

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode dan Desain Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif, metode kuantitatif lebih menekankan analisisnya pada data-data berupa angka yang dikumpulkan melalui prosedur pengukuran diolah dengan metode analisis statistika. Adapun hasil yang diperoleh merupakan bukti signifikansi perbedaan kelompok atau signifikansi hubungan antar variabel-variabel yang dilibatkan (Azwar, 2017).

Desain penelitian yang digunakan adalah kausal untuk menarik kesimpulan tentang ada-tidaknya hubungan sebab-akibat antara variabel tersebut (Azwar, 2021). Variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Variabel bebas (X): Citra Tubuh
2. Variabel terikat (Y): Kepercayaan Diri

B. Definisi Operasional

Definisi operasional dirumuskan berdasarkan ciri atau karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati (Azwar, 2018). Maka dari itu definisi operasional variabel-variabel yang dimaksud adalah:

1. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri didefinisikan sebagai suatu perasaan atau kepercayaan yang menekankan individu dapat menyebabkan terjadinya sesuatu sesuai dengan yang diharapkan . Kepercayaan diri diukur dengan skala *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES) dari Rosenberg (dalam Maroqi, 2018) yang memiliki aspek-aspek yaitu keyakinan akan kemampuan diri,

optimis, menerima apa adanya, mempunyai konsep atau gambaran diri yang baik.

2. Citra Tubuh

Citra tubuh merupakan penilaian dari pengalaman individu mengenai karakteristik pada dirinya. Dalam penelitian ini, akan diukur menggunakan skala citra tubuh dengan skala *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire-Appearance Scales* (MBSRQ-AS) dari Cash (dalam Khairani dkk, 2019) yang memiliki aspek-aspek yaitu evaluasi penampilan (*appearance evaluation*), orientasi penampilan (*appearance orientation*), kepuasan terhadap bagian tubuh (*body area satisfaction*), kecemasan menjadi gemuk (*overweight preoccupation*), pengelompokan ukuran tubuh (*self-classified weight*).

C. Populasi dan Teknik Sampel

1. Populasi

Populasi penelitian didefinisikan sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Sebagai suatu populasi, kelompok subjek harus memiliki beberapa ciri atau karakteristik bersama membedakannya dari kelompok subjek lainnya (Azwar, 2021). Populasi dalam penelitian ini adalah remaja yang menggunakan *filter Instagram* di Karawang yang tidak diketahui jumlahnya. Usia yang digunakan dalam penelitian ini adalah usia 11 tahun sampai dengan 21 tahun, pada masa remaja cenderung berada dalam kondisi labil dan emosional karena mengalami banyak perubahan yang begitu cepat salah satunya dalam

perubahan fisik (Santrock, 2017). Perubahan fisik ini dapat menyebabkan dampak psikologis pada remaja (Papalia, 2011).

2. Sampel

Menurut Azwar (2018) sampel adalah bagian dari populasi, sampel yang baik bagi populasinya sangat bergantung pada sejauh mana ciri-ciri dan karakteristik populasi. Adapun teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *sampling snowball*, dengan jenis metode *sampling* di mana sampel diperoleh melalui proses bergulir dari satu responden ke responden yang lainnya.

Untuk menentukan jumlah sampel pada penelitian ini dapat menggunakan rumus Lemeshow (dalam Assy, 2019), karena jumlah populasi pada penelitian ini tidak diketahui. Berikut rumusnya:

Rumus Lemeshow

$$n = \frac{z^2 p (1-p)}{d^2}$$

Keterangan:

n : jumlah sampel

z : nilai *standart* = 1.96

p : Maksimal estimasi = 50% = 0,5

d : alpha (0.10) atau *sampling error* = 10%

$$n = \frac{1.96^2 0.5(1-0.5)}{0.10^2} = 96.04$$

Berdasarkan perhitungan diatas diperoleh hasil sampel sejumlah minimal 96.04 yang dibulatkan menjadi 97 responden yang akan digunakan penelitian ini.

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan menggunakan skala psikologi dilaksanakan secara *online* dengan bantuan Google formulir. Menurut Azwar (2021), skala merupakan instrumen ukur yang mengkuantifikasikan atribut yang diukurnya. Skala dalam penelitian ini disusun berdasarkan aitem *favorable* (berisi konsep berperilaku yang sesuai atau mendukung atribut yang diukur) dan *unfavorable* (berlawanan dengan isi atribut yang diukur) dengan menggunakan skala *likert*.

Skala *likert* disusun dalam format *cheklist* dan terdapat lima alternatif respon, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Cukup Sesuai (CS), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Pernyataan ini berisi pengukuran skala mengenai objek sikap yang dipilih atau dirasakan oleh responden. Dalam penelitian ini, digunakan jenis instrumen skala psikologi dengan pemberian skor sebagai berikut:

Tabel 3. 1 Format Skala Item

No	Respon	Pemberian Skor	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1	Sangat Sesuai	1	5
2	Sesuai	2	4
3	Cukup Sesuai	3	3
4	Tidak Sesuai	4	2
5	Sangat Tidak Sesuai	5	1

Skor yang tinggi diberikan pada respon positif terhadap aitem *favorable* dan respon negatif terhadap aitem *unfavorable*. Sebaliknya, skor yang rendah diberikan pada respon negatif terhadap aitem *favorable* dan respon positif terhadap aitem *unfavorable* (Azwar, 2021).

