

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Metode digunakan untuk memperoleh data utama yaitu data mengenai hubungan antara *body image* dengan kepuasan hidup yang diperoleh dari sebaran angket, selanjutnya dideskripsikan dalam bentuk kata-kata dengan tujuan untuk memperjelas hasil uji hipotesis.

Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang bertujuan untuk menjelaskan suatu fenomena menurut perspektif peneliti. Karena itu, dalam metode ini sering menggunakan rumus-rumus statistik untuk mencari hubungan antara dua variabel.

B. Identifikasi variabel penelitian

- 1) Variabel bebas atau variabel eksperimen yaitu variabel yang diselidiki sepenuhnya. Dalam penelitian ini variabel bebas (variable X) adalah *body image*.
- 2) Variabel terikat atau variabel ramalan yaitu variabel yang diramalkan akan timbul karena dalam hubungan yang fungsional atau sebagai pengaruh dalam variabel bebas. Dalam penelitian ini variabel terkait (variable Y) adalah kepuasan hidup.

C. Definisi operasional

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat

diamati (Azwar,2007:74). Definisi operasional sangat penting keberadaannya dalam sebuah penelitian dengan tujuan adanya suatu kesamaan pandangan dan persepsi antara peneliti dan pembaca mengenai objek atau variabel penelitian.

Penjelasan dalam pengertian operasional dan variabel-variabel penelitian dan menyamakan persepsi serta untuk menghindari kesalah pahaman dalam menafsirkan variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini, dibawah ini dijelaskan definisi dari variabel-variabel yang digunakan adalah sebagai berikut:

1) *Body Image*

Body image merupakan penilaian seseorang mengenai tubuhnya sendiri, secara penampilan fisik, berat tubuh, secara keseluruhan. Pada penelitian ini *body image* akan diukur dengan menggunakan skala yang disusun oleh peneliti dan dikembangkan berdasarkan dimensi *body image* yang dikemukakan oleh Cash yaitu *Appearance evaluation*, *Appearance orientation*, *Body area satisfaction*, *Overweight preoccupation*, *Self-classified weight*.

2) *Kepuasan Hidup*

Kepuasan hidup adalah penilaian secara kognitif mengenai seberapa baik dan memuaskan hal-hal yang sudah dilakukan individu dalam kehidupannya secara menyeluruh dan atas area-area utama yang mereka anggap penting dalam hidup (*domain satisfaction*) berdasarkan suatu standar atau patokan yang dibuat oleh individu itu sendiri.

Diener dan Biswas-Diener (2008) serta pembahasan lebih lanjut dalam jurnal beliau yang berjudul *Subjective Well Being: Three Decades of*

Progress (1999) mengatakan bahwa dalam komponen kepuasan hidup ini terdapat:

1. Keinginan untuk mengubah kehidupan,
2. Kepuasan terhadap hidup saat ini,
3. Kepuasan hidup di masa lalu,
4. Kepuasan terhadap kehidupan di masa depan,
5. Penilaian orang lain terhadap kehidupan seseorang.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah keseluruhan dari subyek penelitian. Sampel merupakan sebagian atau wakil dari populasi yang akan diteliti. Arikunto (2006) menjelaskan bahwa untuk mempermudah pengambilan sampel ini dengan menggunakan pegangan bahwa apabila subyek kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika jumlah subyeknya besar dapat diambil antara 10 sampai 15%, atau lebih.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik populasi. Dalam penelitian ini jumlah sampel penelitian yaitu sebanyak 35 orang remaja dikomunitas KAGUMI.

E. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan beberapa teknik, diantaranya yaitu :

1. Angket Skala, yaitu sejumlah pernyataan yang harus dijawab oleh subjek penelitian. Pertimbangan digunakan angket skala sebagai metode pengumpul data merujuk pada pendapat Hadi yang dikutip oleh Ariantini

(2011 ; 67) bahwa: (1) subjek adalah orang yang paling tahu tentang dirinya; (2) apa yang dinyatakan oleh subjek adalah benar dan dapat dipercaya; (3) interpretasi subjek tentang pertanyaan-pertanyaan yang dianjurkan kepadanya adalah sama dengan yang dimaksud oleh peneliti.

Penyusunan skala stres didasarkan pada penyusunan skala model Likert, yang disajikan dengan 4 alternatif jawaban. Empat alternatif jawaban tersebut adalah: SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), STS (Sangat Tidak Setuju).

Skala masing-masing variabel penelitian ini sebagai berikut :

- 1) Skala body image yang disusun berdasarkan indikator body image menurut Cash (2002) dengan jumlah 37 pernyataan.

