

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Populasi dan Partisipan

1. Populasi

Sugiyono (2017) mengartikan populasi bahwa populasi adalah keseluruhan jumlah yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai karakteristik atau kualitas tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan diteliti sehingga dapat ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri yang berada di SMA Surabaya. Berikut jumlah pelajar putri SMA yang menjadi populasi penelitian.

Provinsi	Laki-laki		Perempuan	
	Negeri	Swasta	Negeri	Swasta
Prov. Jawa Timur	137,327	101,240	197,021	108,686
	238,567		305,707	
Jumlah	544,274			

Sumber: Data Statistik pendidikan kemdikbud (2019/2020)

2. Sampel

Sugiyono (2017) menjelaskan bahwa sampel merupakan bagian dari keseluruhan dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Jika populasi besar dan tidak memungkinkan peneliti untuk mempelajari semua yang ada pada populasi tersebut karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka dari itu peneliti dapat menggunakan sampel dari data yang diambil dari populasi tersebut. Arikunto (2006) menjelaskan, sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang akan diteliti.

a. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik sampling yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *probability sampling* yaitu teknik *random sampling*. Teknik *random sampling* adalah memberikan kesempatan atau peluang yang sama bagi setiap anggota populasi untuk menjadi sampel penelitian. Sampel dalam penelitian ini adalah:

- 1) Pelajar yang duduk dibangku SMA
- 2) Berjenis Kelamin Perempuan
- 3) Bersekolah di Surabaya

b. Jumlah Sampel

Menurut Sugiyono (2010) jumlah anggota sampel juga disebut dengan ukuran sampel. Terdapat beberapa rumus dan cara dalam menentukan ukuran sampel. Penelitian ini menggunakan ukuran sampel yang ditetapkan oleh Roscoe (dalam Sugiyono, 2012) yaitu ukuran sampel yang layak dalam penelitian adalah antara 30 sampai dengan 500. Akan tetapi, pada masa pandemi covid-19 ini, peneliti memiliki keterbatasan dalam mencapai jumlah responden yang besar, sehingga dalam penelitian ini hanya mendapatkan 254 responden.

B. Desain Penelitian

Desain penelitian menggunakan metode penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif merupakan metode yang memiliki landasan filsafat positivisme, yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian dan analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2017).

Jenis penelitian yang akan digunakan adalah penelitian korelasional, yaitu penelitian yang bertujuan mengetahui hubungan antar variabel. Pada penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu variabel bebas (X) adalah citra tubuh dan variabel (Y) adalah kepercayaan diri.

C. Instrumen Pengumpulan Data

Arikunto (2006) mendefinisikan instrumen merupakan suatu alat yang digunakan oleh peneliti dalam melakukan penelitian dengan menggunakan suatu metode. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode angket atau kuesioner. Angket atau kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab (Sugiyono, 2017). Instrumen yang akan digunakan dalam penelitian untuk mengambil data adalah angket atau kuesioner 2 variabel yaitu variabel (X) citra tubuh dan variabel (Y) kepercayaan diri yang dibuat berdasarkan aspek-aspek yang telah ditentukan.

1. Skala Kepercayaan Diri

a. Definisi Operasional

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan terhadap diri sendiri, yaitu kemampuan yang dimiliki, optimis, sehingga mampu menghadapi situasi dengan sebaik mungkin.

b. Pengembangan Alat Ukur

Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan angket likert atau kuesioner. Terdiri dari beberapa pertanyaan yang mengungkap mengenai hubungan antara variabel. Dalam penelitian ini, kepercayaan diri diukur berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Lauster (2006), yaitu terdiri dari:

- 1) Kemampuan pribadi, yaitu kemampuan yang dimiliki individu untuk mengembangkan diri, sehingga dalam bertindak tidak terlalu cemas, tidak tergantung dengan oranglain dan dapat mengenal kemampuan dirinya.
- 2) Interaksi sosial, yaitu kemampuan individu dalam melakukan hubungannya dengan lingkungan atau interaksi sosial, mengenal sikap individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan
- 3) Penilaian diri, yaitu mengenal bagaimana individu berpikir dan menilai dirinya sendiri, baik positif maupun negatif, dan bagaimana mengenal kelebihan dan kekurangan dalam dirinya.