1. Skala Kepercayaan Diri

Skala kepercayaan diri dalam penelitian ini merupakan skala adopsi dari *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES) dari Rosenberg (dalam Maroqi, 2018). Skala ini berjumlah 4 aspek yaitu, keyakinan akan kemampuan diri, optimis, menerima apa adanya, dan mempunyai konsep atau gambaran diri yang baik, yang diturunkan menjadi 5 indikator, aitem pada skala ini berjumlah 10. Adapun rincian sebaran aitem dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 3. 2 *Blueprint* Skala Kepercayaan Diri

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Keyakinan akan Kemampuan Diri	Individu merasa yakin dan mampu serta berani menghadapi resiko.	1, 2	3	3
2	Optimis	Individu selalu berfikir positif terhadap apa yang akan terjadi	4	5	2
		Individu yang tidak mudah merasa putus asa.		6	1
3	Menerima Apa Adanya	Individu mencerminkan rasa senang sehubungan dengan kenyataan diri sendiri	7		1
	Mempunyai konsep atau gambaran diri yang baik	Individu yang bisa menilai diri sendiri sebagai sesuatu yang baik	8, 9	10	3
Total					10

2. Skala Citra Tubuh

Skala citra tubuh dalam penelitian ini merupakan skala adopsi dari *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire-Appearance Scales* (MBSRQ-AS) dari Cash (dalam Khairani dkk, 2019). Skala ini berjumlah 5 aspek yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, pengelompokkan ukuran tubuh, aitem pada skala ini berjumlah 78. Adapun rincian sebaran aitem dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. 3 *Blueprint* Skala Citra Tubuh

Tabel 3. 3 Blueprint Skala Citra Tubuh					
No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1	Evaluasi penampilan	Merasa penampilan diri menarik	1, 2, 3	4, 5, 6, 7	7
		Puas dan nyaman terhadap penampilan diri	8, 9, 10	11, 12, 13, 14	7
2	Orientasi penampilan	Perhatian individu untuk menjaga penampilan	15, 16, 17, 18	19, 20, 21, 22	8
		Berusaha untuk memperbaiki penampilan	23, 24, 25, 26, 27, 28	29, 30, 31, 32	10
3	Kepuasan terhadap bagian tubuh	Puas terhadap bentuk tubuh secara spesifik	33, 34, 35, 36	37, 38	6
		Puas terhadap bentuk tubuh keseluruhan	39, 40, 41, 42	43, 44, 45, 46	8
4	Kecemasan menjadi gemuk	Berusaha menjaga atau menurunkan berat badan	47, 48, 49, 50	51, 52, 53, 54	8
		Cemas terhadap berat badan	55, 56, 57, 58	59, 60, 61, 62	8
5	Pengelompokkan ukuran tubuh	Mengkategorikan berat badan dan tinggi badan seimbang	63, 64, 65, 66	67, 68, 69, 70	8
		Merasa ukuran tubuh proporsional	71, 72, 73, 74	75, 76, 77, 78	8
Total					78

E. Metode Analisis Instrumen

1. Validitas

Menurut Azwar (2017) validitas berasal dari kata *validity* yang berarti sejauh mana akurasi tes dalam skala mampu menjalankan pengukurannya. Pengukuran dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila menghasilkan data yang secara akurat memberikan gambaran mengenai variabel yang diukur seperti dikehendaki oleh tujuan pengukuran tersebut. Pengujian validitas yang dipakai kemudian akan dilakukan secara empirik dan dikenal secara tradisional yaitu uji validitas isi.

Adapun prosedur pengujian validitas isi menggunakan *content validity coefficient V* yang disarankan oleh Lewis R. Aiken atau biasa disebut dengan Aiken's V. Hasil dari penilaian beberapa orang *rater* atau *expert judgement* terhadap kelayakan suatu aitem dalam menggambarkan indikator keperilakuannya dengan cara memberikan rating dari angka terendah 1 (sangat tidak layak) sampai 5 (sangat layak) pada blanko penilaian yang disediakan (Azwar, 2021). Setiap blanko penilaian tersebut akan diberikan kepada masing-masing *rater* atau *expert judgement*, kemudian ditabulasikan menggunakan model blanko hasil penilaian agar dapat dikomputasi menggunakan formula:

Rumus Aiken's V

$$V = \frac{\sum S}{n(c - 1)}$$

Dengan keterangan sebagai berikut:

Lo : Angka penilaian validitas terendah

C : Angka penilaian validitas tertinggi

R : Nilai yang diberikan oleh *rater*

S : $r - lo$

Dalam perhitungan ini, apabila koefisien mencapai $V = 0,50$ maka validitas isinya dapat ditanyakan memuaskan atau dapat diterima (Azwar, 2021).

