

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis penelitian

Sugiyono (2013) mengemukakan bahwa metode kuantitatif merupakan suatu metode penelitian yang digunakan untuk menguji populasi atau sampel tertentu. Teknik pengambilan data *survey* merupakan salah satu teknik yang digunakan untuk memperoleh data dari tempat tertentu secara alamiah atau bukan buatan, namun peneliti tetap melakukan perlakuan dalam pengumpulan data seperti menyebar kuesioner, melakukan tes, ataupun wawancara terstruktur (Sugiyono, 2013). Penelitian ini akan menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan teknik pengambilan data *survey* atau memberikan sejumlah pertanyaan kepada subjek yang kemudian hasil dari pertanyaan tersebut akan disimpulkan dalam bentuk tabel, grafik, dan persentase.

Pendekatan korelasional bersifat sebab dan akibat serta digunakan untuk melihat apakah terdapat hubungan diantara kedua variabel yang akan diteliti. Variabel akan diuji untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dari variabel bebas (sebab) terhadap variabel terikat (akibat). Peneliti menggunakan pendekatan ini sebab ingin mencari apakah terdapat korelasi atau hubungan antara *body image* dengan kecemasan pada pengguna media sosial Instagram.

3.2 Identifikasi dan Definisi Operasional Variabel

3.2.1 Identifikasi Variabel

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang digunakan yaitu satu variabel dependen atau variabel tergantung (Y) dan satu variabel independen atau bebas (X). Berdasarkan uraian sebelumnya, maka variabel dalam penelitian ini dapat ditentukan sebagai berikut:

- a. Variabel Bebas (X): *Body Image*.
- b. Variabel Tergantung (Y): Kecemasan pengguna media sosial Instagram.

3.2.2 Definisi Operasional

Definisi operasional adalah definisi yang diinterpretasikan berdasarkan pada karakteristik yang dapat diamati, atau menafsirkan suatu konsep variabel menjadi instrument alat ukur. Selain itu, definisi operasional memiliki penekanan pada kata 'dapat diobservasi' (Kurniawan & Puspitaningtyas, 2016). Dalam penelitian ini, definisi operasionalnya meliputi:

a. *Body image*

Body image merupakan sikap yang bersifat subjektif, baik dari segi keindahan, bentuk, maupun ukuran tubuh seseorang. *Body image* memiliki cakupan pengertian yang luas, meliputi persepsi, pikiran, dan perasaan individu terhadap tubuhnya. Persepsi dan pikiran berkaitan dengan pandangan seseorang akan tubuhnya, penilaian seputar kondisi fisik, dan pemikiran akan pandangan orang lain terhadap kondisi fisiknya. Sedangkan perasaan berkaitan dengan pandangan tersebut. Perasaan yang timbul dapat berupa perasaan positif, negatif atau keduanya. Alat ukur yang akan digunakan adalah alat ukur Skala *Body Image* dan akan disusun berdasarkan komponen-komponen *body image* yaitu evaluasi penampilan (*appearance evaluation*), orientasi penampilan (*appearance orientation*), kepuasan terhadap bagian tubuh (*body area satisfaction*), kecemasan menjadi gemuk (*overweight preoccupation*), dan pengkategorian ukuran tubuh (*self-classified weight*). Dalam skala yang digunakan, semakin tinggi skor yang diperoleh subjek, maka akan semakin tinggi *body image* subjek tersebut. Berlaku sebaliknya, semakin rendah skor maka semakin rendah *body image* subjek tersebut.

b. Kecemasan

Kecemasan merupakan suatu bentuk respon dari ancaman yang menimbulkan emosi tidak menyenangkan, dimana individu merasa khawatir, tidak berdaya, tidak aman, dan percaya bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi di masa depan. Kecemasan yang tidak ditangani dan sudah berada pada tingkat yang tidak normal dapat mengganggu aktivitas dan fungsi sehari-hari seseorang. Variabel kecemasan dalam penelitian ini akan menggunakan Skala Kecemasan yang telah disusun berdasarkan tiga aspek kecemasan yaitu perilaku, kognitif dan afektif. Dalam skala yang digunakan, semakin tinggi skor yang diperoleh subjek, maka akan semakin tinggi kecemasan subjek tersebut. Berlaku

sebaliknya, semakin rendah skor maka semakin rendah kecemasan subjek tersebut.

3.3 Subjek Penelitian

3.3.1 Populasi

Sugiyono (2013) menyatakan bahwa populasi terdiri dari subjek atau objek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi mencakup keseluruhan karakteristik subjek dan objek, bukan hanya jumlahnya.

Adapun kriteria populasi dalam penelitian ini, diantaranya:

- a. Pengguna aktif media sosial Instagram
- b. Berusia 18-24 tahun

3.3.2 Sampling

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik populasi. Sampel yang digunakan harus bersifat mewakili atau representatif (Sugiyono, 2013). Penelitian ini menggunakan teknik *incidental sampling*. *Incidental sampling* atau metode penentuan sampel ditentukan secara kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dan cocok sebagai sumber data maka dapat dijadikan sebagai responden (Kurniawan & Puspitaningtyas, 2016).

