

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1. Jenis Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif. Cresswell (2014) menyebutkan bahwa penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang hasilnya berupa angka dan bilangan yang dianalisa dengan statistik yang bertujuan menjawab hipotesis penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan secara spesifik penelitian kuantitatif korelasional dengan tujuan mengetahui ada atau tidaknya hubungan antar variabel. Penelitian ini berfokus pada ada tidaknya keterkaitan antara satu variabel dengan variabel yang lainnya (Azwar, 2017).

3.2. Identifikasi Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel Penelitian

3.2.1. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Variabel Tergantung : Kepercayaan diri remaja perempuan

Variabel Bebas : Citra Tubuh

3.2.1. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Kepercayaan Diri Remaja Perempuan

Kepercayaan diri remaja perempuan merupakan kepercayaan diri remaja perempuan adalah sikap atau keyakinan individu berjenis kelamin perempuan dengan rentang usia 13-18 tahun untuk bisa mengatasi masalahnya secara mandiri tanpa pengaruh orang lain dan memiliki otoritas sendiri pada setiap tindakan yang dilakukan. Pengukuran kepercayaan diri remaja perempuan diukur

berdasarkan aspek kepercayaan diri yaitu optimis, bertanggung jawab, keyakinan akan kemampuan diri, realistis dan rasional.

Tinggi dan rendahnya kepercayaan diri dapat dilihat dari jumlah skor yang diperoleh pada skala kepercayaan diri yang digunakan. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka menunjukkan tingginya kepercayaan diri, begitu pula sebaliknya jika skor pada skala rendah maka menunjukkan rendahnya kepercayaan diri pada remaja perempuan.

2. Citra Tubuh

Citra tubuh merupakan persepsi, pemikiran, dan perasaan individu terhadap tubuhnya yang meliputi bentuk dan ukurannya. Skala citra tubuh disusun berdasarkan aspek citra tubuh yang meliputi evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kecemasan pada kegemukan, kategori ukuran tubuh, dan kepuasan pada bagian tubuh.

Positif negatifnya citra tubuh ditunjukkan dari skor yang diperoleh pada skala citra tubuh. Apabila skor skala citra tubuh tinggi maka menunjukkan semakin positif citra tubuh seseorang, begitu pula sebaliknya, jika skor yang didapat rendah maka menunjukkan citra tubuh yang negatif pada remaja perempuan.

3.3. Subjek Penelitian

3.3.1. Populasi

Populasi adalah seluruh satuan yang merupakan target penelitian (Priyono, 2016). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini memiliki karakteristik :

- a. Individu berusia 13-18 tahun
- b. Berjenis kelamin perempuan

Peneliti memiliki kriteria subjek sebagai berusia 13-18 tahun didasarkan pada usia remaja menurut Hurlock (1980) dan peneliti memilih remaja perempuan sebagai kriteria populasi dikarenakan peneliti melihat adanya permasalahan kepercayaan diri pada remaja perempuan yang sudah dipaparkan pada latar belakang masalah dan sebagai tambahan remaja perempuan lebih memiliki perhatian pada bentuk tubuh dibanding remaja laki-laki akibat pubertas yang lebih dini yang dialami remaja perempuan dan dampak perubahan yang dianggap negatif oleh remaja perempuan sebagaimana sudah dipaparkan di latar belakang masalah.

3.3.2. Teknik Pengambilan Sampel

Sampel adalah bagian dari suatu populasi penelitian (Priyono, 2016). Teknik pengambilan sampel yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan teknik penarikan sampel *snowball sampling*. Teknik *snowball sampling* ini digunakan jika peneliti tidak memiliki informasi tentang anggota populasi (Priyono, 2016).

Peneliti menggunakan individu yang termasuk dalam karakteristik populasi yang berusia 13-18 tahun, peneliti hanya memiliki beberapa nama populasi lalu dari nama-nama tersebut peneliti memperoleh nama-nama lainnya yang termasuk dari kriteria populasi. Contohnya, peneliti mendapatkan subjek A, B, dan C untuk mengisi alat ukur, lalu dari A, B, dan C, peneliti mendapatkan informasi untuk menyebar alat ukur ke populasi lainnya. Teknik penarikan sampel ini digunakan karena lebih memudahkan peneliti dalam mengumpulkan subjek karena peneliti tidak berada pada komunitas subjek sehingga meminta subjek lain yang sesuai kriteria untuk menyebarkan ke teman-temannya lebih mudah karena subjek berada pada lingkup yang sama dengan subjek lainnya.

3.4. Metode Pengumpulan Data

3.4.1. Alat Pengumpulan Data

Instrumen atau alat yang digunakan dalam pengukuran di penelitian ini menggunakan skala kepercayaan diri dan skala citra tubuh yang berbentuk skala Likert yang disusun oleh peneliti sendiri berdasarkan aspek dari variabel. Skala Likert merupakan skala yang berisikan pernyataan yang menunjukkan sikap subjek pada pernyataan tersebut (Priyono, 2016). Pada variabel kepercayaan diri, skala disusun berdasarkan aspek kepercayaan diri yaitu optimis, bertanggung jawab, keyakinan pada kemampuan diri, realistis dan rasional. Pada variabel citra tubuh, peneliti membuat skala sendiri yang disusun berdasarkan aspek citra tubuh yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kecemasan pada kegemukan, kepuasan pada bagian tubuh, dan kategori ukuran tubuh.

3.4.2. *Blueprint* dan cara penilaian

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan dua skala yaitu skala kepercayaan diri dan skala citra tubuh.

