

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Variabel – Variabel Penelitian

Untuk menjawab tujuan dan hipotesis penelitian yang diajukan, maka penelitian ini akan menggunakan pendekatan kuantitatif dan desain penelitian korelasional dengan melibatkan variabel penelitian sebagai berikut :

1. Variabel Tergantung : Kepercayaan Diri
2. Variabel Bebas : *Body Image*

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Kepercayaan Diri

Kepercayaan Diri adalah suatu kemampuan individu untuk yakin dan mampu untuk menghadapi segala situasi dan tantangan untuk mencapai tujuan hidupnya dan mampu bertanggung jawab atas segala yang telah diperbuatnya.

Kepercayaan diri mempunyai lima aspek (Lauster, 2003) yaitu keyakinan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, serta rasional dan realistis. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini yaitu skala kepercayaan diri yang mengacu pada lima aspek kepercayaan diri dari Lauster (Ghufroon & Risnawati, 2011) yang kemudian diperoleh sebanyak 20 aitem setelah dilakukan uji coba dan penyesuaian. Sehingga dalam

penelitian ini menggunakan skala kepercayaan diri yang diadaptasi oleh Ramadhansyah. Dengan demikian, apabila skor yang didapat responden dalam skala kepercayaan diri menunjukkan skor yang tinggi maka akan semakin tinggi kepercayaan diri pada responden, dan juga sebaliknya.

2. *Body Image*

Body image adalah suatu sikap yang dimiliki oleh individu terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif atau negatif tergantung dari bagaimana individu tersebut menyikapinya.

Body Image mempunyai lima aspek (Cash and Pruzinsky, 2002) yaitu evaluasi penampilan, (*appearance evaluation*), orientasi penampilan (*appearance orientation*), kecemasan akan kegemukan (*overweight preoccupation*), klasifikasi berat tubuh (*self classified weight*), dan kepuasan terhadap bagian tubuh (*body areas satisfaction*). Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan skala berdasarkan skala *The Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scale* (MBSRQ-AS) oleh Cash, et al (Chase, 2001).

Pada penelitian sebelumnya, Amalia (2018) menggunakan alat ukur MBSRQ-AS oleh Cash, et al (Cash, 2001) yang kemudian memperoleh sebanyak 19 aitem setelah dilakukan uji coba dan penyesuaian. Sehingga dalam penelitian ini menggunakan skala *body image* yang diadaptasi oleh Amalia. Dengan demikian, apabila skor yang didapat responden dalam skala *body image* menunjukkan skor yang tinggi maka akan semakin tinggi ketidakpuasan responden terhadap tubuh dan juga sebaliknya.

3. Subjek Penelitian

Penelitian ini akan melibatkan remaja putri yang berusia 18-23 tahun yang tinggal di Yogyakarta. Indeks Massa Tubuh subjek yang dihasilkan dari Berat Badan dan Tinggi Badan subjek penelitian.

4. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini akan menggunakan metode skala, yakni skala kepercayaan diri dan skala *body image*. Kedua skala tersebut akan dijelaskan sebagai berikut.

1. Skala Kepercayaan Diri

Skala kepercayaan diri dalam penelitian ini diambil dari Ramadhansyah (2017). Berdasarkan teori kepercayaan diri Lauster (2003) ini memiliki 20 aitem yang tersebar dalam lima subkomponen. Skala kepercayaan diri ini memiliki koefisien reliabilitas alpha sebesar 0,884.

Skala kepercayaan diri ini terdiri dari 4 pernyataan keyakinan kemampuan diri, 4 pernyataan optimis, 5 pernyataan objektif, 4 pernyataan bertanggung jawab, dan 3 pernyataan rasional dan realistis. Skala ini dibedakan menjadi dua kelompok, yakni item yang mendukung pernyataan (*favorable*) dan item yang tidak mendukung (*unfavorable*). Dalam mengukur respon partisipan, skala ini memiliki empat pilihan jawaban, yakni sangat tidak setuju (STS), tidak setuju (TS), setuju (S), dan sangat setuju (SS).

