

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Identifikasi Variabel-Variabel Penelitian**

1. Variabel Tergantung : *Body image*
2. Variabel Bebas : Kebersyukuran

#### **B. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

##### **1. *Body Image***

*Body image* merupakan evaluasi, gambaran, atau persepsi terhadap ukuran tubuh, berat tubuh dan aspek tubuh yang mengarah pada penampilan fisik pada individu terhadap tubuh, baik berupa penilaian positif dan negatif yang berhubungan dengan tingkat keyakinan individu akan penampilan diri dihadapan orang lain dan bagi orang lain.

*Body image* pada model diukur dengan menggunakan komponen *body image* yang meliputi : evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan untuk menjadi gemuk, dan pengkategorian tubuh. *Body image* pada model dapat diketahui melalui skor yang diperoleh subjek dengan mengisi skala adaptasi dari MBSRQ-AS (Cahaya, 2017) berdasarkan aspek-aspek *Body image* menurut Cash

dan Pruzinsky (2002). Skala *body image* ini bertujuan untuk melihat tingkat kepuasan *body image* pada subjek secara keseluruhan melalui 22 aitem pernyataan. Semakin tinggi skor yang diperoleh subjek, maka semakin positif *body image* pada subjek. Adapun sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin negatif *body image* pada subjek.

## **2. Kebersyukuran**

Kebersyukuran merupakan respon emosi positif dalam bentuk terimakasih, pujian dan rasa kagum atas nikmat yang telah individu dapatkan, yang kemudian diekspresikan terhadap orang lain, alam dan Tuhan, sehingga secara tidak langsung mendorong individu untuk mempresentasikan hidup untuk menjadi lebih positif akan nikmat yang telah ada pada dirinya.

Kebersyukuran pada model diukur dengan menggunakan komponen kebersyukuran yang meliputi : rasa keberlimpahan, apresiasi sederhana dan apresiasi terhadap orang lain. Kebersyukuran pada model dapat diketahui melalui skor yang diperoleh subjek dengan mengisi skala adaptasi yang dibuat oleh Apriliani (2015) berdasarkan aspek-aspek kebersyukuran menurut Watkins, Wood, Stone & Kolts (2003). Skala kebersyukuran ini bertujuan untuk melihat tingkat kebersyukuran pada subjek secara keseluruhan melalui 14 aitem pernyataan. Semakin tinggi skor yang diperoleh subjek, maka semakin tinggi juga tingkat

kebersyukuran pada subjek. Adapun sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah juga tingkat kebersyukuran pada subjek.

### **C. Subjek Penelitian**

Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dewasa awal dengan rentang umur 18-40 tahun. Subjek penelitian ini menggunakan subjek berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. Subjek berprofesi sebagai model yang aktif di dunia *modelling* dan minimal memiliki salah satu karakteristik sebagai berikut : pernah atau memiliki pengalaman tampil diajang *fashion show* tertentu (model *catwalk*), pernah atau memiliki pengalaman menjadi model *photoshoot* tertentu (model foto) dan pernah atau memiliki pengalaman menjadi *Brand Ambassador* produk atau perlombaan yang bergengsi tertentu yang termuat dalam media cetak.

### **D. Desain Penelitian**

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2010), Metode penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian ilmiah yang bersifat sistematis dengan sistem pengolahan data berbentuk angka atau data kualitatif yang diangkakan. Data kuantitatif merupakan suatu karakteristik dari suatu variabel yang nilai-nilainya dinyatakan dalam bentuk *numerical* (Sugiyono, 2010).

## E. Metode Pengumpulan Data

### 1. Skala *Body Image*

Skala yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini merupakan skala *body image* dari MBSRQ-AS (Cash, 2000) berisi 34 aitem (Tabel 3.1), yang kemudian telah di adaptasi oleh Cahaya (2017) menjadi 22 aitem (Tabel 3.2). Pada penelitian ini, peneliti menggunakan skala *body image* dari MBSRQ-AS (Cahaya, 2017) berdasarkan aspek-aspek *body image* menurut Cash dan Pruzinsky (2002). Skala ini digunakan untuk mengetahui *body image* pada model, yang terdiri dari 22 aitem pernyataan dimana terdapat 21 butir aitem *favourable* dan 1 butir lainnya merupakan aitem *unfavourable*.

