

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1. Pendekatan atau Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif korelasional. Penelitian kuantitatif adalah suatu metode penelitian yang didalamnya terdapat data berupa angka-angka dan dianalisis menggunakan statistik (Sugiyono, 2018). Azwar (2012) menambahkan penelitian korelasional bertujuan untuk mengetahui suatu variabel berkaitan dengan variabel lain berdasarkan koefisien korelasi.

#### 3.2. Identifikasi Variabel

Berdasarkan latar belakang masalah dan tujuan penelitian serta landasan teori yang telah disebutkan sebelumnya, maka variabel-variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Variabel Bebas : *Body Image*
2. Variabel Tergantung : Kepercayaan Diri pada Mahasiswa yang mengalami *Body shaming*

#### 3.3. Definisi Operasional

##### 3.3.1. Kepercayaan Diri pada Mahasiswa yang Mengalami *Body Shaming*

Kepercayaan diri pada mahasiswa yang mengalami *body shaming* merupakan keyakinan dalam diri individu yang menempuh ilmu di perguruan

tinggi dan mengalami ejekan atau kritikan pada tubuhnya terhadap segala kelebihan maupun kekurangannya dan mampu mengembangkan potensi yang dimilikinya, tidak terpengaruh oleh orang lain, dapat bertindak sesuai kehendak, optimis, toleran dan bertanggung jawab. Variabel kepercayaan diri pada penelitian ini akan diukur menggunakan skala kepercayaan diri yang disusun berdasarkan aspek-aspek kepercayaan diri oleh Lauster yaitu optimis, keyakinan kemampuan diri, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis. Semakin tinggi skor maka semakin tinggi pula kepercayaan diri pada mahasiswa yang mengalami *body shaming* dan sebaliknya.

### 3.3.2. *Body Image*

*Body image* merupakan gambaran individu berdasarkan persepsi dan penilaian mengenai bentuk tubuh, ukuran tubuh, berat tubuh dan detail-detail tubuh yang dimiliki individu tersebut, yang dimana hal ini akan membentuk *body image* positif ataupun negatif dan dapat menyebabkan berbagai kondisi mental bagi individu tersebut. Variabel *body image* dalam penelitian ini akan diukur menggunakan skala yang dimodifikasi dari *Appearance Scale* milik Cash yang terdiri dari beberapa aspek dalam pengukuran *body image*, yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan akan kegemukan dan pengkategorian ukuran tubuh. Semakin tinggi skor maka semakin tinggi pula *body image* pada mahasiswa yang mengalami *body shaming* dan sebaliknya.

### 3.4. Partisipan Penelitian

#### 3.4.1 Populasi

Sugiyono (2018) mengemukakan bahwa populasi merupakan keseluruhan elemen yang akan diteliti yang dimana memiliki karakteristik tertentu yang ditentukan dan akan dipelajari serta ditarik kesimpulannya oleh peneliti. Keseluruhan partisipan yang akan diukur, yang dimana merupakan unit yang diteliti disebut elemen populasi (Sugiyono, 2018). Peneliti dapat menggunakan sampel apabila dirasa populasi terlalu besar dan tidak memungkinkan peneliti untuk mempelajari semua yang ada dalam populasi tersebut, sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang ada pada populasi tersebut (Sugiyono, 2018).

Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang pernah mengalami *body shaming*. Berikut karakteristik partisipan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini :

- a. Mahasiswa Fakultas Psikologi yang masih aktif berkuliah di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
- b. Berjenis kelamin perempuan
- c. Angkatan 2016-2020 yang pernah mengalami *body shaming*

#### 3.4.2. Teknik Pengambilan Sampel

Dikarenakan adanya keterbatasan tenaga, waktu, dan dana yang dimiliki oleh peneliti, maka peneliti tidak menggunakan semua populasi mahasiswa yang mengalami *body shaming*. Supranto (2003) berpendapat mengenai teknik pengambilan sampel atau sampling merupakan suatu cara pengumpulan data yang sifatnya tidak menyeluruh namun hanya sebagian dari populasi saja. Teknik

yang digunakan dalam pengambilan sampel pada penelitian ini adalah teknik *incidental sampling*.

Sampling insidental merupakan teknik penentuan sampel berdasar pada kebetulan yang dimana partisipan sesuai dengan karakteristik yang diinginkan oleh peneliti sebagai sumber data (Sugiyono, 2018). Peneliti memilih menggunakan teknik *incidental sampling* dikarenakan adanya keterbatasan biaya dan waktu serta agar sampel yang diambil sesuai dengan karakteristik yang diinginkan peneliti dan benar-benar mewakili populasi. Dalam hal ini, pengambilan sampel akan dilakukan dengan cara partisipan mengisi skala yang sudah peneliti buat dalam *google form*, lalu peneliti menyertakan catatan bahwa partisipan yang hendak mengisi merupakan seorang yang pernah mengalami *body shaming* dan partisipan diminta untuk mengisi pernyataan singkat bahwa partisipan pernah mengalami *body shaming* dengan pilihan jawaban YA/TIDAK serta peneliti juga menyertakan definisi *body shaming* di bagian awal sebelum mengisi skala.

