

BAB 4

PELAKSANAAN PENGUMPULAN DATA PENELITIAN

4.1. Orientasi Kancan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan langsung maupun tidak langsung antara citra tubuh terhadap kecemasan penampilan sosial di media sosial melalui mediator harga diri pada individu dewasa awal. Populasi penelitian ini memiliki kriteria yaitu individu berusia 18 hingga 25 tahun. Subjek dari penelitian ini adalah individu berusia 18 hingga 25 tahun, pengguna media sosial, dan berdomisili di Jawa Tengah. Dasar pertimbangan peneliti mengambil populasi tersebut yaitu:

1. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kecemasan penampilan sosial lebih sering dilakukan dengan subjek remaja, bukan dewasa awal.
2. Tidak ada penelitian yang spesifik merujuk pada kecemasan penampilan sosial di media sosial pada dewasa awal di suatu wilayah tertentu.
3. Wawancara terbuka kepada empat subjek di Jawa Tengah telah dilakukan peneliti sebagai data awal pemilihan subjek dewasa awal.

4.2. Persiapan Pengumpulan Data

Peneliti melakukan beberapa persiapan seperti penyusunan alat ukur dan surat permohonan izin penelitian.

4.2.1. Penyusunan Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan alat ukur berupa skala. Ada tiga skala dalam penelitian ini yaitu: skala kecemasan penampilan sosial, skala harga diri, dan skala citra tubuh.

a. Skala Citra Tubuh

Skala citra tubuh pada penelitian ini disusun berdasarkan aspek evaluasi penampilan, aspek sosial budaya, persepsi terhadap penampilannya, dan orientasi penampilan. Skala ini memiliki 16 item total yang seluruhnya merupakan item *favorable* (pernyataan yang mendukung aspek). Tabel 4.1 menjelaskan sebaran nomor item pada skala citra tubuh yang disusun oleh peneliti.

Tabel 4.1: Sebaran nomor item Skala Citra Tubuh

No.	Aspek	Item	Jumlah
		<i>Favorable</i>	
1.	Evaluasi penampilan	1, 8, 9, 16	4
2.	Budaya sosial	2, 7, 12, 15	4
3.	Persepsi terhadap penampilan	3, 6, 10, 13	4
4.	Orientasi penampilan	4, 5, 11, 14	4
Total			16

b. Skala Harga Diri

Skala harga diri pada penelitian ini disusun berdasarkan aspek kekuasaan, keberartian, kebajikan, dan kompetensi. Skala ini memiliki 12 item total, yang diantaranya merupakan item *favorable* (pernyataan yang mendukung aspek) sebanyak 8 item dan item *unfavorable* (pernyataan yang tidak mendukung aspek) sebanyak 4 item. Tabel 4.2 menjelaskan sebaran nomor item pada skala harga diri yang disusun oleh peneliti.

Tabel 4.2: Sebaran nomor item Skala Harga Diri

No.	Aspek	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	UnFavorable	
1.	Kekuasaan	4, 8	1	3
2.	Keberartian	5, 9	12	3
3.	Kebajikan	6, 11	3	3
4.	Kompetensi	7, 10	2	3
Total		8	4	12

c. Skala Kecemasan Penampilan Sosial

Skala kecemasan penampilan sosial pada penelitian 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. Skala ini memiliki 8 item total yang seluruhnya merupakan item favorable (pernyataan yang mendukung aspek). Tabel 4.3 menjelaskan sebaran nomor item pada skala kecemasan penampilan sosial yang disusun oleh peneliti.

Tabel 4.3: Sebaran nomor item Skala Kecemasan Penampilan Sosial

No.	Aspek	Item	Jumlah
		<i>Favorable</i>	
1.	Perasaan cemas mendapatkan evaluasi negatif dari orang lain tentang penampilan	7, 4	2
2.	Menghindar dari lingkungan/orang yang membuatnya tertekan	3, 6	2
3.	Standar terlampau tinggi	2, 8	2
4.	Memiliki keyakinan yang tidak rasional	1, 5	2
Total			8

4.2.2. Perizinan Penelitian

Peneliti mengajukan surat perizinan penelitian kepada TU (Tata Usaha) dari Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata. Surat permohonan perizinan

ini berisi tentang pengambilan data penelitian yang telah disetujui Kaprogdi (Kepala Program Studi). Surat perizinan ini telah diterbitkan oleh pihak fakultas dengan nomor surat 0887/B.7.3/FP/II/2023.

4.3. Uji Coba Alat Ukur

Peneliti melakukan uji coba (*try out*) alat ukur terlebih dahulu untuk mengetahui besaran validitas dan reliabilitas alat ukur untuk penelitian. Alat ukur yang diuji coba adalah citra tubuh, harga diri, dan kecemasan penampilan sosial di media sosial. Uji coba ini dibagikan kepada 39 mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata usia 18 hingga 25 tahun pada tanggal 30 November 2022. Sebanyak 39 eksemplar skala yang diberikan dalam satu paket berisikan skala kecemasan penampilan sosial, harga diri, dan citra tubuh diisikan oleh tiap individu secara penuh.

