

BAB IV

PERSIAPAN DAN PELAKSANAAN PENELITIAN

A. Orientasi Kancan Penelitian

Penelitian ilmiah yang akan peneliti lakukan memerlukan persiapan yang matang dan pengujian alat ukur terlebih dahulu guna menghindari kesalahan dalam pengambilan data penelitian nantinya. Maka dari itu, langkah awal yang peneliti lakukan untuk mempersiapkan penelitian adalah dengan menentukan tempat penelitian, subjek penelitian, serta perizinan kepada instansi yang bersangkutan guna penelitian.

Penelitian ini mengambil tempat di Universitas Katolik Soegijapranata yang berlokasi di Jalan Pawiyatan Luhur IV/1 Bendan Dhuwur, Semarang. Universitas Katolik Soegijapranata sendiri merupakan salah satu universitas swasta terbaik di Jawa Tengah dan telah mengantongi predikat akreditasi A. Universitas Katolik Soegijapranata berdiri pada tanggal 5 Agustus 1982 di bawah naungan Yayasan Sandjojo.

Universitas Katolik Soegijapranata telah melahirkan begitu banyak penerus bangsa yang berintegritas, cerdas, dan berwawasan luas dalam berbagai konsentrasi pendidikan program Strata dua (S2) atau Magister pada program studi Hukum, Teknik Arsitektur, Lingkungan dan Perkotaan, Manajemen, Sains Psikologi, dan Profesi Psikologi; program Strata satu (S1) yang meliputi program studi Psikologi, Teknologi Pangan, Teknik Arsitektur, Teknik Sipil, Teknik Elektro,

Teknik Informatika, Sistem Informasi, Desain Komunikasi Visual, Ilmu Hukum, Manajemen, Akuntansi, dan Sastra Inggris; dan Diploma tiga (D3) dengan program studi Perpajakan.

Penelitian ini bersasar pada mahasiswi aktif yang berusia 20 – 40 tahun yang mana merupakan usia dewasa awal. Pengambilan subjek tersebut berdasar pada pendapat Hart, Flora, Palyo, Fresco, Holle, dan Heimberg (2008) yang menyatakan bahwa tingkat *social appearance anxiety* cukup tinggi pada seorang dewasa awal yang berjenis kelamin perempuan. Hal tersebut juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Ko (2010) bahwa mayoritas subjek penelitian yang diteliti mengenai keterkaitan antara *social appearance anxiety* dengan *body shame* merupakan mahasiswi berusia dewasa awal dan kedua variabel tersebut nampak jelas terjadi pada subjek penelitian. Berdasar pada alasan tersebutlah peneliti memandang bahwa pengambilan data menggunakan subjek yang berkuliah di Universitas Katolik Soegijapranata merupakan keputusan yang baik agar penelitian yang dilakukan dapat berjalan dengan lancar serta tepat sasaran.

Guna menunjang penelitian ini, Universitas Katolik Soegijapranata Semarang menjadi lokasi penelitian dengan pertimbangan sebagai berikut:

1. Peneliti menemukan fakta pada survei awal bahwa *body shame* merupakan salah satu faktor yang nampak pada *social appearance anxiety* pada mahasiswi dewasa awal yang mayoritas berusia 20-22 tahun, yang mana kriteria subjek tersebut jelas nampak ada di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.

2. Penelitian mengenai keterkaitan antara kecenderungan *social appearance anxiety* dengan *body shame* di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang belum pernah ada sehingga penelitian ini menjadi penelitian yang pertama kali dilakukan di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, bahkan juga pertama kali di Indonesia.
3. Peneliti telah mengurus serta mendapatkan izin oleh pihak Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata guna melaksanakan penelitian ini berdasarkan Surat Keterangan Penelitian Nomor 3038/BB.7.3/FP/VII/2018 tanggal 5 Juli 2018.

B. Uji Coba Alat Ukur

1. Penyusunan Alat Ukur

Alat ukur merupakan salah satu komponen yang paling krusial dalam penelitian karena melalui alat ukur, peneliti dapat memperoleh data serta hasil penelitian yang nantinya akan diolah serta dianalisis guna keperluan penelitian. Maka dari itu, alat ukur perlu disusun sedemikian rupa agar dapat diperoleh data yang sesuai dengan penelitian yang dilakukan.

