

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasional. Metode penelitian korelasional adalah pendekatan penelitian yang dipilih untuk mengetahui tingkat hubungan antara variabel satu dengan variabel lain yang diteliti (Sahir, 2021). Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross-sectional* yaitu desain penelitian yang digunakan dalam menganalisis hubungan antara variabel satu dengan lainnya melalui pengumpulan data secara observasional dalam satu waktu tertentu (Abduh et al., 2022). Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara *self-esteem* dengan tingkat *Fear of Missing Out* (FoMO) pada remaja yang diukur pada waktu yang bersamaan.

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMAN 1 Bergas yang terletak di Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang. Waktu penelitian terkait pengumpulan data dilaksanakan pada Kamis dan Jum'at 4-5 Desember 2025.

C. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi terdiri dari seluruh subjek maupun objek yang memiliki karakteristik dan kualitas yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk diteliti dan selanjutnya ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2017). Dalam penelitian ini populasi yang digunakan adalah siswa siswi SMAN 1 Bergas yang berjumlah 1.247 siswa.

2. Sampel

Sampel merupakan sebagian atau wakil yang memiliki karakteristik representasi dari populasi (Amin et al., 2023). Sampel dalam penelitian ini terdiri dari sebagian siswa SMAN 1 Bergas. Penentuan jumlah sampel pada penelitian ini dilakukan dengan metode perhitungan statistik rumus menggunakan rumus Slovin, dengan perhitungan sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N(e^2)}$$

Keterangan :

n : Jumlah Sampel

N : Jumlah Populasi

e : Batas Kesalahan (*error tolerance*)

Dengan perhitungan rumus Slovin jumlah sampel dalam penelitian sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N(e^2)}$$

$$n = \frac{1.247}{1 + 1.247 (0,1^2)}$$

$$n = \frac{1.247}{1 + 1.247 (0,01)}$$

$$n = \frac{1.247}{1 + 12,47}$$

$$n = \frac{1.247}{13,47}$$

$$n = 92,6 \text{ responden}$$

Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 92,6 kemudian dibulatkan menjadi 93 responden.

3. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *purposive sampling*, yaitu metode dengan berdasarkan pertimbangan serta kriteria tertentu yang telah ditetapkan peneliti sebelum pelaksanaan penelitian (Darwin, 2021). Penelitian ini melibatkan siswa yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi serta bersedia berpartisipasi sebagai responden. Berikut kriteria inklusi dan eksklusi yang digunakan dalam penelitian ini antara lain:

a. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi:

- 1) Siswa yang berstatus aktif di SMAN 1 Bergas pada tahun ajaran 2025/2026.
- 2) Siswa yang berada pada rentang usia remaja, yaitu 10–19 tahun sesuai klasifikasi usia remaja oleh WHO (2022).
- 3) Siswa yang telah menyetujui keikutsertaan sebagai responden dengan menandatangani lembar persetujuan (*informed consent*).
- 4) Siswa yang dapat memahami dan mengisi kuesioner dengan baik.
- 5) Siswa dengan intensitas penggunaan media sosial lebih dari 3 jam per hari dengan dilakukan wawancara sebelum pembagian kuisisioner, karena intensitas penggunaan media sosial yang cukup tinggi berpotensi berhubungan dengan munculnya perilaku *Fear of Missing Out (FoMO)* (Novendra & Sarajar, 2025).

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini meliputi:

- 1) Siswa yang berhalangan hadir pada saat pelaksanaan pengumpulan data.
- 2) Siswa yang memiliki gangguan psikologis yang memerlukan pengobatan atau sedang menjalani terapi psikologis, berdasarkan informasi dari sekolah.

D. Definisi Operasional

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil ukur	Skala
1.	<i>Self-Esteem</i>	Sikap atau persepsi pribadi terhadap diri sendiri, mencakup aspek positif maupun negatif.	Menggunakan kuesioner Rosenberg Self-Esteem Scale/RSES yang diadaptasi oleh (Maroqi, 2019) terdiri dari 10 pertanyaan dengan penilaian menggunakan pilihan jawaban : a. Jika pertanyaan positif (Favourable) 1) Sangat setuju: 4 2) Setuju: 3 3) Tidak Setuju: 2 4) Sangat Tidak Setuju: 1 b. Jika pertanyaan negatif (unfavourable): 1) Sangat Setuju : 1 2) Setuju : 2 3) Tidak Setuju : 3 4) Sangat Tidak Setuju : 4	Kategori skor Rosenberg Self-Esteem Scale / RSES yaitu: 1. Rendah : skor 10-19 2. Sedang : skor 20-29 3. Tinggi : skor 30-40	Ordinal
2.	<i>Fear of Missing Out (FoMO)</i>	Kekhawatiran akan tertinggal kesempatan, aktivitas, atau informasi berharga yang dialami orang lain, terutama melalui platform media sosial.	Menggunakan Kuesioner FoMO-12 yang dikembangkan oleh (Kaloeti et al.,2021) terdiri dari 12 pernyataan menggunakan pilihan jawaban : 1. Sangat Tidak Setuju: 1 2. Tidak Setuju: 2 3. Cukup Setuju: 3 4. Setuju: 4 5. Sangat setuju: 5	Kategori skor untuk FoMO-12 yaitu: 1. Rendah : skor 12-27 2. Sedang : skor 28-43 3. Tinggi : skor 44-60	Ordinal

