

BAB 3

METODE PENELITIAN

Bab 3 membahas mengenai 1) Desain penelitian, 2) Populasi, Sampel dan Teknik Sampling, 3) Identifikasi variabel penelitian serta definisi operasional, 4) Prosedur penelitian, 5) Analisis data, 6) Etika penelitian.

3.1 Desain Penelitian

Sebuah konsep dengan fungsi yang membahas kerangka kerja metode yang digunakan oleh peneliti untuk menjawab hipotesis yang di ajukan (Nurhadin & hartini, 2019). Pada penelitian ini menggunakan desain analitik korelasi dengan mengidentifikasi dan menjelaskan setiap variabel. Penelitian menggunakan metode *cross-sectional* dilakukan untuk mengukur dan mengamati variabel dependen dan variabel independen pada satu titik waktu tertentu (Mukhid, 2021). Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui adanya hubungan *Fear Of Missing Out* dengan tingkat stres pada remaja pengguna tiktok.

3.2 Populasi, Sampling, dan Sampel

3.2.1 Populasi

Populasi mengacu sebagai rentang yang digeneralisasikan yang melibatkan subjek-subjek atau individu-individu tertentu dengan jumlah karakteristik yang telah di tentukan oleh peneliti untuk keperluan penelitian, dan kemudian dari hasil penelitian tersebut diambil kesimpulan. Dalam penelitian ini populasi yang digunakan adalah seluruh remaja di Dusun Menunggal Desa Menunggal Kecamatan Kedamean, dengan jumlah 371 remaja.

3.2.2 Sampling

Teknik sampling yaitu proses seleksi sampel yang digunakan untuk penelitian, sehingga sampel tersebut mewakili populasi yang ada. Penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling* tipe *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel *non-probabilitas* dimana peneliti memilih subjek atau responden secara sengaja (*purposive*) berdasarkan pertimbangan atau kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian (Notoatmodjo, 2021).

3.2.3 Sampel

Sampel merupakan segmen dari dari jumlah dan atribut yang ada dalam suatu populasi, atau sekelompok individu yang diambil dalam proporsi tertentu dari populasi dengan menggunakan suatu metode yang memungkinkan mereka menjadi representatif bagi populasi keseluruhan (Muin, 2014). Teknik sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, penentuan sampel berdasarkan pertimbangan atau kriteria penelitian yang sesuai dengan kriteria tertentu remaja sesuai dengan tujuan penelitian. Populasi terdiri dari 371 remaja di Dusun Menunggal Desa Menunggal Kecamatan Kedamean. Dari poulasi ini dipilih beberapa remaja yang memenuhi kriteria inklusi dalam penelitian ini berjumlah 60 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan oleh peneliti.

Kriteria inklusi :

1. Remaja yang yang berusia 10-19 tahun dan tinggal di Dusun Menunggal Desa Menunggal kecamatan Kedamean.

2. Remaja pengguna Tiktok yang memiliki akun dan menggunakan aplikasi TikTok minimal 1 jam per hari.
3. Menggunakan TikTok minimal 6 bulan.
4. Memiliki kemampuan membaca dan menulis sehingga mampu memahami.

Kriteria Eksklusi :

1. Tidak menggunakan aplikasi TikTok
2. Tidak bersedia menjadi responden
3. Tidak hadir pada saat pengambilan data, atau tidak dapat menyelesaikan pengisian kuesioner hingga selesai.

3.3 Identifikasi Variabel Penelitian dan Definisi Oprasional

3.3.1 Identifikasi Variabel

Merupakan elemen dengan fungsi seperti ciri, atau diperoleh dari penelitian (Nasution, 2017). Selain itu, variabel juga dapat dipahami sebagai karakteristik, sifat, atau nilai individu, objek kegiatan ditetapkan oleh peneliti sebagai objek penelitian pengumpulan informasi dan menyusun kesimpulan.

1. Variabel *Independent*

Variabel bebas merujuk pada elemen yang memiliki kemampuan untuk mengontrol atau mempengaruhi nilai variabel lain. Variabel independen umumnya disesuaikan, diamati, dan diukur guna menggunakan relasi atau dampaknya terhadap variabel lain (Nursalam, 2015). Dalam konteks penelitian ini, variabel bebas adalah *Fear Of Missing Out*.

