

BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Metode penelitian dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, dimana pendekatan kuantitatif dilakukan pada penelitian inferensial (dalam rangka penyajian hipotesis). Sugiyono mengatakan bahwa metode kuantitatif dinamakan metode tradisional, karena metode ini sudah cukup lama digunakan sehingga sudah mentradisi sebagai metode untuk penelitian. Metode ini sebagai metode ilmiah/*scientific*, objektif, terukur, rasional dan sistematis (2011:7). Dilihat dari perumusan masalah, penelitian ini tergolong dalam penelitian dengan hubungan sebab akibat, yang biasa disebut dengan istilah hubungan kausal yang terdapat variabel independen dan variabel dependen. Variabel independen berarti yang mempengaruhi dan variabel dependen berarti yang dipengaruhi.

Proses pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan wawancara, observasi dan penyebaran skala. Wawancara dan observasi dilakukan sebagai alat pengumpulan data awal untuk melakukan penelitian. Sedangkan skala diberikan untuk memperoleh hasil penelitian.

Teknik analisis data yang digunakan untuk penelitian ini adalah uji regresi linier sederhana untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh dari variabel independen terhadap variabel dependen. Uji regresi linier juga dapat

menunjukkan tentang seberapa besar sumbangsi yang diberikan variabel dependen terhadap variabel independen.

B. Identifikasi Variabel

Variabel merupakan suatu atribut dalam penelitian yang sifatnya dapat diukur. Menurut Best variabel penelitian adalah kondisi-kondisi yang oleh peneliti dimanipulasikan, dikontrol dan diobservasi dalam suatu penelitian (dalam Narbuko dan Achmadi, 2012:118). Suryabrata mengatakan apa yang merupakan variabel dalam suatu penelitian ditentukan oleh landasan teoritisnya, dan ditegaskan oleh hipotesis penelitiannya (2005:26). Dalam penelitian ini terdapat variabel terikat dan variabel bebas. Variabel terikat (Y) merupakan variabel penelitian yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat sebab variabel lain. Sedangkan variabel bebas (X) merupakan variabel penelitian yang dapat memberikan pengaruh terhadap variabel lainnya.

Kerangka pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

Variabel bebas (X) : Citra Tubuh

Variabel terikat (Y) : Penyesuaian Diri

C. Definisi Operasional

1. Citra Tubuh

Citra tubuh merupakan gambaran diri terhadap dirinya sendiri yang akan menyesuaikan dengan bagaimana orang lain memperhatikannya, sehingga dapat menggambarkan diri dengan melihat bagaimana respon orang lain ketika memperhatikannya. Citra tubuh merupakan persepsi diri terhadap dirinya sendiri di mata orang lain dan anggapan dirinya sendiri untuk terlihat pantas di lingkungan sekitarnya.

2. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri merupakan proses dimana seseorang menyesuaikan diri terhadap dirinya sendiri dan terhadap lingkungan sosial di sekitarnya, akan tetapi masih pada norma-norma yang berlaku. Manusia hidup sebagai makhluk sosial, dimana dalam mencapai kebutuhannya untuk hidup manusia tidak dapat hidup tanpa adanya peran orang lain dalam hidupnya.

D. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP NU Syamsuddin yang beralamatkan di jalan L. A. Sucipto Gang Pesantren II/23 Blimbing – Malang. Pelaksanaan

penyebaran skala dilakukan di ruang kelas VII, kelas VIII A dan kelas VIII B.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan mulai dari awal bulan Januari hingga bulan April tahun 2015 dengan waktu empat kali kunjungan yang terdiri dari :

- a. Tanggal 19 Januari 2015 untuk penggalan data awal.
- b. Tanggal 23 Maret 2015 untuk penyebaran skala kepada siswa-siswi kelas VII.
- c. Tanggal 2 April 2015 untuk penyebaran skala kepada siswa-siswi kelas VIII A.
- d. Tanggal 4 April 2015 untuk penyebaran skala kepada siswa-siswi kelas VIII B.

