

BAB 4

PELAKSANAAN PENGUMPULAN DATA PENELITIAN

4.1 Orientasi Kancan Penelitian

Kancan penelitian harus dipahami terlebih dahulu sebelum sebuah penelitian dimulai. Hal tersebut guna mempersiapkan segala sesuatu yang berkenaan dengan berlangsungnya penelitian. Pada penelitian ini, populasi yang digunakan adalah wanita dewasa awal berusia 18 – 40 tahun yang memiliki IMT >25,1 serta berdomisili di Kota Semarang.

Kota Semarang adalah ibukota Provinsi Jawa Tengah, yang memiliki luas wilayah 373,70 km². Di sisi Utara, Kota Semarang berbatasan langsung dengan Laut Jawa, di sisi Timur dengan Kabupaten Demak, di sisi Barat dengan Kabupaten Kendal, dan di sisi Selatan berbatasan dengan Kabupaten Semarang. Kota Semarang terdiri dari 16 kecamatan dengan jumlah kelurahan sebanyak 117.

Sebagai pusat pemerintahan Provinsi Jawa Tengah, fasilitas yang dimiliki kota ini cukup lengkap. Tersedia fasilitas perbelanjaan, pendidikan, kawasan industri, fasilitas kesehatan dan lain – lain. Termasuk juga fasilitas transportasi, seperti, stasiun kereta api, pelabuhan serta bandara bertaraf internasional.

Menurut data yang dikeluarkan BPS, pada 2020 jumlah penduduk di Kota Semarang adalah 1.653.524 jiwa. Sedangkan berdasarkan data riset kesehatan dasar yang dilakukan setiap lima tahun sekali, pada tahun 2018, prevalensi wanita dewasa yang mengalami obesitas di Kota Semarang sebanyak 34,61%. Jumlah tersebut bahkan lebih tinggi dari prevalensi wanita dewasa yang mengalami obesitas di Provinsi Jawa Tengah, yaitu berjumlah 27,5%.

Selain dari tingginya angka prevalensi wanita dewasa yang mengalami obesitas di Kota Semarang, alasan lain yang mendasari penulis memilih Kota Semarang sebagai kancah penelitian adalah, peneliti berkuliah dan berdomisili di kota tersebut. Penulis juga mengamati terdapat beberapa komunitas berbasis kebugaran yang peminatnya rerata adalah wanita yang mengalami obesitas. Lebih lanjut, dalam komunitas kebugaran tersebut ditemukan permasalahan kurangnya penerimaan diri pada wanita dewasa awal yang mengalami obesitas.

4.2 Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

4.2.1 Perijinan Penelitian

Penelitian ini tidak menggunakan surat ijin penelitian dari fakultas, dikarenakan tidak ada instansi, lembaga, atau komunitas tertentu yang menjadi sasaran sampling. Peneliti langsung membagikan skala yang sudah disusun menggunakan *google form* yang dapat diakses di bit.ly/untukparapuan yang disebarluaskan melalui sosial media, dengan mencantumkan syarat subjek, yaitu wanita, usia 18 – 40 tahun, IMT >25,1, dan berdomisili di Kota Semarang. Di dalam tautan *google form* peneliti juga sudah menyematkan *informed consent* berupa kesediaan subjek untuk mengisi skala tanpa paksaan dari siapapun serta pemberitahuan identitas subjek akan dirahasiakan. Jika subjek bersedia, maka subjek akan langsung dihubungkan pada halaman skala penelitian, jika tidak, maka halaman penelitian tidak akan muncul.

4.2.2 Penyusunan Alat Ukur

Peneliti menggunakan alat ukur berupa skala. Skala yang digunakan adalah skala penerimaan diri dan skala dukungan sosial.

1. Skala Penerimaan Diri

Pada awalnya penulis ingin membuat sendiri skala penerimaan diri berdasarkan aspek – aspek penerimaan diri dari Sheerer, tetapi ketika proses penelitian dimulai, penulis mendapat izin untuk menggunakan *Berger Self – Acceptance Scale (BSAS)* yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Adhyartasari (2018). BSAS yang sudah diadaptasi tersebut kemudian mengalami penyesuaian berdasarkan subjek yang diteliti pada penelitian ini. BSAS merupakan skala likert yang tersusun dari 36 buah pernyataan. BSAS berlandaskan aspek – aspek penerimaan diri dari Shereer yang sudah dimodifikasi oleh Berger. Berikut sebaran item dari skala penerimaan diri dijelaskan pada tabel 4.1.