Data yang diperoleh kemudian ditabulasikan untuk diujikan validitas dan reliabilitasnya. Uji data tersebut diolah menggunakan JASP dengan teknik korelasi dikoreksi dengan *part whole* untuk validitasnya dan teknik koefisien *Alpha Cronbach* untuk reliabilitasnya. Berikut adalah hasil validitas dan reliabilitas ketiga alat ukur yang diuji coba:

a. Validitas dan reliabilitas skala uji coba citra tubuh

Hasil validitas skala uji coba citra tubuh menunjukkan bahwa lima dari 16 item tidak valid ($r_{hitung} < 0,316$). Tabel 4.4 merupakan tabel sebaran item valid dan gugur pada skala ini. Hasil reliabilitas skala uji coba citra tubuh menunjukkan bahwa skala ini valid dan reliabel. Pernyataan tersebut diperjelas dari perhitungan reliabilitas menggunakan *Alpha Cronbach* dengan

skor 0,733. Hasil item yang valid memiliki nilai koefisien terendah yaitu 0,325 dan tertinggi yaitu 0,643. Hasil validitas dan reliabilitas dari uji coba alat ukur citra tubuh selengkapnya dapat dilihat pada Lampiran C.1.

Tabel 4.4: Sebaran item valid dan gugur Skala Citra Tubuh

No.	Aspek	Item		Jumlah item valid
		<i>Favorable</i>		
1.	Evaluasi penampilan	1*, 8, 9, 16		3
2.	Budaya sosial	2*, 7*, 12, 15*		1
3.	Persepsi terhadap penampilan	3, 6, 10*, 13		3
4.	Orientasi penampilan	4, 5, 11, 14		4
Total				11

Keterangan : (*) merupakan item gugur

b. Validitas dan reliabilitas skala uji coba harga diri

Hasil validitas skala uji coba harga diri menunjukkan bahwa lima dari 12 item tidak valid. Tabel 4.5 merupakan tabel sebaran item valid dan gugur pada skala ini. Hasil reliabilitas skala uji coba harga diri menunjukkan bahwa skala ini valid dan reliabel. Pernyataan tersebut diperjelas dari perhitungan reliabilitas menggunakan *Alpha Cronbach* dengan skor 0,679. Hasil item yang valid memiliki nilai koefisien terendah yaitu 0,329 dan tertinggi yaitu 0,742. Hasil validitas dan reliabilitas dari uji coba alat ukur harga diri selengkapnya dapat dilihat pada Lampiran C.2.

Tabel 4.5: Sebaran item valid dan gugur Skala Harga Diri

No.	Aspek	Item		Jumlah item valid
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Kekuasaan	4, 8*	1*	1
2.	Keberartian	5, 9	12*	2
3.	Kebajikan	6, 11	3*	2
4.	Kompetensi	7, 10	2*	2
Total				7

Keterangan : (*) merupakan item gugur

c. Validitas dan reliabilitas skala uji coba kecemasan penampilan sosial di media sosial

Hasil validitas skala uji coba kecemasan penampilan sosial di media sosial menunjukkan bahwa tiga dari 8 item tidak valid. Tabel 4.6 merupakan tabel sebaran item valid dan gugur pada skala ini. Hasil reliabilitas skala uji coba kecemasan penampilan sosial di media sosial menunjukkan bahwa skala ini valid dan reliabel. Pernyataan tersebut diperjelas dari perhitungan reliabilitas menggunakan *Alpha Cronbach* dengan skor 0.804. Hasil item yang valid memiliki nilai koefisien terendah yaitu 0,454 dan tertinggi yaitu 0,845. Hasil validitas dan reliabilitas dari uji coba alat ukur kecemasan penampilan sosial di media sosial selengkapnya dapat dilihat pada Lampiran C.3.

Tabel 4.6: Sebaran item valid dan gugur Skala Kecemasan Penampilan Sosial di media sosial

No.	Aspek	Item <i>Favorable</i>	Jumlah item valid
1.	Perasaan cemas mendapatkan evaluasi negatif dari orang lain tentang penampilan	7, 4*	1
2.	Menghindar dari lingkungan/orang yang membuatnya tertekan	3, 6*	1
3.	Standar terlampau tinggi	2, 8*	1
4.	Memiliki keyakinan yang tidak rasional	1, 5	2
Total			5

Keterangan : (*) merupakan item gugur

4.4. Pelaksanaan Pengumpulan Data

Setelah dilakukan uji reliabilitas dan validitas skala-skala penelitian, maka nomor-nomor item disusun kembali dengan menghapus item-item yang

dinyatakan gugur. Pengumpulan data dilaksanakan pada 2-7 Desember 2022 yang melibatkan 139 individu pengguna media sosial berusia 18-25 tahun dan berdomisili di Jawa Tengah dengan cara membagikan *link google form* kepada responden yang peneliti temui. Peneliti melakukan proses tabulasi di *microsoft excel* dan mengolah data menggunakan JASP.

