

## **BAB 3**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Metode Penelitian yang Digunakan**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan kecemasan penampilan sosial di media sosial pada individu dewasa awal melalui mediator harga diri. Menurut Creswell (2010), penelitian kuantitatif dapat menguji teori-teori tertentu secara deduktif dengan cara meneliti hubungan antar variabel. Masih dalam referensi yang sama, data yang diperoleh dalam bentuk angka diolah dan dianalisis dengan statistika yang nantinya dapat digeneralisasikan. Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional untuk melihat hubungan antara ketiga variabel.

#### **3.2 Identifikasi Variabel Penelitian**

Peneliti menggunakan tiga variabel pada penelitian ini, yaitu variabel bebas, variabel mediator, dan variabel tergantung. Variabel yang digunakan dalam penelitian adalah sebagai berikut:

Variabel Bebas : Citra Tubuh

Variabel Mediator : Harga Diri

Variabel Tergantung : Kecemasan Penampilan Sosial di Media Sosial

### **3.3 Definisi Operasional Variabel**

#### **3.3.1. Citra Tubuh**

Citra tubuh adalah penilaian individu tentang tubuhnya meliputi bentuk, berat, serta penampilan tubuh. Citra tubuh diukur dengan skala citra tubuh yang disusun oleh penulis berdasarkan aspek-aspek citra tubuh yaitu mengevaluasi penampilan, aspek sosial budaya, persepsi terhadap penampilannya dan orientasi penampilan. Semakin tinggi skor, maka semakin positif citra tubuh pada individu pengguna media sosial fase dewasa awal, demikian pula sebaliknya.

#### **3.3.2. Harga Diri**

Harga diri adalah respon positif ataupun negatif terhadap diri sendiri sebagai individu yang berharga. Pengukuran harga diri dilakukan dengan skala harga diri yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek harga diri yaitu kekuasaan, keberartian, kebajikan, dan kompetensi. Harga diri dapat diukur dengan skala harga diri yang disusun berdasarkan aspek dan pengembangan alat ukur harga diri menurut Coopersmith. Semakin tinggi skor, maka semakin positif harga diri pada individu pengguna media sosial fase dewasa awal, demikian pula sebaliknya.

#### **3.3.3. Kecemasan Penampilan Sosial di Media Sosial**

Kecemasan penampilan sosial di media sosial adalah suatu bentuk gangguan perasaan dengan kekhawatiran mendalam dan berlanjut dengan membanding-bandingkan penampilannya terhadap orang lain dan merasa hanya dirinya yang lebih buruk berdasarkan foto atau video yang dibagikan di media sosial pada individu berusia antara 18 hingga 25 tahun. Kecemasan penampilan sosial di media sosial diukur dengan skala kecemasan penampilan sosial di media

sosial yang disusun oleh penulis berdasarkan aspek-aspek kecemasan penampilan sosial yaitu adanya perasaan cemas mendapatkan evaluasi negatif dari orang lain tentang penampilan, menghindari dari lingkungan/orang yang membuatnya tertekan, standar terlampau tinggi, dan memiliki keyakinan yang tidak rasional. Semakin tinggi skor, maka semakin positif kecemasan penampilan sosial pada individu pengguna media sosial fase dewasa awal, demikian pula sebaliknya.

### **3.4 Subjek Penelitian**

#### **3.4.1. Populasi**

Populasi adalah unsur yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan dapat digeneralisasikan juga dapat ditarik kesimpulan (Sujarweni & Endrayanto, 2012). Karakteristik populasi pada penelitian ini adalah:

- a. Berusia 18 hingga 25 tahun
- b. Pengguna media sosial
- c. Berdomisili di Jawa Tengah

#### **3.4.2. Sampling**

Sampel adalah bagian dari unsur yang ada dalam populasi (Sugiyono, 2013). Penelitian ini menggunakan teknik *nonprobability sample* yaitu *incidental sampling*. Masih dalam referensi yang sama, *incidental sampling* merupakan penarikan sampel yang dilakukan dengan cara mengumpulkan orang yang bersedia dalam proses pengambilan data.

### 3.5 Metode Pengumpulan Data

#### 3.5.1. Alat Pengumpulan Data

Skala Likert menjadi metode pengumpulan data pada penelitian ini.