Tabel 4.1 Sebaran Item Skala Penerimaan Diri

Aspek	Pernyataan		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Berprinsip dan tidak mengikuti standar orang lain		14, 26, 34	3
Percaya akan kemampuan diri	15, 25	1, 6, 22	5
Bertanggungjawab dan siap menerima konsekuensi atas seluruh tindakan		12, 30, 36	3
Bersikap objektif terhadap pujian dan kritik yang ditujukan kepadanya	27	3, 4, 23	4
Menerima segala perasaan, motif, kemampuan, dan keterbatasan yang dimiliki tanpa merasa bersalah	7	8, 20, 24, 31	5
Menganggap diri berharga dan setara dengan orang lain	2, 19, 32	11, 16	5

Menempatkan diri sebagai manusia yang normal		9, 17, 28, 33	4
Tidak mengharapkan dirinya ditolak oleh orang lain	21	10, 18	3
Memperhatikan diri atau tidak merasa malu		5, 13, 29, 35	4
Total	8	28	36

2. Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial yang dibuat, disusun berdasarkan aspek – aspek dukungan sosial yang dikemukakan oleh Sarafino dan Smith (2011). Jumlah keseluruhan pernyataan adalah 16 buah, dengan rincian delapan buah pernyataan *favorable*, dan delapan buah pernyataan *unfavorable*. Berikut sebaran item dari skala dukungan sosial dijelaskan pada tabel 4.2

Tabel 4.2 Sebaran Item Skala Dukungan Sosial

Aspek	Pernyataan		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Emotional Support</i>	14, 16	3, 4	4
<i>Instrumental Support</i>	1, 6	9, 12	4
<i>Informational Support</i>	13, 15	2, 7	4
<i>Companionship Support</i>	10, 11	5, 8	4
Total	8	8	16

4.3 Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan ketika dunia sedang dilanda pandemi Covid19. Pemerintah Indonesia sendiri menetapkan aturan untuk pencegahan dan penanggulangan, termasuk pemberlakuan pembatasan kegiatan untuk

masyarakat. Hal tersebut membuat penelitian semacam ini harus melakukan adaptasi berupa pencarian subjek secara online, dengan memasang poster dan menyebarkan link google form.

Pelaksanaan penelitian berlangsung dalam kurun waktu kurang lebih satu bulan, dimulai dari tanggal 21 Maret 2021 hingga 20 April 2021. Penulis terlebih dahulu mengkonversikan skala – skala yang sudah dibuat ke dalam *google form*, dan membuat tautan khusus yang memudahkan calon subjek untuk membuka skala tersebut.

Penulis mengunggah poster ke beberapa sosial media, seperti Instagram, Facebook, maupun Whatsapp Story secara berkala. Selain itu, peneliti juga meminta bantuan kepada relasi yang dimiliki untuk ikut menyebarkannya. Tujuan dari cara – cara tersebut adalah supaya informasi mengenai pencarian subjek dapat menjangkau calon subjek secara lebih luas.

Terdapat kekurangan dari pengambilan data yang tidak bisa temu muka secara langsung diantaranya adalah, calon subjek sering kali menjadi lupa untuk mengisi skala yang sudah diinformasikan sebelumnya. Penulis membutuhkan waktu yang lebih lama untuk sekedar mengingatkan, karena mementingkan kenyamanan calon subjek agar tidak merasa dipaksa dan diganggu. Kelebihan dari sistem pengambilan data seperti ini adalah subjek tidak merasa terancam karena tidak diketahui identitasnya.

Total keseluruhan jumlah data subjek yang masuk adalah 60 orang. Dalam tahapan penyaringan, terdapat 11 orang yang datanya tidak bisa digunakan karena tidak memenuhi persyaratan yang ada. Peneliti melakukan penyaringan dengan cara mengecek ulang IMT dari setiap subjek. Peneliti melakukan

penghitungan menggunakan rumus IMT, data yang didapat berdasarkan tinggi badan dan berat badan yang sudah diisi sendiri oleh subjek. Tujuan penyaringan ini adalah supaya data yang masuk benar – benar sesuai dengan kebutuhan penelitian. Kebanyakan subjek gugur dikarenakan tidak memenuhi persyaratan usia serta IMT yang diminta. Sebanyak 49 orang menjadi subjek penelitian ini, yang datanya kemudian akan dianalisis.

