

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Rancangan Penelitian

Dalam penelitian ini, jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif. Penelitian kuantitatif ini bertujuan untuk melihat hubungan antara kedua variabel yang hendak diteliti.

Variabel-variabel yang terlibat dalam penelitian ini adalah :

Variabel bebas : Objektivikasi diri

Variabel terikat : *Body Image*

3.2 Populasi dan Sampel

3.2.1 Populasi dan Sampel

Populasi adalah seluruh subjek yang dimaksud untuk diteliti. Populasi dibatasi sebagai sejumlah subjek atau individu yang paling sedikit memiliki sifat yang sama. Setelah itu akan diambil wakil dari populasi yang disebut sampel penelitian (Hadi, 2000).

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri di SMA X Surabaya yang memiliki karakteristik sebagai berikut :

- a. Berusia 14 – 17 tahun
- b. Tidak cacat fisik

3.2.2 Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *random sampling*, yaitu pengambilan sampel secara random atau tanpa pandang bulu (Hadi, 2000). Sistem random dalam penelitian ini dilakukan dengan cara mengambil nomor-nomor absen siswi SMA X secara acak di setiap kelas.

3.2.3 Jumlah Sampel Penelitian

Berdasarkan Azwar (2005), jumlah sampel lebih dari 60 orang sudah cukup banyak. Oleh karena itu jumlah subjek yang digunakan sebagai sampel dalam penelitian ini adalah 89 orang remaja putri.

3.3 Instrumen Penelitian

3.3.1 Definisi Operasional

3.3.1.1 *Body Image*

Body image adalah penilaian yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya terhadap tubuhnya, penilaian tersebut dapat berupa penilaian positif atau negatif.

Body image akan diukur dengan menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Cash dan Pruzinky (2002) yang terdiri dari :

a. Evaluasi penampilan

Mengukur evaluasi dari penampilan dan keseluruhan tubuh yang meliputi perasaan menarik atau tidak menarik, kepuasan atau ketidakpuasan yang secara intrinsik terkait pada kebahagiaan atau ketidakbahagiaan, kenyamanan dan ketidaknyamanan terhadap penampilan secara keseluruhan. Seperti perasaan menyukai bentuk tubuh dan tidak pernah mengeluh tentang bentuk tubuh.

b. Orientasi penampilan

Mengukur banyaknya usaha yang dilakukan individu untuk memperbaiki serta meningkatkan penampilan dirinya. Seperti rutinitas melakukan perawatan wajah atau kebiasaan berdandan sebelum berpergian.

c. Kepuasan area tubuh

Mengukur kepuasan atau ketidakpuasan individu terhadap area-area tubuh tertentu secara spesifik. Area-area tersebut mencakup wajah, rambut, tubuh bagian bawah (pantat, paha, pinggul, kaki), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tampilan otot, berat maupun tinggi badan.

d. Kecemasan menjadi gemuk

Mengukur kecemasan terhadap kegemukan dan kewaspadaan akan berat badan yang ditampilkan melalui perilaku nyata dalam aktivitas sehari-hari seperti

kecenderungan melakukan diet untuk menurunkan berat badan dan membatasi pola makan.

e. Pengkategorian ukuran tubuh

Mengukur bagaimana seseorang memandang dan memberi label pada berat badannya, seperti sangat kurus sampai sangat gemuk.

Skor total pada skala *body image* merupakan petunjuk untuk menggambarkan *body image* yang positif atau negatif. Semakin tinggi skor total yang diperoleh maka semakin positif *body image* individu. Sebaliknya, semakin rendah skor total yang diperoleh maka semakin negatif *body image* individu.

3.3.1.2 Objektivikasi Diri

Objektivikasi diri adalah pikiran atau cara pandang individu tentang tubuhnya yang lebih mementingkan aspek fisik daripada aspek kompetensi fisik.

Objektivikasi diri akan diukur dengan menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Fredrickson dan Roberts (1997) yang terdiri dari :

a. Aspek fisik (*appearance-based*)

Aspek fisik meliputi apa yang tampak atau mudah diamati oleh evaluator. Aspek ini meliputi berat badan, sensualitas,

daya tarik fisik, kekencangan otot, dan ukuran-ukuran bagian badan tertentu.

b. Aspek kompetensi fisik (*competence-based*)

Aspek kompetensi fisik lebih mengarah pada apa yang tidak tampak seperti koordinator fisik, kesehatan, kekuatan, level energi, dan kebugaran.