#### 3.5.2. Skoring Skala

Skala yang digunakan dalam penelitian ini memiliki empat alternatif jawaban yang dapat dipilih sesuai kondisi dan perasaan subjek. Keempat alternatif jawaban tersebut adalah Sangat Tidak Sesuai (1), Tidak Sesuai (2), Sesuai (3), Sangat Sesuai (4) untuk pernyataan *favorable* (pernyataan yang mendukung aspek). Adapun pernyataan *unfavorable* (pernyataan yang tidak mendukung aspek) dengan jawaban Sangat Tidak Sesuai bernilai (4), Tidak Sesuai bernilai (3), Sesuai bernilai (2), dan Sangat Tidak Sesuai bernilai (1).

#### 3.5.3. *Blueprint* Skala Penelitian

a. Skala Citra Tubuh

Skala untuk variabel bebas ini disusun berdasarkan aspek evaluasi penampilan, aspek sosial budaya, persepsi terhadap penampilannya, dan orientasi penampilan. Rancangan jumlah item atau *blueprint* yang digunakan oleh peneliti yaitu:

Tabel 3.1: *Blueprint* Skala Citra Tubuh

No.	Aspek	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>		
1.	Evaluasi penampilan	4		4
2.	Budaya sosial	4		4
3.	Persepsi terhadap penampilan	4		4
4.	Orientasi penampilan	4		4
Total				16

Jumlah item untuk masing-masing aspek adalah empat. Skala citra tubuh yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari item yang mendukung aspek (*favorable*).

b. Skala Harga Diri

Skala untuk variabel mediator ini disusun berdasarkan aspek kekuasaan, keberartian, kebajikan, dan kompetensi. Rancangan jumlah item atau *blueprint* yang digunakan oleh peneliti yaitu:

Tabel 3.2: *Blueprint* Skala Harga Diri

No.	Aspek	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Kekuasaan	2	1	3
2.	Keberartian	2	1	3
3.	Kebajikan	2	1	3
4.	Kompetensi	2	1	3
Total				12

Jumlah item untuk masing-masing aspek adalah tiga. Skala harga diri yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari item yang mendukung aspek (*favorable*) dan item yang tidak mendukung aspek (*unfavorable*).

c. Skala Kecemasan Penampilan Sosial di Media Sosial

Skala untuk variabel tergantung ini disusun berdasarkan aspek adanya perasaan khawatir mendapatkan evaluasi negatif dari orang lain

tentang penampilan, menghindari dari lingkungan/orang yang membuatnya tertekan, standar terlampau tinggi, dan memiliki keyakinan yang tidak rasional. Rancangan jumlah item atau *blueprint* yang digunakan oleh peneliti yaitu:

Tabel 3.3: *Blueprint* Skala Kecemasan Penampilan Sosial di Media Sosial

No.	Aspek	Item	Jumlah
		<i>Favorable</i>	
1.	Perasaan cemas mendapatkan evaluasi negatif dari orang lain tentang penampilan	2	2
2.	Menghindar dari lingkungan/orang yang membuatnya tertekan	2	2
3.	Standar terlampau tinggi	2	2
4.	Memiliki keyakinan yang tidak rasional	2	2
Total			8

Jumlah item untuk masing-masing aspek adalah dua. Skala kecemasan penampilan sosial di media sosial pada individu dewasa awal yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari item yang mendukung aspek (*favorable*).

### 3.6. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

#### 3.6.1. Validitas Alat Ukur

Validitas merupakan kesepakatan antara nilai tes atau pengukuran dan kualitasnya yang dapat dipercaya untuk mengukur (Kaplan & Saccuzzo, 2012). Maka dari itu, peneliti menggunakan uji validitas dan dikoreksi menggunakan *part whole*. Pengujian validitas ini dibantu dengan program komputer yang bernama JASP (*Jeffrey's Amazing Statistics Program*).

### 3.6.2. Reliabilitas Alat Ukur

Selain uji validitas sebagai pengukuran ketepatan penggunaan alat ukur, diperlukan juga hasil yang ajeg dan dapat diandalkan (Kaplan & Saccuzzo, 2012). Pengujian yang dilakukan menggunakan teknik koefisien *Alpha Cronbach* pada kedua alat ukur yang digunakan dalam penelitian, yaitu Skala Citra Tubuh, Skala Harga Diri, dan Skala Kecemasan Penampilan Sosial di Media Sosial pada Individu Dewasa Awal. Skor reliabilitas antara 0 hingga 1, semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi pula tingkat reliabilitasnya (Azwar, 2004). Pengujian reliabilitas menggunakan program JASP.

### 3.7. Metode Analisis Data

Penelitian yang bertujuan untuk mencari tahu hubungan antara citra tubuh dan kecemasan penampilan sosial di media sosial pada individu dewasa awal melalui mediator harga diri ini menggunakan analisis data statistik. Metode analisis data statistik pada penelitian ini menggunakan teknik analisis mediator pada program JASP.