2. Variabel *Dependent*

Variabel dependen adalah faktor yang berubah sesuai dengan pengaruh variabel lainnya. Variabel respon dapat timbul sebagai hasil dari manipulasi yang terjadi pada variabel lain. Dalam domain perilaku, variabel dependen mangacu pada aspek perilaku yang diamati pada individu atau organisme sebagai respons terhadap rangsangan tertentu. Sederhananya, variabel dependen merupakan elemen yang diamati dan diukur untuk mengevaluasi adanya koneksi atau evek yang berasal dari variabel independen. Dalam konteks penelitian ini, variabel tergantung adalah tingkat stres pada remaja pengguna tiktok di Dusun Menunggal Kecamatan Gresik.

3.3.2 Definisi Operasional

Elemen yang memfasilitasi antara para peneliti yaitu definisi operasional variabel, merujuk pada cara suatu variabel diukur atau didefinisikan secara konkret. Dengan memeriksa definisi operasional variabel dalam suatu penelitian, para peneliti dapat memahami bagaimana variabel tersebut diukur secara praktis, memungkinkan mereka untuk menilai apakah metode pengukuran tersebut tepat atau tidak (Siyoto, 2015).

Tabel 3. 1 Definisi Operasional *Hubungan Fear Of Missing Out* dengan Tingkat stress Pada Remaja Pengguna Tiktok

Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Skala Pengukuran	Kriteria
Variabel Independen (X) <i>Fear Of Missing Out</i>	Tingkat perasaan takut tertinggal informasi, pengalaman, atau aktivitas orang lain di media sosial (TikTok) yang dirasakan remaja dan diukur melalui skor kuesioner <i>Fear Of Missing Out</i> .	1. Kekhawatiran tertinggal informasi 2. Keinginan terus terhubung dengan media sosial 3. Rasa cemas saat tidak membuka TikTok 4. Perasaan iri terhadap aktivitas orang lain (Przybylski et al., 2013)	ON-FOMO (Kurniawan & Utami, 2022)	Likert (1-5) Ordinal	Skor total : Rendah : Skor 20-46 Sedang : Skor 47-73 Tinggi : Skor 74-100
Variabel Dependen (Y) Tingkat <i>Stres</i>	Reaksi fisik dan psikologis remaja berupa ketegangan emosional yang muncul akibat tekanan penggunaan media sosial TikTok dan kekhawatiran tertinggal informasi.	1. Fisik 2. Psikologis 3. Perilaku	PSS-10 (<i>Perceived Stress Scale</i>) (Harris et al., 2023)	Likert (0-4) Ordinal	Skor total : 0-13 :Stres Ringan 14-26 : Stres Sedang 27-40 : Stres Berat

3.4 Prosedur penelitian

Pengumpulan data merupakan tahapan yang krusial dalam penelitian, yaitu metode pendekatan terhadap individu dan pengumpulan karakteristik yang dibutuhkan penelitian ini mempunyai prosedur pengumpulan data yang dilakukan:

