

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian lapangan dengan pendekatan observasional, di mana peneliti secara aktif terlibat dalam proses pengumpulan data di lokasi penelitian.¹ Metode analisis yang digunakan adalah kuantitatif korelasional, yang berfokus pada menemukan hubungan antara variabel yang dapat diukur dengan angka. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki peran kecemasan sosial dalam menciptakan fenomena "*alone together*".

B. Lokasi Penelitian

UIN Antasari Banjarmasin, yang memiliki dua lokasi terpisah, menjadi tempat diadakannya penelitian ini.

1. UIN Antasari Banjarmasin terletak di kampus utama yang beralamat di Jalan Ahmad Yani, lebih tepatnya di kilometer 4,5. Kampus ini berada di Kecamatan Banjarmasin Timur, Kalimantan Selatan.
2. Terletak di Jalan Pandarapan, Desa Guntung Manggis, Kelurahan Kemuning, Banjarbaru Selatan, Kota Banjarbaru, Kalimantan Selatan, UIN Antasari Banjarmasin memiliki sebuah kampus tambahan.

Universitas ini memiliki lima fakultas yang tersebar di dua lokasi kampus yang berbeda.

¹Bungaran Antonius Simanjuntak dan Soedjito Sosrodiharjo, "Metode Penelitian Sosial" (Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2014), 12.

C. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek Penelitian

Penelitian ini mencakup seluruh mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin, tanpa terkecuali laki-laki dan perempuan, yang secara konsisten memanfaatkan *Instagram* sebagai media sosial.

2. Objek Penelitian

Pada penelitian ini, kami melakukan analisis terhadap suatu fenomena dengan mengenali peran dari berbagai variabel. Kami beranggapan bahwa variabel bebas (X) yang diukur atau dimanipulasi dapat memengaruhi perubahan pada variabel terikat (Y) yang kami amati.

- a. Variabel Bebas (X) : Kecemasan Sosial
- b. Variabel Terikat (Y) : *Alone together*

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi Penelitian

Dalam penelitian ini, populasi diartikan sebagai seluruh kelompok yang menjadi objek kajian. Menurut Sugiyono, populasi adalah kumpulan objek atau subjek yang memenuhi kriteria tertentu. Populasi yang menjadi perhatian dalam penelitian ini adalah semua mahasiswa yang masih aktif di UIN Antasari Banjarmasin pada tahun 2022. Peneliti telah merumuskan kriteria khusus untuk memilih responden yang akan berpartisipasi dalam penelitian tersebut.

- a. Berstatus mahasiswa aktif UIN Antasari Banjarmasin.
- b. Mahasiswa angkatan 2022

- c. Sudah aktif menggunakan aplikasi *Instagram* minimal 6 bulan.
- d. Bersedia menjadi responden.

Populasi mahasiswa angkatan 2022 pada setiap fakultas dapat dilihat pada tabel 3.1 berikut.

Tabel 3.1 Populasi Mahasiswa Angkatan 2022

No.	Nama Fakultas	Jumlah
1	Tarbiyah dan Keguruan	879
2	Syariah	308
3	Ushuluddin dan Humaniora	283
4	Dakwah dan Ilmu Komunikasi	277
5	Ekonomi dan Bisnis Islam	250
Total		1.997

2. Sampel penelitian

Suharsimi Arikunto berpendapat bahwa sampel yang diambil dalam sebuah penelitian harus benar-benar mewakili populasi keseluruhan yang menjadi fokus dari studi. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode pengambilan sampel acak proporsional. Hal ini berarti setiap fakultas di perguruan tinggi tersebut memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih dalam sampel. Selain itu, jumlah sampel yang digunakan juga disesuaikan dengan ukuran populasi, mengikuti pedoman yang diusulkan oleh Arikunto.²

Sebanyak 300 mahasiswa dari angkatan 2022 di UIN Antasari Banjarmasin telah dipilih sebagai peserta dalam penelitian ini. Jumlah tersebut mewakili 15% dari total populasi mahasiswa angkatan yang sama. Mahasiswa yang terpilih memiliki karakteristik tertentu yang telah ditentukan sebelumnya oleh peneliti. Untuk memastikan representasi yang adil, jumlah

²Arikunto, Suharsimi. "prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek" (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2002), 10.

sampel akan dibagi rata ke setiap fakultas menggunakan perhitungan matematis.

$$\text{Proporsi per fakultas} = \frac{\text{populasi fakultas}}{\text{populasi angkatan}} \times \text{Kuota}$$

Dengan mengikuti rumus yang telah ada, kami telah memperoleh hasil perhitungan untuk sampel. Hasil tersebut kemudian ditampilkan dalam Tabel 3.2, yang menyajikan informasi yang jelas mengenai data sampel yang kami miliki.