Skoring yang digunakan pada pernyataan *favorable* ialah skor 4 pada jawaban SS hingga skor 1 pada jawaban STS. Pada pernyataan *unfavorable* menggunakan skor 1 pada jawaban SP hingga skor 4 pada jawaban STP. Apabila skala kepercayaan diri menunjukkan skor yang tinggi maka akan semakin tinggi kepercayaan diri subjek dan sebaliknya. Tabel 2 merupakan kisi-kisi dan sebaran pernyataan. Adapun distribusi aitem skala kepercayaan diri sebelum uji coba dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 1
Distribusi aitem skala Kepercayaan Diri

No.	Subkomponen	Nomor butir pertanyaan		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1	Keyakinan kemampuan diri	3,4	1,2	4
2	Optimis	6,7,8	5	4
3	Objektif	10,11,13	9,12	5
4	Bertanggung jawab	16,17	14,15	4
5	Rasional dan realistis	20	18,19	3
Total Item				20

2. Skala *Body Image*

Skala *body image* dalam penelitian ini diambil dari Amalia (2018) berdasarkan *The Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scale* (MBSRQ-AS) oleh Cash, et al (Cash, 2011). Skala *body image* ini memiliki 19 aitem yang tersebar dalam lima subkomponen. Skala *body image* ini memiliki koefisien reliabilitas alpha sebesar 0,715.

Skala *body image* ini terdiri dari 5 pernyataan evaluasi penampilan (*appearance evaluation*), 6 pernyataan orientasi penampilan (*appearance orientation*), 4 pernyataan kecemasan akan kegemukan (*overweight preoccupation*), 2 pernyataan klasifikasi berat tubuh (*self clasified weight*) dan 2 pernyataan kepuasan terhadap bagian tubuh (*body areas satisfaction*).

Skala ini dibedakan menjadi dua kelompok, yakni item yang mendukung pernyataan (*favorable*) dan item yang tidak mendukung (*unfavorable*). Dalam mengukur respon partisipan, skala ini memiliki empat pilihan jawaban, yakni sangat tidak setuju (STS), tidak setuju (TS), setuju (S), dan sangat setuju (SS). Namun berbeda pada subskala kepuasan area tubuh yakni sangat puas (SP), puas (P), tidak puas (TP), dan sangat tidak puas (STP).

Skoring yang digunakan pada pernyataan *favorable* ialah skor 4 pada jawaban SS hingga skor 1 pada jawaban STS. Pada pernyataan *unfavorable* menggunakan skor 1 pada jawaban SP hingga skor 4 pada jawaban STP. Apabila skala *body image* menunjukkan skor yang tinggi

maka akan semakin tinggi kepuasan subjek terhadap tubuh dan sebaliknya.

Tabel 1 merupakan kisi-kisi dan sebaran pernyataan.

Adapun distribusi aitem skala *body image* sebelum uji coba dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 2
Distribusi aitem skala body image

No.	Subkomponen	Nomor butir pertanyaan		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1	<i>Appearance evaluation</i> (evaluasi penampilan)	11, 12	2,4,8	5
2	<i>Appearance orientation</i> (orientasi penampilan)	1,5,7,9,10,13		6
3	<i>Overweight preoccupation</i> (kecemasan akan kegemukan)	3,6,14,15		4
4	<i>Self classified weight</i> (klasifikasi berat tubuh)	16,17		2
5	<i>Body areas satisfaction</i> (kepuasan terhadap bagian tubuh)		18,19	2
Total Item				19

5. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Validitas alat ukur menurut Azwar (2009) ialah sejauh mana kecermatan skala alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Menurut Azwar (2009), suatu alat ukur memiliki validitas yang tinggi apabila alat ukur tersebut mengukur apa yang seharusnya diukur, sehingga alat ukur tersebut dikatakan valid. Validitas item pada kuesioner dapat dilihat pada korelasi antar skor item dan skor item total. Suatu koefisien korelasi

diperoleh dari hasil korelasi yang digunakan untuk mengukur tingkat validitas mengenai layak atau tidaknya suatu item.

Kedua alat ukur ini tentu sudah teruji validitasnya, namun dalam penelitian ini perlu dilakukan uji validitas kembali sebab dilakukan pada subjek yang berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Uji validitas ini dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS *for windows* versi 23.

2. Reliabilitas

Reliabilitas skala menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran tersebut konsisten dan dapat dipercaya. Reliabilitas dalam penelitian ini dapat dilihat dari koefisien reliabilitasnya. Menurut Azwar (2009), suatu skala dikatakan reliabel apabila jawaban responden konsisten dan stabil meskipun dalam waktu yang berbeda. Uji reliabilitas ini menggunakan teknik koefisien *Alpha Cronbach* dengan bantuan SPSS *for windows* versi 23.

6. Metode Analisis Data

Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui hubungan antara *body image* dan kepercayaan diri pada remaja putri di Yogyakarta. Untuk dapat membuktikan hipotesis, peneliti melakukan analisis data menggunakan korelasi statistik dengan menggunakan *software* SPSS *for windows* versi 23.