

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional yaitu jenis penelitian yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara dua variabel serta arah dan kekuatan hubungan tersebut. (Azwar, 2017). Penelitian ini berfokus pada analisis data berbentuk angka yang diperoleh melalui proses pengukuran terstandar dan dianalisis menggunakan teknik statistik.

B. Identifikasi Variabel

Identifikasi variabel merupakan penjabaran secara jelas mengenai variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian, termasuk peran atau kedudukan masing-masing variabel dalam pengujian hipotesis yang dilakukan. (Azwar, 2017). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Variabel Independen (X)

Variabel independen adalah variabel yang berperan dalam menilai, memengaruhi, atau menentukan variabel lain, serta menjadi faktor penyebab munculnya variabel terikat (dependen). Variabel independen ini memiliki variasi yang berfungsi untuk memberikan pengaruh terhadap variable dependen (Azwar, 2017). Variabel independen pada penelitian ini adalah *Psychological well-being* yaitu kondisi kesejahteraan psikologis

individu yang mencakup enam aspek menurut Ryff (1989), yaitu *self-acceptance, positive relations with others, autonomy, environmental mastery, purpose in life, dan personal growth*.

2. Variabel Dependen (Y)

Variabel dependen adalah variabel yang nilainya dipengaruhi atau ditentukan oleh variabel lain, serta berfungsi sebagai hasil atau akibat dari keberadaan variabel lain (Azwar, 2017). Kemudian variabel dependen (Y) pada penelitian ini adalah *Social Comparison* yaitu kecenderungan individu untuk membandingkan dirinya dengan orang lain. Mengacu pada teori Festinger (1954), *Social Comparison* terdiri dari dua aspek utama, yaitu *ability comparison*, yang berkaitan dengan perbandingan kemampuan atau pencapaian, dan *opinion comparison*, yaitu perbandingan pendapat atau cara pandang dengan orang lain.

C. Definisi Operasional

Definisi operasional merujuk pada penjabaran variabel berdasarkan karakteristik atau ciri-ciri yang dapat diamati dan diukur secara empiris. Proses mengubah definisi konseptual yang bersifat teoritis menjadi bentuk yang dapat diukur secara nyata disebut sebagai operasionalisasi variabel dalam penelitian. (Azwar, 2017).

1. *Psychological Well-Being*

Psychological Well-Being atau kesejahteraan psikologis merupakan keadaan optimal individu dalam menjalani kehidupan secara sehat secara psikologis, yang mencakup kemampuan untuk menerima diri

sendiri, menjalin relasi sosial yang positif, bersikap mandiri, mengelola lingkungan secara efektif, memiliki arah hidup yang jelas, serta mengalami pertumbuhan pribadi secara berkelanjutan.

2. *Social Comparison*

Social Comparison atau perbandingan sosial merupakan kecenderungan individu untuk mengevaluasi diri dengan membandingkan kemampuan, pencapaian, atau karakteristik pribadinya dengan orang lain. Dalam konteks media sosial, *Social Comparison* sering kali muncul saat individu melihat unggahan teman sebaya yang menampilkan keberhasilan, gaya hidup, atau karya yang mendapatkan banyak apresiasi.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif Program Studi Desain Komunikasi Visual (DKV) Fakultas Seni Rupa dan Desain, Institut Seni Indonesia (ISI) Padang panjang.