Skor total pada aspek fisik dan skor total pada aspek kompetensi fisik akan dikomparasi untuk melihat gambaran objektivikasi diri tinggi atau rendah. Bila skor pada aspek fisik lebih tinggi daripada aspek kompetensi fisik, maka individu dapat dikatakan memiliki objektivikasi diri tinggi. Sebaliknya, bila skor aspek fisik lebih rendah dari aspek kompetensi fisik, maka individu dapat dikatakan memiliki objektivikasi diri rendah.

3.3.2 Metode dan Alat Pengumpul Data

Alat ukur yang digunakan hendaknya disesuaikan dengan tujuan penelitian dan bentuk data yang diambil dan diukur (Hadi, 2000). Data penelitian ini diperoleh dengan metode skala. Skala adalah suatu prosedur pengambilan data yang merupakan suatu alat ukur aspek afektif yang merupakan konstruk atau konsep psikologis yang menggambarkan aspek kepribadian individu (Azwar, 2005).

Penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu Skala *body image* dan Skala objektivikasi diri.

a. Skala *Body Image*

Skala *body image* disusun berdasarkan aspek-aspek *body image* yang dikemukakan oleh Cash dan Pruzinky (2002). Untuk mengukur *body image* pada remaja putri, maka dalam penelitian ini digunakan skala model Likert. Skala ini terdiri dari pernyataan dengan menggunakan empat pilihan jawaban yaitu : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Skala disajikan dalam bentuk pernyataan mendukung dan tidak mendukung. Nilai setiap pilihan bergerak dari 1 sampai 4, dimana bobot penilaian untuk pernyataan mendukung, yaitu 4 untuk sangat setuju (SS) dan 1 untuk sangat tidak setuju (STS). Sedangkan untuk bobot pernyataan tidak mendukung, penilaiannya adalah 4 untuk sangat tidak setuju (STS) dan 1 untuk sangat setuju (SS).

Jumlah aitem total untuk skala ini adalah 50 aitem yang terdiri dari 25 aitem yang mendukung dan 25 aitem yang tidak mendukung. Aitem-aitem pada skala ini mengungkap lima dimensi dari MBSRQ-AS (*Multidimensional Body Self-Relation Questionnaire-Appearance Scale*) oleh Cash (2000), yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan area tubuh, kecemasan menjadi gemuk dan pengkategorian ukuran tubuh.

Tabel 3.1

Cetak Biru Skala *Body Image* Sebelum Uji Coba

No	Dimensi <i>Body Image</i>	Aitem Mendukung	Aitem Tidak Mendukung	Jumlah
1.	Evaluasi penampilan	3,5,8,9,49	33,34,35,36,48	10
2.	Orientasi penampilan	19,25,27,39,50	1,4,10,21,41	10
3.	Kepuasan area tubuh	15,28,29,31,46	13,20,22,24,44	10
4.	Kecemasan menjadi gemuk	2,6,7,12,16	23,30,43,45,47	10
5.	Pengkategorian ukuran tubuh	11,32,37,40,42	14,17,18,26,38	10
	Jumlah	25	25	50

b. Skala Objektivikasi Diri

Fredricksom dan Roberts (1997) menggunakan *Self-Objectification Questionnaire* untuk mengukur objektivikasi diri pada seseorang. Pengukuran objektivikasi diri ini meliputi dua aspek pengukuran yaitu aspek fisik (*appearance-based attributes*) dan aspek kompetensi fisik (*competence based physical attributes*).

Alat ukur objektivikasi diri milik Fredrickson dan Roberts (1997) kemudian diadaptasi oleh peneliti dengan membaginya menjadi dua sub skala model Likert. Skala ini akan dijadikan satu kesatuan untuk menghindari kesan bahwa pernyataan aspek fisik hanya merupakan lawan atau kebalikan dari aspek kompetensi fisik.

Skala ini nantinya akan terdiri dari pernyataan yang menggunakan empat pilihan jawaban yaitu : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Skala akan disajikan dalam bentuk pernyataan mendukung. Nilai setiap pilihan bergerak dari 1 sampai 4, dimana bobot penilaian untuk pernyataan mendukung, yaitu 4 untuk sangat setuju (SS) dan 1 untuk sangat tidak setuju (STS).

Setiap aspek pada skala objektivikasi diri akan dijumlahkan secara terpisah sehingga akan didapatkan skor total untuk setiap aspeknya. Kedua skor total dari masing-masing aspek akan dikomparasi untuk melihat objektivikasi diri seseorang. Komparasi skor total masing-masing aspek dilakukan supaya tampak apakah aspek fisik atau aspek kompetensi fisik yang lebih dipentingkan oleh subjek. Selain itu pada penelitian ini, uji hipotesis hanya dilakukan pada aspek fisik dari objektivikasi diri. Hal ini sesuai dengan pengertian objektivikasi diri yaitu cara pandang seseorang yang lebih mementingkan aspek fisik daripada aspek kompetensi fisik.

Jumlah aitem total untuk skala ini adalah 30 aitem yang terdiri dari 15 aitem aspek fisik dan 15 aitem aspek kompetensi fisik.

Tabel 3.2**Cetak Biru Skala Objektivikasi Diri Sebelum Uji Coba**

No	Aspek Objektivikasi Diri	Indikator	Aitem Mendukung	Jumlah
1.	Aspek fisik	Berat badan	1,10,21	3
		Sensualitas	7,19,27	3
		Daya tarik fisik	8,15,23	3
		Kekencangan otot	5,14,28	3
		Ukuran bagian tubuh tertentu	4,9,13	3
2.	Aspek kompetensi fisik	Koordinasi fisik	3,12,18	3
		Kesehatan	6,11,25,29	4
		Kekuatan	2,22	2
		Level energi	17,20,26	3
		Kebugaran	16,24,30	3
Jumlah				30

3.4 Uji Coba Alat Ukur

Suatu alat ukur dapat dikatakan valid dan reliabel bila nilai validitas dan reliabilitasnya tinggi. Validitas dan reliabilitas yang tinggi berguna untuk memberikan informasi akurat mengenai keadaan subjek atau individu yang dikenai tes tersebut (Azwar, 2007).

3.4.1 Validitas Alat Ukur

Validitas adalah ketepatan dan kecermatan skala dalam menjalankan fungsi ukurnya. Suatu alat tes atau instrumen pengukuran dikatakan memiliki validitas yang tinggi apabila alat tersebut mampu menjalankan fungsi ukurnya atau dengan kata lain mampu memberikan hasil ukur yang sesuai dengan tujuan dilakukannya pengukuran tersebut (Azwar, 2007).

Selain itu, pengertian validitas lainnya adalah kecermatan alat ukur (Azwar, 2007). Alat ukur yang valid tidak sekedar mampu mengungkapkan data yang tepat akan tetapi juga harus dapat memberikan gambaran yang cermat mengenai data tersebut. Pengukuran yang valid akan mampu memberikan gambaran mengenai perbedaan yang sekecil-kecilnya diantara subjek yang satu dengan yang lainnya. Dalam penelitian ini, validitas bertujuan untuk melihat sejauhmana isi tes mencerminkan atribut yang hendak diukur. Pelaksanaan validitas ini dilakukan dengan pertimbangan *professional judgement*.

3.4.2 Uji Daya Beda

Uji daya beda merupakan hal yang penting dalam seleksi aitem skala psikologi. Daya beda aitem atau daya diskriminasi aitem adalah sejauhmana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan yang tidak memiliki atribut yang diukur (Azwar, 2007).

Indeks daya diskriminasi aitem merupakan pula indikator keselarasan atau konsistensi antara fungsi aitem dengan fungsi skala secara keseluruhan yang dikenal dengan istilah konsistensi aitem-total (Azwar, 2007). Dasar kerja seleksi aitem adalah memilih aitem yang mengukur hal yang sama dengan apa yang diukur oleh skala sebagai keseluruhan. Pengujian daya diskriminasi aitem menghendaki dikakukannya komputasi koefisien korelasi

antara distribusi skor aitem dengan distribusi skor skala itu sendiri. Komputasi ini akan menghasilkan koefisien korelasi aitem total yang dikenal dengan sebutan parameter daya beda aitem (Azwar, 2007).

Besarnya koefisien korelasi aitem-total bergerak dari 0 sampai dengan 1,00 dengan tanda positif atau negatif. Semakin baik daya diskriminasi aitem, maka koefisien korelasinya semakin mendekati angka 1,00 (Azwar, 2007). Sebaliknya bila koefisien korelasi mendekati angka 0, maka daya diskriminasinya kurang baik. Biasanya untuk memilih aitem yang memiliki daya diskriminasi baik, digunakan batasan $r \geq 0,03$. Akan tetapi bila jumlah aitem yang lolos ternyata masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, maka batasan kriteria dapat diturunkan menjadi $r \geq 0,25$. Jadi aitem yang memiliki nilai r dibawah 0,25 diinterpretasi sebagai aitem yang memiliki daya diskriminasi rendah.

3.4.3 Uji Reliabilitas

Reliabilitas merupakan konsistensi atau kepercayaan sebuah alat ukur yang mengandung arti kecermatan pengukuran. Pengukuran yang tidak reliabel akan menghasilkan skor yang tidak dapat dipercaya karena perbedaan skor yang terjadi diantara individu lebih ditentukan oleh faktor kesalahan daripada faktor perbedaan sesungguhnya (Azwar, 2007).

Teknik yang digunakan adalah teknik alpha dari *cronbach* dengan bantuan program R 2.9.1 yang nantinya akan menghasilkan reliabilitas dari skala objektivikasi diri dan *body image*.

Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas ($r_{xx'}$) yang angkanya berada dalam rentang 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas dan semakin mendekati angka 1,00, maka semakin tinggi reliabilitas. Sebaliknya bila koefisien reliabilitasnya rendah dan mendekati angka 0, maka reliabilitas sebuah alat ukur dinyatakan rendah (Azwar, 2007). Pada umumnya, reliabilitas telah dianggap cukup memuaskan bila koefisiennya mencapai minimal 0,600.

3.5 Hasil Uji Coba Alat Ukur

3.5.1 Hasil Uji Coba Skala *Body Image*

Uji coba skala *body image* digunakan untuk mencari aitem-aitem yang valid serta reliabel yang nantinya akan dijadikan alat ukur *body image* dalam penelitian ini. Uji coba skala *body image* menggunakan korelasi Pearson *product moment* dengan interval kepercayaan 95% dan aitem dikatakan berkorelasi dengan atribut yang hendak diukur bila harga indeks diskriminasi aitem (p) dibawah 0,05. Jumlah aitem yang diuji cobakan adalah sebanyak 50 aitem. Aitem-aitem yang memenuhi kriteria bergerak dari $9.974e-10$ sampai 0,04339, yaitu berjumlah 40 aitem. Reliabilitas skala *body image* adalah 0,7378.

Tabel 3.3**Penyebaran Aitem Skala *Body Image* Setelah Uji Coba**

No	Dimensi <i>Body Image</i>	Aitem Mendukung	Aitem Tidak Mendukung	Jumlah
1.	Evaluasi penampilan	3,5,8,9,49	33,34,35,36,48	10
2.	Orientasi penampilan	19,39,50	1,4,10	6
3.	Kepuasan area tubuh	15,28,31,46	20,22	6
4.	Kecemasan menjadi gemuk	2,6,7,12,16	23,30,43,45,47	10
5.	Pengkategorian ukuran tubuh	11,32,37,40,42	14,26,38	8
Jumlah		22	18	40

Aitem-aitem yang memenuhi kriteria tersebut disusun kembali sehingga menjadi susunan skala yang digunakan dalam pengambilan data yang sebenarnya. Adapun susunannya tampak pada tabel cetak biru skala *body image* sebagai berikut :

Tabel 3.4**Cetak Biru Skala *Body Image* Setelah Uji Coba**

No	Dimensi <i>Body Image</i>	Aitem Mendukung	Aitem Tidak Mendukung	Jumlah
1.	Evaluasi penampilan	3,5,8,9,39	25,26,27,28,38	10
2.	Orientasi penampilan	16,31,40	1,4,10	6
3.	Kepuasan area tubuh	14,21,23,36	17,18	6
4.	Kecemasan menjadi gemuk	2,6,7,12,15	19,22,34,35,37	10
5.	Pengkategorian ukuran tubuh	11,24,29,32,33	13,20,30	8
Jumlah		22	18	40

3.5.2 Hasil Uji Coba Skala Objektivikasi Diri

Uji coba skala objektivikasi diri digunakan untuk mencari aitem-aitem yang valid serta reliabel yang nantinya akan dijadikan alat ukur objektivikasi diri dalam penelitian ini. Uji coba skala ini menggunakan korelasi Pearson *product moment* dengan interval kepercayaan 95% dan aitem dikatakan berkorelasi dengan atribut yang hendak diukur bila harga indeks diskriminasi aitem (p) dibawah 0,05. Jumlah aitem yang diuji cobakan adalah sebanyak 30 aitem. Aitem-aitem yang memenuhi kriteria bergerak dari $3.779e-06$ sampai 0,04375, yaitu berjumlah 26 aitem. Reliabilitas skala objektivikasi diri adalah 0,7094.

Tabel 3.5

Penyebaran Aitem Skala Objektivikasi Diri Setelah Uji Coba

No	Aspek Objektivikasi Diri	Indikator	Aitem Mendukung	Jumlah
1.	Aspek fisik	Berat badan	1,10,21	3
		Sensualitas	7,19	2
		Daya tarik fisik	8,15	2
		Kekencangan otot	5,28	2
		Ukuran bagian tubuh tertentu	4,9	2
2.	Aspek kompetensi fisik	Koordinasi fisik	3,12,18	3
		Kesehatan	6,11,25,29	4
		Kekuatan	2,22	2
		Level energi	17,20,26	3
		Kebugaran	16,24,30	3
Jumlah				26

Aitem-aitem yang memenuhi kriteria tersebut disusun kembali sehingga menjadi susunan skala yang digunakan dalam

pengambilan data yang sebenarnya. Adapun susunannya tampak pada tabel cetak biru skala objektivikasi diri sebagai berikut :

Tabel 3.6

Cetak Biru Skala Objektivikasi Diri Setelah Uji Coba

No	Aspek Objektivikasi Diri	Indikator	Aitem Mendukung	Jumlah
1.	Aspek fisik	Berat badan	1,10,19	3
		Sensualitas	7,17	2
		Daya tarik fisik	8,13	2
		Kekencangan otot	5,24	2
		Ukuran bagian tubuh tertentu	4,9	2
2.	Aspek kompetensi fisik	Koordinasi fisik	3,12,16	3
		Kesehatan	6,11,22,25	4
		Kekuatan	2,20	2
		Level energi	15,18,23	3
		Kebugaran	14,21,26	3
Jumlah				26

3.6 Prosedur Penelitian

Adapun prosedur yang digunakan dalam penelitian ini dijelaskan menurut tahap-tahap berikut ini :

3.6.1 Tahap Penyusunan Alat Ukur

Pengukuran *body image* dan objektivikasi diri menggunakan alat ukur berupa skala psikologis. Kedua alat ukur tersebut merupakan hasil adaptasi dari alat ukur sebelumnya. Pada pengukuran *body image*, peneliti membuat alat ukur dengan mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Cash dan Pruzinky (2002). Aspek-aspek dari masing-masing alat ukur kemudian disusun menjadi sejumlah aitem yang sesuai dengan cetak biru yang telah dibuat.

Sebelum dijadikan alat ukur, maka skala tersebut diujicobakan terlebih dahulu pada 57 orang. Sedangkan pada pengukuran objektivikasi diri, peneliti memodifikasi alat ukur sebelumnya dengan mengubah model skala menjadi model Likert. Aspek-aspek yang digunakan dalam pengukuran objektivikasi diri mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Fredrickson dan Roberts (1997). Dari hasil uji coba tersebut akan ditentukan aspek-aspek mana saja yang layak untuk dijadikan alat ukur melalui perhitungan uji daya beda aitem serta validitas dan reliabilitasnya. Aitem-aitem yang memenuhi kriteria akan disusun kembali dan digunakan dalam penelitian.

3.6.2 Tahap Pelaksanaan Penelitian

Peneliti akan memberikan alat ukur yang telah diuji cobakan sebelumnya kepada remaja putri di salah satu SMA favorit Surabaya. Individu yang sesuai dengan karakteristik populasi dan sampel akan diberi kesempatan untuk menjadi anggota sampel. Peneliti akan menjumpai langsung subjek untuk memberikan instruksi mengisi alat ukur. Teknik pengambilan data ini dipilih karena peneliti sudah melakukan survey awal dimana sekolah favorit tersebut dapat mewakili subjek dari segala lapisan ekonomi, budaya dan ras. Selain itu, peneliti telah memiliki relasi yang cukup baik dengan guru-guru di sekolah-sekolah tersebut sehingga sangat memungkinkan bagi peneliti untuk menyampaikan intruksi

secara jelas kepada subjek. Pengambilan data berlangsung pada tanggal 01-07 Maret 2011.

3.6.3 Tahap Pengolahan Data

Setelah kedua skala terkumpul, data-data tersebut akan diolah dengan menggunakan bantuan komputerisasi yaitu program R 2.9.1 . Data yang diperoleh diharapkan dapat menunjukkan adanya hubungan negatif antara objektivikasi diri dengan *body image* pada remaja putri di SMA X Surabaya.

3.7 Analisis Data

Metode analisa data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan bantuan program komputer yaitu program R versi 2.9.1 , yaitu :

3.7.1 Uji Korelasi

Uji korelasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji korelasi *product moment*. Teknik korelasi *product moment* dipilih untuk mengetahui hubungan antara x dan y yang kedua variabel itu berskala interval (Hadi, 2000). Dari hasil uji korelasi *product moment*, nantinya akan tampak apakah data variabel objektivikasi diri pada aspek fisik berkorelasi secara linear terhadap data variabel *body image*. Kedua variabel dapat dikatakan berkorelasi secara linear jika nilai r bermuatan negatif serta nilai $p < 0,05$ (Hadi, 2000).