

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Sugiono (2018) menjelaskan bahwa variabel adalah sesuatu yang didefinisikan dalam berbagai bentuk oleh peneliti untuk tujuan diteliti dan mendapatkan hasil. Dalam penelitian ini, peneliti akan mengkaji variabel-variabel menggunakan alat atau metode penelitian. Selain itu, peneliti akan melakukan analisis untuk menemukan hubungan antara dua variabel. Identifikasi variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

Variabel terikat (Y) : Kecenderungan perilaku *self diagnosis*.

Variabel bebas (X) : Literasi kesehatan mental.

B. Definisi Operasional

Dalam penelitian ini, disusun definisi operasional guna untuk mengklarifikasi variabel-variabel yang terkait dan memahami istilah-istilah dalam penelitian ini.

1. Literasi kesehatan mental

Pengetahuan tentang kesehatan mental mengacu pada pemahaman dan keyakinan Generasi Z, yang aktif di media sosial, tentang gangguan kesehatan mental. Ini termasuk kemampuan untuk mengenali gejala dari suatu gangguan, mengelolanya, mencegah masalah kesehatan mental, memahami faktor risiko, dan memiliki akses ke informasi yang berkaitan dengan perlindungan kesehatan mental pengetahuan tentang kesehatan mental dapat dinilai, baik untuk diri sendiri maupun orang lain. Dari

sudut pandang kemampuan pemahaman pengguna media sosial Generasi Z tentang gangguan mental, dari sudut pandang keyakinan bahwa gangguan tersebut ditangani oleh para profesional, dan dari sudut pandang sikap terhadap perilaku yang mendukung kesehatan mental. Pengetahuan kesehatan mental diukur melalui Survei Informasi Kesehatan Mental (*MHKQ*).

2. Kecenderungan perilaku *self diagnosis*

Tindakan kecenderungan perilaku mendiagnosis diri sendiri adalah upaya individu untuk mendiagnosis diri sendiri karena berbagai alasan seperti merasakan ketakutan atau kecemasan. Dalam proses ini, mereka melakukan tes dengan informasi yang mereka kumpulkan secara independen dari berbagai sumber seperti teman, keluarga, dan internet, serta berdasarkan pengalaman pribadi mereka. Tindakan perilaku mendiagnosis diri sendiri mencakup dimensi alasan yang menggambarkan keadaan khusus yang menyebabkan seseorang melakukan diagnosa dan mencari solusi ketika merasakan suatu masalah; dimensi metode yang dirancang secara sistematis untuk mencapai tujuan yang diinginkan; dan dimensi efek yang menggambarkan perubahan atau hasil yang diperoleh dari suatu tindakan. Perilaku diukur dengan skala kecenderungan perilaku *self diagnosis*.

C. Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan metode pengambilan sampel yang sengaja dengan teknik pengambilan sampel *non-probability* dengan pendekatan *purposive* sampling. Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengambilan sampel yang sengaja karena populasi dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan (Pricen & Santosa, 2023). Populasi penelitian ini adalah pengguna media sosial Generasi Z. Kriteria pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini meliputi:

1. Generasi Z dengan rentang kelahiran tahun 1997-2012.
2. Berjenis kelamin Laki-laki dan Perempuan.
3. Merupakan pengguna internet dan media sosial.

D. Metode Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, metode kuantitatif yang didefinisikan sebagai proses pengumpulan data dalam bentuk angka telah digunakan. Azwar (2017) menjelaskan bahwa metode kuantitatif adalah pendekatan yang dapat diterapkan dalam penelitian yang berkaitan dengan angka. Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan suatu pengukuran yang dibentuk dalam bentuk formulir Google atau *google form* dan distribusinya dilakukan secara daring. Data diperoleh melalui alat ukur yang digunakan peneliti kemudian akan dianalisis secara statistika. Pengumpulan data dari variabel *mental health literacy* diambil dengan menggunakan *mental health knowledge questionnaire* (MHKQ). sedangkan

untuk variabel kecenderungan perilaku *self diagnosis* diambil menggunakan skala kecendrungan perilaku *self diagnosis*.

