

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Jenis Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Penelitian kuantitatif merupakan metode yang digunakan untuk meneliti suatu populasi atau sampel dan memiliki tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditentukan oleh peneliti (Sugiyono, 2016).

3.2. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan suatu sifat ataupun nilai dari individu yang memiliki variasi tertentu yang sudah peneliti tetapkan kemudian dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu variabel bebas dan variabel tergantung. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi penyebab timbulnya variabel tergantung, sedangkan variabel tergantung adalah variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat adanya variabel bebas (Sugiyono, 2016). Kedua variabel tersebut dijelaskan sebagai berikut :

1. Variabel tergantung : *Body Image* Mahasiswi Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata
2. Variabel bebas : *Self Esteem*

3.3. Definisi Operasional Variabel Penelitian

3.3.1. *Body Image* Mahasiswi Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata

Body image mahasiswi Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata adalah sebuah gambaran persepsi dan sikap seseorang yang sedang menempuh pendidikan tinggi di Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata tentang bentuk dan

ukuran tubuhnya. *Body image* diukur menggunakan skala *body image*. Skala *body image* berisi lima aspek yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan pada bagian tubuh, kecemasan untuk menjadi gemuk pengklasifikasian ukuran tubuh. Semakin tinggi skor yang didapatkan oleh subjek, maka akan semakin tinggi *body imagenya* dan begitupun sebaliknya.

3.3.2. Self Esteem

Self esteem adalah sejauh mana seseorang mengevaluasi dan memandang dirinya sehingga dapat menilai dirinya sendiri dalam sikap positif maupun negatif. *Self esteem* diukur menggunakan skala *self esteem*. Skala *self esteem* berisi dua aspek yaitu kompetensi diri dan menyukai diri sendiri. Semakin tinggi skor yang didapatkan oleh subjek, maka akan semakin tinggi *self esteemnya* dan begitupun sebaliknya.

3.4. Populasi dan Sampling

3.4.1. Populasi

Populasi adalah objek atau subjek yang ditetapkan peneliti yang mempunyai karakteristik tertentu sehingga dapat dipelajari serta dapat ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswi aktif Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata angkatan 2017 - 2020.

3.4.2. Sampling

Sampel merupakan bagian dari jumlah populasi yang memiliki ciri atau karakteristik tertentu. Pada penelitian ini menggunakan teknik sampling yaitu *non probability sampling* melalui *insidental sampling*. *Insidental sampling* merupakan suatu teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang

bertemu dengan peneliti dan sesuai dengan populasi untuk dijadikan sebagai sumber data (Sugiyono, 2016).

3.5. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan cara yang digunakan untuk mengumpulkan atau mendapatkan data (Kurniawan & Puspitaningtyas, 2016). Dalam penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa skala. Skala pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala *body image* dan skala *self esteem*.

Jenis skala yang digunakan adalah skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2016). Skala ini memiliki empat kategori jawaban yaitu; sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Pada pernyataan favorable, jawaban sangat sesuai (SS) diberi skor 4, jawaban sesuai (S) diberi skor 3, jawaban tidak sesuai (TS) diberi skor 2, dan jawaban sangat tidak sesuai (STS) diberi skor 1. Sedangkan pada pernyataan unfavorable, jawaban sangat tidak sesuai (STS) diberi skor 4, jawaban tidak sesuai (TS) diberi skor 3, jawaban sesuai (S) diberi skor 2, dan jawaban sangat sesuai (SS) diberi skor 1.

3.5.1. Skala *Body Image*

Pada skala *body image* menggunakan lima aspek *body image* yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan pada bagian tubuh, kecemasan untuk menjadi gemuk dan pengklasifikasian ukuran tubuh. Skala *body image* terdiri dari 30 item yang dibagi menjadi dua pernyataan yang mendukung (*favorable*) dan tidak mendukung (*unfavorable*). Dibawah ini merupakan tabel skala *body image* mahasiswi Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata.

Tabel 3.1. Blueprint Skala Body Image

Aspek <i>Body Image</i>	Item		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Evaluasi penampilan	3	3	6
Orientasi penampilan	3	3	6
Kepuasan pada bagian tubuh	3	3	6
Kecemasan untuk menjadi gemuk	3	3	6
Pengklasifikasian ukuran tubuh	3	3	6
Total	15	15	30

3.5.2. Skala Self Esteem

Skala *self esteem* menggunakan dua aspek *self esteem* yaitu kompetensi diri dan menyukai diri sendiri. Skala *self esteem* terdiri dari 24 item yang dibagi menjadi dua pernyataan yang mendukung (*favorable*) dan tidak mendukung (*unfavorable*). Dibawah ini merupakan tabel skala *self esteem* Mahasiswi Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata.

Tabel 3.2. Blueprint Skala Self Esteem

Aspek <i>Self Esteem</i>	Item		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Kompetensi diri	6	6	12
Menyukai diri sendiri	6	6	12
Total	12	12	24

3.6. Uji Coba Alat Ukur

3.6.1. Uji Validitas Alat Ukur

Validitas adalah sejauh mana akurasi suatu tes atau skala dalam menjalankan fungsi pengukurannya (Azwar, 2015). Pengukuran yang memiliki validitas yang tinggi apabila dapat menghasilkan data yang akurat sesuai dengan tujuan pengukuran. Uji validitas alat ukur pada penelitian ini menggunakan *product moment* dari Pearson yang dikoreksi dengan menggunakan teknik Part Whole.

3.6.2. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu proses pengukuran dapat dipercaya (Azwar, 2015). Hasil suatu proses pengukuran dapat dipercaya ketika dalam pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama memperoleh hasil yang konsisten, selama aspek yang diukur dalam diri subjek belum berubah. Reliabilitas alat ukur pada penelitian ini menggunakan teknik Alpha Cronbach.

3.7. Metode Analisis Data

Data yang terkumpul pada penelitian ini akan dianalisis dengan menggunakan metode analisis korelasi *Product Moment*. Korelasi *Product Moment* digunakan untuk mengetahui hubungan antara *self esteem* sebagai variabel bebas dan *body image* sebagai variabel tergantung.