Menurut Sugiyono (2017), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Populasi ini dipilih karena mahasiswa DKV memiliki aktivitas tinggi dalam menggunakan media sosial untuk membagikan karya, membangun branding diri, dan menampilkan identitas visual yang rentan terhadap fenomena *Social Comparison*

Adapun jumlah mahasiswa aktif Program Studi Desain Komunikasi Visual adalah sebagai berikut:

Tabel 3. 1 Jumlah Mahasiswa Aktif Program DKV

No.	Angkatan	Jumlah Mahasiswa
1.	2022	140 Orang
2.	2023	140 Orang
3.	2025	145 Orang
Total		425 Orang

Sumber: Data Program Studi DKV ISI Padang Panjang, Juni 2025

2. Sampel

Sampel merupakan sebagian dari populasi yang dijadikan sumber data penelitian (Arikunto, 2013). Teknik yang digunakan adalah *purposive sampling*, yaitu penentuan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang ditetapkan oleh peneliti. Adapun kriteria sampel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Mahasiswa aktif Program Studi Desain Komunikasi Visual (DKV) ISI Padang panjang.
- b. Menggunakan media sosial (Instagram, TikTok, atau Twitter) secara aktif minimal 1 jam per hari.
- c. Bersedia menjadi responden.

Jumlah sampel dalam penelitian ini dihitung menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan (e) sebesar 5%, sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1+Ne^2} = \frac{425}{1+425(0.05)^2} = \frac{425}{1.0625} \approx 206$$

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologi. Menurut Azwar (2017), terdapat beberapa karakteristik khas dari skala psikologi. Pertama, butir-butir dalam skala psikologi tidak secara langsung menanyakan atribut yang diukur, tetapi berupa pernyataan yang mencerminkan indikator perilaku dari atribut tersebut. Kedua, skala psikologi terdiri dari sejumlah item yang keseluruhan jawabannya akan digunakan untuk menarik kesimpulan mengenai atribut yang diteliti. Ketiga, respons yang diberikan oleh subjek tidak dinilai benar atau salah. Seluruh jawaban akan diterima sepanjang diberikan dengan jujur dan sungguh-sungguh. Skor yang dihasilkan merupakan representasi kuantitatif dari tingkat keberadaan atribut yang diukur.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan dua skala, yaitu Skala *Psychological Well-Being* dan Skala *Social Comparison* di Media Sosial. Skala *Psychological Well-Being* Skala ini terdiri dari 18 item yang mencerminkan enam aspek utama kesejahteraan psikologis, yaitu: penerimaan diri, hubungan sosial positif, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Sementara itu, Skala *Social Comparison* dimodifikasi dari INCOM (*Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure*) yang dikembangkan oleh Gibbons & Buunk (1999), dan telah

diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Amelia (2019). Skala ini terdiri dari 18 item yang mengukur kecenderungan individu membandingkan kemampuan dan opini dirinya dengan orang lain, khususnya dalam konteks media sosial.

Kedua skala tersebut disusun dalam bentuk kuesioner tertutup menggunakan skala Likert 5 poin, yaitu:

Tabel 3. 2 Penilaian Skala Likert

<i>Alternative Jawaban</i>	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Setuju	5	1
Setuju	4	2
Netral	3	3
Tidak Setuju	2	4
Sangat Tidak Setuju	1	5

1. Skala *Psychological Well-Being*

Skala *Psychological Well-Being* (PWB) yang digunakan dalam penelitian ini diadaptasi dari versi pendek skala Ryff yang telah disusun dan diuji oleh Humaidah & Mulyono (2025). Skala ini bertujuan untuk mengukur tingkat kesejahteraan psikologis individu melalui enam aspek utama, sesuai dengan teori yang dikembangkan oleh Ryff & Keyes (1995).

Skala terdiri dari 18 item pernyataan yaitu: penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*).

Tabel 3. 3 Blueprint Skala *Psychological Well-Being* Sebelum Uji Coba

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
<i>Self Acceptance</i>	Kemampuan menerima diri apa adanya	1, 2	5	3
<i>Positive Relations with Others</i>	Kemampuan untuk mengembangkan hubungan yang baik dengan orang lain	6	13, 16	3
<i>Autonomy</i>	Kemampuan untuk bersikap independen tanpa terpengaruh orang lain	17, 18	15	3
<i>Environmental Mastery</i>	Kemampuan untuk mengelola lingkungan sekitar	8, 9	4	3
<i>Purpose in Life</i>	Kemampuan untuk merencanakan dan mencapai tujuan hidup	3	7, 10	3
<i>Personal Growth</i>	Kemampuan individu untuk mengembangkan potensi diri	11, 12	14	3
Jumlah				18