1. Skala Kecenderungan perilaku *self diagnosis*

Penelitian ini menggunakan alat ukur kecenderungan perilaku *self-diagnosis* yang dirancang dan dikembangkan oleh Tumada (2024), dengan merujuk pada teori-teori Ahmed dan Stephen (2017) serta aspek-aspek terkait lainnya. Dalam alat ukur ini, peneliti telah melakukan perubahan untuk mendapatkan alat ukur yang lebih akurat dan efektif sesuai dengan kebutuhan penelitian. Alat ukur ini memiliki tiga faktor: sebab, metode, dan dampak. Item-item dalam alat ukur ini dirancang berdasarkan faktor-faktor *self-diagnosis*. Skala ini menggunakan skala *likert* dengan lima pilihan jawaban. Sebelum dilakukan uji coba, peneliti akan melakukan pengujian validitas menggunakan *Aiken's V* terhadap skala tersebut.

Tabel 3. 1 Skor Skala Likert

Kategori Jawaban	Favourable	Unfavourable
Sangat Sesuai (SS)	5	1
Sesuai (S)	4	2
Netral (N)	3	3
Tidak Sesuai (TS)	2	4
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	5

Tabel 3. 2 Blue Print Kecenderungan perilaku *Self Diagnose*

No	Aspek	Indikator	No Aitem		Jumlah
			F	UF	
1.	<i>Cause</i>	Mengalami sebuah permasalahan dalam diri.	1, 3, 4	2	4
		Berusaha mencari solusi dalam menghadapi masalah	5, 6, 8	7	4
2.	<i>Methods</i>	Mencoba berbagai macam cara untuk menyelesaikan masalah	9, 11, 12	10	4
		Melihat cara penanganan terdahulu kasus	13, 14, 15	16	4
3.	<i>Effect</i>	Menghasilkan suatu perubahan	17, 18, 19	20	4
		Mendapatkan cara menyelesaikan dalam menghadapi masalah	21,22,23, 24		4
TOTAL					24

2. Skala literasi kesehatan mental

Penelitian ini menggunakan kuesioner literasi kesehatan mental (*MHKQ*) sebagai alat ukur yang disesuaikan berdasarkan penelitian Atallah (2025) dengan merujuk pada teori-teori Jorm (2000) serta aspek-aspek terkait lainnya. Para peneliti telah melakukan penyesuaian untuk mendapatkan alat ukur yang lebih tepat dan efektif guna memenuhi kebutuhan studi, dan tetap mempertahankan kerangka teoretis dari skala asli. Item-item dalam skala ini akan disesuaikan dengan merujuk pada indikator yang ada sesuai dengan kebutuhan para peneliti. Skala ini menggunakan skala *guttman* dengan pilihan jawaban Benar dan Salah. Sebelum dilakukan uji coba alat ukur, skala ini akan diuji validitasnya menggunakan *Aiken's V*.

Tabel 3. 3 Blue Print Literasi Kesehatan Mental

No.	Aspek	No. Aitem		Jumlah
		F	UF	
1.	<i>Knowledge</i>	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 9	8, 10	10
2.	<i>Belief</i>	12	11, 13, 14, 15, 16, 17	7
3.	<i>Attitude</i>	18, 19, 20, 23	21, 22, 24	7
Total				24

Tabel 3. 4 Kunci Jawaban Skala Literasi Kesehatan Mental

No Aitem	Skor	
	Ya	Tidak
1,2,3,4,5,6,7,8,9,12,18,19,20,23	1	0
10,11,13,14,15,16,17,21,22,24	0	1

E. Metode Analisis Data

Dalam penelitian ini, data yang dikumpulkan akan diproses dan dianalisis menggunakan perangkat lunak SPSS versi 25.0 karena penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, sehingga data akan dianalisis secara statistik. Selanjutnya, sebagai metode analisis data, peneliti akan menggunakan teknik korelasi. Sugiyono (2022) menjelaskan bahwa teknik korelasi berkaitan dengan penelitian yang memiliki hubungan antara dua atau lebih variabel. Metode ini dipilih karena cocok dengan tujuan penelitian untuk menguji keterkaitan antara literasi kesehatan mental dan kecenderungan perilaku *self diagnosis*.

Uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas, dilakukan untuk menentukan jenis uji hipotesis yang paling tepat digunakan untuk uji hipotesis parametrik atau uji hipotesis non-parametrik. Pada penelitian ini,

uji korelasi dilakukan menggunakan metode *Spearman rank* untuk mengidentifikasi hubungan atau menguji hipotesis antara dua variabel, terutama ketika data kedua variabel tersebut berbentuk interval atau rasio dan berasal dari dua sumber variabel yang berbeda (Sugiyono, 2018). Oleh karena itu, variabel literasi kesehatan mental dan variabel kecenderungan perilaku *self diagnosis* diidentifikasi.

1. Uji Asumsi

a) Uji Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan untuk menentukan apakah data yang diperoleh mengikuti distribusi normal (Sihotang, 2023). Dalam studi ini, peneliti menggunakan uji normalitas *One Sample Kolmogorov-Smirnov* dan perhitungan dilakukan dengan dukungan SPSS untuk Windows 25. Jika nilai signifikansi (sig) kurang dari 0,05, data tidak terdistribusi normal, jika nilai sig lebih besar dari 0,05, data terdistribusi normal dijelaskan (Sihotang, 2023).

b) Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk menentukan apakah hubungan antara variabel independen dan variabel dependen mengikuti pola linear (Sihotang, 2023). Proses pengujian linearitas dilakukan dengan memeriksa nilai F yang dihitung menggunakan fitur pengujian linearitas di aplikasi SPSS. Jika nilai F yang dihitung lebih kecil dari nilai F tabel, atau nilai probabilitas lebih kecil dari tingkat

signifikansi ($0.05 < \text{Sig}$), maka hubungan antara variabel dapat dianggap linear (Sahir, 2021).

2. Uji Hipotesis

Penelitian ini menggunakan metode pengujian hipotesis yaitu uji korelasi *rank spearman*. Menurut Sugiyono (2022), uji ini digunakan untuk mencari hubungan antara dua variabel dan membuktikan hipotesis yang berkaitan dengan hubungan kedua variabel tersebut. Uji *rank spearman* akan digunakan karena metode statistik nonparametrik yang tidak memerlukan asumsi distribusi normal pada data. Uji ini cocok digunakan ketika hubungan antar dua variabel tidak memenuhi uji asumsi normalitas atau data tidak terdistribusi normal. Selain itu, uji *rank Spearman* mengukur kekuatan dan arah hubungan antara dua variabel yang biasanya datanya kuantitatif dengan distribusi yang tidak normal. Oleh karena itu, uji ini menjadi alternatif yang tepat karena tidak mengasumsikan adanya hubungan linear dan dapat digunakan untuk data yang tidak memenuhi asumsi parametrik (Sugiyono, 2022).

F. Kredibilitas

1. Validitas

Menurut Azwar (2021), validitas adalah sejauh mana instrument mampu menjalankan fungsi pengukurannya. tingkat akurasi dalam melakukan fungsi pengukuran alat ini adalah mengukur hal-hal yang benar-benar perlu diukur. Dalam penelitian ini, validitas isi dilakukan menggunakan *Aiken's v* untuk menilai kesesuaian butir-butir tes (Azwar,

2021). Para ahli telah mengevaluasi dengan memberikan penilaian antara 1 (tidak sesuai sama sekali) hingga 5 (sangat sesuai). Rumus *Aiken's V* yang digunakan memproses data sebagai berikut:

$$V = \frac{\sum s}{[n(c - 1)]}$$

$$s = r - l_0$$

l_0 = Angka penilaian validitas yang terendah

c = Angka penilaian validitas yang tertinggi

r = Angka yang diberikan oleh penilai

2. Reliabilitas

Menurut Azwar (2021), reliabilitas adalah tingkat di mana alat ukur menghasilkan nilai yang konsisten ketika digunakan kembali dalam kondisi serupa, menggambarkan konsistensi dan stabilitas hasil pengukuran. Penelitian ini menggunakan penilaian uji reliabilitas yang terlihat dari hasil analisis menggunakan *Cronbach Alpha*, dan nilai-nilai ini bervariasi dari 0,00 hingga 1,00. Nilai reliabilitas ideal untuk setiap tes seharusnya memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,8 (Azwar, 2021).