E. Strategi Penelitian

1. Populasi

Populasi merupakan bagian unsur terpenting dalam penelitian. Menurut Azwar (2003) populasi merupakan sekelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Sekelompok subjek yang akan dikenai generalisasi tersebut terdiri dari sejumlah individu yang setidaknya mempunyai satu ciri atau karakteristik yang sama. Sugiyono

(2011:80) memaparkan populasi sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Berdasarkan uraian tersebut maka populasi pada penelitian ini ditetapkan suatu kriteria dan karakteristik tertentu yang sesuai dengan maksud dan tujuan penelitian. Adapun karakteristik dari populasi yang dimaksud adalah remaja pubertas dengan rentan usia ≥ 12 tahun hingga 14 tahun yang berada di kelas VII-VIII SMP NU Syamsuddin Malang. Berdasarkan informasi yang diperoleh dari staf sekolah, siswa-siswinya berjumlah:

Tabel 4.1 Jumlah Populasi

Kelas	Jumlah
VII	32 anak
VIII A	15 anak
VIII B	12 anak

2. Teknik Pengambilan Sampel

Jumlah siswa-siswi SMP tempat penelitian berlangsung hanya berjumlah 59 anak. Sehingga dalam penelitian ini, teknik pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *sampling jenuh*, yakni teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel.

Hal ini sering dilakukan jika jumlah populasi relatif kecil, kurang dari 30 orang, atau penelitian yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil (Sugiyono, 2011:85).

F. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan wawancara, observasi dan penyebaran skala kepada subjek penelitian.

a. Wawancara

Wawancara atau interview adalah suatu bentuk komunikasi verbal, jadi semacam percakapan yang bertujuan memperoleh informasi (Nasution, 2011:114). Dalam melakukan wawancara, peneliti memerlukan suatu pedoman untuk membantu kelancaran proses wawancara. Beliau juga menjelaskan bahwa pedoman untuk wawancara terdapat dua macam, yakni pedoman wawancara tidak terstruktur dan pedoman wawancara terstruktur (Arikunto, 1998).

Wawancara pada penelitian ini dilakukan dengan pedoman wawancara tidak terstruktur, yakni tanpa adanya panduan atau daftar pertanyaan yang dipersiapkan sebelumnya. Keuntungan wawancara tak berstruktur ini ialah kebebasan yang menjiwainya, sehingga responden secara spontan dapat mengeluarkan segala sesuatu yang ingin dikemukakannya (Nasution, 2011:119).

Hasil wawancara akan digunakan sebagai data pendukung untuk memperkuat permasalahan atau sebagai fenomena lapangan pada latar belakang penelitian ini.

b. Observasi

Penelitian ini menggunakan metode observasi/pengamatan yang kegiatan ini tidak terbatas pada objek manusia, tetapi juga objek-objek alam yang lain. Teknik pengumpulan data dengan observasi dapat digunakan untuk penelitian yang berkenaan dengan perilaku manusia, proses kerja, gejala-gejala alam dan bila responden yang diamati dalam jumlah relatif tidak terlalu besar (Sugiyono, 2011:145).

Dengan metode ini diharapkan akan memperoleh kemudahan dalam mencatat dan merekam fenomena yang terjadi di lapangan secara langsung. Data yang diperoleh berupa profil dan keadaan tempat penelitian dilakukan, serta dijadikan sebagai data pendukung untuk penguat latar belakang penelitian.

c. Angket/Kuesioner

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data dengan angket/kuesioner yang merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2011:142). Dikarenakan penelitian ini berhubungan dengan perilaku manusia, kuesioner ini menggunakan skala likert sebagai tolak ukur berupa tabel

psikometrik berupa beberapa pernyataan *favorable* dan *unfavorable* yang diisi dengan jawaban-jawaban Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Tabel 4.2 Favorable

SS	S	TS	STS
4	3	2	1

Tabel 4.3 Unfavorable

SS	S	TS	STS
1	2	3	4

d. Blue Print

Prinsip meneliti adalah melakukan pengukuran terhadap fenomena sosial maupun alam. Karena pada prinsipnya meneliti adalah melakukan pengukuran, maka harus ada alat ukur yang baik. Alat ukur dalam penelitian biasanya dinamakan instrumen penelitian. Jadi instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Secara spesifik semua fenomena ini disebut variabel penelitian (Sugiyono, 2011:102).

Dalam penelitian ini menggunakan dua variable yang hendak diukur, yakni citra tubuh dan penyesuaian diri dengan aspek-aspek pada

masing-masing bagiannya. Pada variabel citra tubuh yang dikemukakan oleh Cash terdapat lima komponen citra Tubuh, yaitu :

- a. *Appearance Evaluation* (Evaluasi Penampilan)
- b. *Appearance Orientation* (Orientasi Penampilan)
- c. *Body Areas Satisfaction* (Kepuasan terhadap Bagian Tubuh)
- d. *Overweight Preoccupation* (Kecemasan Menjadi Gemuk)
- e. *Self-Clasified Weight* (Persepsi terhadap Ukuran Tubuh)