Tabel 3.2 Jumlah Sampel Penelitian

No	Nama Fakultas	Populasi	Sampel
1	Tarbiyah dan Keguruan	879	132
2	Syariah	308	46
3	Ushuluddin dan Humaniora	283	42
4	Dakwah dan Ilmu Komunikasi	277	42
5	Ekonomi dan Bisnis Islam	250	38
		1.997	300

Berdasarkan tabel tersebut maka dapat diketahui bahwa sampel dalam penelitian ini sebesar 300 mahasiswa.

E. Data dan Sumber Data

1. Data

Informasi yang dikumpulkan oleh peneliti, baik dalam bentuk angka maupun data lainnya, dikenal sebagai data. Data kuantitatif yang berbentuk angka akan diproses dan dianalisis lebih lanjut dengan metode statistik. Penelitian ini secara spesifik meneliti pengaruh kecemasan sosial terhadap fenomena "*alone together*" (kesendirian di tengah keramaian) di kalangan

mahasiswa yang menggunakan *Instagram* di Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.

2. Sumber Data

Semua informasi yang diperlukan untuk penelitian ini berasal dari data yang telah kami kumpulkan. Data tersebut terbagi menjadi dua kategori utama: data yang kami kumpulkan sendiri dan data yang telah ada sebelumnya. Data yang kami kumpulkan sendiri diperoleh dari jawaban para responden terhadap pertanyaan-pertanyaan dalam kuesioner. Di sisi lain, data yang sudah ada sebelumnya diperoleh dari berbagai sumber tertulis, seperti hasil penelitian yang telah dilakukan, buku, jurnal ilmiah, skripsi, dan arsip-arsip yang berkaitan dengan topik penelitian ini.

F. Teknik Pengumpulan Data

Kami menerapkan kuesioner dalam penelitian ini sebagai metode pengumpulan data. Peserta diharuskan menjawab pertanyaan-pertanyaan yang ada dalam kuesioner dengan menggunakan skala Likert. Skala Likert dipilih karena dianggap paling efektif untuk mengukur tingkat kecemasan sosial serta perasaan kesepian meskipun berada di keramaian. Untuk menjangkau lebih banyak responden, kuesioner ini didistribusikan secara daring melalui *Google Form*.

G. Desain Pengukuran

Alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan informasi dalam suatu penelitian dikenal sebagai desain pengukuran. Tujuan utama desain ini adalah untuk mendapatkan data yang akurat dan dapat dipercaya. Penelitian ini menggunakan dua jenis skala, yaitu skala kecemasan sosial yang terdiri dari 18 pernyataan dan skala "*alone together*" yang memiliki 5 pernyataan. Kedua skala ini menggunakan format skala Likert dengan empat pilihan jawaban: Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, dan Sangat Tidak Setuju. Setiap pernyataan dalam skala tersebut mencerminkan aspek tertentu yang ingin diteliti.

Dalam upaya mencapai tujuan penelitian secara lebih sistematis dan terarah, studi ini akan mengimplementasikan skala pengukuran yang disarankan oleh para ahli di bidangnya. Skala ini terdiri dari berbagai dimensi yang dianggap penting untuk mengevaluasi variabel yang menjadi fokus penelitian.

1. Skala Kecemasan Sosial

Dimensi atau aspek yang diidentifikasi oleh LaGreca dan Lopez dapat berfungsi sebagai indikator dalam mengukur Kecemasan Sosial. Dalam hal ini, aspek-aspek tersebut digunakan untuk mengevaluasi seberapa besar kecemasan yang dirasakan seseorang saat berinteraksi dengan orang lain:³

³Annete M. La Greca dan Nadja Lopez, "Social Anxiety Among Adolescents: Linkages with Peer Relations and Friendships", *Journal of Abnormal Child Psychology*, Vol. 26, No. 2, (1998), 83-94

- a. Seseorang yang sangat peka terhadap pendapat orang lain. Mereka biasanya merasa cemas, takut, dan berpikir negatif mengenai pandangan orang lain terhadap diri mereka. Mereka lebih fokus pada diri sendiri dan bagaimana penampilan mereka di mata orang lain.
- b. Mengalami kesulitan saat berinteraksi dengan orang lain dalam situasi yang baru atau asing. Individu ini sering merasa canggung, malu, dan lebih suka menjauh dari situasi sosial yang tidak nyaman.
- c. Merasa tidak nyaman secara terus-menerus dalam berbagai interaksi sosial. Orang-orang ini sering kali merasa tidak diterima dan tidak sesuai dengan kelompok sosial manapun.