Berdasarkan aspek yang telah dipaparkan di atas akan digunakan sebagai acuan indikator dalam penyusunan skala kepercayaan diri.

Penelitian kepercayaan diri menggunakan model skala likert. Sugiyono (2017) mengatakan bahwa skala likert merupakan skala yang dapat digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok tentang fenomena sosial. Skala likert yang digunakan adalah skala likert yang telah dimodifikasi yaitu 4 pilihan jawaban, dengan meniadakan jawaban netral. Sugiyono (2017) mengatakan bahwa jawaban netral dapat memiliki makna ganda dan membuat responden cenderung menjawab pilihan netral yang ada tersebut, sehingga data dari responden terkait penelitian akan sulit diungkap. Empat pilihan jawaban yang dimaksud dalam skala tersebut yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju

(STS). Dalam skala terdapat aitem-aitem dengan pernyataan favorable dan unfavorable yang bertujuan pada respon yang diberikan responden, mendukung atau tidak mendukung indikator variabel yang di ungkap.

Tabel 3.1 *Blue Print* Aitem Skala Kepercayaan Diri

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Kemampuan pribadi	1, 2, 3	4, 5, 6	12
	Mengenal kemampuan diri sendiri, Percaya terhadap kemampuan sendiri	7, 8, 9	10, 11, 12	
2	Interaksi sosial	13, 14, 15	16, 17, 18	12
	Dapat menyesuaikan diri, Bersosialisasi	19, 20, 21	22, 23, 24	
3	Penilaian diri	25, 26, 27	28, 29, 30	12
	Dapat menilai diri sendiri, Memahami kekurangan dan kelebihan diri	31, 32, 33	34, 35, 36	
Jumlah		18	18	36

Tabel 3.2 Penetapan Skoring Aitem Skala Kepercayaan Diri

Jawaban	Skor	
	<i>Favorable (+)</i>	<i>Unfavorable (-)</i>
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

c. Uji Alat Ukur

1) Uji Validitas

Validitas adalah derajat ketepatan antara data yang terjadi pada objek penelitian dengan daya yang dapat dilaporkan oleh peneliti. Dapat dikatakan bahwa data valid adalah data yang tidak berbeda antar data yang dilaporkan oleh peneliti dengan data yang sesungguhnya terjadi pada objek penelitian (Sugiyono, 2010).

Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan program SPSS versi 25.0 IBM *for windows*. Batasan koefisien korelasi aitem total yaitu minimal 0,30. Dari hasil analisis diskriminasi aitem skala kepercayaan diri yang terdiri dari 36 aitem, pada putaran I menunjukkan harga *index corrected item total* yang bergerak dari 0,115 s/d 0,689, dan terdapat 4 aitem yang gugur yaitu nomor 2, 15, 24, 26. Pada putaran II menunjukkan harga *index corrected item total* yang bergerak dari 0,261 s/d 0,693, dan terdapat 1 aitem yang gugur yaitu nomor 19. Pada putaran III menunjukkan harga *index corrected item total* yang bergerak dari 0,293 s/d 0,704, dan terdapat 2 aitem gugur yaitu nomor 14 dan 22. Pada putaran ke IV menunjukkan harga *index corrected item total* yang bergerak dari 3,18 s/d 0,737 menyisakan 29 aitem valid dengan total aitem gugur 7 aitem. Hasil uji diskriminasi aitem kepercayaan diri adalah sebagai berikut:

Tabel 3.3 Diskriminasi Aitem Skala Kepercayaan Diri

Putaran	Jumlah aitem awal	No aitem gugur	Jumlah aitem tersisa	Keterangan
I	36	2, 15, 24, 26	32	<i>Index corrected item total</i> yang bergerak dari 0,115 s/d 0,689
II	32	19	31	<i>Index corrected item total</i> yang bergerak dari 0,261 s/d 0,693
III	31	14, 22	29	<i>Index corrected item total</i> yang bergerak dari 0,293 s/d 0,704
IV	29	-	29	<i>Index corrected item total</i> yang bergerak dari 3,18 s/d 0,737

Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas Aitem Skala Kepercayaan Diri

