

BAB III

METODELOGI PENELITIAN

3.1 Tempat dan Waktu Penelitian

3.1.1 Tempat Penelitian

Tempat penelitian ini dilaksanakan di MAN Labuhanbatu yang beralamat di Jl. Islamic Center No. 05, Rantau prapat, Rantau Utara, Siringo Ringo, Rantau Utara, Kab. Labuhanbatu, Sumatera Utara. Lokasi MAN Labuhanbatu berada sekitar 2 Km dari pusat kota Rantau prapat relative jauh dari keramaian kota dan pemukiman penduduk tepatnya dipinggir perkebunan kelapa sawit PT. Siringo-ringo, sehingga untuk proses pembelajaran sangat efektif dan kondusif.

3.1.2 Waktu Penelitian

Adapun waktu yang dipergunakan dalam penyelesaian penelitian ini adalah dari bulan februari sampai dengan Agustus 2023.

Tabel 3.1 Waktu Penelitian

| No | Kegiatan Penelitian | Februari | | | | Maret | | | | April | | | | Mei | | | | Juni | | | | Juli | | | | Agust | | | | Sept | | | | Okt | | | | | |
|----|---------------------|----------|---|---|---|-------|---|---|---|-------|---|---|---|-----|---|---|---|------|---|---|---|------|---|---|---|-------|---|---|---|------|---|---|---|-----|---|---|---|--|--|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | | |
| 1. | Pengajuan Judul | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2. | Pengumpulan Data | ■ | ■ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3. | Analisis Data | | | ■ | ■ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4. | Penyusunan Proposal | | | | | | | | | | | ■ | ■ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5. | Bimbingan Proposal | | | | | | | | | | | | | | | ■ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7. | Bimbingan Skripsi | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | | | | | |
| 8. | Perbaikan Skripsi | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | ■ | ■ | ■ | ■ | | | | |
| 9. | Sidang Munaqasyah | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | ■ | | |

3.2 Populasi dan Sampel

3.2.1 Populasi

Sugiyono (2010:117) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya.

Menurut Yusuf(2014:147) populasi merupakan totalitas semua nilai-nilai yang mungkin dari padakararakteristik tertentu sejumlah objek yang ingin dipelajari sifatnya. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI IPS 1 dan XI IPS 2 dengan jumlah peserta didik sebanyak 70 siswa.

3.2.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi, untuk dijadikan sebagai bahan penelitian, dengan harapan contoh yang diambil populasi tersebut dapat mewakili terhadap populasi (Arikunto, 2014, hal. 16). Sampel diambil dari populasi. Teknik pengambilan sampel adalah teknik *purposive sampling* atau sampel bertujuan, dalam hal ini pengambilan sampel berdasarkan ciri-ciri yang dimiliki sesuai dengan tujuan penelitian yaitu siswa yang mengalami perilaku adiktif media sosial youtube.

Sampel yang akan diteliti oleh peneliti adalah kelas XI IPS MAN Labuhanbatu dengan jumlah siswa yang diambil ialah 15 siswa yang teridentifikasi memiliki perilaku adiktif media sosial youtube. Penentuan sampel ini dilakukan sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan sebelumnya dan peneliti mendapatkan rekomendasi dari Guru BK MAN Labuhanbatu perihal siswa-siswa yang terindikasi memiliki perilaku adiktif media sosial Youtube.

Pengambilan sampel didapatkan dari jumlah populasi yaitu 70 siswa, dari populasi tersebut didapati 15 siswa yang teridentifikasi memiliki perilaku adiktif media sosial Youtube dan berdasarkan rekomendasi dari Guru BK didapatkan

bahwasanya 15 siswa tersebut cocok untuk dijadikan sampel penelitian.

Setelah didapatkan sampel ini maka selanjutnya peneliti menentukan responden yang akan memvalidasi angket untuk penelitian ini. Peneliti mengambil 30 responden yang merupakan siswa kelas lain di luar populasi yaitu kelas lain selain kelas IPS secara random (secara acak) hal ini dilakukan untuk memperoleh keakuratan, konsistensi, kepercayaan data, dan menimbulkan sifat objektivitas sehingga peneliti memvalidasi angket dengan responden yang berbeda dengan sampel yang diajukan dalam penelitian

3.3 Metode dan Prosedur

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode pendekatan penelitian secara kuantitatif. Penelitian dengan pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistika. Pada dasarnya, pendekatan kuantitatif dilakukan pada penelitian inferensial (dalam rangka pengujian hipotesis) dan juga penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menggunakan asumsi pendekatan positivis, untuk menyusun rancangan penelitian, pada penelitian kuantitatif.

