhan butir pertanyaan pada instrumen valid dan dapat digunakan.

2. Reabilitas

Menurut Sugiyono (2013) reliabilitas adalah ukuran tingkat keandalan atau ketetapan suatu instrumen atau alat ukur dalam mengukur suatu konsep atau variabel yang sama pada waktu yang berbeda. Reliabilitas mengacu pada konsistensi atau stabilitas hasil pengukuran yang dilakukan dengan menggunakan instrumen yang sama.

Sedangkan suatu instrumen dapat dikatakan reliabel jika memenuhi beberapa kriteria sebagai berikut:

a. *Test-retest reliability:* instrumen tersebut memberikan hasil yang konsisten pada waktu yang berbeda.
b. *Inter-rater reliability:* instrumen tersebut memberikan hasil yang konsisten jika digunakan oleh pengukur yang berbeda.
c. *Internal consistency reliability*: instrumen tersebut memberikan hasil yang konsisten pada setiap item atau pernyataan dalam instrumen tersebut.
d. Uji normalitas: instrument di ujikan untuk mengetahui sama atau tidaknya variansi-variansi dua buah distribusi atau lebih.

Dalam rangka untuk mengevaluasi reliabilitas, digunakan rumus *alpha Cronbach*. Rumus ini digunakan dengan alasan bahwa pada setiap butir pertanyaan terdapat lebih dari satu pilihan jawaban. Rumus alpha digunakan untuk menghitung reliabilitas instrumen yang menggunakan skor 1 dan 0, seperti angket atau soal dengan format uraian. Berikut ini adalah rumus yang digunakan:

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1}\right)\left(1 - \frac{\Sigma\sigma_1^2}{\sigma_1^2}\right)$$

Keterangan:

r_{11} : Reliabilitas instrumen

k : Banyak butir pertanyaan

$\Sigma\sigma_1^2$: Jumlah Varians butir

σ_1^2 : Varians total

Pada penelitian ini, pengujian dilakukan menggunakan software SPSS 25.0 *for windows* dan item yang diterima sebagai valid adalah item yang memiliki tingkat signifikansi 5%.

Tahap selanjutnya adalah menginterpretasikan koefisien reliabilitas. Untuk menentukan tingkat keandalan, digunakan klasifikasi berikut:

a. Antara 0,800 hingga 1,000 = sangat tinggi
b. Antara 0,600 hingga 0,800 = tinggi
c. Antara 0,400 hingga 0,600 = cukup
d. Antara 0,200 hingga 0,400 = rendah
e. Antara 0,000 hingga 0,200 = sangat rendah

Adapun tingkat reliabilitas pertanyaan variabel kecanduan media sosial siswa SMA Negeri 1 Adipala berdasarkan output SPPS Versi 25.0 dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	*N of Items*
.848	36

Uji reliabilitas untuk semua item instrumen variabel kecanduan media sosial menunjukkan tingkat reliablitas yaitu 0,848 dengan nilai kriteria antara 0,800-1,000 sehingga disimpulkan bahwa instrumen penelitian bereliabel sangat tinggi.