

BAB 4

PELAKSANAAN PENGUMPULAN DATA PENELITIAN

4.1 Orientasi Kancan Penelitian

Tahap awal yang harus dilakukan peneliti sebelum melaksanakan penelitian, yakni perlunya memahami kancan atau lokasi penelitian. Hal tersebut guna mempersiapkan segala sesuatu yang berkaitan dengan berlangsungnya penelitian. Pada penelitian ini, populasi yang digunakan adalah mahasiswi berusia 18 – 24 tahun serta berdomisili di Kota Semarang.

Kota Semarang adalah ibukota Provinsi Jawa Tengah, yang memiliki luas wilayah 373,8 km², menjadikannya kota metropolitan terbesar kelima di Indonesia setelah Jakarta, Surabaya, Bandung, dan Medan. Sebagai salah satu kota paling berkembang di Pulau Jawa, Kota Semarang mempunyai jumlah penduduk sekitar 2 juta jiwa. 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.

Informasi mengenai diet dapat dengan mudah diakses melalui internet serta media sosial yang ada. Beberapa jenis diet yang ada di media sosial menawarkan hasil yang memuaskan dalam waktu yang singkat, namun hal ini belum diketahui dampaknya bagi kesehatan karena cara cara diet di internet tersebut dapat ditulis oleh siapa saja tanpa adanya kajian dari dokter maupun ahli gizi.

Berdasarkan survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2019-2020, pengguna internet di Indonesia pada kelompok usia 20-24 tahun mencapai 88,5% dimana pada usia tersebut pengguna internet berada pada kategori mahasiswa. Jawa Tengah berada pada peringkat kedua sebagai provinsi dengan jumlah pengguna internet terbesar. Sebagai ibukota di Jawa Tengah serta merupakan wilayah dengan jumlah perguruan tinggi terbanyak, tentu jumlah mahasiswa di kota Semarang tidak sedikit. Dengan jumlah mahasiswa yang banyak serta persentase pengguna internet terbesar dan mudahnya mengakses informasi di internet, memungkinkan banyak mahasiswa di kota Semarang yang mengakses informasi mengenai diet melalui internet tanpa berkonsultasi pada dokter dan melakukan perilaku diet tidak sehat.

Selain itu, berdasarkan penelitian yang dilakukan Nohana, Kusumawati, dan Widjanarko (2020), dari seluruh subjek yang merupakan mahasiswa di Semarang yang mana 78,8% adalah wanita dan 21,2% laki-laki menunjukkan bahwa 49,1% melakukan diet tidak sehat. Selain karena tingginya angka perilaku diet tidak sehat di Kota Semarang, alasan lain yang mendasari peneliti memilih Kota Semarang sebagai kancah penelitian adalah, peneliti mengamati adanya fenomena diet yang didasari atas ketidakpuasan terhadap tubuh yang dilakukan wanita khususnya mahasiswi di lingkungan perkuliahan di Kota Semarang.

4.2 Persiapan Pengumpulan Data Penelitian

4.2.1 Perijinan

Permohonan izin penelitian dilakukan setelah ada persetujuan dari dosen pembimbing mengenai alat ukur penelitian. Surat permohonan ini dibuat oleh staff tata usaha Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata dan

disetujui oleh Kepala Program Studi Fakultas Psikologi (Kaprodi) dengan nomor surat 0495/B.7.3/FP/II/2022 tanggal 18 Februari 2022 kepada subyek yaitu mahasiswi di kota Semarang. Peneliti langsung membagikan skala yang sudah disusun menggunakan *google form* yang dapat diakses di

<https://docs.google.com/forms/d/17jPEwMUzSPCbZ5einwMvnXKcmSi5qAmS7ktp6ITeyU0/edit?chromeless=1> yang disebarluaskan melalui sosial media, dengan mencantumkan syarat subjek, yaitu mahasiswi, usia 18 – 24 tahun, sedang diet, 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.

4.2.2 Penyusunan alat ukur

Penelitian ini menggunakan dua alat ukur berupa skala, yakni skala Ketidakpuasan Tubuh dan skala Perilaku Diet Tidak Sehat. Penyusunan dari masing-masing skala diuraikan sebagai berikut :

a. Skala Ketidakpuasan Tubuh

Skala ketidakpuasan tubuh disusun berdasarkan aspek ketidakpuasan tubuh yaitu *self perception of body shape, comparative perception of body image, attitude concerning body image alteration, dan severe alteration in body perception*. Skala ketidakpuasan tubuh ini memiliki dua macam item, *favorable* dan *unfavorable*. Penilaian jawaban untuk item *favorable* ini menggunakan 4 pilihan jawaban pada skala ketidakpuasan tubuh yaitu STS (sangat tidak sesuai), TS (tidak sesuai), S (sesuai), dan SS (sangat sesuai). Penilaian yang akan dilakukan terhadap

item-item tersebut adalah memberikan nilai 1 pada jawaban STS (sangat tidak sesuai), nilai 2 pada jawaban TS (tidak sesuai), nilai 3 pada jawaban S (sesuai), dan nilai 4 pada jawaban SS (sangat sesuai). Sedangkan penilaian jawaban *unfavorable* adalah 1 untuk pilihan jawaban (sangat sesuai), 2 untuk pilihan jawaban S (sesuai), 3 untuk pilihan jawaban TS (tidak sesuai), dan 4 untuk pilihan jawaban STS (sangat tidak sesuai).