Dalam penelitian ini, tingkat kecemasan sosial peserta diukur menggunakan skala SAS-A. Skala tersebut diciptakan oleh La Greca dan Lopez pada tahun 1998 dan memiliki 18 pernyataan. Untuk menyesuaikan dengan konteks di Indonesia, Ayunda Riskadina melakukan adaptasi skala SAS-A ke dalam bahasa Indonesia pada tahun 2016. Setelah adaptasi dilakukan, skala tersebut telah diuji kembali untuk memastikan keandalannya. Hasil dari uji reliabilitas menunjukkan bahwa nilai koefisien *alpha* mencapai 0,927, yang menunjukkan bahwa skala ini sangat reliabel dalam mengukur kecemasan sosial.

Rincian lengkap mengenai struktur dan komponen skala kecemasan sosial dapat Anda temukan dalam Tabel 3.3 yang disajikan di bawah ini.

Tabel 3.3 Blueprint Skala Kecemasan Sosial

No.	Aspek	Indikator	Nomor Butir	Total Item
1	Ketakutan akan evaluasi negatif	a. Takut gerak-geriknya diperhatikan b. Merasa Malu dan dicemooh c. Evaluasi kemampuan sosial diri d. Khawatir akan dikritik oleh orang lain	2, 5, 8, 9, 10, 14, 15, 17	8
2	Penghindaran sosial dan distres pada situasi baru	a. Merasa cemas dan gelisah ketika harus berkomunikasi atau berinteraksi dengan individu yang belum dikenal. b. Merasa tidak nyaman dan canggung ketika berinteraksi secara dekat dengan orang lain. c. Cenderung menghindari tatapan langsung dengan orang lain saat berkomunikasi. d. Merasa cemas dan takut melakukan suatu tugas atau pekerjaan ketika ada orang lain yang memperhatikan.	1, 3, 4, 6, 11, 13	6
3	Penghindaran sosial dan distres pada situasi umum	a. Merasa tidak nyaman b. Sulit untuk bertanya c. Malu melakukan sesuatu	7, 12, 16, 18	4
Total				18

2. Skala *Alone together*

Saleh dan Pitriani (2018) melakukan pengukuran terhadap fenomena "*alone together*" dengan menggunakan indikator kesendirian yang dialami seseorang meskipun berada di kerumunan. Kesendirian ini timbul akibat

perhatian yang berlebihan terhadap dunia digital, sehingga individu sering kali mengabaikan lingkungan di sekitarnya.

Adapun blueprint skala *alone together* dapat dilihat pada tabel 3.4 berikut.

Tabel 3.4 Blueprint Skala *Alone together*

No	Aspek	Indikator	Nomor Butir	Total item
1	Perubahan sikap (Asyik sendiri)	a. <i>Addicted</i> (kecanduan) dengan media sosial b. Kepuasan menggunakan media sosial	1, 2, 3, 4, 5	5

3. Validitas dan Reliabilitas

Sebuah instrumen penelitian dianggap valid jika memenuhi dua persyaratan utama yang dijelaskan di bawah ini.

a. Uji Validitas

Untuk menilai kevalidan suatu alat ukur, perlu dilakukan uji validitas.⁴ Uji ini bertujuan untuk memastikan bahwa setiap pertanyaan atau pernyataan pada skala pengukuran benar-benar sesuai dengan konsep yang ingin dicapai. Salah satu perangkat lunak yang dapat digunakan untuk analisis validitas adalah SPSS Statistics 22, di samping penggunaan rumus yang ditentukan secara manual.

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[(N \sum x^2 - (\sum x)^2)][N \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

⁴Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*, 211.