E. Metode Pengumpulan Data

1. Jenis Pengumpulan Data

a. Data Primer

Data primer adalah data yang dikumpulkan peneliti lewat sumbernya secara langsung, misalnya dengan wawancara, kuesioner, observasi, atau eksperimen. Pada penelitian ini didapatkan data yaitu jawaban responden dari kuesioner yang telah diberikan.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh dari pihak lain atau sumber yang sudah ada, baik berupa dokumen, laporan, arsip, buku, artikel, maupun data statistik, yang dikumpulkan peneliti untuk dianalisis lebih lanjut. Data primer dari penelitian ini berupa informasi mengenai sekolah serta penelitian terdahulu yang dijadikan sebagai referensi pendukung dalam penelitian ini.

2. Alat Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan instrumen dalam bentuk kuesioner yaitu kuesioner Rosenberg Self-Esteem Scale/RSES dan kuesioner FoMO-12.

a. Instrumen *Self-Esteem*

Kuisisioner ini digunakan untuk mengukur tingkat *Self-esteem* adalah Rosenberg Self-Esteem Scale/RSES yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Maroqi (2019), terdiri dari 10 item pernyataan yang dirancang untuk mengukur tingkat harga diri (*self-esteem*) individu secara umum. Setiap item dijawab menggunakan skala Likert 4 poin, dengan pilihan respons 1 = Sangat Tidak Setuju

(STS), 2 = Tidak Setuju (TS), 3 = Setuju (S), dan 4 = Sangat Setuju (SS). Skala ini terdiri dari 5 pernyataan positif (favourable) dan 5 pernyataan negatif (unfavourable).

Pernyataan positif diberi skor langsung sesuai dengan tingkat persetujuan responden, sedangkan pernyataan negatif diberi skor terbalik (*reverse scoring*), yaitu respon *sangat setuju* bernilai 1 dan *sangat tidak setuju* bernilai 4. Prosedur ini dilakukan untuk menjaga konsistensi arah pengukuran, sehingga skor tinggi selalu merepresentasikan tingkat harga diri yang tinggi. Nilai skor total minimum adalah 10, dan maksimum adalah 40. Interpretasi hasil dilakukan dengan melihat *self-esteem* individu berdasarkan skor total dengan dikategorikan rendah (10-19), sedang (20-29) dan tinggi (30-40).

Tabel 3. 2 Kisi-kisi Kuesioner Rosenberg Self-Esteem Scale/RSES

Variabel	Dimensi	Jumlah Pertanyaan		Jumlah Item
		Favourable	Unfavourable	
<i>Self-Esteem</i>	Evaluasi Diri Positif	1,3,4,7,10		5
	Evaluasi Diri Negatif		2,5,6,8,9	5
Total				10

Uji validitas dan reliabilitas terhadap instrumen ini sudah dilakukan oleh Waradanti & Astriana (2025) dan menunjukkan hasil bahwa instrumen ini memiliki koefisien validitas berkisar antara 0,35–0,72 dan reliabilitas Cronbach's Alpha >0,70, sehingga menunjukkan

konsistensi internal yang memadai. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Zakiyyah & Latifah (2022), instrumen harga diri tersebut telah dilakukan pada responden remaja dan memiliki nilai reliabilitas Cronbach's alpha sebesar 0,805, yang menunjukkan bahwa instrumen memiliki konsistensi internal yang baik dan layak digunakan dalam penelitian.

b. Instrumen *Fear of Missing Out* (FoMO)

Kuisisioner ini digunakan untuk mengukur tingkat *Fear of Missing Out* (FoMO) adalah FoMO-12 yang dikembangkan oleh Kaloeti et al., (2021) merupakan versi adaptasi dari *Fear of Missing Out Scale* (FoMO) dan telah dimodifikasi untuk remaja di Indonesia. Instrumen FoMO-12 ini terdiri dari 12 item pernyataan yang disusun menggunakan skala Likert 5 poin, dengan rentang skor dari 1 hingga 5. Setiap responden diminta memberikan jawaban berdasarkan tingkat kesetujuan terhadap setiap pernyataan, dengan kategori sebagai berikut: 1 = Sangat Tidak Setuju (STS), 2 = Tidak Setuju (TS), 3 = Netral (N), 4 = Setuju (S), dan 5 = Sangat Setuju (SS).

