

## BAB 3

### METODE PENELITIAN

#### 3.1. Metode Penelitian yang Digunakan

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan harga diri pada perempuan *emerging adult*. Fenomena objektif yang dikaji secara kuantitatif merupakan fokus penelitian dengan pendekatan kuantitatif (Siyoto dan Sodik, 2015). Sukmadinata (dalam Siyoto dan Sodik, 2015) berpendapat bahwa untuk memaksimalkan objektivitas sebuah desain penelitian kuantitatif dapat dilakukan dengan pengolahan statistik menggunakan angka-angka, struktur, serta percobaan terkontrol.

Metode penelitian yang termasuk dalam kategori penelitian kuantitatif bersifat non eksperimental yaitu korelasional, deskriptif, survei, komparatif, dan sebab-akibat. Metode penelitian kuantitatif memiliki karakteristik seperti terencana, sistematis, dan terstruktur dari awal hingga penyusunan desain penelitian. Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional untuk melihat hubungan diantara dua variabel. Penelitian korelasional bukan berarti menjamin adanya kausalitas atau hubungan sebab-akibat, tapi sebab-akibat menjamin adanya korelasi.

### 3.2. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel merupakan konsep yang memiliki variasi atau ragam nilai (Siyoto dan Sodik, 2015). Peneliti menggunakan dua variabel pada penelitian ini, yaitu variabel bebas dan variabel tergantung. Variabel yang digunakan dalam penelitian adalah sebagai berikut:

Variabel Bebas : Citra Tubuh

Variabel Tergantung : Harga Diri

### 3.3. Definisi Operasional Variabel

#### 3.3.1. Citra Tubuh

. Citra tubuh adalah persepsi, pikiran, dan perasaan yang bersifat positif atau negatif terhadap kondisi fisik yang dimiliki. Aspek-aspek citra tubuh menurut Cash (dalam Grogan, 2017) meliputi *appearance evaluation*, *appearance orientation*, *body areas satisfaction scale*, *overweight preoccupation*, serta *self-classified weight*. Citra tubuh dapat diukur dengan skala citra tubuh yang disusun berdasarkan aspek menurut Cash. Semakin tinggi skor, maka semakin positif citra tubuh seseorang.

#### 3.3.2. Harga Diri

Harga diri adalah evaluasi subjektif seseorang atas dirinya sendiri yang meliputi nilai dirinya, perasaan berharga, serta penerimaan diri. Aspek-aspek harga diri yaitu *power* (kekuatan), *significance* (keberartian diri), *virtue* (kebajikan), serta *competence* (kemampuan) (Coopersmith, 1967). Harga diri dapat diukur dengan skala harga diri yang disusun berdasarkan aspek menurut Coopersmith. Semakin tinggi skor, maka semakin tinggi pula harga diri seseorang.

### **3.4. Subjek Penelitian**

#### **3.4.1. Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang meliputi objek atau subjek dengan kuantitas serta karakteristik tertentu yang ditentukan oleh peneliti untuk dikaji dan penarikan kesimpulan (Siyoto dan Sodik, 2015). Karakteristik populasi pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Berjenis kelamin perempuan
- b. Berusia 18 hingga 25 tahun

#### **3.4.2. Sampling**

Penelitian ini menggunakan teknik sampling yaitu *snowball sampling*. *Snowball sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang awalnya berjumlah kecil, dan kemudian membesar. Teknik ini bisa juga dilakukan dengan mengambil sampel berdasarkan penelusuran dari sampel sebelumnya (Siyoto dan Sodik, 2015).

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

#### **3.5.1. Alat Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala Likert.

### 3.5.2. Skoring Skala

Skala-skala yang digunakan dalam penelitian ini memiliki empat alternatif jawaban yang dapat dipilih sesuai kondisi maupun perasaan subjek penelitian. Keempat alternatif jawaban tersebut adalah Sangat Sesuai (4), Sesuai (3), Tidak Sesuai (2), serta Sangat Tidak Sesuai (1). Masing-masing alternatif jawaban memiliki skor. Pada pernyataan yang mendukung aspek (pernyataan *favorable*), jawaban Sangat Sesuai bernilai 4, jawaban Sesuai bernilai 3, jawaban Tidak Sesuai bernilai 2, serta jawaban Sangat Tidak Sesuai bernilai 1. Kemudian, untuk pernyataan yang tidak mendukung aspek (pernyataan *unfavorable*), jawaban Sangat Sesuai bernilai 1, jawaban Sesuai bernilai 2, jawaban Tidak Sesuai bernilai 3, serta jawaban Sangat Tidak Sesuai bernilai 4.