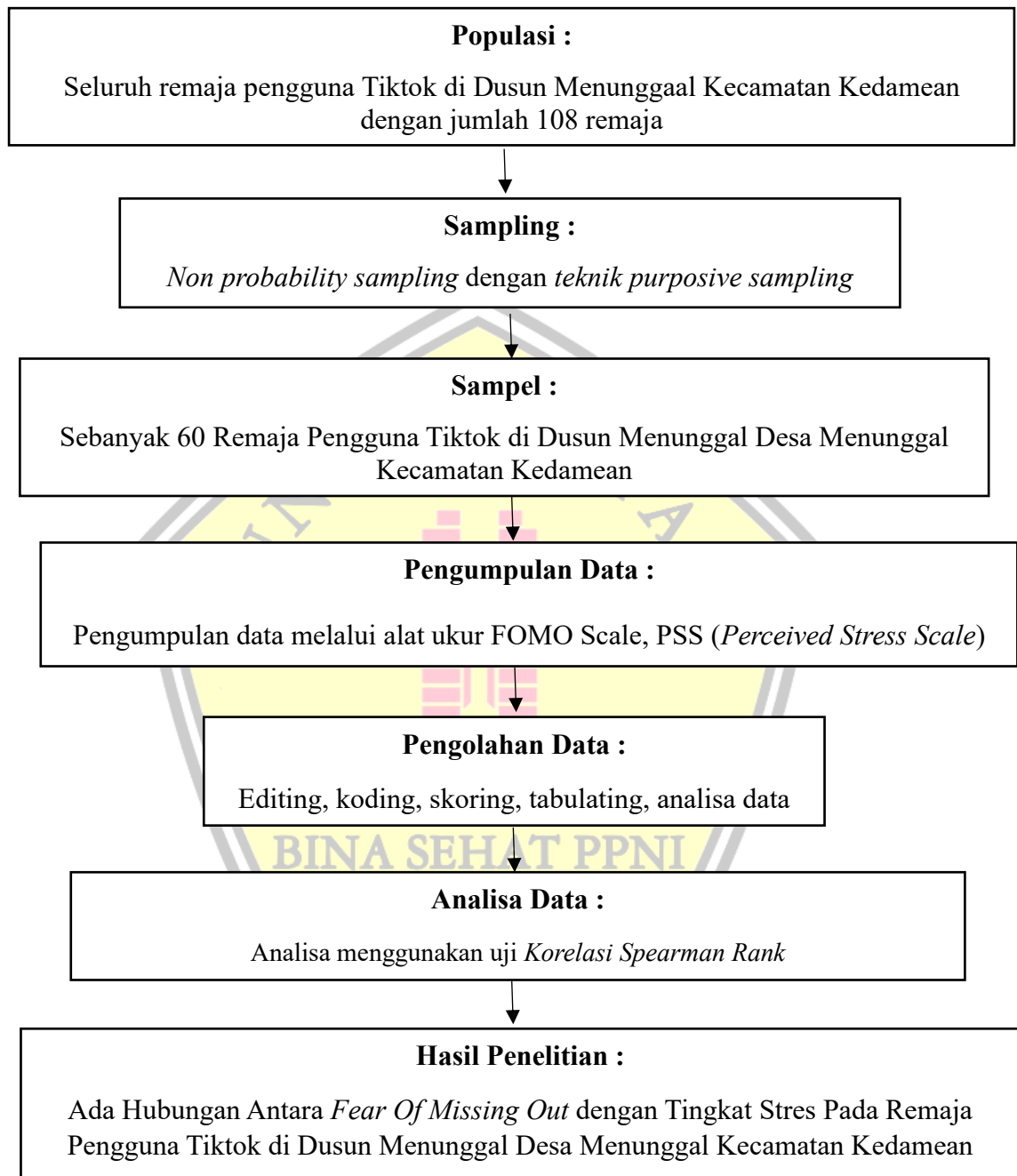
1. Peneliti mengisi formulir studi pendahuluan dan penelitian, kemudian mengajukan surat perizinan kepada Kepala Desa, setelah mendapatkan izin dari Kepala Desa.
2. Setelah mendapatkan izin, Studi pendahuluan dilaksanakan oleh peneliti pada tanggal 11 Februari 2026 di Desa Menunggal Kecamatan Kedamean, menggunakan metode wawancara pada 10 remaja.
3. Pada tanggal 23 April 2026 peneliti mengantarkan surat pengantar penelitian ke Desa Menunggal yang akan digunakan untuk penelitian pada tanggal 17 Mei 2026.
4. Peneliti memperoleh data awal di Dusun Menunggal, Desa Menunggal Kecamatan Kedamean yang menunjukkan bahwa terdapat 371 remaja di Dusun Menunggal, Desa Menunggal Kecamatan Kedamean. Dari jumlah tersebut peneliti melakukan pendataan ulang pada remaja Dusun Menunggal Desa Menunggal Kecamatan Kedamean sesuai dengan kriteria penelitian.
5. Sebanyak 263 remaja tidak memenuhi kriteria inklusi yang ditetapkan, yang terdiri 145 remaja yang tidak memiliki akun tiktok, 52 remaja yang menggunakan aplikasi tittok kurang dari 1 jam perhari, dan 66 remaja telah

menggunakan aplikasi tiktok kurang dari 6 bulan, diperoleh 108 remaja yang memenuhi seluruh kriteria inklusi sebagai responden penelitian.