Skala ini terdiri dari 12 item yang terbagi dalam tiga dimensi utama, yaitu:

1. *Sense of Self/Self Esteem*: Menilai persepsi diri dan harga diri individu.
2. *Social Interaction/Extroversion*: Mengukur tingkat interaksi sosial dan ekstroversi.

3. *Social Anxiety*: Menilai tingkat kecemasan sosial yang dirasakan individu.

Tabel 3. 3 Kisi-kisi Kuesioner FoMO-12

Variabel	Dimensi	Nomor Item Pernyataan	Jumlah Item
<i>Fear of Missing Out</i> (FoMO)	<i>Sense of Self (Self-Esteem)</i>	1,2,3,4	4
	<i>Social Interaction (Extroversion)</i>	5,6,7,8	4
	<i>Social Anxiety</i>	9,10,11,12	4
	Total		12

Setiap dimensi terdiri dari 4 item pernyataan, dan tidak terdapat item dengan skor terbalik dalam versi ini. Skor total diperoleh dengan menjumlahkan seluruh skor dari 12 item. Nilai skor total minimum adalah 12, dan maksimum adalah 60. Interpretasi hasil dilakukan dengan melihat tingkat FoMO individu berdasarkan skor total dengan dikategorikan rendah (12-24), sedang (25-44) dan tinggi (45-60).

Uji validitas dan reliabilitas terhadap skala ini sudah dilakukan oleh Kaloeti et al., (2021) dan menunjukkan hasil bahwa seluruh 12 item valid dengan nilai korelasi antara 0,42–0,71 ($p < 0,05$), sehingga semua item mampu mengukur tingkat FoMO secara akurat. Hasil uji reliabilitas dengan Cronbach's alpha bernilai α sebesar 0,88, yang berarti tingkat konsistensi internal yang sangat baik. Oleh karena itu, instrumen FoMO-12 dinyatakan telah valid dan reliabel untuk digunakan dalam penelitian pada remaja Indonesia.

F. Prosedur Pengumpulan Data

1. Prosedur Penelitian

- a. Peneliti mengajukan permohonan surat studi pendahuluan kepada Universitas Ngudi Waluyo.
- b. Peneliti mengajukan surat studi pendahuluan yang ditujukan pada Kepala SMAN 1 Bergas untuk melaksanakan studi pendahuluan.
- c. Peneliti mengurus surat *Ethical Clearance* ke Komisi Etik Penelitian di Universitas Ngudi Waluyo setelah mendapat persetujuan dari dosen pembimbing.
- d. Setelah menerima persetujuan dari Komisi Etik Penelitian, peneliti kemudian mengajukan surat izin penelitian.
- e. Sesudah mendapatkan izin penelitian, peneliti kemudian mengajukan permohonan izin pelaksanaan penelitian yang ditujukan kepada Kepala Sekolah SMAN 1 Bergas.
- f. Sesudah mendapat balasan dan ijin dari pihak sekolah, peneliti bersiap untuk melakukan penelitian sesuai dengan mekanisme.

2. Pemilihan Asisten Penelitian

- a. Dalam pelaksanaan penelitian, peneliti memilih asisten penelitian dengan kriteria sebagai berikut:
 - 1) Mahasiswa/mahasiswi aktif semester 7 dari Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.
 - 2) Mematuhi etika penelitian, termasuk kerahasiaan data responden.
 - 3) Mampu menyesuaikan jadwal untuk mengikuti kegiatan penelitian sesuai kebutuhan.