### 3.5.3. *Blueprint* Skala Penelitian

#### a. Skala Harga Diri

Skala untuk variabel tergantung ini disusun berdasarkan aspek *significance*, *power*, *virtue*, dan *competence* (Coopersmith, 1967). Rancangan jumlah item atau *blueprint* yang digunakan oleh peneliti yaitu:

Tabel 3.1: *Blueprint* Skala Harga Diri

No	Aspek	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Power</i>	4	4	8
2	<i>Significance</i>	4	4	8
3	<i>Virtue</i>	4	4	8

4	<i>Competence</i>	4	4	8
Total		16	16	32

Jumlah item untuk masing-masing aspek adalah delapan. Skala harga diri yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari item yang mendukung aspek (*favorable*) dan tidak mendukung aspek (*unfavorable*). Skala harga diri yang digunakan memiliki empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Sesuai (4), Sesuai (3) Tidak Sesuai (2), serta Sangat Tidak Sesuai (1).

b. Skala Citra Tubuh

Skala citra tubuh yang digunakan dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek menurut Cash (dalam Grogan, 2017) *Appearance Evaluation, Appearance Orientation, Body Areas Satisfaction Scale, Overweight Preoccupation, dan Self-Classified Weight*.

Tabel 3.2: *Blueprint* Skala Citra Tubuh

No	Aspek	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Appearance Evaluation</i>	3	3	6
2	<i>Appearance Orientation</i>	3	3	6
3	<i>Body Areas Satisfaction Scale</i>	3	3	6
4	<i>Overweight Preoccupation</i>	3	3	6
5	<i>Self-Classified Weight</i>	3	3	6

Total	15	15	30
-------	----	----	----

Jumlah item untuk masing-masing aspek adalah enam. Skala citra tubuh dalam penelitian ini terdiri dari item-item yang mendukung aspek (pernyataan *favorable*), dan item-item yang tidak mendukung aspek (pernyataan *unfavorable*). Skala citra tubuh yang digunakan memiliki empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Sesuai (4), Sesuai (3) Tidak Sesuai (2), serta Sangat Tidak Sesuai (1).

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

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

Validitas berangkat dari pertanyaan tentang hal yang kita ukur sesuai dengan hal yang seharusnya diukur (Mujis, 2004). Validitas merupakan aspek terpenting dari suatu alat ukur dalam penelitian apapun. Sebagus apapun desain penelitian dan secanggih apapun analisis statistik yang dilakukan, hasilnya tidak akan berarti jika tidak benar-benar mengukur apa yang ingin diukur. Pada penelitian ini, perhitungan validitas yang dilakukan menggunakan *Product Moment* oleh Pearson yang kemudian dikoreksi menggunakan teknik *Part Whole*.

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

Reliabilitas berarti bahwa skor dari suatu alat ukur stabil dan konsisten (Creswell, 2012). Skor harus hampir sama dan konsisten ketika peneliti mengelola instrumen selama beberapa kali serta dilakukan pada waktu yang berbeda. Jika alat ukur mengukur sesuatu yang tidak dapat diandalkan, maka hasil dan kesimpulan

apapun tidak akan dapat dipercaya (Muji, 2004). Penelitian ini menggunakan uji reliabilitas alat ukur dengan teknik *Alpha Cronbach*.

### 3.7. Metode Analisis Data

Penelitian untuk mencari tahu hubungan antara citra tubuh dengan harga diri pada perempuan *emerging adult* ini menggunakan metode analisis data statistik. Metode analisis data statistik pada penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Product Moment* oleh Pearson.