6. Selanjutnya peneliti bekerjasama dengan ibu Kader Dusun Menunggal, untuk mengundang remaja. Sebanyak 108 remaja yang memenuhi kriteria penelitian yang akan menghadiri penelitian.
7. Selanjutnya seluruh remaja yang memenuhi kriteria tersebut diundang untuk mengikuti kegiatan pengambilan data melalui koordinasi, ketua karang taruna, dan penyebaran informasi melalui grup WhatsApp.
8. Pada hari minggu tanggal 17 Mei 2026 pukul 09.00-11.00 WIB di balai Desa Menunggal peneliti melakukan pengambilan data pada responden yang seharusnya di hadiri oleh 108 remaja, namun hanya 60 remaja yang hadir dan bersedia menjadi responden penelitian. Sementara itu, 48 remaja lainnya, tidak masuk dalam kriteria eklusi kerana tidak hadir pada saat penelitian. Karena berbagai alasan, seperti organisasi, memiliki keperluan keluarga, atau tidak memberikan konfirmasi kehadiran. Selanjutnya peneliti menjelskan petunjuk dari pengisian kuisisioner, diharapkan sesuai dengan kondisi yang dihadapi responden, apabila responden kurang paham dengan pertanyaan kuisisioner, responden dapat langsung bertanya pada peneliti. Setelah kuisisioner terisi maka dikumpulkan pada peneliti untuk dicek kelengkapan datanya.
9. Setelah jawaban kuisisioner terkumpul sesuai dengan jumlah responden, selanjutnya peneliti akan melakukan pengeckan kembali terhadap kelengkapan jawaban untuk memastikan data dapat digunakan dalam proses analisis. Pengolahan dan analisa data sesuai dengan tujuan penelitian.

3.5 Kerangka Kerja

Prosedur pengumpulan data diuraikan dalam kerangka kerja sebagai berikut :



Gambar 3. 1 Kerangka Kerja Tentang Hubungan *Fear Of Missing Out* dengan Tingkat Stres Pada Remaja Pengguna Tiktok di Dusun Menunggal Kecamatan Kedamean

3.6 Instrumen

Instrumen berfungsi untuk mengumpulkan data informasi yang akurat sesuai dengan tingkat keandalan instrumen yang diterapkan (Mukhid, 2021). Instrumen yang digunakan adalah kuisioner, berisi pertanyaan yang harus dijawab oleh responden.

3.6.1 Instrumen ON-FOMO

Terdiri dari 20 pertanyaan yang menggambarkan perasaan takut tertinggal informasi atau pengalaman yang dimiliki orang lain di media sosial. Skala yang digunakan adalah skala likert 5 poin. dengan alternatif jawaban, skor 1 "sangat tidak setuju", 2 "tidak setuju", 3 "netral", 4 "setuju", 5 "sangat setuju". Kuisioner ini telah dilakukan uji validitas.

Tabel 3. 2 Blueprint Skala ON-FOMO

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable
<i>Anxiety</i>	Perasaan cemas tidak mengetahui kegiatan teman	1,2,4	3,5
<i>Neet To Belong</i>	Pengalaman yang tidak enak	6,7,9	8,10
<i>Adiccation</i>	Kesulitan untuk mengontrol diri di media sosial	11,12,14	13,15
<i>Need For Popularity</i>	Ketergantungan pada media sosial	16,17,19	18,20
Total			20 item

3.6.2 Perceived Stress Scale (PSS-10)

Alat ukur yang digunakan untuk menilai sejauh mana individu menilai situasi kehidupannya sebagai penuh tekanan. Skala ini berfokus pada persepsi individu terhadap peristiwa yang dianggap tidak dapat diprediksi, tidak dapat dikendalikan, dan membebani kehidupan. Terdapat 10 item, penskoran 0–40 yaitu; item positif dibalik; semakin tinggi skor semakin tinggi stres. PSS memiliki uji validitas konstruk dan reliabilitas internal yang baik sehingga banyak digunakan dalam penelitian kesehatan mental (Hakim et al., 2024)

Tabel 3. 3 Blueprint *Perceived Stress Scale*

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable
Perasaan tidak terkendali	Merasa hidup sulit dikontrol	1,2	3
Tekanan psikologis	Cemas tegang	4,5	6
Beban pikiran	Mearasa kewalahan	7	8
Kemampuan coping	Mengatasi masalah	9	10
Total			10 item

3.7 Lokasi dan waktu penelitian

1. Lokasi penelitian

Lokasi Penelitian di Dusun Menunggal Desa Menunggal Kecamatan Kedamean.

2. Waktu penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 17 Mei 2026.

3.8 Pengolahan data

Sesudah seluruh data yang telah terkumpul, kemudian melakukan pengolahan data yang meliputi tahapan penyunting (*editing*), pemberian kode (*coding*), pemberian skor (*scoring*), dan tabulasi.