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		Valid	Gugur	
1	Kemampuan pribadi Mengenal kemampuan diri sendiri, Percaya terhadap kemampuan sendiri	1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12	2	12
2	Interaksi sosial Dapat menyesuaikan diri, Bersosialisasi	13, 16, 17, 18, 20, 21, 23	14, 15, 19, 22, 24	12
3	Penilaian diri Dapat menilai diri sendiri, Memahami kekurangan dan kelebihan diri	25, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36	26	12
Jumlah		29	7	36

2) Uji Reabilitas

Reabilitas suatu tes dikatakan tinggi apabila skor tampak tes berkorelasi tinggi dengan skor murninya sendiri. Reliabilitas berkenaan dengan derajat konsistensi dan stabilitas data atau temuan. Suatu data dinyatakan reliabel apabila dua atau lebih peneliti dalam objek yang sama menghasilkan data yang sama, atau peneliti sama dalam waktu berbeda menghasilkan data yang sama, atau sekelompok data bila dipecah menjadi dua menunjukkan data yang tidak berbeda (Sugiyono, 2010).

Hasil uji reabilitas menggunakan program SPSS versi 25.0 IBM *for windows*, menunjukkan koefisien reabilitas *Cronbach Alpha* sebesar 0,930 dengan total 29 aitem valid setelah dilakukan 4 kali putaran analisis.

Tabel 3.5 Uji Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri

Putaran analisis	Jumlah aitem yang di analisis	Jumlah aitem valid	Jumlah aitem gugur	reliabilitas
IV	29	29	0	0,930

2. Skala Citra Tubuh

a. Definisi Operasional

Citra tubuh merupakan pandangan individu mengenai penampilan fisik yang dimilikinya, baik positif maupun negatif yang dapat mempengaruhi sikap individu tersebut.

b. Pengembangan Alat Ukur

Pengumpulan data dalam penelitian ini diperoleh data menggunakan angket likert atau kuesioner, terdiri dari beberapa pertanyaan yang mengungkap terkait hubungan antara variabel. Dalam penelitian ini, citra tubuh diukur berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Cash dan Pruzinsky (2002), yaitu terdiri dari:

- 1) Evaluasi penampilan, yaitu mengukur evaluasi dari penampilan dan keseluruhan tubuh, menarik atau tidak menarik dan memuaskan atau tidak memuaskan.
- 2) Orientasi penampilan, yaitu perhatian individu terhadap penampilan dirinya, usaha untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan dirinya.
- 3) Kepuasan terhadap bagian tubuh, yaitu menyangkut puas atau tidaknya individu mengenai tubuh secara spesifik, seperti wajah, rambut, tubuh bagian bawah (pinggul, paha, pantat, kaki) tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tubuh bagian atas (dada, bahu, lengan) dan penampilan secara keseluruhan.
- 4) Kecemasan menjadi gemuk, yaitu menggambarkan kecemasan terhadap kegemukan, kewaspadaan individu mengenai berat badan, kecenderungan melakukan program diet untuk menurunkan berat badan dan membatasi pola makan.
- 5) Persepsi terhadap ukuran tubuh, yaitu penilaian individu terhadap berat badannya, mulai dari kekurangan berat badan hingga kelebihan berat badan.

Berdasarkan aspek yang telah dipaparkan di atas akan digunakan sebagai acuan indikator dalam penyusunan skala citra tubuh.

Penelitian citra tubuh menggunakan model skala likert. Sugiyono (2017) mengatakan bahwa skala likert merupakan skala yang dapat digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok tentang fenomena sosial. Skala likert yang digunakan adalah skala likert yang telah dimodifikasi yaitu 4 pilihan jawaban, dengan meniadakan jawaban netral.

Sugiyono (2017) mengatakan bahwa jawaban netral dapat memiliki makna ganda dan membuat responden cenderung menjawab pilihan netral yang ada tersebut, sehingga data dari responden terkait penelitian akan sulit diungkap. Empat pilihan jawaban yang dimaksud dalam skala tersebut yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Dalam skala terdapat aitem-aitem dengan pernyataan favorable dan unfavorable yang bertujuan pada respon yang diberikan responden, mendukung atau tidak mendukung indikator variabel yang di ungkap.

Tabel 3.6 *Blue Print* Skala Citra Tubuh

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Evaluasi penampilan	1, 2	3, 4	8
	Kepuasan terhadap penampilan tubuh, Kemenarikan terhadap penampilan	5, 6	7, 8	
2	Orientasi penampilan	9, 10	11, 12	8
	Individu memperhatikan penampilan dirinya, Usaha dalam memperbaiki penampilan	13, 14	15, 16	
3	Kepuasan terhadap bagian tubuh	17, 18	19, 20	8
	Kepuasan terhadap bagian spesifik tubuh, Kepuasan terhadap keseluruhan bentuk tubuh	21, 22	23, 24	
4	Kecemasan menjadi gemuk	25, 26	27, 28	8
	Waspada mengenai berat badan, Kecenderungan membatasi pola makan dan melakukan diet	29, 30	31, 32	
5	Persepsi terhadap ukuran tubuh	33, 34	35, 36	8
	Penilaian terhadap berat badan, Penilaian terhadap tinggi badan	37, 38	39, 40	
Jumlah		20	20	40

Tabel 3.7 Penetapan Skoring Aitem Skala Citra Tubuh

Jawaban	Skor	
	Favorable (+)	Unfavorable (-)
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

c. Uji Alat Ukur

1) Uji Validitas

Validitas adalah derajat ketepatan antara data yang terjadi pada objek penelitian dengan daya yang dapat dilaporkan oleh peneliti. Dapat dikatakan bahwa data valid adalah data yang tidak berbeda antar data yang dilaporkan oleh peneliti dengan data yang sesungguhnya terjadi pada objek penelitian (Sugiyono, 2010).

Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan program SPSS versi 25.0 IBM *for windows*. Batasan koefisien korelasi aitem total yaitu minimal 0,30. Dari hasil analisis diskriminasi aitem skala kepercayaan diri yang terdiri dari 40 aitem, pada putaran I menunjukkan harga *index corrected item total* yang bergerak dari -0,097 s/d 0,650 dan terdapat 16 aitem yang gugur yaitu nomor 12, 14, 16, 18, 19, 20, 21, 22, 25, 26, 28, 33, 34, 35, 37, 40. Pada putaran II menunjukkan harga *index corrected item total* yang bergerak dari 0,236 s/d 0,750 dan terdapat 2 aitem yang gugur yaitu nomor 11 dan 36. Pada putaran III menunjukkan harga *index corrected item total* yang bergerak dari 0,372 s/d 0,768 menyisakan 22 aitem valid dengan total aitem gugur 18 aitem. Hasil uji diskriminasi aitem Citra Tubuh adalah sebagai berikut:

Tabel 3.8 Diskriminasi Aitem Skala Citra Tubuh

Putaran	Jumlah aitem awal	No aitem gugur	Jumlah aitem tersisa	Keterangan
I	40	12, 14, 16, 18, 19, 20, 21, 22, 25, 26, 28, 33, 34, 35, 37, 40	24	<i>index corrected item total</i> yang bergerak dari -0,097 s/d 0,650
II	24	11, 36	22	<i>index corrected item total</i> yang bergerak dari 0,236 s/d 0,750
III	22	-	22	<i>index corrected item total</i> yang bergerak dari 0,372 s/d 0,768

Tabel 3.9 Hasil Uji Validitas Aitem Skala Citra Tubuh

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		Valid	Gugur	
1	Evaluasi penampilan Kepuasan terhadap penampilan tubuh, Kemenarikan terhadap penampilan	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	-	8
2	Orientasi penampilan Individu memperhatikan penampilan dirinya, Usaha dalam memperbaiki penampilan	9, 10 13, 15	11, 12 14, 16	8
3	Kepuasan terhadap bagian tubuh Kepuasan terhadap bagian spesifik tubuh, Kepuasan terhadap keseluruhan bentuk tubuh	17, 23, 24	18, 19, 20, 21, 22	8
4	Kecemasan menjadi gemuk Waspada mengenai berat badan, Kecenderungan membatasi pola makan dan melakukan diet	27, 29, 30, 31, 32	25, 26, 28	8
5	Persepsi terhadap ukuran tubuh Penilaian terhadap berat badan, Penilaian terhadap tinggi badan	38, 39	33, 34, 35, 36, 37, 40	8
Jumlah		22	18	40

2) Uji Reliabilitas

Reabilitas suatu tes dikatakan tinggi apabila skor tampak tes berkorelasi tinggi dengan skor murninya sendiri. Reliabilitas berkenaan dengan derajat konsistensi dan stabilitas data atau temuan. Suatu data dinyatakan reliabel apabila dua atau lebih peneliti dalam objek yang sama menghasilkan data yang sama, atau peneliti sama dalam waktu berbeda menghasilkan data yang sama, atau sekelompok data bila dipecah menjadi dua menunjukkan data yang tidak berbeda (Sugiyono, 2010).