- b. Penelitian ini akan melibatkan asisten penelitian, dimana peneliti dan asisten peneliti akan melakukan persamaan persepsi terlebih dahulu sebelum melakukan pengambilan data penelitian.
 - c. Pengumpulan data akan dilakukan oleh peneliti dan asisten peneliti.
3. Prosedur Pengambilan Data
- a. Peneliti akan mengajukan izin penelitian kepada kepala sekolah atau pihak terkait. Sesudah memperoleh izin, penelitian dapat dilaksanakan sesuai jadwal yang telah ditentukan.
 - b. Peneliti akan menentukan responden menggunakan metode *purposive sampling*, yakni dengan mengundi peserta secara acak berdasarkan proporsi jumlah siswa di tiap kelas atau kelompok.
 - c. Sebelum tahap pengisian kuesioner, responden akan diberikan penjelasan terlebih dahulu terkait tujuan, maksud, prosedur penelitian, dan menegaskan bahwa partisipasi bersifat sukarela.
 - d. Responden yang menyatakan kesediannya untuk berpartisipasi kemudian diminta untuk memberikan tanda tangan pada lembar persetujuan (*informed consent*) sebagai bentuk persetujuan keikutsertaan kegiatan penelitian.
 - e. Kuesioner akan dibagikan kepada responden oleh peneliti dan asisten penelitian. Proses pengisian kuesioner akan dilaksanakan di ruang kelas pada tanggal 4 dan 5 Desember 2025. Responden akan diberikan waktu yang cukup untuk mengisi kuesioner, serta kesempatan untuk bertanya jika ada pertanyaan yang kurang dipahami.

- f. Setelah pengisian selesai, kuesioner akan dikumpulkan oleh peneliti dan diperiksa kelengkapannya. Jika terdapat kuisisioner yang tidak lengkap peneliti akan meminta kembali responden untuk melengkapi. Sedangkan kuesioner yang sudah lengkap akan dikumpulkan untuk tahap tabulasi dan analisis data.

G. Etika Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dengan memperhatikan kaidah etika penelitian yang bertujuan untuk melindungi hak serta kenyamanan responden.

Prinsip etika penelitian yang diterapkan dalam penelitian ini meliputi:

1. *Informed Consent* (Lembar persetujuan)

Penelitian ini menerapkan prinsip informed consent, yaitu memberikan penjelasan secara jelas terkait tujuan, prosedur, pelaksanaan, manfaat, serta potensi risiko yang dapat timbul selama penelitian. Keikutsertaan responden bersifat sukarela, serta responden berhak menolak atau menghentikan keterlibatan sewaktu-waktu tanpa. Persetujuan partisipasi ditandai dengan penandatanganan informed consent sebagai bukti kesediaan mengikuti penelitian.

2. *Anonymity* (Anonimitas)

Untuk melindungi privasi responden, penelitian ini menjamin anonimitas. Identitas responden tidak dicatat atau diungkapkan dalam publikasi atau laporan penelitian, sehingga hasil penelitian tidak dapat dikaitkan dengan individu tertentu. Prinsip ini dilakukan agar responden memperoleh rasa aman dan kenyamanan dalam memberikan jawaban yang jujur.

3. *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Selain anonimitas, penelitian ini juga menjamin kerahasiaan data. Informasi pribadi dan jawaban responden dijaga secara ketat dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian. Hanya peneliti dan pihak yang berwenang yang memiliki akses terhadap data tersebut.

4. *Justice* (Keadilan)

Prinsip justice diterapkan dengan memperlakukan seluruh responden secara adil dan setara. Tidak ada diskriminasi berdasarkan gender, ras, agama, atau status sosial. Pemilihan sampel dilakukan secara transparan dan representatif agar setiap kelompok memiliki kesempatan yang sama untuk berpartisipasi.

5. *Veracity* (Kejujuran/Kebenaran)

Prinsip veracity menekankan kejujuran dan integritas ilmiah. Peneliti melaksanakan penelitian secara objektif dan akurat, melaporkan seluruh data, analisis, dan temuan dengan benar tanpa manipulasi atau plagiarisme. Semua kontribusi pihak lain dan sumber referensi diakui secara tepat.

6. *Beneficience* (Kesejahteraan)

Peneliti berkomitmen untuk memastikan penelitian memberikan manfaat dan pengalaman positif bagi responden. Seluruh kegiatan penelitian dirancang agar mendukung kesejahteraan responden, baik secara fisik, psikologis, maupun sosial.

7. *Non-Maleficence* (Tidak membahayakan)

Selain memberikan manfaat, penelitian ini juga menerapkan prinsip non-maleficence, yaitu menghindari segala tindakan yang dapat membahayakan atau merugikan responden. Prosedur penelitian dijalankan dengan aman, memperhatikan keselamatan fisik dan psikologis responden.

H. Pengolahan Data

Tahapan pengolahan data dalam penelitian ini terdiri dari beberapa langkah, antara lain:

1. Editing

Editing dilakukan untuk memeriksa atau memperbaiki data kuisioner yang telah terkumpul. Proses ini bertujuan untuk memastikan keakuratan, konsistensi, dan kelengkapan sebelum data tersebut dianalisis atau diproses lebih lanjut.