Penelitian ini menggunakan dua alat ukur berupa skala, yaitu Skala Kecenderungan *Social Appearance Anxiety* dan Skala *Body Shame*. Dalam menentukan menjawab pernyataan pada skala tersebut, subjek diharuskan memilih salah satu opsi pilihan jawaban yang tersedia. Berikut penjelasan lebih lanjut mengenai alat ukur penelitian.

a. Skala Uji Coba Kecenderungan *Social Appearance Anxiety*

Skala uji coba kecenderungan *Social Appearance Anxiety* dirancang berdasar pada aspek-aspek kecenderungan *social appearance anxiety*, yaitu perasaan takut mendapat evaluasi negatif oleh orang lain mengenai penampilan, menghindari dari lingkungan sosial, memiliki keyakinan yang tidak rasional. Skala ini memiliki total 21 aitem pernyataan *favorable*. Berikut adalah sebaran aitem alat ukur Kecenderungan *Social Appearance Anxiety*.

Tabel 3
Sebaran Aitem Skala Uji Coba Kecenderungan *Social Appearance Anxiety*

Aspek-aspek Kecenderungan <i>Social Appearance Anxiety</i>	Nomor Aitem	Jumlah Aitem
Perasaan takut mendapat evaluasi negatif oleh orang lain mengenai penampilan	1,4,7,10,13,16,19	7
Menghindar dari lingkungan sosial	2,5,8,11,14,17,20	7
Memiliki keyakinan yang tidak rasional	3,6,9,12,15,18,21	7
Jumlah		21

b. Skala Uji Coba *Body Shame*

Skala Uji Coba *Body Shame* dirancang berdasar pada kriteria *body shame*, yaitu perasaan malu terhadap penampilan tubuh dan menyalahkan diri sendiri akibat penampilan tubuh. Skala ini memiliki total 16 aitem pernyataan *favorable*. Berikut adalah sebaran aitem alat ukur *Body Shame*.

Tabel 4
Sebaran Aitem Skala Uji Coba *Body Shame*

Aspek <i>Body Shame</i>	Nomor Aitem	Jumlah Aitem
Perasaan malu terhadap penampilan tubuh	1,3,5,7,9,11,13,15	8
Menyalahkan diri sendiri akibat penampilan tubuh	2,4,6,8,10,12,14,16	8
Jumlah		16

2. Perizinan Penelitian

Penelitian yang peneliti lakukan berlokasi di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Maka dari itu, sebelum peneliti memulai rangkaian penelitian, terlebih dahulu peneliti memohon izin kepada Kepala Program Studi Sarjana Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang berdasarkan Surat Keterangan Penelitian nomor 3038/BB.7.3/FP/VII/2018 tanggal 5 Juli 2018. Peneliti telah menerima surat izin penelitian tersebut pada tanggal 10 Juli 2018. Peneliti akan melampirkan surat izin tersebut pada Lampiran 15.

3. Uji Coba Alat Ukur

Peneliti menguji coba alat ukur sebelum penelitian berlangsung guna mengetahui besaran dari validitas dan reliabilitas alat ukur yang nantinya akan digunakan untuk penelitian. Pengujicobaan alat ukur ini berfungsi untuk memastikan bahwa alat ukur yang digunakan dalam penelitian dapat dipertanggungjawabkan kebenaran data yang diperoleh.

Uji coba atau *try out* alat ukur penelitian, yaitu Skala Kecenderungan *Social Appearance Anxiety* dan Skala *Body Shame* disebar kepada 30 mahasiswi dewasa awal yang aktif berkuliah di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang pada tanggal 20 Agustus 2018. Penyebaran alat ukur dilakukan secara *accidental* dengan tetap memperhatikan kriteria khusus dari penelitian. Sebanyak 60 eksemplar skala yang terdiri dari 30 eksemplar Skala Kecenderungan *Social Apperance Anxiety* dan 30 eksemplar Skala *Body Shame* diberikan dalam satu paket alat ukur dan kemudian alat ukur tersebut diisi oleh masing-masing mahasiswi yang bersedia secara penuh dan sadar untuk mengisi alat ukur.

Peneliti kemudian mencatat dan mentabulasikan hasil data dari 60 eksemplar tersebut yang kemudian diujikan validitas dan reliabilitasnya. Pengujian data tersebut menggunakan program perhitungan komputer yang bernama *Statistical Packages for Social Sciences (SPSS) Release 16.0*. Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur Kecenderungan *Social Appearance Anxiety* dan *Body Shame* adalah teknik korelasi *Product Moment* dan juga perhitungan reliabilitas menggunakan teknik koefisien *Alpha-Cronbach*. Berikut adalah hasil perhitungan validitas dan reliabilitas pengujian alat ukur Kecenderungan *Social Appearance Anxiety* dan *Body Shame*.

a. Hasil Perhitungan Validitas dan Reliabilitas Skala Uji Coba Kecenderungan *Social Appearance Anxiety*

Hasil perhitungan validitas Skala Kecenderungan *Social Appearance Anxiety* pada alat ukur uji coba menunjukkan bahwa dari 21 aitem, keseluruhan aitem valid dengan rentang koefisien 0,479 hingga 0,769 dan taraf signifikansi 0,01. Hasil validitas dari uji coba alat ukur Kecenderungan *Social Appearance Anxiety* selengkapnya dapat dilihat pada Lampiran 5.