3. Indeks daya diskriminasi

Indeks daya diskriminasi suatu item mengacu pada seberapa baik item tersebut dapat membedakan antara individu atau kelompok yang memiliki karakteristik yang diukur dan yang tidak memilikinya (Azwar, 2021). Untuk pemilihan item, seringkali digunakan ambang minimum $\geq 0,30$ berdasarkan hubungan antara skor total dan item. Jika jumlah item

dengan koefisien hubungan 0,30 atau lebih melebihi jumlah item yang diharapkan dalam pengukuran, maka item dengan daya pembeda tertinggi dapat dipilih (Azwar, 2021).

G. Rancangan Penelitian

1. Desain Penelitian

Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif yang menitikberatkan pada data statistik. Metode tersebut dipilih secara teliti guna mengatasi permasalahan penelitian dengan melakukan pengukuran yang tepat terhadap variabel dalam objek studi, sehingga hasilnya dapat digeneralisasikan tanpa tergantung pada waktu, lokasi, atau kondisi tertentu. Menurut Sugiyono (2020), metode kuantitatif merupakan pendekatan yang berlandaskan pada filosofi positivisme dan sering menggunakan teknik pengambilan sampel acak untuk meneliti populasi atau sampel tertentu. Data dikumpulkan menggunakan alat penelitian dan kemudian dianalisis dengan metode kuantitatif atau statistik untuk menguji hipotesis yang telah dibuat. Selain itu, penelitian ini juga menerapkan metode kuantitatif untuk menguji hubungan antara variabel kesehatan mental dan variabel kecenderungan perilaku diri diagnosis. (Sugiyono, 2020).

2. Prosedure penelitian

a) Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan ini, peneliti akan menentukan masalah yang akan diteliti. Selanjutnya, peneliti akan menentukan topik sesuai

dengan kriteria penelitian ini. Setelah itu, peneliti akan menentukan dan menyiapkan alat penelitian yang akan digunakan, serta akan mendapatkan izin yang diperlukan untuk melakukan penelitian. Peneliti akan melakukan wawancara dan observasi terkait perilaku pengenalan diri.

b) Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan penelitian ini dimulai dengan melakukan uji coba alat pada serangkaian individu dari generasi Z untuk menilai validitas dan reliabilitas dari ukuran yang digunakan. Skala dapat digunakan apabila terbukti memiliki validitas dan reliabilitas yang dapat diterapkan berdasarkan analisis statistik yang dilakukan melalui uji coba. Pengujian alat ukur bertujuan untuk menilai sejauh mana alat tersebut valid dan reliabel. Setelah hasil analisis dari uji coba awal diperoleh, peneliti akan melanjutkan proses pengumpulan data dengan menggunakan *Google Form*. Hal ini akan memudahkan distribusi kepada objek penelitian. Pada tahap ini, para partisipan akan diminta untuk mengisi formulir persetujuan untuk berpartisipasi yang telah disiapkan dan kemudian akan diminta untuk menilai setiap pertanyaan dalam *Google Form*.

c) Tahap pengolahan

Tahap pengolahan data dalam penelitian ini adalah tahap di mana peneliti akan melakukan pengolahan data statistik dengan bantuan

SPSS 25. Selanjutnya, peneliti akan menganalisis hasil dan menyiapkan diskusi berdasarkan hasil analisis data.

d) Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dari penelitian ini, setelah menganalisis hasil dan membuat diskusi, peneliti akan menarik kesimpulan dan memberikan rekomendasi berdasarkan temuan penelitian.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA