

## BAB 4

### PELAKSANAAN PENGUMPULAN DATA

#### 4.1 Orientasi Kancan

Dalam kancan penelitian ini tidak ditentukan berdasarkan wilayah tertentu karena proses pengambilan data menggunakan *Google Form* sehingga individu yang menerima link *google form* skala tersebut dapat mengisi dari tempat keberadaannya. Penyebaran skala anket disebarakan melalui media sosial yaitu: *Whatsapp* dan Instagram. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini berasal dari kalangan Siswa, Mahasiswa maupun pekerja dan memiliki rentang usia 18-22 tahun. Adapun beberapa pertimbangan dalam penelitian memilih Remaja Putri dengan rentang usia 18-22 tahun sebagai tempat penelitian:

1. Adanya permasalahan yang dialami oleh remaja putri dengan rentan usia 18-22 tahun berdasarkan hasil wawancara yang berkaitan dengan *body image*.
2. Belum ada penelitian yang dilakukan pada remaja akhir khususnya berkaitan dengan topik penelitian *gratitude* dan *body Image*.

Berdasarkan pertimbangan peneliti di atas, maka memutuskan untuk mengadakan penelitian mengenai *gratitude* dan *body image* pada remaja akhir putri.

#### 4.2 Persiapan Pengumpulan Data Penelitian

Sebelum penelitian dimulai, peneliti terlebih dahulu mempersiapkan hal-hal yang diperlukan agar terlaksananya penelitian ini. Hal-hal tersebut berupa: membuat dua skala alat ukur dan meminta surat ijin penelitian kepada pihak Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.

#### 4.2.1 Penyusunan Alat Ukur

Peneliti menggunakan dua skala sebagai alat mengumpulkan data. Dua skala ini berupa skala *body image* pada remaja akhir putri dan skala *gratitude*. Dua skala tersebut disusun berdasarkan aspek-aspek yang telah diuraikan pada bab dua. Selain itu, skala disusun menggunakan model skala Likert dimana terdapat empat pilihan jawaban yang dapat dipilih oleh partisipan yang sesuai dengan keadaannya. Alternatif jawaban tersebut yaitu: sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai.

##### 1. Skala *Body Image* pada Remaja Akhir Putri

Skala *body image* pada remaja akhir putri disusun berdasarkan aspek *body image* yang terdiri dari lima aspek yaitu: evaluasi penampilan (*appearance evaluation*), orientasi penampilan (*appearance orientation*) kepuasan terhadap bagian tubuh (*body areas satisfaction*), kecemasan menjadi gemuk (*overweight preoccupation*), pengkategorian ukuran tubuh (*self-classified weight*). Skala item *favorable* terdiri dari 15 item dan *unfavorable* terdiri dari 10 item sehingga total item berupa 25 item.

Tabel 4.1. Sebaran Item Skala *Body Image*

| Aspek  | Item <i>Favorable</i> | Item <i>Unfavorable</i> | Total     |
|--|-----------------------|-------------------------|-----------|
| Evaluasi Penampilan<br>( <i>Appearance Evaluation</i> )              | 1, 11, 16             | 6, 21                   | 5         |
| Orientasi Penampilan<br>( <i>Appearance Orientation</i> )            | 2, 12, 17             | 7, 22                   | 5         |
| Kepuasan terhadap<br>Bagian Tubuh ( <i>Body Areas Satisfaction</i> ) | 3, 13, 18             | 8, 23                   | 5         |
| Kecemasan menjadi<br>Gemuk ( <i>Overweight Preoccupation</i> ),      | 4, 14, 19             | 9, 24                   | 5         |
| Pengkategorian Ukuran<br>Tubuh ( <i>Self-Classified Weight</i> )     | 5, 15, 20             | 10, 25                  | 5         |
| <b>Total</b>   | <b>15</b>             | <b>10</b>               | <b>25</b> |

## 2. Skala Gratitude

Skala *gratitude* disusun berdasarkan aspek *gratitude* yang terdiri dari empat aspek yaitu: intensitas (*intensity*), frekuensi (*frequency*), rentang (*span*), kepadatan (*density*). Skala item *favorable* terdiri dari 12 item dan *unfavorable* terdiri dari 8 item sehingga total item berupa 20 item.

Tabel 4. 2. Sebaran Item Skala Gratitude

| Aspek                             | Item <i>Favorable</i> | Item <i>Unfavorable</i> | Total     |
|-----------------------------------|-----------------------|-------------------------|-----------|
| Intensitas ( <i>Intensity</i> )   | 1, 9, 13              | 5, 17                   | 5         |
| Frekuensi<br>( <i>Frequency</i> ) | 2, 10, 14             | 6, 18                   | 5         |
| Rentang ( <i>Span</i> )           | 3, 11, 15             | 7, 19                   | 5         |
| Kepadatan ( <i>Density</i> )      | 4, 12, 16             | 8, 20                   | 5         |
| <b>Total</b>                      | <b>12</b>             | <b>8</b>                | <b>20</b> |

#### 4.2.2 Perizinan Penelitian

Sebelum pelaksanaan penelitian dimulai, peneliti mengajukan surat permohonan izin kepada Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata sebagai tanda diizinkan penelitian berlangsung. Surat keterangan penelitian dikeluarkan dengan nomor 0813/B.7.3/FP/XII/2022 pada 14-31 Desember 2022 dan dilampirkan pada bagian lampiran G.

