

Hubungan Penggunaan Media Sosial dan Tingkat Kepuasan Hidup

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Paradigma Penelitian

Pada era globalisasi seperti saat ini perkembangan teknologi memiliki peran penting dalam setiap bidang usaha maupun jasa, hal itu disebabkan karena perkembangan teknologi dinilai mampu mempengaruhi setiap sisi dan sudut kehidupan di masyarakat. Perkembangan teknologi ini ditandai dengan kehidupan yang serba menggunakan teknologi canggih, dimulai dari perkembangan teknologi pada peralatan-peralatan untuk rumah tangga, industri, perkantoran hingga perkembangan teknologi pada peralatan komunikasi dan informasi yang dinilai mempunyai pengaruh sangat tinggi pada kehidupan dunia termasuk di Indonesia sebagai negara yang sedang berkembang.

Dalam perkembangannya, teknologi saling berpengaruh pada perkembangan komunikasi dalam setiap lapisan kehidupan. Pada hakikatnya komunikasi adalah inti hubungan sosial. Pada umumnya, proses percepatan media informasi, sebagai bagian dari dampak perkembangan teknologi dan komunikasi tidak diimbangi dengan pemahaman dan kesiapan masyarakat bangsa, termasuk di Indonesia. Meskipun secara fakta dan realitasnya bahwa semua orang membutuhkan informasi tapi tidak semua informasi benar adanya atau dapat ditafsirkan dengan baik. Salah satu bentuk aplikasi dari perkembangan media adalah dengan maraknya penggunaan *Social Media*.

Menurut data HootSuite (We Are Social) di awal tahun 2022, mencatat pengguna media sosial di dunia hampir mencapai 4.62 miliar pengguna, yang berarti mendapatkan tambahan 424 juta pengguna dari tahun sebelumnya. Di Indonesia, terdapat 21 juta pengguna baru, naik sekitar 12.6% dari tahun sebelumnya. Tercatat pengguna aktif media sosial di Indonesia sebanyak 68,9% dari populasi, atau sebanyak 191.4 juta (Kemp, 2022). Meskipun adanya kenaikan pengguna media sosial di Indonesia dari tahun sebelumnya, durasi penggunaan media sosial menurun. Berdasarkan data dari Global Web Index, rata-rata durasi saat mengakses media sosial pada tahun 2018 ialah selama 203 menit, sedangkan pada tahun 2019 menurun menjadi 195 menit. Hal tersebut dikarenakan pengguna media sosial sudah lebih memperhatikan banyaknya waktu yang digunakan saat mengakses media sosial (Duarte, 2019). Rata-

rata pengguna media sosial pada tahun 2022 menghabiskan waktu untuk menggunakan media sosial antara 60 – 180 menit. Ketika penggunaan media sosial menurun, maka kepuasan hidup akan meningkat, dan ketika penggunaan media sosial meningkat, kepuasan hidup akan menurun (Orben & Przybylski, 2019).

Kepuasan hidup merupakan proses kognitif atau penilaian terhadap kualitas hidup seseorang, seberapa puas individu tergantung akan standar yang ditetapkan dalam perbandingan. (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985). Disebut sebagai kepuasan hidup ketika individu melakukan evaluasi kognitif pada kehidupan pribadinya berdasarkan standar yang ia tetapkan sendiri. Penilaian kepuasan hidup jika didasarkan pada kapasitas pribadi, maka akan menghasilkan evaluasi yang tepat. Tetapi penilaian berdasarkan standar ideal tidak hanya dari diri sendiri tetapi juga hasil dari perbandingan sosial dengan orang lain.

B. Pendekatan dan Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Metode deskriptif ini melibatkan pengumpulan data untuk menguji hipotesis atau menjawab pertanyaan tentang pendapat seseorang atas sebuah isu. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang didasarkan pada pengumpulan dan analisis data berbentuk angka (numerik) untuk menjelaskan, memprediksi, dan mengontrol fenomena yang diminati. Penelitian kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerikal yang diolah dengan metode statistik. Dengan metode kuantitatif akan diperoleh signifikansi hubungan antar variabel.