2. Skala *Social Comparassion*

Skala *Social Comparison* adalah skala yang digunakan untuk mengukur kecenderungan individu dalam membandingkan dirinya dengan orang lain. Skala ini merupakan modifikasi dari skala *Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure* (INCOM) yang digunakan oleh Amelia (2019) dan disesuaikan dengan teori perbandingan sosial yang dikemukakan oleh Festinger (1954). Aspek-aspek dalam skala ini mencakup dua proses utama dalam perbandingan sosial, yaitu *ability comparison* dan *opinion comparison*.

Tabel 3. 4 Blueprint Skala Social Comparasion Sebelum Uji Coba

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
<i>Opinion Comparison</i>	Membandingkan pendapat pribadi dengan orang lain di media sosial	3,7,17	6	4
	Memperhatikan cara berpikir pribadi dengan orang lain di media sosial	4,11	18	3
<i>Ability Comparison</i>	Melihat orang lain dari segi kompetensi di media sosial	1,2,5,	8, 10	5
	Membandingkan Kemampuan (Skill) dengan	9,12	13	3

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
	orang lain di media sosial			
	Melihat orang lain dari segi popularitas di media Sosial	14, 16	15	3
Total				18 Aitem

F. Uji Instrumen Penelitian

1. Jenis Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner tertutup, yang terdiri atas dua bagian, yaitu Skala *Psychological Well-Being* (PWB). dan Skala *Social Comparison* Kedua skala diadaptasi dan dimodifikasi dari penelitian terdahulu. Setiap item pada kedua skala diukur menggunakan skala Likert 5 poin.

2. Uji Validitas

Validitas sebagai alat ukur merupakan aspek utama yang harus diperhatikan dalam menilai kualitas suatu tes (Azwar, 2017:135). Validitas mengacu pada sejauh mana hasil pengukuran dapat dianggap layak, bermakna, dan bermanfaat untuk membuat kesimpulan tertentu berdasarkan skor tes yang diperoleh. Penelitian ini menggunakan uji validitas isi, yaitu sejauh mana suatu item dapat mengukur secara tepat apa yang akan diukur. Validitas isi dinilai melalui analisis logika yang dilakukan oleh *expert judgment* yaitu seorang ahli di bidang psikologi. Adapun yang menjadi *expert judgment* dalam penelitian skala yang sudah di modifikasi oleh

peneliti adalah: Rahman Pranovri Putra., M.Psi, dan Dr. Reza Fahmi, S. Sos, MA yang merupakan dosen di jurusan Psikologi Islam UIN Imam Bonjol Padang. Setelah dilakukan penilaian *oleh expert judgment*, hasil yang didapatkan diolah dengan menggunakan rumus Aiken's V. Adapun hasil yang didapatkan setelah menggunakan rumus Aiken's V yaitu pada skala *Psychological Well-Being* dan *Social Comparison* dinyatakan valid karena tidak ditemukannya aitem yang gugur.

a. Hasil Uji Coba Skala *Psychological Well-Being*

Uji coba dilakukan terlebih dahulu sebelum alat ukur digunakan untuk melihat validitas dan reliabilitas alat ukur, sehingga aitem-aitem yang digunakan benar-benar layak untuk mengukur indikator perilaku yang hendak di ungkap. Uji coba skala penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 03 Januari 2026 pada 30 Mahasiswa Program Studi Desain Komunikasi Visual (DKV) Universitas Negeri Padang.

