

BAB 3

METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Pendekatan kuantitatif deskriptif adalah dilakukannya studi dengan mengumpulkan data dengan variabel regulasi diri berupa angka dan kemudian diproses secara statistik untuk diringkas dan dilakukan interpretasi untuk mempelajari fenomena objektif (Gravetter & Forzano, 2018).

3.2 Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini terdapat satu variabel yaitu regulasi diri.

3.2.1 Definisi Operasional Regulasi Diri

Regulasi diri merupakan kemampuan individu dalam mengatur dan mengontrol dirinya sendiri, dari observasi, reaksi, dan penilaian untuk mencapai tujuan mereka. Regulasi diri pada penelitian ini memiliki 7 dimensi yang terdiri dari dimensi pertama yaitu *receiving relevant information*, dimensi kedua *evaluating information*, dimensi ketiga *triggering change*, dimensi keempat *searching for options*, dimensi kelima *formulationg a plan*, dimensi keenam *implementing a plan*, dan dimensi ketujuh *assessing the effectiveness of the plan*. *short self-regulation questionnaire* (SSRQ) merupakan alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini, dikembangkan oleh Carey Neal, dan Collins (2004). SSRQ merupakan adaptasi dari alat ukur *self-regulation questionnaire* (SRQ) yang dibuat oleh Miller dan Brown. Regulasi diri yang dimaksud dalam penelitian ini adalah semakin tinggi hasil SSRQ, maka semakin tinggi regulasi diri pada

mahasiswa pengguna media sosial TikTok. Sebaliknya, semakin rendah hasil SSRQ, maka semakin rendah regulasi diri pada mahasiswa pengguna media sosial TikTok.

3.3 Populasi dan Sampel

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa. Berdasarkan DataIndonesia.id menunjukkan bahwa pengguna aktif TikTok di Indonesia sebanyak 99,1 juta orang (Rizaty, 2021), dan sebesar 40% pengguna usia terbanyak yaitu 18-25 tahun (Ginee, 2021). Estimasi pengguna aktif TikTok pada mahasiswa S1 adalah sebesar 39,64 juta orang. Dengan menggunakan acuan Isaac dan Michael (dalam Sugiyono, 2018), maka untuk populasi yang dapat dinyatakan sebagai tak terhingga, maka jumlah subyek untuk penelitian ini adalah 446 agar dapat mewakili populasi.

Teknik *convenience* sampling adalah teknik yang digunakan pada penelitian ini. Peneliti memilih teknik tersebut dikarenakan teknik tersebut paling mudah diakses dan merupakan teknik pengambilan sampel dengan memilih subyek yang paling mudah diakses juga ketersediaan subyek untuk diteliti (Gravetter & Forzano, 2018).

3.4 Instrumen Penelitian

3.4.1 Deskripsi Instrumen Alat Ukur Regulasi Diri

Short Self-Regulation Questionnaire (SSRQ) yang di kembangkan oleh Carey dan Nael (2004) merupakan alat ukur regulasi diri yang peneliti gunakan. SSRQ terdiri dari 31 aitem. Alat ukur ini menggunakan skala Likert yang terdiri dari 4 jawaban yaitu (1) Sangat Tidak Sesuai; (2) Tidak Sesuai; (3) Sesuai; dan (4) Sangat Sesuai. Pada setiap aitem memiliki pernyataan yang mengandung *favorable* dan *unfavorable*. Pada aitem *favorable* terdapat 20 aitem yaitu nomor 3, 5, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15, 17, 20, 21, 22, 26, 27, 28, 29, 30, 31. Pada aitem

unfavorable terdapat 11 aitem yaitu nomor 1, 2, 4, 8, 11, 16, 18, 19, 23, 24, 25. Berikut penjelasan lebih lanjut pada Tabel 3.1:

Tabel 3.1 Blueprint alat ukur Short Self-Regulation Questionnaire

No	Dimensi	No Aitem	Jumlah
1	<i>Receiving</i>	1*,3,8*,10,12,25*	6
2	<i>Evaluating</i>	14,22	2
3	<i>Trigerring</i>	26	1
4	<i>Searching</i>	7,13,15,28	4
5	<i>Formulating</i>	2*,9,16*,18*,21,24*,27	7
6	<i>Implementing</i>	4*,11*,23*,29,30,31	6
7	<i>Assessing</i>	5,6,17,19*,20	5
Total			31

3.4.2 Pengujian Psikometri Alat Ukur Regulasi Diri

Peneliti melakukan uji coba pada 5-8 Mei 2022 dengan menyebarkan kuesioner *online* menggunakan *google forms* kepada 38 responden (13 laki laki dan 25 perempuan). Sebelum uji coba, peneliti melakukan uji validitas SSRQ. Kemudian, perolehan data dilakukan uji reliabilitas, dan analisis item menggunakan JASP 0.16.0.0, berikut penjelasan pengujian alat ukur:

a. Uji Validitas

Content validity merupakan pengujian validitas yang digunakan untuk mengukur *Short Self-Regulation Questionnaire* (SSRQ). Peneliti menggunakan *content validity* dikarenakan pengujian tersebut untuk melihat apakah isi tes layak atau tidak dengan penilaian yang dilakukan oleh *expert judgment* agar pengukuran tersebut sesuai dengan tujuan (H. Coolican, 2018). Dosen pembimbing dalam penelitian ini melakukan *expert judgment* untuk mengamati di setiap aitem SSRQ. Hasil uji keterbacaan oleh *expert judgment* dapat dilihat di lampiran 2.

b. Uji Reliabilitas

Peneliti Reliabilitas merupakan konsistensi dari hasil pengukuran sebuah alat ukur (Hugh Coolican, 2018). Uji reliabilitas dilakukan dengan *Cronbach's Alpha*. Setelah diuji, alat ukur SSRQ memiliki nilai koefisien alpha sebesar 0,873. Shultz et al. (2019) berpendapat untuk mengukur apakah alat ukur tersebut reliabel, nilai koefisien alpha minimal sebesar 0,700 atau lebih. Tabel uji reliabilitas tertera pada lampiran 3.

c. Analisis Aitem

Peneliti melakukan analisis aitem alat ukur *SSRQ* dengan mencari *item-rest correlation*. Azwar (2015) mengatakan bahwa aitem dengan validitas yang memuaskan memiliki nilai diatas 0,300. Hasil *item-rest correlation* dari 31 aitem menunjukkan bahwa rentang nilai yang diperoleh adalah 0,104 sampai 0,707. Berdasarkan hasil analisis aitem pada tabel 3.2, terdapat aitem pada alat ukur *SSRQ* yang tidak memenuhi persyaratan aitem yang baik, sehingga ada 18 aitem dieliminiasi karena aitem kurang dari 0,300. Hasil analisis aitem pada tabel 3.2 berikut:

Tabel 3.2 Hasil eliminasi aitem SSRQ

Item	Item-rest correlation
1SRrec-	0.275 *
2SRfor-	0.280 *
3SRrec-	0.196 *
4SRimp-	0.295 *
5SRass-	0.210 *
6SRass+	0.164 *
7SRsearc+	0.023 *
8SRrec-	0.263 *
9SRfor+	0.150 *
10SRrec+	0.589
11SRimp-	0.613
12SRrec+	0.658
13SRsearc+	0.114 *
14SRrev+	0.707
15SRsearc+	0.585
16SRfor-	0.291 *
17SRass+	0.274 *
18SRfor-	0.241 *
19SRass+	0.536
20SRass+	0.617
21SRrev+	0.465
22SRimp-	0.209 *
23SRrec-	0.104 *
24SRfor-	0.295 *
25SRrec-	0.204 *
26SRtri-	0.306
27SRfor+	0.383
28SRsearc+	0.646
29SRimp+	0.619
30SRimp+	0.234 *
31SRimp+	0.477

Keterangan kode yang terdapat pada Tabel 3.4 sebagai berikut:

SRrec = dimensi *receiving*. SRev = dimensi *evaluating*. SRtri = dimensi *trigerring*. SRsearc = dimensi *searching*. SRfor = dimensi *formulating*. SRimp = dimensi *implementing*. SRass = dimensi *assessing*. Kode * = aitem tersebut perlu di eliminasi. Kode - = aitem *unfavorable*. Kode + = adalah aitem *favorable*.

3.5 Prosedur Penelitian

Prosedur dalam penelitian ini terdiri dari langkah-langkah yang disusun oleh peneliti untuk melakukan penelitian. Prosedur penelitian dirancang untuk membuat sesuatu urutan yang benar sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Peneliti melakukan beberapa langkah dalam penelitian ini. Pertama, peneliti mengumpulkan data berdasarkan kriteria subjek. Pendataan tersebut berlangsung sejak 5 Mei hingga 8 Mei 2022, dengan membagikan kuesioner secara *online* kepada mahasiswa pengguna aktif TikTok melalui aplikasi *Instagram* dan *WhatsApp*. Data tersebut juga disebarluaskan peneliti, baik secara *online* maupun *offline* di Universitas Pembangunan Jaya.

Data yang sudah diperoleh peneliti, kemudian diolah menggunakan JASP 0.16.0.0. Pengolahan data berlangsung dalam beberapa proses. Pertama, peneliti memeriksa dan memverifikasi jawaban yang diberikan oleh subyek. Kedua, peneliti menilai setiap respons yang diselesaikan subyek. Ketiga, data yang sudah diolah dan dianalisis, kemudian dideskripsikan dalam bentuk tabel dan tabel. Terakhir, peneliti mendeskripsikan data yang sudah diolah untuk dianalisis.