2. Analisis Aitem

Uji analisis aitem digunakan untuk melihat bilamana *instrument* memiliki fungsinya sesuai dengan fungsi tes, yaitu mengkorelasi skor tiap butir dengan skor total yang merupakan jumlah tiap skor butir. Dalam hal analisis item menurut Sugiyono (2018), bahwa “Item yang mempunyai korelasi positif dengan skor total serta korelasi yang tinggi pula. Biasanya syarat minimum untuk dianggap memenuhi syarat adalah kalau $r = 0,3$ ”.

Azwar (2017) menjelaskan bahwa item dikatakan memiliki daya beda yang baik jika lebih dari 0,3 ($p > 0,3$). Jadi apabila korelasi antara butir dengan skor total kurang dari 0,3 maka butir dalam instrumen tersebut dinyatakan memiliki daya diskriminasi yang rendah.

Uji validitas untuk analisis item penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji regresi linier sederhana. Menurut Azwar (2017) perhitungan ini dilakukan menggunakan SPSS versi 25 untuk analisis item dan melihat daya diskriminasi dari item alat ukur yang telah dibuat dengan

kriteria yang telah dijelaskan sebelumnya yaitu hasil analisis item dinyatakan memiliki daya beda item yang baik jika lebih dari 0,3 ($p > 0,3$).

3. Reliabilitas

Menurut Azwar (2018), kriteria yang dapat digunakan untuk melihat dan menginterpretasikan hasil perhitungan reliabilitas melalui koefisien reliabilitas (r_{11}), koefisien reliabilitas berada pada rentang 0.00-1,00. Reliabilitas sebuah alat ukur yang dianggap memuaskan apabila koefisiennya mencapai minimal (r_{11}) = 0,9. Dalam menentukan reliabilitas instrumen di dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data *Alpha Cronbach* dengan bantuan SPSS versi 25 sebagai dasar untuk menentukan reliabilitas skala dalam penelitian ini menggunakan acuan tabel Guilford sebagai berikut:

Tabel 3. 4 Kategori Koefisien Reliabilitas

Klasifikasi	Koefisien Reliabilitas
Reliabilitas sangat tinggi	0,90-1
Reliabilitas tinggi	0,60-0,80
Reliabilitas sedang	0,40-0,60
Reliabilitas rendah	0,20-0,40
Reliabilitas sangat rendah (tidak reliabel)	<0,20

F. Teknik Analisis Data

1. Uji Normalitas

Menurut Sugiyono (2018) menjelaskan bahwa uji normalitas adalah suatu bentuk penggunaan statistik pada penelitian yang berfungsi untuk

menganalisa suatu data dengan asumsi setiap variabel berdistribusi normal atau tidak. Suatu data dapat dikatakan berdistribusi normal apabila data yang didapatkan rata-rata jumlahnya sama, pengujian normalitas ini akan menggunakan rumus *Kolmogorov Smirnov* dengan bentuk SPSS versi 25. Jika nilai $p > 0,05$ berarti data berdistribusi normal dan sebaliknya jika nilai $p < 0,05$ maka data berdistribusi tidak normal (Widhiarso, 2010).

2. Uji Linieritas

Uji linearitas bertujuan untuk menguji apakah ada keterikatan variabel secara linear atau tidak (Sugiyono, 2018). Jika nilai *linearity sig.* $> 0,05$ maka dapat dikatakan linier, sedangkan jika *linierity sig* $< 0,05$ maka tidak linier (Widhiarso, 2010). Penghitungan linieritas penelitian ini menggunakan bantuan SPSS versi 25.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan regresi sederhana. Menurut Sugiyono (2018), uji regresi sederhana digunakan untuk memprediksi kriteria nilai variabel dependen berdasarkan nilai variabel dependen. Pada penelitian ini terdapat dua variabel bebas yaitu citra tubuh (X) kemudian satu variabel terikat yaitu kepercayaan diri (Y), sehingga peneliti menggunakan regresi sederhana dengan rumus sebagai berikut:

Rumus Regresi Sederhana

$$Y = a + b.X$$

Keterangan:

Y : Kepercayaan Diri

X : Citra Tubuh

a dan b : Konstanta

4. Uji Koefisien Determinasi

Uji koefisien determinasi ini adalah untuk mengetahui seberapa besar sumbangan pengaruh yang diberikan variabel independen terhadap variabel dependen (Siregar, 2013). Adapun rumus koefisien determinasi adalah sebagai berikut:

Rumus Koefisien Determinasi

$$Kd = r^2 \times 100\%$$

Keterangan:

Kd : Besar atau jumlah koefisien determinasi

R : nilai koefisien korelasi

5. Uji Kategorisasi

Uji kategorisasi bertujuan untuk menempatkan individu-individu ke dalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur (Azwar, 2021). Adapun pedoman kategorisasi yang digunakan adalah sebagai berikut:

Tabel 3. 5 Pedoman Kategorisasi

Rumus	Kategori
$M + SD \geq x$	Tinggi
$M - 1SD \leq X \leq M + 1SD$	Sedang
$X \leq M - SD$	Rendah