Metode yang digunakan adalah *try out* terpakai, artinya peneliti akan melakukan satu kali pengambilan data. Data tersebut untuk menguji validitas dan reliabilitas setiap item pada skala penelitian yang sudah dibuat. Setelah itu, item yang valid akan digunakan untuk analisis data. Peneliti memilih menggunakan metode *try out* terpakai, dikarenakan kondisi saat pandemi yang membatasi pertemuan tatap muka sehingga peneliti harus berulang kali mengingatkan lewat sosial media serta demi efisiensi dalam pengolahan data.

4.4 Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

Uji validitas dan reliabilitas alat ukur dilakukan dengan teknik korelasi Product Moment Karl Pearson dengan program Statistical Package for Social Science for Windows versi 20.0. Berikut hasil uji tersebut :

1. Skala Penerimaan Diri

Jumlah item pada skala ini adalah 36 buah, dengan menggunakan data dari 49 subjek peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas. *Cutting point* berdasarkan r table dengan signifikansi 5% adalah 0,2377. Pada putaran pertama, terdapat 28 item valid dan delapan item yang gugur dengan besaran Alpha Cornbach sebesar 0,85.

Pada putaran kedua didapati dua item yang gugur dengan 26 item yang valid dan koefisien Alpha Cornbach sebesar 0,888. Ketika dilakukan uji validitas dan reliabilitas pada putaran ketiga, terdapat satu item yang gugur dan 25 item valid yang memiliki nilai Alpha Cornbach 0,89.

Peneliti kemudian melakukan putaran yang ke – 4, pada putaran kali ini jumlah item yang gugur 1 buah dan item yang valid 24 buah dengan nilai Alpha Cornbach sejumlah 0,891. Dengan menghilangkan satu item, maka peneliti pada putaran ke – 5 mendapatkan hasil akhir berupa 24 buah item valid dan 12 item gugur. Koefisien validitas item skala penerimaan diri berkisar antara 0,85 – 0,89. Uji reliabilitas skala penerimaan diri menunjukkan koefisien Alpha Cornbach sebanyak 0,891. Sebaran item valid dan item gugur dapat dilihat pada tabel 4.3 berikut.

Tabel 4.3 Sebaran Item Valid dan Item Gugur Skala Penerimaan

Diri

Aspek	Pernyataan		Jumlah Item Valid
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Berprinsip dan tidak mengikuti standar orang lain		14, 26*, 34*	1
Percaya akan kemampuan diri	15, 25	1*, 6, 22	4
Bertanggungjawab dan siap menerima konsekuensi atas seluruh tindakan		12, 30*, 36	2
Bersikap objektif terhadap pujian dan kritik yang ditujukan kepadanya	27	3, 4*, 23	3
Menerima segala perasaan, motif, kemampuan, dan	7*	8, 20, 24*, 31*	2

keterbatasan yang dimiliki tanpa merasa bersalah			
Menganggap diri berharga dan setara dengan orang lain	2*, 19*, 32	11, 16	3
Menempatkan diri sebagai manusia yang normal		9, 17*, 28, 33	3
Tidak mengharapkan dirinya ditolak oleh orang lain	21	10, 18	3
Memperhatikan diri atau tidak merasa malu		5, 13, 29, 35*	3
Total Item Valid			24

Keterangan tanda (*) : Item gugur

2. Skala Dukungan Sosial

Jumlah skala dukungan sosial yang dibuat peneliti adalah 16 buah,. Berdasarkan r tabel, dengan menggunakan data subjek sebanyak 49 buah maka nilai *cutting point* yang digunakan adalah 0,2377. Pada putaran pertama, peneliti mendapati dua item gugur dan 14 item valid dengan nilai Alpha Cornbach sebesar 0,753.

Pada putaran selanjutnya terdapat dua item yang gugur dan 12 item valid dengan koefisien Alpha Cornbach 0,766. Peneliti kemudian mengeliminasi item yang gugur dan melakukan putaran yang ketiga. Hasil akhir didapatkan 12 item valid dan 4 item gugur. Koefisien validitas item skala dukungan sosial berkisar antara 0,753 – 0,766. Uji reliabilitas skala dukungan sosial menunjukkan koefisien Alpha Cornbach sebesar 0,77. Sebaran item valid dan item gugur dapat dilihat pada tabel 4.4.

Tabel 4.4 Sebaran Item Valid dan Item Gugur Skala Dukungan Sosial

Aspek	Pernyataan		Jumlah Item Valid
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Emotional Support</i>	14, 16	3, 4	4
<i>Instrumental Support</i>	1*, 6*	9, 12	2
<i>Informational Support</i>	13, 15	2, 7	4
<i>Companionship Support</i>	10*, 11*	5, 8	2
Total Item Valid			12

Keterangan tanda (*) : Item gugur