Tabel 3. 5 Blueprint Skala *Psychological Well-Being* Setelah Uji Coba

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
<i>Self Acceptance</i>	Kemampuan menerima diri apa adanya	1, 2	5	3
<i>Positive Relations with Others</i>	Kemampuan untuk mengembangkan hubungan yang baik dengan orang lain	*6	13, 16	2

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
<i>Autonomy</i>	Kemampuan untuk bersikap independen tanpa terpengaruh orang lain	17, 18	15	3
<i>Environmental Mastery</i>	Kemampuan untuk mengelola lingkungan sekitar	8, 9	*4	2
<i>Purpose in Life</i>	Kemampuan untuk merencanakan dan mencapai tujuan hidup	3	7, 10	3
<i>Personal Growth</i>	Kemampuan individu untuk mengembangkan potensi diri	11, 12	14	3
Jumlah				16

Keterangan: *Item Gugur

Berdasarkan hasil uji coba tersebut, dinyatakan bahwa 16 item lolos dengan nilai indeks $\geq 0,250$ termasuk daya beda item yang baik dan diterima. Sementara 2 item lainnya yaitu dengan nomor 4 dan 6 dinyatakan gugur karena $\leq 0,250$ termasuk daya beda itemnya rendah dan tidak disarankan.

b. Hasil Uji Coba Skala *Social Comparison*

Tabel 3. 6 Blueprint Skala Social Comparasion Setelah Uji Coba

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
<i>Opinion Comparison</i>	Membandingkan pendapat pribadi dengan orang lain di media sosial	3,7,17	*6	3
	Memperhatikan cara berpikir pribadi dengan orang lain di media sosial	4,11	18	3
<i>Ability Comparison</i>	Melihat orang lain dari segi kompetensi di media sosial	1,2,5,	*8, *10	3
	Membandingkan Kemampuan (Skill) dengan orang lain di media sosial	9,12	*13	2
	Melihat orang lain dari segi popularitas di media Sosial	14, 16	15	3
Total				14 Item

Keterangan: *Item Gugur

Berdasarkan hasil uji coba tersebut, dinyatakan bahwa 14 item lolos dengan nilai indeks $\geq 0,250$ termasuk daya beda item yang baik dan diterima. Sementara 4 item lainnya yaitu dengan nomor 6,8,10 dan 13

dinyatakan gugur karena $\leq 0,250$ termasuk daya beda itemnya rendah dan tidak disarankan.

3. Reliabilitas

Reliabilitas memusatkan perhatian pada masalah konsistensi, Reliabilitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana alat ukur mempunyai konsistensi yang relatif tetap pada saat dilakukan pengukuran ulang pada subjek yang sama. Semakin tinggi koefisien korelasinya maka menunjukkan Tingkat reliabilitas yang semakin baik. Pada umumnya, reliabilitas dianggap memuaskan apabila koefisiennya mencapai 0,900 dan skor 0,800 atau 0,85 dinilai sudah bagus untuk dijadikan alat ukur (Azwar, 2015:181). Peneliti melakukan uji reliabilitas pada item-item yang lolos dalam uji coba sehingga layak digunakan dalam penelitian. Hasil uji reliabilitas skala *Psychological Well-Being* memiliki nilai cronbach's alpha 0,7385. Sementara itu, hasil uji reliabilitas pada skala *Social Comparison* memiliki nilai cronbach's alfab 0,800. Kriteria reliabilitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. 7 Interpretasi Reliabilitas

Koefisien Korelasi	Kriteria Reliabilitas
>0,60	Tidak dapat di terima
0,60-0,65	Dapat diterima namun kurang memuaskan

0,65-0,70	Dapat diterima secara minimal
0,70-0,80	Dapat diterima
0,90	Sangat baik

Berikut hasil uji reliabilitas skala *Psychological Well-Being* dan skala *Social Comparison* menggunakan SPSS 27 for windows:

Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas Skala *Psychological Well-Being*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,785	16

Tabel 3. 9 Hasil Uji Reliabilitas Skala *Social Comparison*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,800	14

G. Analisis Data

Data dalam penelitian ini dianalisis secara kuantitatif dengan bantuan perangkat lunak *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 30. Analisis ini dilakukan untuk menguji hipotesis dan menjawab rumusan masalah yang telah dirumuskan sebelumnya, dengan serangkaian tahapan pengujian statistik sebagai berikut:

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk memastikan bahwa data dari sampel penelitian mengikuti distribusi normal, sehingga memenuhi syarat untuk dilakukan analisis statistik parametrik. Normalitas data penting untuk menjamin validitas hasil uji korelasi.

Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan dengan metode One Sample Kolmogorov-Smirnov Test, dengan kriteria sebagai berikut:

Jika nilai signifikansi (p) $> 0,05$, maka data berdistribusi normal.

Jika nilai signifikansi (p) $\leq 0,05$, maka data tidak berdistribusi normal.

Uji ini dilakukan terhadap skor total kedua variabel, yaitu *Psychological Well-Being* dan *Social Comparison* di media sosial, untuk memastikan bahwa analisis korelasi dan regresi dapat dilakukan secara parametrik. (Priyatno, 2012)

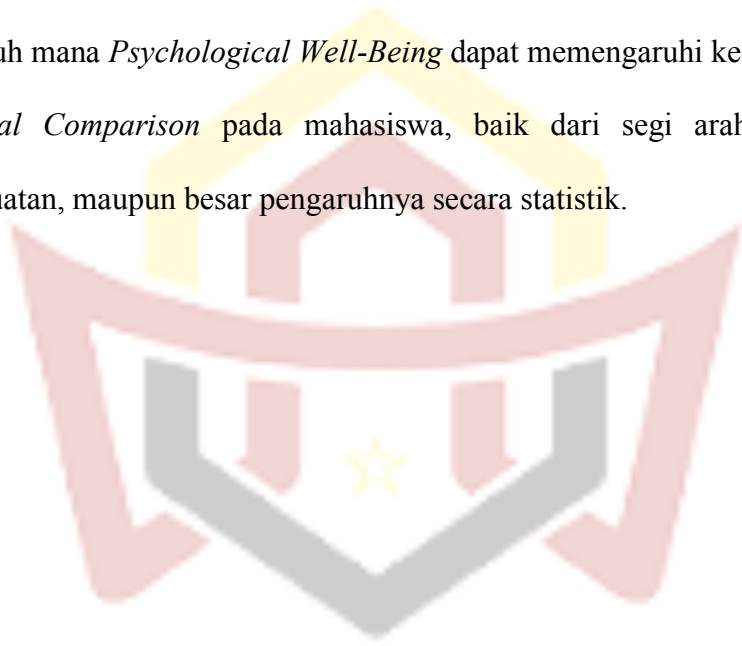
2. Uji Linearitas

Setelah diketahui distribusi data, langkah berikutnya adalah melakukan uji linearitas untuk memastikan bahwa hubungan antara variabel independen dan dependen membentuk pola linier. Uji ini penting karena salah satu asumsi dasar dalam analisis korelasi dan regresi linear adalah hubungan antara variabel bersifat linier. Hasil uji linearitas akan menentukan kelayakan penggunaan uji korelasi Pearson dan regresi linear dalam analisis data selanjutnya.

3. Uji Hipotesis

Setelah seluruh asumsi dasar terpenuhi, maka dilakukan pengujian terhadap hipotesis penelitian, yaitu dugaan adanya hubungan antara *Psychological Well-Being* dengan *Social Comparison* di media sosial pada mahasiswa DKV ISI Padang panjang.

Melalui analisis ini, akan diperoleh gambaran menyeluruh mengenai sejauh mana *Psychological Well-Being* dapat memengaruhi kecenderungan *Social Comparison* pada mahasiswa, baik dari segi arah hubungan, kekuatan, maupun besar pengaruhnya secara statistik.



UIN IMAM BONJOL
PADANG