Jenis penelitian yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen. Menurut Kasiram (2010:211) penelitian eksperimen adalah “Metode penelitian dimana peneliti memanipulasi suatu stimuli atau kondisi, kemudian mengobservasi pengaruh atau akibat dari perubahan stimuli atau kondisi tersebut pada objek yang dikenai stimuli atau kondisi tersebut”. Jadi,

eksperiment dimaksudkan untuk mengetahui kemurnian pengaruh X (efektivitas konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif) terhadap Y (dalam menurunkan perilaku adifktif pada media sosial youtube).

Penelitian eksperiment termasuk penelitian kuantitatif, karena dilatarbelakangi oleh pandangan positivistic dan logika empirik. Penelitian ini bertujuan untuk memprediksi, mengontrol, mengkonfirmasi, dan menguji hipotesis (Hanafi, 2015, hal.88).

3.4 Defenisi Operasional

Defenisi operasional adalah pemberian arti atau makna pada masing-masing variabel berdasarkan karakteristik masing-masing untuk kepentingan akurasi, komunikasi dan replaksi agar memberikan pemahaman yang sama kepada setiap orang mengenai variabel-variabel yang dirumuskan di dalam sebuah penelitian (Nursalam, 2013).

Defenisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah:

- a. Konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang disadari. Proses itu mengandung ciri-ciri terapeutik seperti pengungkapan pikiran dan perasaan secara leluasa, orientasi pada kenyataan, pembukaan diri mengenai perasaan-perasaan mendalam yang dialami, saling percaya, saling perhatian, saling pengertian, dan saling mendukung.
- b. Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk mengubah keyakinan irasional menjadi rasional. Mengarahkan konseli dengan kemampuan diri mereka

sendiri bahwa, (1) Disfungsi emosional perilaku merupakan hasil dari pemikiran irasional, tidak realistis, dan tidak logis, (2) Secara konstruktif dapat mengubah pikiran irasional menjadi rasional dan kemudian berfungsi baik dan signifikan.

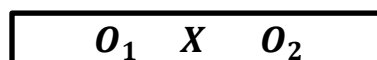
- c. Perilaku adiktif Youtube merupakan kecanduan internet pada youtube yang menyebabkan perilaku menjadi kompulsif terhadap penggunaan internet dimana individu cenderung sulit untuk mengontrol penggunaan internet. Individu merasa puas saat menggunakan internet dan merasa gelisah apabila tidak dapat mengakses internet.

3.5 Desain Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode kuantitatif. Metode ini disebut metode kuantitatif karena data penelitian ini berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik (Sugiyono, 2016, hal.7).

Jenis penelitian ini adalah penelitian pre-eksperimen, dengan desain *one group pretest-posttest* yaitu desain eksperimen dengan memberikan *pretest* sebelum diberikan intervensi dan *posttest* setelah diberikan intervensi. Desain digambarkan sebagai berikut:

Gambar 3.1 Desain Penelitian



Keterangan:

O_1 : Pengukuran awal perilaku adiktif pada media sosial youtube, sebelum diberikan perlakuan.

X : Perlakuan dengan menggunakan teknik restrukturisasi kognitif

O₂ : Melakukan post test dengan tujuan mengetahui keefektifan teknik restrukturisasi kognitif untuk menurunkan perilaku adiktif pada mediasosial youtube.

3.6 Instrumen Penelitian

Pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah kuesioner/ angket. Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui. Angket/ kuisisioner, merupakan instrumen/alat untuk mendapatkan data siswa melalui butir-butir pertanyaan yang harus dijawab oleh siswa. Kuisisioner adalah serangkaian pertanyaan yang disusun secara responden dan kemudian setelah diisi dikembalikan kepada peneliti. Angket ini bertujuan untuk mengungkap tingkat perilaku adiktif pada media sosial youtube.