Tabel 4.1 Sebaran Item skala Ketidakpuasan Tubuh

Aspek	Item		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>self perception of body shape</i>	1,9,17,25	5,13,21,29	8
<i>comparative perception of body image</i>	2,10,18,26	6,14,22,30	8
<i>attitude concerning body image alteration</i>	3,11,19,27	7,15,23,31	8
<i>severe alteration in body perception</i>	4,12,20,28	8,16,24,32	8
Jumlah	16	16	32

b. Skala Perilaku Diet Tidak Sehat

Skala perilaku diet tidak sehat disusun berdasarkan aspek perilaku diet tidak sehat, yaitu intensitas, frekuensi, dan durasi yang telah disusun oleh peneliti. Skala memiliki dua macam item, *favorable* dan *unfavorable*. Penilaian jawaban untuk item *favorable* ini menggunakan 4 pilihan jawaban pada skala perilaku diet tidak sehat yaitu STS (sangat tidak sesuai), TS (tidak sesuai), S (sesuai), dan SS (sangat sesuai). Penilaian yang akan dilakukan terhadap item-item tersebut adalah memberikan nilai 1 pada jawaban STS (sangat tidak sesuai), nilai 2 pada jawaban TS (tidak sesuai),

nilai 3 pada jawaban S (sesuai), dan nilai 4 pada jawaban SS (sangat sesuai). Sedangkan penilaian jawaban *unfavorable* adalah 1 untuk pilihan jawaban (sangat sesuai), 2 untuk pilihan jawaban S (sesuai), 3 untuk pilihan jawaban TS (tidak sesuai), dan 4 untuk pilihan jawaban STS (sangat tidak sesuai).

Tabel 4.2 Sebaran Item skala Perilaku Diet Tidak Sehat

Aspek	Item		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Intensitas	1,7,13,15,17,19	4,10,14,16,18,20	12
Frekuensi	2,8	5,11	4
Durasi	3,9	6,12	4
Jumlah	10	10	20

4.3 Uji Coba Alat Ukur

Sebelum melaksanakan pengumpulan data penelitian, peneliti terlebih dahulu melakukan uji coba terhadap alat ukur yang hendak digunakan. Uji coba dilakukan guna mengetahui validitas serta reliabilitas dari alat ukur tersebut. Selain itu, uji coba juga dilakukan untuk memperkecil kemungkinan adanya item-item pernyataan yang sulit dimengerti oleh subjek penelitian. Uji coba dilaksanakan mulai tanggal 21 Februari 2022 yang disebarluaskan melalui sosial media, dengan mencantumkan syarat subjek, yaitu mahasiswi, usia 18 – 24 tahun, sedang diet, dan berdomisili di Kota Semarang. Skala dibagikan lewat *Google Form* dikarenakan kegiatan belajar mengajar dilakukan secara daring selama pandemi COVID-19. Jumlah data yang masuk adalah sebanyak 75 jawaban responden.

Setelah pelaksanaan uji coba alat ukur, peneliti melakukan skoring dan membuat tabulasi data hasil skala uji coba untuk kemudian dilakukan penghitungan data. Hasil analisis validitas dan reliabilitas alat ukur sebagai berikut:

1. Uji Coba Skala Ketidakpuasan Tubuh

Berdasarkan hasil penghitungan validitas terhadap skala ketidakpuasan tubuh dari 75 subjek diperoleh hasil bahwa keseluruhan dari 32 item terdapat 8 item yang gugur dengan taraf signifikansi sebesar 5% dengan kisaran koefisien 0,275 – 0,767.

Tabel 4.3 Sebaran Item valid dan gugur skala Ketidakpuasan Tubuh

Aspek	Item		Jumlah	Item Valid	Item Gugur
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>			
<i>self perception of body shape</i>	1, 9*, 17, 25	5, 13*, 21, 29	8	6	2
<i>comparative perception of body image</i>	2, 10, 18, 26	6*, 14, 22*, 30	8	6	2
<i>attitude concerning body image alteration</i>	3, 11, 19, 27*	7, 15*, 23, 31*	8	5	3
<i>severe alteration in body perception</i>	4, 12, 20, 28	8, 16*, 24, 32	8	7	1
Jumlah	16	16	32	24	8

Keterangan : nomor item dengan tanda bintang (*) adalah item yang gugur.

Setelah diperoleh item valid dan gugur, kemudian skala disusun kembali dengan menghapus item gugur dari skala Ketidakpuasan Tubuh dan menyusun kembali skala tersebut.