#### 4.3 Pelaksanaan Pengumpulan Data Penelitian

Pelaksanaan penelitian dilakukan secara online dengan menyebarkan skala melalui *Google Form*. Cara penyebaran kuesioner yang dilakukan peneliti adalah dengan mengirimkan ke teman sosial media yang ada di *Whatsapp* dan Instagram peneliti. Penelitian tersebut dilakukan mulai tanggal 14-19 Desember 2022. Keseluruhan yang didapatkan dari penyebaran ialah 200 responden akan tetapi dalam menyortir data didapatkan bahwa tujuh responden yang tidak sesuai dengan kriteria penelitian yang diinginkan sehingga peneliti menghapus hasil responden tersebut. Dikatakan tidak sesuai dengan kriteria peneliti dikarenakan terdapat responden putra yang mengisi, responden yang tidak mengisi identitas diri dengan jelas. Setelah dilakukan penyortiran data hasil terakhir yang didapatkan adalah sebanyak 193 responden. Pengambilan data menggunakan metode *tryout* terpakai, dimana dalam penelitian ini hanya ada satu kali pengambilan data yang akan digunakan baik sebagai uji validitas dan reliabilitas alat ukur maupun uji hipotesis. Selanjutnya, peneliti melakukan rekapitulasi dan mengolah data tersebut menggunakan Microsoft Excel dan *IBM SPSS Statistics 26*. Berikut adalah kategori usia dari subjek penelitian. Tabel identitas dan asal kota responden dapat dilihat pada lampiran B-1 dan B-2.

#### 4.4 Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

Uji validitas dan reliabilitas pada penelitian ini menggunakan *IBM SPSS Statistics 26*. Pengujian validitas menggunakan metode analisis *product moment* dan pengujian reliabilitas menggunakan model *Cronbach alpha*.

##### 4.4.1 Validitas dan Reliabilitas Skala Skala *Body Image* pada Remaja Akhir Putri

Skala *body image* pada remaja akhir putri yang disusun peneliti sebanyak 25 item. Selanjutnya, peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas alat ukur dan didapatkan bahwa terdapat 2 item yang gugur, sehingga 23 item dinyatakan valid. Hasil skor rentang koefisien yang didapatkan ialah 0,219 sampai 0,703. Di bawah ini terdapat tabel sebaran item valid dan tidak valid dari Skala *Body Image* pada Remaja Akhir Putri

Selain itu, hasil uji reliabilitas *Cronbach alpha* yang didapatkan ialah sebesar 0,890. Dari hasil tersebut, alat ukur *body image* pada remaja akhir putri tersebut tergolong reliabel dan dapat digunakan untuk penelitian. Rincian terkait validitas dan reliabilitas Skala *Body Image* pada Remaja Akhir Putri dapat dilihat pada lampiran D-1.

Tabel 4. 3 Penyebaran item valid dan gugur pada skala Body Image

| Aspek  | Item             |                    | Total Item Valid |
|--|------------------|--------------------|------------------|
|  | <i>Favorable</i> | <i>Unfavorable</i> |                  |
| Evaluasi Penampilan<br>( <i>Appearance Evaluation</i> )                  | 1, 11, 16        | 6, 21              | 5                |
| Orientasi Penampilan<br>( <i>Appearance Orientation</i> )                | 2*, 12*, 17      | 7, 22              | 3                |
| Kepuasan terhadap<br>Bagian Tubuh ( <i>Body<br/>Areas Satisfaction</i> ) | 3, 13, 18        | 8, 23              | 5                |
| Kecemasan menjadi<br>Gemuk ( <i>Overweight<br/>Preoccupation</i> ),      | 4, 14, 19        | 9, 24              | 5                |
| Pengkategorian Ukuran<br>Tubuh ( <i>Self-Classified<br/>Weight</i> )     | 5, 15, 20        | 10, 25             | 5                |
| Total  | <b>15</b>        | <b>10</b>          | <b>23</b>        |

\*: item gugur

Sebelum peneliti melakukan uji hipotesis maka item yang gugur dihapus. Tabulasi data yang berisi item valid dapat dilihat pada lampiran C-1

#### 4.4.2 Validitas dan Reliabilitas Skala *Gratitude*

Skala *gratitude* yang disusun peneliti sebanyak 20 item. Selanjutnya, peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas alat ukur dan hasil yang didapatkan bahwa setiap item valid sehingga tidak ada item yang gugur. Skor rentang koefisien yang didapatkan ialah 0,454 sampai 0.698. Pada bagian bawah ini terdapat tabel sebaran item-item valid dari Skala *Gratitude*.

Selain itu, hasil uji reliabilitas *Cronbach alpha* yang didapatkan ialah sebesar 0,888. Dari hasil tersebut, alat ukur *gratitude* tersebut tergolong reliabel dan dapat digunakan untuk penelitian. Rincian terkait validitas dan reliabilitas Skala *Gratitude* dapat dilihat pada lampiran D-2 .

Tabel 4. 4 Penyebaran item valid dan gugur pada skala *Gratitude*

| Aspek                           | Item                    |                           | Total<br>Item Valid |
|---------------------------------|-------------------------|---------------------------|---------------------|
|                                 | <b><i>Favorable</i></b> | <b><i>Unfavorable</i></b> |                     |
| Intensitas ( <i>Intensity</i> ) | 1, 9, 13                | 5, 17                     | 5                   |
| Frekuensi ( <i>Frequency</i> )  | 2, 10, 14               | 6, 18                     | 5                   |
| Rentang ( <i>Span</i> )         | 3, 11, 15               | 7, 19                     | 5                   |
| Kepadatan ( <i>Density</i> )    | 4, 12, 16               | 8, 20                     | 5                   |
| <b>Total</b>                    | <b>12</b>               | <b>8</b>                  | <b>20</b>           |