C. Metode Operasionalisasi Konsep

Definisi operasional adalah penentuan konstruk atau sifat yang akan dipelajari sehingga menjadi variabel yang dapat diukur (Sugiyono, 2012). Definisi operasional menjelaskan cara tertentu yang digunakan untuk meneliti dan mengoperasikan konstruk, sehingga memungkinkan bagi peneliti yang lain untuk melakukan replika pengukuran dengan cara yang sama atau mengembangkan cara pengukuran konstruk yang lebih baik.

Dalam penelitian kuantitatif ini dapat diketahui hubungan antara pengguna media sosial dan tingkat kepuasan hidup mereka. Dapat ditarik beberapa variabel yang digunakan :

1. Variabel independen (x)

Variabel independen yaitu variabel yang memberi pengaruh terhadap variabel dependen atau variabel terikat. Menurut Sugiyono (2019:61) variabel independen adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau

timbulnya *maouth* dan fasilitas. Variable independent pada penelitian ini adalah penggunaan media sosial.

2. Variable dependen (y)

Menurut Sugiyono (2019:39) Variable dependen sering disebut sebagai variable output, kriteria, dan konsukuen. Dalam Bahasa Indonesia sering disebut dengan variable terikat. Variable terikat merupakan variael yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat adanya variable bebas. Variable dependen pada penelitian ini adalah tingkat kepuasan hidup.

Tabel 1
Operasionalisasi Variabel

Konsep variabel	Dimensi	Indikator	Ukuran	Sumber
Teori media sosial : Konsep yang mencakup pengembangan dan pengujian teori-teori yang menjelaskan berbagai aspek penggunaan media sosial. Misalnya teori “Uses and Gratification” yang dikembangkan oleh Katz, Blumler, dan Gurevitch. Sebuah teori komunikasi yang menggambarkan bagaimana individu aktif memilih media dan menggunakan media tersebut untuk memenuhi kebutuhan dan tujuan pribadi mereka. Teori ini tidak hanya mempertimbangkan apa yang media lakukan terhadap individu, tetapi juga apa yang individu lakukan dengan media.	1. Kebutuhan (needs)	a. kebutuhan informasi	a. tingkat penggunaan media untuk mendapat informasi berita atau topik tertentu.	a. data penelitian
		b. kebutuhan hiburan	b. seberapa besar pemanfaatan media sosial sebagai sarana hiburan	b. data penelitian
		c. kebutuhan interaksi sosial	c. tingkat kegunaan media sosial sebagai sarana berinteraksi	c. data penelitian
	2. pemuasan kebutuhan (gratification)	a. pemuasan kebutuhan sosial	a. tingkat kegunaan media sosial untuk berinteraksi	a. data penelitian
		b. pemuasan kebutuhan untuk informasi	b. seberapa besar media sosial berperan memberi informasi	b. data penelitian

Skala kepuasan hidup (Life Satisfaction Scale) merupakan skala yang dikemukakan oleh Ed Diener. Skala ini adalah alat yang digunakan untuk mengukur tingkat kepuasan hidup seseorang.	1. kesejahteraan psikologis	a. Kepuasan terhadap diri sendiri b. Perasaan positif yang terkait kesejahteraan mental	a. ukuran kepuasan terhadap penggunaan media sosial b. tingkat perasaan positif yang muncul saat bermedia sosial	a. data penelitian b. data penelitian
---	-----------------------------	--	---	--

D. Metode Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan. Metode pengumpulan data dalam penelitian kuantitatif melibatkan pengumpulan informasi yang dapat diukur dan dianalisis secara statistik. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Wawancara

Dalam penelitian ini, peneliti akan melakukan wawancara terstruktur kepada sejumlah masyarakat untuk mengumpulkan informasi dari responden yang relevan dengan penelitian. Wawancara ini melibatkan beberapa pertanyaan yang sudah dipersiapkan sebelumnya dan ditujukan kepada sejumlah responden yang representative. Jawaban dari hasil wawancara tersebut kemudian dikumpulkan dan diubah menjadi data kuantitatif yang dapat dianalisis secara spesifik.

2. Kuesioner (angket)

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Dalam penelitian ini, penulis menggunakan kuesioner kepada sebagian masyarakat untuk mencari data langsung dari anggota yang diambil sebagai sampel Metode Pengujian Data.