### **3.5. Metode Pengumpulan Data**

#### **3.5.1. Alat Ukur**

Metode pengumpulan data adalah suatu cara yang digunakan peneliti untuk memperoleh data-data penelitian (Adiningsih, 2016). Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala. Metode pengukuran skala merupakan sekumpulan pernyataan yang disusun sedemikian rupa untuk dijawab oleh subjek dan interpretasinya terhadap pertanyaan atau pernyataan tersebut merupakan hasil gambaran dari bagaimana perasaan subjek atau

kepribadiannya (Azwar, 2000). Pengukuran data menggunakan skala ini bertujuan untuk mengetahui informasi kepercayaan diri dan *body image* pada mahasiswa yang mengalami *body shaming*. Metode pengumpulan data melalui skala ini menggunakan *response method*, yang dimana bobot skala pada setiap pernyataan diperoleh langsung dari respon atau jawaban kelompok subjek (*pilot study*) yang menyatakan kesetujuan atau ketidaksetujuan terhadap pernyataan yang disodorkan. Terdapat dua skala yang digunakan yaitu skala mengenai kepercayaan diri pada mahasiswa yang mengalami *body shaming* dan skala *body image*.

### 3.5.2. Blue Print dan Cara Penilaian

#### A. Skala Kepercayaan Diri

Skala kepercayaan diri disusun berdasarkan teori oleh Lauster. Dalam penelitian ini, terdapat skala yang disusun berdasarkan lima aspek kepercayaan diri yang ada pada tabel dibawah ini, skala tersebut terdiri dari dua jenis pernyataan yaitu; pertama, pernyataan *favourable* yang dimana pernyataan ini mendukung kepercayaan diri mahasiswa yang mengalami *body shaming*; kedua, pernyataan *unfavourable* yang dimana pernyataan ini tidak mendukung kepercayaan diri mahasiswa mengalami *body shaming*. Setiap pernyataan terdapat empat alternatif pilihan jawaban yaitu sangat tidak sesuai (STS), tidak sesuai (TS), sesuai (S) dan sangat sesuai (SS) dan alternatif jawaban tersebut memiliki bobot nilai dari satu sampai empat. Setiap alternatif jawaban memiliki skor berbeda, untuk item dengan pernyataan *favourable* SS berbobot skor empat, S berbobot skor tiga, TS berbobot skor dua dan STS berbobot skor satu.

Sedangkan item dengan pernyataan *unfavourable* memiliki skor sebaliknya, yaitu SS berbobot skor satu, S berbobot skor dua, TS berbobot skor tiga dan STS berbobot skor empat. Selengkapnya dapat dilihat dalam tabel 3.1 di bawah.

**Tabel 3.1. Blueprint Skala Kepercayaan Diri**

Aspek-aspek Kepercayaan Diri	Item		Jumlah item
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
Optimis	2	2	4
Keyakinan	2	2	4
Kemampuan Diri			
Objektif	2	2	4
Bertanggung Jawab	2	2	4
Rasional dan Realistis	2	2	4
<b>Jumlah</b>	10	10	20

### B. Skala *Body Image*

Skala ini merupakan modifikasi dari skala oleh Cash, terdiri dari lima aspek *body image* yang ada pada tabel di bawah ini. Setiap item pernyataan terdapat empat alternatif pilihan jawaban dan memiliki skor untuk masing-masing item *favourable* dan *unfavourable* yang disusun sama dan memiliki *skoring* sama seperti skala kepercayaan diri. Selengkapnya dapat dilihat dalam tabel 3.2 di bawah.

**Tabel 3.2. Blueprint Skala *Body Image***

Aspek-aspek <i>Body Image</i>	Item		Jumlah Item
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
Evaluasi	2	2	4
Penampilan			
Orientasi	2	2	4
Penampilan			
Kepuasan terhadap Bagian Tubuh	2	2	4
Kecemasan akan Kegemukan	2	2	4
Pengkategorian Ukuran Tubuh	2	2	4
<b>Jumlah</b>	10	10	20

### **3.6. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur**

#### **3.6.1. Validitas Alat Ukur**

Validitas merupakan ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam fungsinya sebagai pengukuran (Adiningsih, 2016). Suatu tes dapat dikatakan memiliki validitas tinggi apabila tes menjalankan fungsi ukurnya dan memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dan tujuan tes diadakan (Azwar, 2012). Oleh sebab itu, dapat dilakukan pengkorelasian antar skor yang diperoleh dari tiap item dengan skor total yang dimiliki guna mengetahui validitas suatu alat ukur. Ancok dalam Azwar (2012) mengatakan bahwa koefisien korelasi antara skor item dengan skor total tersebut bisa diperoleh dengan menggunakan teknik korelasi *product moment* yang selanjutnya dikoreksi dengan teknik *part-whole*.

#### **3.6.2. Reliabilitas Alat Ukur**

Azwar (2012) mengemukakan bahwa reliabilitas suatu alat ukur merupakan sebuah konsistensi yang pada dasarnya berguna untuk menunjukkan seberapa jauh pengukuran tersebut mampu memberikan hasil yang relatif tidak berbeda. Secara umum, Ancok dalam Azwar (2012) mengungkapkan reliabilitas alat ukur merupakan indeks yang menunjukkan seberapa jauh suatu alat ukur dapat diandalkan atau dipercaya. Dalam penelitian ini guna menguji reliabilitas masing-masing skala, akan digunakan teknik koefisien *Alpha-Cronbach* dari Cronbach.

### **3.7. Analisis Data**

Berdasarkan pada jenis data dan hipotesis yang akan diuji, metode analisis data yang digunakan adalah teknik korelasi *product moment* dari Pearson. Alasan peneliti menggunakan teknik korelasi *product moment* disebabkan oleh

adanya satu variabel tergantung dan satu variabel bebas. *body image* merupakan variabel bebas dalam penelitian ini, sedangkan kepercayaan diri pada mahasiswa yang mengalami *body shaming* merupakan variabel tergantung.