Angket yang digunakan adalah model Likert. Skala Likert adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok orang terhadap suatu kejadian atau keadaan sosial dimana variabel yang dijabarkan menjadi indikator-indikator yang dapat diukur. Indikator-indikator tersebut digunakan sebagai tolak ukur dalam pembuatan item-item pernyataan yang akan dijawab oleh responden. Jawaban dari setiap item instrumen yang menggunakan skala Likert mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif (Sarjono, 2013, hal. 6).

Penyusunan kuesioner dilakukan dalam bentuk pernyataan tertutup. Yaitu

pertanyaan-pertanyaan yang berbentuk, yang dalam hal ini respon dan tinggal memilih jawaban-jawaban yang telah disediakan didalam kuesioner (Walgito, 2010, hal.72). Dalam hal ini penulis menggunakan instrumen stres akademik model Likert yang terdiri dari lima skala yaitu selalu (SL), sering (SR), kadang-kadang (KD), jarang (JR), tidak pernah (TP). Penetapan skor untuk setiap alternatif jawaban pada setiap item pernyataan sebagai berikut.

Tabel 3.2 Penskoran Skala Likert

| No. | Pilihan Jawaban | Favourable (+) | Unfavourable (-) |
|-----|---------------------------|----------------|------------------|
| 1. | Sangat Setuju (SS) | 5 | 1 |
| 2. | Setuju (S) | 4 | 2 |
| 3. | Netral (N) | 3 | 3 |
| 4. | Tidak Setuju (TS) | 2 | 4 |
| 5. | Sangat Tidak Setuju (STS) | 1 | 5 |

Angket yang disusun disesuaikan dengan kisi-kisi angket atau disebut juga dengan indikator. Indikator ialah alat ukur ataupun parameter yang menjadi landasan dalam penyusunan pertanyaan atau pernyataan dalam angket. Pada angket yang disusun dan digunakan nantinya dalam penelitian ini terdiri atas kisi-kisi/ indikator berikut :

Tabel 3.3 Kisi-Kisi Angket Perilaku Adiktif Youtube

| Variabel | Indikator | Keterangan | Favourable (+) | Unfavourable (-) |
|-----------------|-----------------|---|----------------|--------------------|
| Adiktif Youtube | Frekuensi | Jumlah waktu penggunaan Youtube dalam sehari | 3,5 | 1,2,4 |
| | Durasi | Lama mengakses Youtube | 9, 10, 11 | 6,7,8, 12 |
| | Konten | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Video yang suka dilihat ➤ Alasan menyukai video tersebut | 13, 16, 17 | 14, 15, 18 |
| | Bentuk Perilaku | Cemas, gelisah, dan tidak semangat | 22, 23 | 19, 20, 21, 24, 25 |

Sesuai dengan kisi-kisi/ indikator angket yang telah dipaparkan maka disusunlah angket dengan 25 item pernyataan, yang mana setiap pernyataannya diberi nilai 1-5. Berikut ini merupakan angket yang dipakai nantinya sebelum diuji validitas dan reliabilitasnya yakni sebagai berikut :