3.4 Teknik Pengumpulan Data

3.4.1 Rancangan Skala dan Skoring

Dalam pengumpulan data, teknik yang akan digunakan adalah kuesioner. Kuesioner akan berisi skala yang telah disusun berdasarkan skala psikologis. Terdapat dua jenis skala yaitu skala *body image* dan skala kecemasan. Skala yang digunakan berupa modifikasi dari skala Likert dimana terdapat dua macam pernyataan yaitu *favorable* dan *unfavorable* dengan empat alternatif jawaban yaitu sangat tidak sesuai (STS), tidak setuju (TS), sesuai (S) dan sangat sesuai (SS). Penjelasan mengenai skoring skala secara terperinci adalah sebagai berikut:

Tabel 3.1 Norma Skoring Skala Likert

Skala Sikap	Ketentuan Skor	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

1. Skala *Body Image*

Dalam penelitian ini menggunakan alat ukur MBSRQ-AS (*Multidimensional Body-Self Relation Questionnaire-Appearance Scale*) untuk mengukur variabel *body image* dengan jumlah pernyataan 34 aitem. Skala yang digunakan merupakan adaptasi dari alat ukur milik Andini (2018) dengan letak perbedaan pada bagian pernyataan dan alternatif jawaban. Skala disusun berdasarkan lima komponen *body image*, diantaranya:

- a. *Appearance Evaluation*
- b. *Appearance Orientation*
- c. *Body Area Satisfaction*
- d. *Overweight Preoccupation*
- e. *Self-Classified Weight*

Rancangan dari skala ini akan dijelaskan melalui tabel 3.2

Tabel 3.2 Tabel Rancangan Skala MBSRQ-AS

Dimensi	Aitem		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Appearance evaluation</i>	4	3	7
<i>Appearance orientation</i>	3	4	7
<i>Body area satisfaction</i>	4	3	7
<i>Overweight preoccupation</i>	3	4	7
<i>Self-classified weight</i>	3	3	6
Total	17	17	34

Dalam Andini (2018), reliabilitas pada skala *body image* pada setiap dimensi adalah sebagai berikut: *appearance evaluation* $\alpha = 0,745$, *appearance orientation* $\alpha = 0,674$, *body area satisfaction* $\alpha = 0,809$, *overweight preoccupation* $\alpha = 0,742$ dan *self-classified weight* $\alpha = 0,904$. Sedangkan validitas alat ukur tersebut menggunakan penilaian *professional judgement* dengan 3 orang dosen dari Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.

2. Skala Kecemasan

Skala kecemasan dalam penelitian ini menggunakan pernyataan yang telah disusun berdasarkan definisi operasional mencakup tiga aspek kecemasan, diantaranya perilaku, kognitif dan afektif. Rancangan dari skala ini akan dijelaskan melalui tabel 3.3.

Tabel 3.3 Tabel Rancangan Skala Kecemasan

Dimensi	Aitem		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Perilaku	4	4	8
Kognitif	4	4	8
Afektif	4	4	8
Total	12	12	24

3.4.2 Validitas dan Reliabilitas

Validitas (*validity*) merupakan sejauh mana akurasi pada suatu tes atau skala dalam menjalankan fungsi pengukurannya. Apabila suatu pengukuran dapat menghasilkan data yang akurat dan dapat memberikan gambaran akan variabel yang diukur, maka skala tersebut memiliki validitas yang tinggi (Azwar, 2015). Validitas memiliki konsep yang mengacu pada kelayakan, kebermaknaan, dan kebermanfaatan inferensi tertentu yang dapat dibuat berdasarkan skor hasil tes yang bersangkutan (Azwar, 2015). Adapun dalam penelitian ini validitas akan diuji menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment* dari Carl Pearson dan untuk mengoreksi bobot di setiap aitem akan menggunakan teknik korelasi *Part Whole*.

Reliabilitas (*reliability*) merupakan sejauh mana hasil dari suatu proses pengukuran dapat dipercaya. Suatu proses pengukuran dapat dikatakan reliabel

ketika dapat menghasilkan data dengan tingkatan reliabilitas yang tinggi (Azwar, 2015). Konsep dalam reliabilitas yaitu hasil alat ukur memiliki kaitan yang erat dengan error dalam pengambilan sampel subjek (*sampling error*) yang mana mengacu pada ketidakkonsistenan dari hasil alat ukur apabila pengukuran dilakukan ulang pada kelompok sampel subjek yang berbeda dari populasi yang sama (Azwar, 2015). Adapun penelitian ini menggunakan teknik koefisien Alpha Cronbach (α) untuk perhitungan reliabilitas.

3.5 Metode Analisis Data

Data akan dikelola dengan metode analisis statistik parametrik menggunakan Korelasi *Product-Moment* dari Pearson. Analisis berupa uji asumsi yang meliputi uji normalitas untuk melihat apakah penelitian ini memiliki sebaran normal atau tidak dan uji linearitas untuk melihat apakah variabel *body image* memiliki hubungan yang linear dengan data dari variabel kecemasan. Dalam penelitian ini telah ditetapkan taraf signifikansi p sebesar 0,05. Apabila $p < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sebaliknya apabila $p > 0,05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak.