Tabel 4.4 Sebaran Item baru skala Ketidakpuasan Tubuh yang telah valid

Aspek	Item		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>self perception</i>	1,12(17),19(25)	5,16(21),22(29)	6

Aspek	Item		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>of body shape</i>			
<i>comparative perception of body image</i>	2,8(10),13(18),20(26)	11(14),23(30)	6
<i>attitude concerning body image alteration</i>	3,9(11),14(19),	6(7),17(23)	5
<i>severe alteration in body perception</i>	4,10(12),15(20),21(28)	7(8),18(24),24(32)	7
Jumlah	14	10	24

Keterangan: Tanda (), merupakan nomor item lama

Koefisien reliabilitas alpha skala ketidakpuasan tubuh yaitu sebesar 0,927.

Alat ukur ini tergolong reliabel sehingga dapat digunakan dalam penelitian ini.

2. Uji Coba Skala Perilaku Diet Tidak Sehat

Berdasarkan hasil penghitungan validitas terhadap skala perilaku diet tidak sehat dari 75 subjek diperoleh hasil bahwa dari 20 item terdapat 19 item valid dan 1 item yang gugur dengan taraf signifikansi 5% dengan kisaran koefisien 0,211-0,687.

Berikut ini merupakan tabel nomor item yang valid dan nomor item yang gugur pada skala Perilaku Diet Tidak Sehat:

Tabel 4.5 Sebaran Item valid dan gugur Skala Perilaku diet tidak sehat

Aspek	Item		Jumlah	Item Valid	Item Gugur
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>			
Intensitas	1,7,13*,15,17,19	4,10,14,16,20	12	11	1
Frekuensi	2,8	5,11	4	4	0
Durasi	3,9	6,12	4	4	0
Jumlah	10	10	20	19	1

Keterangan : Nomor item dengan tanda (*) adalah item yang gugur.

Setelah diperoleh item valid dan gugur, kemudian skala disusun kembali dengan menghapus item gugur dari skala Perilaku Diet Tidak Sehat dan menyusun kembali skala tersebut

Tabel 4.6 Sebaran Item baru skala Perilaku diet yang telah valid

Aspek	Item		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Intensitas	1,7,14(15),16(17),18(19)	4,10,13(14),15(16),17(18),19(20)	11
Frekuensi	2,8	5,11	4
Durasi	3,9	6,12	4
Jumlah	9	10	19

Keterangan: Tanda (), merupakan nomor item lama

Koefisien reliabilitas alpha skala perilaku diet tidak sehat yaitu sebesar 0,867. Alat ukur ini tergolong reliabel sehingga dapat digunakan dalam penelitian ini.

4.4 Pengumpulan Data Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di saat pandemi Covid-19. Pemerintah Indonesia sendiri menetapkan aturan untuk pencegahan dan penanggulangan, termasuk pemberlakuan pembatasan kegiatan untuk masyarakat. Hal tersebut membuat peneliti harus melakukan pengumpulan data secara online, dengan menyebarkan link *google form* di sosial media.

Setelah melakukan uji coba dan didapatkan skala baru yang telah peneliti hilangkan *item-item* gugurnya, peneliti kemudian menyusun kembali item-item yang valid ke dalam skala yang baru dan kemudian peneliti mengkonversikan skala – skala yang sudah dibuat ke dalam *google form*. Pelaksanaan penelitian dimulai dari tanggal 5 Maret 2022 dan hingga tanggal 14 Maret 2022. Skala disebar melalui media sosial, Line grup serta Whatsapp grup. Selain itu, peneliti juga meminta bantuan kepada relasi yang dimiliki untuk ikut menyebarkan. Tujuan dari cara – cara tersebut adalah supaya informasi mengenai pencarian subjek dapat menjangkau calon subjek secara lebih luas. Dari keseluruhan data responden yang masuk yaitu 145, hanya 137 subjek yang memenuhi kriteria data penelitian..

Berikut merupakan rincian jumlah subjek yang berhasil diperoleh peneliti selama pelaksanaan pengumpulan data penelitian :

Tabel 4.7 Jumlah subjek penelitian

No.	Angkatan	Jumlah
1.	2015	13
2.	2016	23
3.	2017	20
4.	2018	24
5.	2019	34
6.	2020	18

7.	2021	5
	Total	137

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa subjek penelitian yang digunakan sebanyak 137 subjek. Setelah melakukan pengumpulan data dan skala telah diisi oleh subjek, kemudian peneliti melakukan melakukan skoring. Langkah-langkah skoring dilakukan dengan memberikan skor kepada masing-masing jawaban yang telah diisi oleh responden dengan rentang satu sampai empat pada skala ketidakpuasan tubuh dan skala perilaku diet tidak sehat dengan memperhatikan sifat *item favorable* (mendukung) dan *unfavorable* (tidak mendukung). Setelah skoring selesai, kemudian dilakukan tabulasi data pada skala ketidakpuasan tubuh dan skala perilaku diet tidak sehat.