Peneliti memberikan 15 alternatif jawaban dengan rentang skor yang bergerak dari 1-5 untuk pertanyaan *favourable* dan 5-1 untuk pertanyaan *unfavourable*. Alternatif pertanyaan terdiri dari 4 kelompok alternatif jawaban, yaitu diantaranya : Aitem pertanyaan 1-12 “STS (sangat tidak setuju), TS (sering merasa tidak setuju), CS (cukup setuju), S (Sering merasa setuju), dan SS (sangat setuju)”. Aitem pernyataan 13 “Tidak pernah, Jarang, Kadang-kadang, Sering, dan Hampir Selalu”. Aitem pernyataan 14-15 “Sangat kurus, Agak kurus, Berat badan normal, Agak gemuk dan Sangat gemuk”. Aitem pernyataan 16-22 “STP (sangat tidak puas), TP (sering merasa tidak puas), CP (cukup puas), P (sering

merasa puas), dan SP (sangat puas)”. Distribusi aitem skala *body image* dapat dilihat pada Tabel 3.1 dan Tabel 3.2 berikut ini:

**Tabel 3.1**

*Distribusi Aitem Skala Body image (MBSRQ-AS 34 aitem)*

Aspek	Butir Favorable		Butir Unfavorable	
	Nomor aitem	Jumlah	Nomor aitem	Jumlah
Evaluasi penampilan	3, 5, 9, 12, 15	5	18, 19	2
Orientasi penampilan	1, 2, 6, 7, 10, 13, 17, 21	8	11, 14, 16, 20	4
Kepuasan terhadap bagian tubuh	26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34	9		
Kecemasan untuk menjadi gemuk	4, 8, 22, 23	4		
Pengkategorian tubuh	24, 25	2		
<b>Total</b>		<b>28</b>		<b>6</b>

**Tabel 3.2**

*Distribusi Aitem Skala Body image (MBSRQ-AS 22 aitem)*

Aspek	Butir Favorable		Butir Unfavorable	
	Nomor aitem	Jumlah	Nomor aitem	Jumlah
Evaluasi penampilan	3, 7, 9	3	11	1
Orientasi penampilan	1, 4, 5, 8, 10	5		
Kepuasan terhadap bagian tubuh	16, 17, 18, 19, 20, 21, 22	7		
Kecemasan untuk menjadi gemuk	2, 6, 12, 13	4		
Pengkategorian tubuh	14, 15,	2		
<b>Total</b>		<b>21</b>		<b>1</b>

## 2. Skala kebersyukuran

Skala yang digunakan oleh peneliti merupakan adaptasi skala kebersyukuran yang dibuat oleh Apriliani (2015) berdasarkan aspek-aspek kebersyukuran menurut Watkins, Wood, Stone & Kolts (2003). Skala ini digunakan untuk mengetahui tingkat kebersyukuran pada model, yang terdiri dari 14 aitem pernyataan dimana terdapat 10 butir aitem *favourable* dan 4 butir lainnya merupakan aitem *unfavourable*.

Peneliti memberikan 5 alternatif jawaban dengan rentang skor yang bergerak dari 1-5 untuk pertanyaan *favourable* dan 5-1 untuk pertanyaan *unfavourable*. Alternatif pertanyaan terdiri 5 alternatif jawaban, yaitu diantaranya : STS (sangat tidak setuju), ATS (agak tidak setuju), KS (kurang setuju), S (setuju), dan SS (sangat setuju). Distribusi aitem skala *body image* dapat dilihat pada Tabel 3.3 berikut ini:

**Tabel 3.3**  
*Distribusi Aitem Skala Kebersyukuran*

Aspek	Butir Favorable		Butir Unfavorable	
	Nomor aitem	Jumlah	Nomor aitem	Jumlah
Rasa keberlimpahan	2	1	5, 8, 9, 13	4
Apresiasi sederhana	3, 7, 10, 11, 14	5		
Apresiasi terhadap orang lain	1, 4, 6, 12	4		
<b>Total</b>		<b>10</b>		<b>4</b>

## F. Metode Analisis Data

Metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis korelasi *Non-Parametrik Spearman's Rho*, yang diproses melalui program komputer IBM SPSS Statistics 23.0 *for windows*. Metode ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dengan *body image*.

## G. Validitas dan Reliabilitas Penelitian

### 1. Validitas Penelitian

Menurut Azwar (Widodo, 2006), menyatakan bahwa validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan

kecermatan suatu instrumen pengukur (tes) dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes dikatakan memiliki validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukur secara tepat atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Intinya hasil ukur dari pengukuran tersebut merupakan besaran yang mencerminkan secara tepat fakta atau keadaan sesungguhnya dari apa yang diukur.

Adapun hasil uji validitas dari adaptasi skala *body image* pada 22 aitem pertanyaan, menunjukkan hasil sebesar 0,163-0,593 dan adapun hasil dari adaptasi skala kebersyukuran pada 14 aitem pertanyaan menunjukkan hasil sebesar 0,316-0,720.

## **2. Reliabilitas Penelitian**

Menurut Azwar (2013), menyatakan bahwa Reliabilitas berasal dari kata *reliability* yang berarti sejauh mana hasil suatu pengukuran memiliki keterpercayaan, keterandalan, keajegan, konsistensi, kestabilan yang dapat dipercaya. Hasil ukur dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama.

Adapun hasil uji reliabilitas dari adaptasi skala *body image* pada 22 aitem pertanyaan, menunjukkan hasil sebesar 0,819 dan adapun hasil dari adaptasi skala kebersyukuran pada 14 aitem pertanyaan menunjukkan hasil sebesar 0,799.