Keterangan:

- r_{xy} : Koefisien korelasi product moment
 N : Jumlah subjek
 x : Jumlah skor item
 y : Jumlah skor total ⁵

b. Uji Reliabilitas

Untuk mengetahui seberapa baik alat ukur memberikan hasil yang konsisten dan dapat diandalkan, penting untuk melakukan pengujian reliabilitas. Pengujian ini melibatkan semua item pertanyaan dalam alat ukur tersebut dan dapat dilakukan dengan perangkat lunak statistik SPSS versi 22. Sebagai pilihan lain, kita juga bisa menggunakan rumus yang relevan untuk menghitung reliabilitas.

$$r_n = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

- r_n : Reliabilitas instrumen
 k : banyak butir pertanyaan
 σ_b^2 : varians total
 σ_t^2 : jumlah varian butir ⁶

⁵V. Wiratna Sujarweni dan Poly Endrayanto, *Statistika Untuk Penelitian* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2012), 177.

⁶Sujarweni dan Poly Endrayanto, 186.

H. Teknik Pengolahan Data

Pengolahan data memerlukan langkah-langkah yang spesifik pada setiap tipe penelitian, baik yang bersifat kualitatif maupun kuantitatif. Pada penelitian ini, terdapat beberapa metode yang biasanya diterapkan untuk mengolah data, yaitu:

1. Proses pengecekan ulang terhadap pertanyaan dan jawaban yang telah dibuat bertujuan untuk memastikan tidak ada kekeliruan yang dapat mempengaruhi hasil analisis.
2. Memberikan kode pada setiap jenis jawaban responden merupakan cara untuk mengelompokkan data, sehingga proses pemberian skor dapat dilakukan dengan lebih mudah dan sistematis.
3. Pemberian skor dilakukan dengan cara memberikan nilai pada setiap jawaban responden sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan sebelumnya.
4. Tabulasi merupakan proses pencatatan data hasil penelitian ke dalam bentuk tabel, di mana setiap data dikategorikan berdasarkan skor yang diperoleh.
5. Interpretasi data adalah proses pemberian makna atau arti terhadap data yang telah dianalisis, sehingga dapat diperoleh kesimpulan yang relevan.⁷

⁷M. Burhan Bungin, "*Metode Penelitian Kuantitatif: Komunikasi, Ekonomi dan Kebijakan Publik Serta Ilmu-Ilmu Sosial Lainnya*" (Depok: Prenadamedia Group, 2018), 175–178.

I. Teknik Analisis Data

Proses pengolahan data yang telah dikumpulkan disebut analisis data. Dengan mengelompokkan data ke dalam kategori tertentu, hal ini akan mempermudah pemahaman dan analisis.⁸ Dalam penelitian ini, metode regresi linier sederhana diterapkan untuk mengukur pengaruh kecemasan sosial terhadap perilaku "*alone together*" di kalangan mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin yang aktif menggunakan platform *Instagram*.⁹ Untuk mendukung analisis data, peneliti memanfaatkan perangkat lunak SPSS Statistics 22.

J. Prosedur Penelitian

Pada penelitian ini, penulis membagi tahapan menjadi 4 tahapan yang dilakukan dalam penelitian, sebagai berikut:

1. Tahapan Pendahuluan
 - a. Menyusun proposal penelitian skripsi dan melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing.
 - b. Melakukan seminar proposal penelitian skripsi.
2. Tahapan persiapan
 - a. Melakukan bimbingan secara berkala dengan dosen pembimbing untuk memperbaiki naskah skripsi yang sedang dikerjakan
 - b. Menentukan instrumen penelitian dan berkonsultasi dengan dosen pembimbing.
 - c. Membuat surat riset.

⁸Sugiyono, "Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D", 244.

⁹ Edi Riadi, "*Statistika Penelitian (Analisis Manual dan IBM SPSS)*" (Yogyakarta: CV. Andi Offset, 2016), 145.

3. Tahap pelaksanaan
 - a. Menyebar skala penelitian, karena skala yang dipakai pada penelitian ini adalah bentuk adaptasi, maka peneliti tidak melakukan uji coba skala sebelumnya.
 - b. Menyusun, menganalisis dan menginterpretasi data dengan bantuan aplikasi *SPSS Statistics*.
4. Tahap Analisis dan Penyusunan Laporan
 - a. Mengumpulkan data hasil analisis.
 - b. Berkonsultasi terkait penyusunan laporan hasil penelitian.
 - c. Membuat laporan hasil penelitian skripsi secara keseluruhan.
 - d. Uji plagiasi
 - e. Publikasi jurnal
 - f. Sidang munaqasah skripsi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora