

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Peneliti mengaplikasikan pendekatan kuantitatif, pendapat Sugiyono (2013) menjelaskan jika pendekatan kuantitatif merupakan metode penelitian yang mengacu dengan filosofi positivisme yang mempelajari populasi atau sampel tertentu untuk menyelesaikan permasalahan yang diteliti dengan menggunakan data berupa statistik atau angka. Penelitian menggunakan rancangan deskriptif untuk memberikan gambaran tentang fenomena, deskripsi kegiatan bersifat sistematis dan fokus pada informasi faktual daripada kesimpulan (Nursalam, 2013)

#### **B. Definisi Konseptual**

Cash & Pruzinsky (2002) mendefinisikan citra tubuh sebagai representasi dari tubuh termasuk persepsi tentang penampilan, bagaimana rasa dan pikiran tentang tubuh, dan bagaimana fungsi tubuh bekerja. Setiap individu memiliki citra tubuh yang berbeda – beda, ada yang positif maupun negatif tergantung ketika mempersepsikan terhadap tubuhnya.

#### **C. Definisi Operasional**

Citra tubuh dapat didefinisikan persepsi, pikiran, gambaran seseorang yang ditunjukkan individu dirinya baik dalam berpenampilan dalam penilaian

yang positif atau negatif dari tubuh individu. Gambaran tentang tubuhnya yang benar - benar menerima dan mengukur bagian – bagian tubuhnya yang memberikan rasa nyaman dan menghindari kekhawatiran (Cash & Pruzinsky 2002).

Citra tubuh pada mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur akan diukur dengan skala yang telah dibuat oleh peneliti sesuai dengan aspek diantaranya : a) *Appearance Evaluation* (evaluasi penampilan); b) *Appearance Orientation* (orientasi penampilan); c) *Body Area Satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh); d) *Overweight Preoccupation* (kecemasan akan kegemukan); e) *Self Classified Weight* (klasifikasi ukuran tubuh).

#### **D. Populasi dan Sampel**

##### **1. Populasi**

Pendapat Handayani (2020)) mengatakan populasi adalah kumpulan dari bagian subjek penelitian yang mempunyai ciri – ciri yang serupa dapat berupa kelompok, peristiwa atau bentuk individu dari sasaran penelitian. Terkait hal tersebut populasinya yakni mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. Populasi dalam penelitian yaitu 731 mahasiswa.

##### **2. Sampel**

Menurut Sugiyono (2013) bagian dari jumlah dan karakteristik populasi,

sampel yang diangkat dari populasi dengan sengaja dan yang tepat. Dalam penelitian ini, subjek akan diambil dengan teknik *Simple Random Sampling*. Penelitian ini menggunakan acuan yaitu tabel Issac and Michael dengan taraf kesalahan 5%, jika dilihat dari keseluruhan populasi mahasiswa dan mahasiswi psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur maka ditentukan jumlah sampel yang harus diambil minimal 238 sampel.

Pendapat Sugiyono (2013) menyatakan *Simple Random Sampling* yaitu teknik yang sederhana karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa melihat dan memperhatikan kesamaan atau starata yang ada dalam populasi. Sehingga peneliti menentukan kriteria – kriteria sampel yang dipakai pada penelitiannya adalah :

- a. Mahasiswa Psikologi di UMKT
- b. Laki – laki dan perempuan
- c. Usia 18 – 25 tahun
- d. Bersedia menjadi responden

#### **E. Metode Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data guna menguji perilaku, pendapat dan persepsi orang maupun sekumpulan orang mengenai masalah di masyarakat (Sugiyono 2013). Penelitian menggunakan pengumpulan data dengan metode angket atau kuesioner yaitu suatu teknik pengumpulan data dengan memberikan daftar pertanyaan tertulis dan memperoleh data berupa jawaban atau tanggapan dari responden (Sugiyono 2013). Angket atau kuesioner yang digunakan adalah

angket tertutup dengan opsi jawaban adalah sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Angket dibuat dalam kalimat pernyataan yang berdasarkan skala likert. Data diambil menggunakan skala. Skala citra tubuh dalam penelitian ini dibuat langsung oleh peneliti berdasarkan aspek yang telah diutarakan oleh (Cash & Pruzinsky 2002).

**Tabel 1. *Blue Print* Skala Citra Tubuh**

Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
		F	UF	
<i>Appearance Evaluation</i> (evaluasi penampilan)	Mampu menilai terhadap penampilan secara keseluruhan	1,2,4,7,9,10	3,5,6,8	10
<i>Appearance Orientation</i> (orientasi penampilan)	Memperhatikan dan memperbaiki penampilan diri	11,12,14,17,19	13,15,16,18,20	10
<i>Body Area Satisfaction</i> (kepuasan terhadap bagian tubuh)	Mampu menilai kepuasan pada bagian tubuh yang spesifik	21,23,26,28,29	22,24,25,27	10
<i>Overweight Preoccupation</i> (kecemasan akan kegemukan)	Mampu dalam menerima bentuk tubuhnya	30,31,34,37,38	32,33,35,36	8

<i>Self Classified Weight</i> (klasifikasi ukuran tubuh)	Penilaian terhadap berat badan	39,40,44	41,42,43	6
	Penilaian terhadap tinggi badan	45,46,48	47,49,50	6
Total		27	23	50

## F. Uji Validitas dan Reliabilitas

### 1. Uji Validitas

Uji Validitas yaitu metode guna menentukan sekian banyaknya aitem ataupun instrumen yang akurat. Aitem kuesioner yang tidak valid yakni tidak bisa dipakai, sedangkan aitem kuesioner valid dinyatakan dapat diukur. Validitas instrumen akan diuji bantuan program SPSS 26 dengan *pearson product moment*, yaitu cara relevansi nilai per aitem dengan nilai keseluruhan ialah besaran per aitem.

Menurut Sugiyono (2016) menyatakan bahwa : “aitem dengan korelasi positif dengan kriteria (total keseluruhan) dan korelasi yang tinggi menunjukkan bahwa item tersebut mempunyai validitas yang tinggi. Secara umum  $r = 0,3$  adalah minimum yang diperlukan untuk dianggap cukup, sehingga nilai butir mengacu pada nilai total keseluruhan kurang dari 0,3 oleh sebab itu butir instrumen tersebut dijelaskan tidak valid.

## 2. Uji Reliabilitas

Priyatno (2011) mendefinisikan uji reliabilitas sebagai metode untuk mengetahui konsistensi alat ukur, apakah tingkat kestabilan data, jawaban kuesioner seseorang menunjukkan konsistensi walaupun diukur ulang. *Cronbach Alpha* buat mengukur reliabilitas i, kemudian guna memastikan instrument reliable ataupun tidak menggunakan batasan 0,6 dinyatakan reliabilitas kurang dari 0,6 yakni tidak reliabel, sedangkan 0,7 dapat diterima dan di atas 0,8 yaitu baik.

## G. Teknik Analisis Data

Pendapat Sugiyono (2016), metode analisis deskriptif merupakan statistika yang dipakai guna mengklasifikasikan data dengan cara mendeskripsikannya data yang terkumpul saja tanpa menarik kesimpulan umum atau generalisasi. Adapun peneliti menerapkan metode analisis data yang diuji pada hipotesis dengan teknik Uji *Independent Sampel T- Test* untuk menguji perbedaan rata-rata dari dua sampel dengan suatu variabel. Pengujian ini termasuk memberi informasi apakah perbedaan antara kedua sampel tersebut benar-benar menarik ataupun hanya kesalahan pengambilan sampel atau kesalahan teknik pengambilan sampling sederhana (Bungin, 2010).