Tabel 3.4 Angket Perilaku Adiktif Youtube

| No | Item Pernyataan | STS | TS | N | S | SS |
|-----|--|-----|----|---|---|----|
| 1. | Saya selalu mengakses Youtube baik itudi rumah ataupun di luar rumah | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 2. | Saya mengakses Youtube disela-sela waktu di sekolah misalnya saat istirahatataupun saat tidak ada guru | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 3. | Saya hanya mengakses Youtube ketika saya mencari informasi seperti video pembelajaran | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. | Saya lebih suka menghabiskan waktu istirahat di sekolah dengan mengakses Youtube daripada interaksi dengan teman | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 5. | Saya bisa membatasi diri untuk tidak mengakses Youtube | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. | Waktu yang saya habiskan untuk mengakses Youtube bisa lebih dari 1jam dalam sehari | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 7. | Saya tidak ingat waktu ketika mengakses Youtube | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 8. | Saya menghabiskan waktu lebih lama mengakses Youtube dibandingkan berinteraksi dengan teman | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 9. | Saya hanya mengakses Youtube untuk video yang berdurasi 5 menitan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. | Saya merasa bosan jika mengaksesYoutube terlalu lama | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. | Saya bisa mengurangi waktu dalam mengakses Youtube ketika waktunya belajar | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12. | Saya menjadi lupa dengan tugas sekolah ketika asyik mengakses Youtube | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 13. | Saya mengakses Youtube untuk melihat konten video yang saya sukai | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|---|---|---|
| 14. | Saya selalu mengakses Youtube untuk melihat video Vlogging artis, gamers, dan sebagainya | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 15. | Saya suka melihat video konten yang berkaitan dengan keseharian kehidupan artis | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 16. | Saya menonton video pembelajaran di Youtube seperti tutorial pengerjaan soal Matematika dan sebagainya | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17. | Saya suka melihat video pembelajaran di Youtube karena dapat menambah wawasan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18. | Saya mengakses Youtube hanya untuk mendengarkan music, melihat music video dan hal-hal yang saya senangi | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 19. | Jika saya tidak mengakses Youtube saya merasa ada yang kurang dalam kegiatan sehari-hari saya | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 20. | Saya merasa kesal kalau tidak (bisa) mengakses Youtube | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 21. | Saya merasa harus mengakses Youtube walaupun hanya sebentar | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 22. | Saya tidak apa-apa jika tidak mengakses Youtube | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23. | Saya tidak kesal jika dilarang mengakses Youtube | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 24. | Jika tidak mengakses Youtube saya merasa gelisah, karena tidak bisa melihat video yang saya sukai | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 25. | Aktivitas sehari-hari saya terganggu jikasaya tidak mengakses Youtube (Menjaditidak konsentrasi) | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |

3.7 Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil test, wawancara, catatan lapangan dan dokumentasi. Dengan cara mengorganisasikan data dalam kategori, menjabarkan dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun pola, memilih mana yang penting, akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipelajari oleh diri sendiri maupun orang lain (Sugiyono, 2010, hal.335).

3.7.1 Uji Prasyarat Analisis

a. Uji Normalitas

Uji normalitas tidak lain sebenarnya adalah mengadakan pengujian terhadap normal tidaknya data yang akan dianalisis. Pengujian dilakukan tergantung pada variabel yang akan diolah. Pengujian normalitas sebaran data menggunakan Kolmogorov-Smirnov Test dengan bantuan SPSS 20.

Dasar pengambilan keputusan dalam Uji Normalitas K-S

1. Jika nilai signifikan (Sig) lebih besar dari 0,05 maka data penelitian berdistribusi normal.
2. Sebaliknya, jika nilai signifikan (Sig) lebih kecil dari 0,05 maka data penelitian tidak berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui homogen atau tidaknya data yang dimiliki. Uji ini dilakukan dengan bantuan SPSS 20 dengan menggunakan statistik uji Levene.

1. Jika nilai $\text{sig} < 0,05$ data berasal dari populasi yang mempunyai varian tidak homogen.
2. Jika nilai $\text{sig} \geq 0,05$ data berasal dari populasi yang mempunyai varian homogen.

c. Uji Linearitas

Menurut Sugiyono dan Susanto (2015 : 323) uji linearitas dapat dipakai untuk mengetahui apakah variabel terikat dengan variabel bebas memiliki hubungan linear atau tidak secara signifikan. Uji linearitas dapat dilakukan *test of linearity*. Kriteria yang berlaku adalah jika nilai signifikan pada linearity < 0,05, maka dapat diartikan bahwa antara variabel bebas dan variabel terikat terdapat hubungan yang linear.

3.7.2 Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan melalui uji perbedaan dua rata-rata berpasangan (paired-t-test). T-test dependent atau sering diistilahkan dengan Paired Sampelt-Test, adalah jenis uji statistika yang bertujuan untuk membandingkan rata-rata dua grup yang saling berpasangan. Sampel berpasangan dapat diartikan sebagai sebuah sampel dengan subjek yang sama namun mengalami 2 perlakuan atau pengukuran yang berbeda, yaitu pengukuran sebelum dan sesudah dilakukan sebuah treatment (Sugiyono, 2019, hal. 234).