Hasil perhitungan reliabilitas Skala Kecenderungan *Social Appearance Anxiety* pada alat ukur uji coba menunjukkan bahwa Skala Kecenderungan *Social Appearance Anxiety* reliabel dan dapat diandalkan. Hal tersebut didapatkan dari perhitungan reliabilitas menggunakan *Alpha-Croanbach* dengan skor 0,935. Berdasarkan skor validitas dan reliabilitas tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa alat ukur Kecenderungan *Social Appearance Anxiety* memiliki 21 aitem yang valid dan skala tersebut terpercaya, handal, reliabel, serta dapat digunakan untuk penelitian yang akan datang. Berikut sebaran aitem Skala Kecenderungan *Social Appearance Anxiety* yang akan digunakan dalam penelitian.

Tabel 5
Sebaran Aitem Skala Penelitian Kecenderungan *Social Appearance Anxiety*

Aspek-aspek Kecenderungan <i>Social Appearance Anxiety</i>	Nomor Aitem	Jumlah Aitem
Perasaan takut mendapat evaluasi negatif oleh orang lain mengenai penampilan	1,4,7,10,13,16,19	7
Menghindar dari lingkungan sosial	2,5,8,11,14,17,20	7
Memiliki keyakinan yang tidak rasional	3,6,9,12,15,18,21	7
Jumlah		21

b. Hasil Pengujian Validitas dan Reliabilitas Skala Uji Coba *Body Shame*

Hasil perhitungan validitas Skala *Body Shame* pada alat ukur uji coba menunjukkan bahwa dari 16 aitem, keseluruhan aitem valid dengan rentang koefisien 0,500 hingga 0,750 dan taraf signifikansi 0,01. Hasil validitas dari uji coba alat ukur *Body Shame* selengkapnya dapat dilihat pada Lampiran 6.

Hasil perhitungan reliabilitas Skala *Body Shame* pada alat ukur uji coba menunjukkan bahwa Skala *Body Shame* reliabel dan dapat diandalkan. Hal tersebut didapatkan dari perhitungan reliabilitas menggunakan *Alpha-Croanbach* dengan skor 0,893. Berdasarkan skor validitas dan reliabilitas tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa alat ukur *Body Shame* memiliki 16 aitem yang valid dan skala tersebut terpercaya, handal, reliabel, serta dapat digunakan untuk penelitian yang akan datang. Berikut

sebaran aitem Skala *Social Appearance Anxiety* yang akan digunakan dalam penelitian.

Tabel 6
Sebaran Aitem Skala Penelitian *Body Shame*

Aspek <i>Body Shame</i>	Nomor Aitem	Jumlah Aitem
Perasaan malu terhadap penampilan tubuh	1,3,5,7,9,11,13,15	8
Menyalahkan diri sendiri akibat penampilan tubuh	2,4,6,8,10,12,14,16	8
Jumlah		16

C. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 21 Agustus 2018 yang melibatkan 109 mahasiswi aktif berusia 20 – 22 tahun yang mana berada dalam tahap perkembangan dewasa awal dan tersebar di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang tanpa mempersoalkan fakultas. Berikut adalah hasil rekapitulasi peneliti terhadap subjek penelitian.

Tabel 7
Rekapitulasi Data Identitas Subjek

Subjek	Usia Subjek	Jumlah Subjek
Mahasiswi	20 tahun	33 orang
	21 tahun	36 orang
	22 tahun	40 orang
Total Subjek		109 orang

Peneliti melakukan pendekatan secara individual dan meminta satu persatu dari subjek untuk mengisi Skala Kecenderungan *Social Appearance Anxiety* terdiri dari 21 aitem pernyataan *favorable* dan Skala *Body Shame* yang terdiri dari 16 aitem pernyataan *favorable* dalam satu paket alat ukur yang telah peneliti siapkan sebelumnya

beserta pulpen untuk mengisi alat ukur tersebut. Subjek terlebih dahulu memberikan tanda tangannya pada lembar persetujuan pengisian alat ukur sebagai *informed consent* antara peneliti dengan subjek yang terletak pada lembar kedua dari paket alat ukur tersebut, kemudian subjek baru mengisi alat ukur yang berada pada lembar ke empat dan lima.

Peneliti kemudian mengolah data lebih lanjut terhadap 218 eksemplar skala yang terdiri dari 109 eksemplar Skala Kecenderungan *Social Appearance Anxiety* dan 109 eksemplar Skala *Body Shame* dalam pengujian normalitas, linieritas, uji hipotesis, dan kategorisasi tingkatan kecenderungan *social appearance anxiety* dan *body shame* yang dialami oleh para subjek penelitian.