E. Metode Analisis Data

Setelah data tersebut dikumpulkan, kemudian data tersebut dianalisis dengan menggunakan teknik pengelolaan data. Analisis data yang digunakan oleh penulis

dalam penelitian ini bertujuan untuk menjawab pertanyaan yang tercantum dalam identifikasi masalah. Pada penelitian ini analisis data akan saya tuliskan dalam bentuk analisis deskriptif.

Pertanyaan-pertanyaan dalam penelitian ini akan disampaikan dalam bentuk wawancara dan juga pengisian angket atau kuisioner. Pertanyaan tersebut meliputi pertanyaan yang menunjukkan tingkat kepuasan hidup seseorang saat menggubakan media sosial. Populasi yang digunakan sebagai responden adalah individu yang aktif menggunakan media sosial dan masuk dalam kategori generasi Z, yaitu lahir pada rentang waktu 1995-2010 atau berusia 14-27 tahun. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Pertimbangan ini dengan mempertimbangkan pengalaman tertentu, kondisi geografis, demografis, dan pertimbangan lainnya.

Variable tingkat kepuasan hidup akan diukur menggunakan Satisfaction with Life Scale (SWLS) dari Diener dkk. (1985) yang diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Putri (2020). SWLS terdiri dari lima item pernyataan dengan tujuh pilihan jawaban. Nilai Aiken's V dari SWSL berada pada rentang 0,75 sampai 1,00 sehingga tergolong baik, relevan, dan layak untuk digunakan. Indeks daya diskriminasi aitem terhadap uji coba SWSL menunjukkan tidak ada aitem yang gugur (koefisien korelasi aitem-total yang berkisar antara 0,341-0,676). Reliabilitas SWSL menghasilkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,796 dan tergolong "reliabel".

Variable penggunaan media sosial akan diukur dengan skala yang terdiri dari dua pertanyaan *favourable* dan *unfavourable*. Model skala ini dibuat dalam empat alternative jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS). Kuisioner tertutup yang berbentuk skala likert. Skala ini memiliki aitem. Pemberian skor dengan cara memberi skor 1-4.

Tabel 2

Alternatif pilihan jawaban model skala likert

Favourable		Unfavourable	
Pernyataan	Skor	Pernyataan	Skor
Sangat setuju	4	Sangat setuju	4
Setuju	3	Setuju	3
Tidak setuju	2	Tidak setuju	2
Sangat tidak setuju	1	Sangat tidak setuju	1

F. Keterbatasan Penelitian

Berdasarkan pada pengalaman langsung peneliti dalam proses penelitian ini, ada beberapa keterbatasan yang dialami dan dapat menjadi beberapa faktor yang agar dapat untuk lebih diperhatikan bagi peneliti-peneliti yang akan datang dalam lebih menyempurnakan penelitiannya karna penelitian ini sendiri tentu memiliki kekurangan yang perlu terus diperbaiki dalam penelitian-penelitian kedepannya. Beberapa keterbatasan dalam penelitian ini antara lain:

1. Sampel:

Keterbatasan sampel yang bias diambil dan dapat mempengaruhi representativitas hasil penelitian. Sampel yang kecil mungkin tidak bias mewakili populasi yang cukup besar dengan baik. Selain itu jika sampel bersifat acak dapat mempengaruhi generalisabilitas hasil.

2. Bias responden.:

Responden yang diambil tidak selalu memberi jawaban yang jujur dalam wawancara ataupun mengisi jawaban kuisioner. Ada potensi bias pertanyaan yang berkaitan dengan penggunaan media sosial atau tingkat kepuasan hidup mereka.

3. Kontrol variabel:

Ada kemungkinan variabel lainnya memberi pengaruh terhadap tingkat kepuasan hidup yang tidak diidentifikasi dalam penelitian ini.

Daftar Pustaka

- Khusnul Khotimah Sirajuddin, A. D. (2023). Hubungan Harga Diri Dengan Kepuasan Hidup Generasi Z. *Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humanioram Vol.2, No.2, Februari 2023*.
- Yustika Dewi, Y. T. (2023). Hubungan perbandingan sosial dengan kepuasan hidup pengguna media. *Jurnal Riset Psikologi Vol.6, No.1, 2023: 13-24*.