Tabel 3.1. Blue print skala Body Image

No	Aspek/Dimensi Gambaran Tubuh	Indikator Perilaku	Nomor Aitem	
			F	UF
1.	<i>Appearance evaluation</i> (evaluasi penampilan)	- Penilaian penampilan secara keseluruhan tubuh.	1, 22, 35, 2, 23	13, 30, 14, 31
2.	<i>Appearance orientation</i> (orientasi penampilan)	- Pandangan mendasar secara keseluruhan	3, 24, 36, 4, 25, 37	15, 32, 16, 33
3.	<i>Body area satisfaction</i> (kepuasan terhadap bagian tubuh)	- Kepuasan terhadap wajah - Kepuasan terhadap bagian bawah (paha, pantat, pinggul, kaki) - Kepuasan terhadap bagian tengah (pinggang, perut) - Kepuasan terhadap bagian atas (dada, bahu, lengan) - Kepuasan terhadap rambut	5, 6, 26, 7, 8	17, 34
4.	<i>Overweight preoccupation</i> (kecemasan menjadi gemuk)	- Membatasi pola makan - Kewaspadaan individu terhadap berat badan	19, 9, 27, 11, 29	10, 28, 18, 20
5.	<i>Self-classified weight</i> (pengkategorian ukuran tubuh)	- Berat badan 70-120 - Tinggi badan 150-175	12	21
Total			37	

- 2) Skala kepuasan hidup yang disusun berdasarkan Diener dan Biswas-Diener (2008) dengan jumlah 17 pernyataan

Tabel 3.2. *Blue print* skala kepuasan hidup

No	Komponenkepuasanhidup	<i>Favourabel</i>	<i>Unfavourable</i>
1.	Keinginanuntukmengubahkehidupan	3, 6	
2.	Kepuasaanterhadaphidupsaatini,	1, 2, 12, 15,13	9, 16,
3.	Kepuasanhidup di masalalu,	4,	10
4.	Kepuasanterhadapkehidupan dimasadepan,	11 ,17, 8	
5.	Penilaian orang lain terhadapkehidupanseseorang	5, 14, 7	
	Total	14	3

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kepuasan hidup adalah *Satisfaction With Life Scale* (SWLS) yang dikembangkan oleh Pavot & Diener, untuk mengukur kepuasan hidup seseorang secara menyeluruh, yang merupakan komponen kognitif dari *subjective well-being*.

SWLS terdiri dari lima buah item yang berupa pernyataan (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985). Pada setiap item, responden diminta untuk memberikan persetujuan menggunakan skala 1-7. Namun setelah dilakukan adaptasi secara budaya, maka skala yang digunakan menjadi 1-6 dimana skala tersebut mengandung arti 1 = sangat tidak sesuai, 2 = tidak sesuai, 3 = agak tidak sesuai, 4 = agak sesuai, 5 = sesuai, 6 = sangat sesuai. Skor total diperoleh dengan menjumlahkan skor dari kelima item. Setiap item memiliki nilai dari 1 hingga 6. Skor total diperoleh dengan cara mencari jumlah total kelima item sehingga kisaran skor total yang diperoleh pada alat ukur ini adalah dari 5-30. Semakin besar skor

menunjukkan semakin besar pula kepuasan hidup yang dimiliki (Pavot & Diener, 1993).

2. Wawancara, yaitu percakapan atau tanya jawab yang diarahkan untuk memperoleh tujuan tertentu. Pendekatan dasar untuk memperoleh data kualitatif melalui wawancara dalam penelitian ini merujuk pada pembagian menurut Patton yang dikutip oleh Poerwandari (1998 ; 71 – 73) yaitu wawancara dengan pedoman yang terstandar dan terbuka. Maksudnya adalah pedoman wawancara ditulis dengan rinci, lengkap dengan set pertanyaan dan penjabarannya dalam kalimat.

Wawancara dalam penelitian ini digunakan dengan tujuan untuk mengumpulkan data penelitian. Informasi dikumpulkan untuk mendapatkan penjelasan mengenai suatu fenomena. Wawancara dilakukan kepada subjek penelitian untuk memperoleh pemahaman yang lebih dalam tentang *body image* dan kepuasan hidup pada remaja. Jadi, wawancara di sini berfungsi sebagai metode pelengkap, yaitu alat pengumpul data yang melengkapi informasi yang telah diperoleh sebelumnya dengan cara lain.

3. Metode Observasi

Metode observasi Observasi merupakan metode untuk memperoleh data dengan pengamatan langsung atau sengaja dan sistematis terhadap aktifitas subyek (Moelong, 2000: 105). Dalam penelitian ini observasi digunakan peneliti dalam studi pendahuluan dengan mengamati aktifitas subjek penelitian di komunitas.

F. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas merupakan ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen (Arikunto, 1999: 144). Dalam menentukan validitas suatu instrumen, bentuk uraian digunakan rumus *Product Moment* yaitu :

$$r_{xy} = \frac{N \sum X.Y - (\sum X).(\sum Y)}{\sqrt{(N \sum X^2 - (\sum X)^2) \cdot (N \sum Y^2 - (\sum Y)^2)}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Korelasi antara X dan Y

N = Jumlah responden

$\sum X$ = jumlah skor item

$\sum Y$ = jumlah skor total

$\sum XY$ = jumlah skor perskal item dengan skor total

X^2 = jumlah skor kuadrat X

Y^2 = jumlah skor kuadrat Y

Selanjutnya hasil r_{xy} dikonsultasikan dengan r_{tabel} product moment dengan $\alpha = 5\%$, jika $r_{xy} > r_{tabel}$ maka alat ukur dinyatakan valid.

Butir-butir instrumen yang tidak valid tidak diadakan revisi melainkan dihilangkan dengan pertimbangan:

- a. Jumlah dan muatan butir item cukup representatif untuk menjangkau data tentang *body image* dan kepuasan hidup.
- b. Item-item yang tidak valid telah terwakili oleh item-item yang valid.

2. Reliabilitas

Reliabilitas menyangkut masalah ketepatan alat ukur. Ketepatan ini dapat dinilai dengan analisa statistik untuk mengetahui kesalahan ukur. Reliabilitas adalah menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran tetap konsisten apabila dilakukan penngukuran ulang terhadap gejala yang sama dengan alat ukur yang sama (Azwar, 2011).

Penelitian ini uji reliabilitas dilakukan dengan rumus *Croanbach's Alpha*. Adapun *Croanbach's Alpha* adalah sebagai berikut:

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum sd^2 b}{\sum sd^2 t} \right)$$

Keterangan:

α = koefisien reliabilitas alpha

k = jumlah butir

$\sum sd^2 b$ = jumlah varians butir

$\sum sd^2 t$ = jumlah varians total

Pengujian validitas dan reliabilitas yang dilakukan dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) 16,0 *for windows*.

G. Metode Analisis Data

Untuk menganalisa data yang telah terkumpul melalui angket, membuktikan hipotesis dan untuk mengetahui hubungan antara body image dengan kepuasan hidup pada remaja yang mengalami obesitas dengan

menggunakan teknik statistik. digunakan analisis dengan acuan skor standar, maka peneliti menggunakan rumus standar deviasi, adapun rumus standar deviasi adalah sebagai berikut:

Rumus mencari standar deviasi:

$$SD : \frac{\sqrt{\sum fx^2 - (\sum fx)^2}}{N - 1}$$

Keterangan:

SD : Standar Deviasi

X : skor X

N : Jumlah responden

Rumus mencari Mean:

$$M : \frac{\sum x}{N}$$

Keterangan:

M : Mean

N : Jumlah Total

X : Banyaknya nomor pada variabel X

Dari distributor skor responden kemudian mean dan standar deviasinya dihitung, sehingga skor yang dijadikan batas angka penilaian sesuai dengan norma yang diketahui. Adapun norma yang digunakan yaitu:

Tinggi : $(\text{Mean} + 1 \text{ SD}) < X$

Sedang : $(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) < X \leq \text{Mean} + 1 \text{ SD}$

Rendah : $X \leq (\text{Mean} - 1 \text{ SD})$

Setelah dilakukan penghitungan standar deviasi berdasarkan norma di atas dan didapatkan frekuensi setiap kategori, maka dihitung dengan rumus prosentase. Rumus prosentase digunakan untuk menghitung jumlah prosentase subyek dalam kategori tinggi, sedang dan kategori rendah.

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Persentase :

Keterangan:

P = angka persentase

F = frekuensi

N = jumlah frekuensi

Sesuai dengan tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara body image dengan kepuasan hidup pada remaja yang mengalami obesitas, maka teknik yang digunakan adalah melalui analisa product moment Karl Pearson, dengan satu hubungan dari variabel bebas terhadap variabel terikat. Perhitungan uji penelitian ini dilakukan dengan komputer seri program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) 16.0 for Windows.