Hasil uji reabilitas menggunakan program SPSS versi 25.0 IBM *for windows*, menunjukkan koefisien reabilitas *Cronbach Alpha* sebesar 0,882 dengan total 22 aitem valid setelah dilakukan 3 kali putaran analisis.

Tabel 3.10 Uji Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri

Putaran analisis	Jumlah aitem yang di analisis	Jumlah aitem valid	Jumlah aitem gugur	reliabilitas
III	22	22	0	0,882

D. Uji Prasyarat dan Analisis Data

1. Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah uji data yang disajikan untuk dianalisis lebih lanjut apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Misbahuddin & Hasan (2013) mengatakan bahwa uji normalitas adalah uji yang dilakukan sebagai prasyarat melakukan analisis data. Teknik yang digunakan untuk pengujian normalitas menggunakan uji *One Sample Kolmogorov Smirnov* melalui program SPSS versi 25.0 *for windows*. Data penelitian dikatakan berdistribusi normal jika nilai ($p > 0,05$) dan sebaliknya apabila nilai ($p < 0,05$) maka data penelitian berdistribusi tidak normal.

Hasil uji normalitas sebaran menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* untuk variabel Kepercayaan Diri diperoleh signifikansi $p = 0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa data penelitian pada variabel Y berdistribusi tidak normal. Hasil uji normalitas terhadap variabel dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.11 Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov Smirnov			Keterangan
	Statistic	Df	Sig	
Kepercayaan Diri	0,149	254	0,000	Tidak Normal

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen (X) dengan variabel dependen (Y) memiliki hubungan linier atau tidak. Teknik yang digunakan untuk pengujian linieritas menggunakan *Compare Means* melalui program SPSS 25.0 *for windows*. Data penelitian dikatakan linier jika nilai ($p > 0,05$) dan sebaliknya apabila nilai ($p < 0,05$) maka data penelitian dinyatakan tidak linier.

Hasil uji linieritas hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri menggunakan *Compare Means* diperoleh skor *deviat from linierity* sebesar $F = 9,079$ dengan signifikansi $p = 0,000 < 0,05$. Artinya tidak ada hubungan linier antara citra tubuh dengan kepercayaan diri.

Tabel 3.12 Hasil Uji Linieritas Anova Table

Variabel	F	Sig.	Keterangan
Kepercayaan Diri - Citra Tubuh	9,079	0,000	Tidak Linier

2. Analisis Data

Sugiyono (2017) menjelaskan bahwa analisis data merupakan kegiatan yang dilakukan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Kegiatan analisis data tersebut terdiri dari mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, metabulasi data berdasarkan variabel dan jenis responden, metabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan.

Berdasarkan hasil uji prasyarat, yaitu uji normalitas dan linieritas maka distribusi data pada kedua variabel penelitian ini adalah tidak normal. Karena uji asumsi syarat yang dilakukan tidak terpenuhi, maka peneliti

tidak dapat menggunakan uji analisis statistik parametrik korelasi *Product Moment*, sehingga peneliti menggunakan uji statistik non parametrik yaitu korelasi Spearman Brown. Teknik statistik Spearman Brown diolah menggunakan SPSS versi 25.0 *for windows*.

Hasil analisis data menggunakan Spearman Brown diperoleh koefisien korelasi yang menunjukkan $\rho = 0,574$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$. Oleh karena signifikansinya $p < 0,05$ maka hasil tersebut sangat signifikan. Artinya terdapat korelasi positif yang sangat signifikan antara Citra Tubuh dengan Kepercayaan Diri.

Tabel 3.13 Hasil Uji Spearman Brown

			Citra_tubuh	Kepercayaan_Diri
Spearman's rho	Citra_Tubuh	Correlation Coefficient	1.000	0,574
		Sig. (2-tailed)		0,000
		N	254	254
	Kepercayaan_Diri	Correlation Coefficient	0,574	1.000
		Sig. (2-tailed)	0,000	
		N	254	254