Tabel 4.4 Blueprint Skala Citra Tubuh

Variabel	Aspek	Jumlah Item		Total
		Fav	Unfav	
Citra Tubuh	<i>Appearance Evaluation</i>	1, 2, 13	6, 19, 10	6
	<i>Appearance Orientation</i>	3, 8, 17, 25, 30	11, 15, 21	8
	<i>Body Areas Satisfaction</i>	9, 12, 33	22, 27, 28	6
	<i>Overweight Preoccupation</i>	4, 7, 24, 26, 34	14, 16, 31	8
	<i>Self-Clasified Weight</i>	18, 20, 23, 32	5, 29	6

Pada variabel penyesuaian diri terdapat empat aspek yang dikemukakan oleh Albert & Emmons sebagai berikut:

- a. Aspek *self knowledge* dan *self insight* (kemampuan mengenal kelebihan dan kekurangan)
- b. Aspek *self objectivity* dan *self acceptance* (penerimaan diri)
- c. Aspek *self development* dan *self control* (pengarahan diri)
- d. Aspek *satisfaction* (kepuasan)

Tabel 4.5 Blue Print Penyesuaian Diri

Variabel	Aspek	Jumlah Item		Total
		Fav	Unfav	
Penyesuaian Diri	<i>Self Knowledge</i>	1, 16, 21, 26	8, 13	6
	<i>Self Acceptance</i>	6, 10, 19, 23, 28	4, 5, 14	8
	<i>Self Control</i>	2, 7, 9, 11, 12, 15	24, 27, 29	9
	<i>Satisfaction</i>	3, 18, 25	17, 20, 22	6

G. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas

Syarat alat ukur yang baik adalah alat ukur yang memiliki akurasi dan keandalan yang dapat memberikan informasi seperti yang diharapkan, dimana alat ukur tersebut mampu mengukur apa yang seharusnya diukur dan memiliki konsistensi tinggi dalam pengukurannya. Maka dari itu, suatu alat ukur tersebut harus memenuhi syarat tertentu yaitu validitas dan reliabilitas.

a. Uji Validitas

Dalam penelitian ini digunakan pendekatan validitas konstruk (construct validity) yaitu validitas yang mengacu pada konsistensi dari semua komponen kerangka konsep. Instrumen penelitian ini dikatakan valid dimana nilai korelasinya lebih dari sama dengan 0,3. Akan tetapi, Azwar (2012) mengatakan apabila jumlah item yang lolos ternyata masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, dapat dipertimbangkan untuk menurunkan sedikit batas kriteria misalnya menjadi 0,25 sehingga jumlah item yang diinginkan dapat tercapai.

Bagian dari uji validitas yang dipakai dalam penelitian ini adalah melalui analisis butir-butir, dimana untuk menguji setiap butir skor total valid tidaknya suatu item dapat diketahui dengan menguji dari suatu item dengan item itu sendiri. Dalam hal ini menggunakan uji validitas dalam rangkaian uji regresi linier sederhana.

b. Uji Reliabilitas

Uji realibilitas adalah dengan menguji skor antar item dengan melihat tingkat signifikansi sehingga apabila angka korelasi yang diperoleh lebih besar dari nilai kritis, berarti item tersebut dikatakan reliabel.

Dalam Arikunto (1998) menyebutkan tentang interpretasi dari besarnya hasil nilai r , sebagai berikut :

Tabel 4.6 Reliabilitas

Besarnya Nilai r	Interpretasi
Antara 0,800 sampai dengan 1,00	Tinggi
Antara 0,600 sampai dengan 0,800	Cukup
Antara 0,400 sampai dengan 0,600	Agak Rendah
Antara 0,200 sampai dengan 0, 400	Rendah
Antara 0,000 sampai dengan 0,200	Sangat Rendah (Tak Berkorelasi)

H. Analisis Data

Analisa data pada penelitian ini menggunakan Regresi Linier Sederhana dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh Variabel Bebas (X) terhadap Variabel Terikat (Y) dan bagaimana kriterium variabel terikat dapat diprediksikan melalui predictor (variabel bebas), secara individual maupun

secara bersama-sama. Penganalisisan data untuk penelitian ini dibantu dengan menggunakan program *SPSS 20 for windows*.

Program *SPSS* merupakan *software* yang digunakan untuk keperluan pengolahan data. Program ini pertama kali dikembangkan sekitar tahun 1960 oleh Norman H. Nie, C. Hadley dan Dale Bent. Mereka ini berasal dari *Satnford University*. Perilisan program *SPSS For Windows* pada tahun 1992 (Nisfiannor, 2009:15).