1. Skala Kepercayaan Diri

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan skala kepercayaan diri dengan tujuan mengukur variabel kepercayaan diri. Skala kepercayaan diri berisi item-item pernyataan yang didasarkan pada aspek yang diungkapkan Lauster (dalam Ghufroon & Risnawita, 2012). Aspek-aspek tersebut meliputi keyakinan pada kemampuan diri, optimis, bertanggung jawab, realistis dan rasional. *Item* pernyataan pada tiap aspek berisi *item* yang bersifat mendukung (*favorable*) dan tidak mendukung (*unfavorable*).

Subjek hanya diperkenankan memilih salah satu dari pilihan jawaban pada tiap *item* pernyataan. Setiap aspek kepercayaan diri memiliki dari enam

item yang berisi tiga *item* bersifat mendukung (*favorable*) dan tiga *item* bersifat tidak mendukung (*unfavorable*) yang memiliki empat alternatif jawaban. Pilihan jawaban tersebut meliputi : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Pada *item* yang sifatnya mendukung (*favorable*) jawaban Sangat Sesuai (SS) dinilai 4, jawaban Setuju (S) dinilai 3, jawaban Tidak Setuju (TS) dinilai 2 dan jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) dinilai 1. Untuk *item* yang sifatnya tidak mendukung (*unfavorable*) jawaban Sangat Setuju (SS) dinilai 1, jawaban Setuju (S) dinilai 2, jawaban Tidak Setuju (TS) dinilai 3 dan jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) dinilai 4. Rancangan skala kepercayaan diri dapat dilihat pada Tabel 3.1. berikut:

Tabel 3.1. Blueprint Skala Kepercayaan Diri

Aspek Kepercayaan Diri	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Keyakinan pada kemampuan diri	3	3	6
Optimis	3	3	6
Bertanggung jawab	3	3	6
Realistis dan rasional	3	3	6
Total	12	12	24

2. Skala Citra Tubuh

Skala citra tubuh diukur berdasarkan dimensi yang diungkapkan Cash, Winstead, dan Janda (dalam Seawell & Danof-Burg, 2005) yang meliputi evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kecemasan pada kegemukan, kategori ukuran tubuh, dan kepuasan pada bagian tubuh. *Item* pernyataan pada tiap aspek berisi *item* yang bersifat mendukung (*favorable*) dan tidak mendukung (*unfavorable*).

Pada skala citra tubuh pilihan alternatif berbeda dengan skala kepercayaan diri dengan menggunakan alternatif jawaban sangat tidak setuju, tidak setuju, setuju, dan sangat setuju karena skala citra tubuh merupakan skala

sikap. Sebagaimana yang diungkap oleh Cash (2004) bahwa citra tubuh tidak hanya berfokus pada penampilan fisik saja namun juga mencakup persepsi diri dan sikap diri yang berhubungan dengan tubuh seseorang yang melibatkan pikiran, perilaku, perasaan, dan keyakinan.

Subjek hanya memilih salah satu dari pilihan jawaban pada tiap *item* pernyataan. Setiap aspek citra tubuh memiliki dari lima *item* yang bersifat mendukung (*favorable*) dan (*unfavorable*) tidak mendukung yang memiliki alternatif jawaban meliputi: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Pada *item* yang sifatnya mendukung (*favorable*) jawaban Sangat Sesuai (SS) dinilai 4, jawaban Setuju (S) dinilai 3, jawaban Tidak Setuju (TS) dinilai 2 dan jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) dinilai 1. Untuk *item* yang sifatnya tidak mendukung (*unfavorable*) jawaban Sangat Setuju (SS) dinilai 1, jawaban Setuju (S) dinilai 2, jawaban Tidak Setuju (TS) dinilai 3 dan jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) dinilai 4. Rancangan skala citra tubuh dapat dilihat pada Tabel 3.2. berikut:

Tabel 3.2. Blueprint Skala Citra Tubuh

Aspek Citra Tubuh	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Evaluasi Penampilan	5	-	5
Orientasi Penampilan	5	-	5
Kecemasan pada kegemukan berlebihan	-	5	5
Kepuasan pada bagian tubuh	5		5
Kategori Ukuran tubuh	5		5
Total	20	5	25

3.5. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

3.5.1. Validitas Alat Ukur

Validitas alat ukur bertujuan untuk menilai apa yang diukur dan kelayakan alat ukur tersebut (Azwar, 2017). Hasil yang valid menunjukkan bahwa alat ukur

benar mengukur konsep variabel yang sedang diukur (Azwar, 2017). Teknik yang digunakan untuk mengukur validitas alat ukur yaitu teknik korelasi *product moment* dari Pearson dan kemudian menggunakan *part whole* untuk mengoreksi *item-item* yang gugur.

3.5.2. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas mengarah ke konsistensi dan keandalan suatu alat ukur yang digunakan dalam penelitian (Priyono, 2016). Reliabilitas digunakan untuk menghindari kesalahan pengukuran. Analisis reliabilitas pada *item* yang valid menggunakan teknik *Alpha Cronbach*.

3.6. Teknik Analisis Data

Pada penelitian ini yang berfokus pada hubungan antar variabel, peneliti menggunakan teknik korelasi dari Pearson. Teknik ini bertujuan untuk melihat ada atau tidaknya hubungan antar variabel penelitian dan menguji hipotesis penelitian. Analisis data menggunakan perhitungan statistik dengan *SPSS for Windows Release ver 20*.