3.8.1 Editing

Pengeditan skripsi merupakan perbaikan, penyuntingan dan penyempurnaan teks skripsi agar memenuhi standar akademik yang ditetapkan, baik dari bahasa, struktur, dan kemampuan kejelasan argumen. Proses pengeditan ini, penelitian ini dilakukan dengan memeriksa kembali bahan yang dibutuhkan melalui beberapa tahapan :

1. Memeriksa bahwa setiap responden yang terpilih telah mengisi kuisioner.
2. Melakukan pemeriksaan ulang terhadap jawaban yang telah diberikan oleh responden.
3. Memenuhi data yang masih kurang dari responden dengan cara meminta mereka mengulangi pengisian kuisioner.

3.8.2 Coding

Pengkodean yaitu proses pemberian kode atau simbol tertentu pada jawaban responden untuk mempermudah proses pengolahan dan analisis data statistik, sehingga peneliti mampu memahami makna datanya (Muin, 2014).

A. Data umum

1. Jenis Kelamin

Laki- laki : Kode 1

Perempuan : Kode 2

2. Usia

Remaja Awal 10 – 13 tahun : Kode 1

Remaja Tengah 14 – 16 tahun : Kode 2

Remaja Akhir 17-19 tahun : Kode 3

3. Lama penggunaan Tiktok

< 1 tahun : Kode 1

1-2 tahun : Kode 2

> 2 tahun : Kode 3

4. Durasi penggunaan Tiktok per Hari

< 1 jam : Kode 1

1-3 jam : Kode 2

> 3 jam : Kode 3

B. Data khusus

1. *Fear Of Missing Out*

Rendah : Kode 1

Sedang : Kode 2

Tinggi : Kode 3

2. Tingkat Stres

Ringan : Kode 1

Sedang : Kode 2

Berat : Kode 3

3.8.3 Scoring

Scoring adalah pengolahan data yang dilakukan untuk menarik kesimpulan menjumlahkan seluruh hasil dari jawaban responden.

A. Scoring ON-FOMO

Pada kuisioner ini terdapat 20 pertanyaan dengan rentan skor/nilai :

Tabel 3. 4 Scoring ON-FOMO

Kategori	Favorable	UnFavorable
Sangat Setuju	5	1
Setuju	4	2
Netral	3	3
Tidak Setuju	2	4
Sangat Tidak Setuju	1	5

Setelah skor didapatkan, langkah selanjutnya yaitu menjumlahkan seluruh skor di kategorikan sebagai berikut :

Skor 20 - 46 : Rendah

Skor 47 – 73 : Sedang

Skor 74 – 100 : Tinggi

B. Skoring *Perceived Stress Scale* (PSS-10)

Tabel 3.5 Skoring *Perceived Stress Scale*

Kategori	Favorable	Unfavorable
Tidak Pernah	0	4
Hampir Tidak Pernah	1	3
Kadang-kadang	2	2
Hampir Sering	3	1
Sangat Sering	4	0

Kategorisasi Skor Total (0 – 40) :

Skor 0-13 : Stres Ringan

Skor 14-26 : Stres Sedang

Skor 27-40 : Stres Berat

3.8.4 Tabulating

Tabulating yaitu pengolahan data dengan cara memasukkan data penelitian yang sudah diperoleh dalam bentuk tabel yang selanjutnya akan dilakukan analisis dari tabel tersebut. Pada penelitian ini tabulating dilakukan dengan memasukkan data secara beraturan dalam software IBM SPSS Statistic, kemudian menghitung hasil dari *coding* dan *scoring*.

3.9 Analisa data

Setelah melakukan tabulasi data, langkah selanjutnya data diolah dengan menggunakan uji statistic .

1. Analisis Unvariat

Analisis univariat yaitu proses analisa data setiap variabelnya yang memiliki tujuan untuk mengetahui dan menganalisa karakteristik pada setiap variabel (Susilo, 2012).

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat adalah analisis pada kedua variabel, yaitu variabel independen dan dependen dengan menggunakan uji statistik yang digunakan adalah *uji korelasi Pearson* apabila data berdistribusi normal dan menggunakan *uji korelasi Spearmen Rank* apabila data tidak berdistribusi normal. Dasar pengambilan keputusan adalah nilai signifikansi ($p\text{-value}$) $< 0,05$ yang menunjukkan adanya hubungan yang bermakna secara statistik (Muin, 2014) (Nursalam, 2015).