Awalnya, *SPSS* ini idbuat untuk pemecahan masalah pada ilmu-ilmu sosial, sehingga *SPSS* merupakan singkatan dari *Statistical Package for the Social Science*. Karena ternyata program ini semakin populer dan dapat diaplikasikan disemua bidang ilmu, maka singkatan *SPSS* berubah menjadi *Statistical Product and Service Solutions* (Nisfiannor, 2009:15).

Keunggulan dari program *SPSS* ini yang sebagai program komputer adalah kecepatan, tingkat ketelitian, daya tahan, dan keserbagunannya. Selain itu juga tersedianya hampir semua model aplikasi statistic, mulai dari yang sederhana yaitu : Statistik Deskriptif (Mean, Median, Modus, Minimum, Maksimum, Standar Deviasi, Varians, Persentil, Kuartil, Histogram, Standar Error, dan lain-lain). Statistik Inferensial dengan model Parametrik (*Independent Sample T test, Paired Sample T test, One Way ANOVA, Korelasi Pearson, Analisis Regresi*, dan lain-lain), serta uji Nonparametrik (*Mann-Whitney, Wilcoxon, Moses*, dan lain-lain) (Nisfiannor, 2009:15).

Selain menggunakan program *SPSS*, penelitian ini juga dibantu dengan program *Microsoft Excel* yang tidak lain juga berguna dalam hal pengolahan data. Sehingga mulanya data yang telah diberi perlakuan skoring di-input ke dalam *Microsoft Excel* untuk dicari total nilai per-subjek, total keseluruhan, rata-rata, standar deviasi dan pengkategorisasian.

1. Validitas dan Reliabilitas

Penelitian ini menggunakan uji koefisien reliabilitas dan uji validitas dengan korelasi, sehingga dalam hal perhitungannya terlebih dahulu harus dibuat total dari sepuluh butir item yang telah ada. Melakukan uji validitas dan uji reliabilitas dengan *SPSS* menggunakan langkah-langkah sebagai berikut :

- a. Membuat Total Variabel Citra Tubuh dan Penyesuaian Diri
- b. Uji Validitas pada Variabel Citra Tubuh

Item dikatakan valid apabila memiliki nilai $p = < 0,05$. Pada tabel hasil yang telah diperoleh, dari keseluruhan item-item instrumen citra tubuh sebanyak 34 item terdapat 19 item yang tidak valid (gugur). Jadi, item yang dapat digunakan untuk langkah selanjutnya sejumlah 13 item.

- c. Uji Validitas Variabel Penyesuaian Diri

Item dikatakan valid apabila memiliki nilai $p = < 0,05$. Pada tabel hasil yang telah diperoleh, dari keseluruhan item-item instrumen penyesuaian diri sebanyak 29 item terdapat 5 item yang tidak valid

(gugur). Jadi, item yang dapat digunakan untuk langkah selanjutnya sejumlah 24 item.

d. Total Citra Tubuh dan Penyesuaian Diri

e. Uji Reliabilitas pada Variabel Citra Tubuh

Tabel 4.7 Reliabilitas Citra Tubuh

Reliability Statistics			
Cronbach's Alpha		N of Items	
,682		15	

Scale Statistics			
Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
40,78	25,175	5,017	15

Tabel tersebut menunjukkan hasil dari instrumen citra tubuh. Instrumen citra tubuh tergolong dalam kategori cukup dengan Reliabilitas = ,682.

f. Uji Reliabilitas pada Variabel Penyesuaian Diri

Tabel 4.8 Reliabilitas Penyesuaian Diri

Reliability Statistics			
Cronbach's Alpha		N of Items	
,763		24	

Scale Statistics			
Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
73,75	42,779	6,541	24

Tabel tersebut menunjukkan hasil dari instrumen penyesuaian diri. Instrumen penyesuaian diri tergolong dalam kategori cukup dengan Reliabilitas = ,763.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui pengaruh citra tubuh terhadap penyesuaian diri. Dalam menguji hipotesis peneliti menggunakan bantuan dari program *SPSS versi 20 For Window*.

Tabel 4.9 Korelasi Pearson

Correlations		PD	CT
Pearson Correlation	PD	1,000	,605
	CT	,605	1,000
Sig. (1-tailed)	PD	.	,000
	CT	,000	.
N	PD	59	59
	CT	59	59

Tabel tersebut menunjukkan hasil perhitungan regresi untuk variabel yang dianalisis, bahwa besar korelasi antara X dan Y adalah ,605 dan signifikansi ,000 < 0,01. Sehingga terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara citra tubuh dan penyesuaian diri.