2. Scoring

Skoring adalah proses pemberian nilai atau angka pada jawaban atau respons peserta berdasarkan kriteria yang telah ditentukan dalam instrumen penelitian. Skoring dalam penelitian ini meliputi:

a. Variabel *Self-Esteem*

Jika pernyataan positif (*favourable*)

- 1) Sangat Tidak Setuju (STS) diberi skor 1
- 2) Tidak Setuju (TS) diberi skor 2
- 3) Setuju (S) diberi skor 3
- 4) Sangat Setuju (SS) diberi skor 4

Jika pernyataan negatif (*unfavourable*)

- 1) Sangat Tidak Setuju (STS) diberi skor 4
- 2) Tidak Setuju (TS) diberi skor 3
- 3) Setuju (S) diberi skor 2
- 4) Sangat Setuju (SS) diberi skor 1

b. Variabel *Fear of Missing Out* (FoMO)

- 1) Sangat Tidak Setuju (STS) diberi skor 1
- 2) Tidak Setuju (TS) diberi skor 2
- 3) Netral (N) diberi skor 3
- 4) Setuju (S) diberi skor 4
- 5) Sangat Setuju (SS) diberi skor 5

3. Coding

Coding (pemberian kode) adalah proses pemberian simbol, angka, atau kode tertentu pada data agar data tersebut dapat diklasifikasikan.

Variabel dalam penelitian ini menggunakan coding sebagai berikut:

a. Variabel *Self-Esteem*

- 1) Rendah: 1
- 2) Sedang: 2
- 3) Tinggi : 3

b. Variabel *Fear of Missing Out* (FoMO)

- 1) Rendah: 1
- 2) Sedang: 2
- 3) Tinggi : 3

4. Entry data

Entry data (pemasukan data) adalah tahap pengisian data setelah diedit, dikodekan, dan diskoring ke dalam media penyimpanan elektronik, seperti program komputer atau spreadsheet, untuk selanjutnya dilakukan tabulasi, analisis, dan interpretasi hasil.

5. Tabulating

Tabulating adalah proses pengorganisasian dan penyusunan data yang telah dikumpulkan, diedit, dan dikodekan ke dalam bentuk tabel sehingga lebih mudah dibaca, dianalisis, dan ditarik kesimpulannya.

I. Analisa Data

1. Analisis Univariat

Analisa ini bertujuan memaparkan karakteristik pada masing-masing variabel penelitian. Analisis univariat pada penelitian ini dilakukan untuk:

- a. Mengetahui *self-esteem* pada remaja di SMAN 1 Bergas
- b. Mengetahui tingkat *Fear of Missing Out* (FoMO) pada remaja di SMAN 1 Bergas.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat merupakan metode statistik untuk menguji hubungan antara dua variabel pada waktu yang sama. Dalam penelitian ini, analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel *self-esteem* dan variabel tingkat *Fear of Missing Out* (FoMO). Teknik analisis yang digunakan adalah uji Kendall's Tau. Uji Kendall's Tau merupakan uji statistik non-parametrik yang digunakan untuk

mengukur kekuatan serta arah hubungan (korelasi) antara dua variabel dengan skala ordinal. Rumus uji Kendall's Tau adalah sebagai berikut:

$$\tau = \frac{(P - Q)}{\frac{1}{2}n(n - 1)}$$

Keterangan:

τ = koefisien korelasi Kendall's Tau

P = jumlah pasangan yang searah (concordant pairs)

Q = jumlah pasangan yang berlawanan arah (discordant pairs)

n = jumlah pasangan data

Nilai koefisien Kendall's Tau (τ) berkisar antara -1 sampai +1.

- 1) Nilai τ mendekati +1 menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat (semakin tinggi nilai suatu variabel, semakin tinggi pula nilai variabel lainnya).
- 2) Nilai τ mendekati -1 menunjukkan adanya hubungan negatif yang kuat (semakin tinggi nilai suatu variabel, semakin rendah nilai variabel lainnya).
- 3) Nilai τ mendekati 0 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang berarti antara kedua variabel.

Kriteria pengambilan keputusan dalam uji Kendall's Tau, yaitu:

- 1) Apabila nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) $< 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, hal ini menunjukkan ada hubungan yang signifikan pada kedua variabel.
- 2) Apabila nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) $\geq 0,05$, maka H_0 diterima dan H_1 ditolak, maka tidak terdapat hubungan yang signifikan pada kedua variabel.

Tabel 3. 4 Kekuatan Korelasi

Nilai τ	Kekuatan korelasi
0,00-0,199	Sangat lemah
0,20-0,399	Lemah
0,40-0,599	Sedang
0,60-0,799	Kuat
0,80-1,000	Sangat kuat