1) Tujuan : Korelasi

2) Jumlah Variabel : 2 (1 Variabel *Independen* dan 1 Variabel *Dependen*)

3) Skala data : Ordinal dan Ordinal

Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji *Korelasi Spearmen Rank* Menggunakan perangkat lunak IBM SPSS Statistic versi 21. Uji ini dipilih karena kesesuaiannya untuk mengukur hubungan antara variabel ordinal. Hasil dari uji ini menunjukkan arah hubungan, apakah positif atau negatif. Interpretasi terhadap koefisien korelasi sebagai berikut :

Koefisien Korelasi :

0,00 – 0,25 : Sangat Lemah

0,26 – 0,50 : Cukup

0,51 – 0,75 : Kuat

0,76 – 1,00 : Sangat Kuat

Menurut Singgih Santoso (2014), Kriteria pengambilan keputusan untuk uji korelasi Spearmen Rank didasarkan pada nilai signifikansi (*p-value*) 0,005.

1. Jika *p-value* < 0,05, maka H_0 ditolak dan H_a diterima (ada hubungan yang signifikan)
2. Jika *p-value* > 0,05, maka H_0 diterima dan H_a ditolak (tidak ada hubungan yang signifikan)

Interpretasi kekuatan hubungan dalam penelitian ini didasarkan pada nilai koefisien korelasi (*r*) yang diperoleh melalui analisis *Spearmen Rank Corelation*. Koefisien korelasi (*r*) = 0,498 dan *p-value* 0,000 maka H_0 ditolak dan H_a diterima Nilai 0,498 berada pada rentang 0,26-0,50, sehingga menunjukkan hubungan yang cukup dengan arah positif. Artinya, semakin

tinggi *Fear Of Missing Out*, maka semakin tinggi pula Tingkat Stres pada remaja, semakin Rendah *Fear Of Missing Out* maka semakin rendah jika Tingkat Stres. Berdasarkan hasil analisis ini, dapat dilihat bahwa ada hubungan antara *Fear Of Missing Out* dengan Tingkat Stres Pada Remaja Pengguna Tiktok di Dusun Menunggal Desa Menunggal Kecamatan Kedamean.

3.10 Etika Penelitian

Prosedur awal pelaksanaan penelitian adalah dengan mengajukan permohonan izin pada Kepala Desa, kemudian harus diperoleh izin dari Kepala Desa. Setelah semua izin diberikan, langkah awal pelaksanaan penelitian adalah menyebarkan lembar persetujuan kepada responden dan memastikan mereka memahami isu-isu etika yang terkait, sebagai berikut :

a. Tanpa Nama (*anonymity*)

Untuk menjaga kerahasiaan identitas responden, peneliti tidak mencantumkan nama responden pada lembar untuk alat ukur penelitian (kuisisioner) dan hanya mencantumkan kode atau simbol angka-angka pada lembar pengumpulan data dari hasil penelitian.

b. Lembar Persetujuan

Informed consent merupakan landasan etika dalam penelitian klinis, memperoleh persetujuan dari responden yang berpartisipasi dalam penelitian adalah keharusan hukum dan etika yang penting bagi peneliti. Meskipun *informed consent* merupakan proses penting dalam penelitian, efektivitas dan validitasnya selalu menjadi perhatian.

c. Kerahasiaan (*confidentiallity*)

Subjek berhak mengajukan permintaan agar data yang diserahkan dijaga kerahasiaanya. Oleh karena itu, penting untuk memastikan adanya anonimitas dan kerahasiaan.

3.11 Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan merupakan kendala atau tantangan yang dihadapi oleh peneliti selama menjalankan proses pengumpulan data:

1. Jumlah responden dalam penelitian ini terbatas pada 60 remaja pengguna TikTok yang memenuhi kriteria inklusi dan hadir pada saat pengambilan data. Jumlah tersebut belum sepenuhnya mewakili seluruh karakteristik remaja pengguna TikTok di wilayah lain, sehingga hasil penelitian memiliki keterbatasan dalam hal generalisasi.
2. Penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner dengan metode self report, sehingga seluruh jawaban bergantung pada kejujuran, pemahaman, dan persepsi masing-masing responden. Kondisi tersebut memungkinkan terjadinya bias informasi, seperti responden memberikan jawaban yang dianggap baik secara sosial atau kurang menggambarkan kondisi yang sebenarnya.
3. Penelitian menggunakan desain *cross-sectional*, sehingga pengukuran variabel *Fear Of Missing Out* dan tingkat stres dilakukan pada waktu yang bersamaan. Oleh karena itu, penelitian ini hanya dapat menunjukkan adanya hubungan antara kedua variabel dan tidak dapat menjelaskan hubungan sebab akibat.