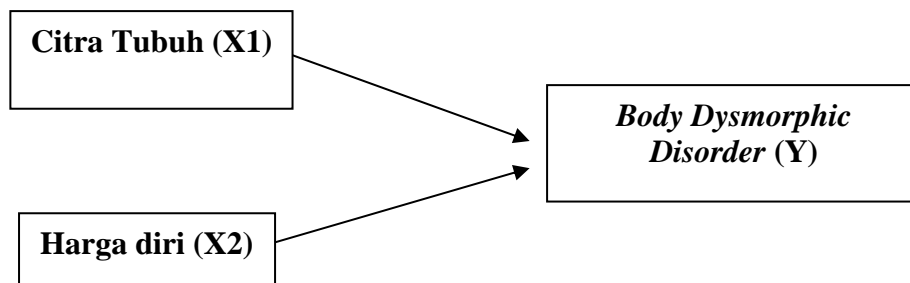


BAB III

METODE PENELITIAN

1. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif dilakukan untuk menguji teori dan hubungan antar variabel dengan menggunakan data berupa angka-angka dan dapat dianalisis dengan menggunakan metode statistik (Cresswell, 2014). Desain penelitian yang digunakan adalah desain korelasional satu arah. Model penelitian yang akan dilakukan adalah untuk menguji apakah terdapat pengaruh citra tubuh (X1) dan harga diri (X2) terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* (Y).



2. Partisipan/Responden

Partisipan dalam penelitian ini adalah remaja laki-laki dan perempuan yang tersebar di Indonesia.

3. Populasi dan Sampel

a. Sampel

Pada penelitian ini teknik sampling pada populasi ini yang dilakukan pada remaja berupa *accidental sampling*, yaitu suatu metode penentuan sampel dengan mengambil responden yang kebetulan ada atau tersedia di suatu tempat sesuai dengan konteks penelitian

(Notoatmodjo, 2010). Tabel Isaac dan Michael (dalam Sugiyono, 2010) dikembangkan untuk memperkirakan jumlah sampel dan populasi digunakan untuk menghitung jumlah sampel dalam penyelidikan ini. Jumlah sampel minimal yang diperoleh untuk penelitian ini adalah 349, dengan populasi tidak terbatas dengan toleransi kesalahan 5% dan tingkat akurasi 95%. Pemilihan ukuran sampel juga dipengaruhi oleh pernyataan Voorhis & Morgan (2007) bahwa ukuran sampel yang lebih besar dari 300 memenuhi persyaratan penelitian kuantitatif.

b. Populasi

Populasi pada penelitian ini adalah remaja berjenis kelamin laki-laki ataupun perempuan di Jawa Barat. Menurut Santrock (2007), masa remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional, dimulai antara usia 10 dan 13 tahun dan berakhir pada usia 18 hingga 23 tahun.

4. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

a. Variabel Penelitian

Variabel pada penelitian ini terdiri atas dua variabel bebas (*Independent Variable*), dan satu variabel terikat (*Dependent Variable*). Adapun *Independent Variabel* dalam penelitian ini adalah citra tubuh (X1) dan harga diri (X2), sedangkan *Dependent Variabel* dalam penelitian ini adalah kecenderungan *body dysmorphic disorder* (Y).

b. Definisi Operasional

Definisi operasional dari masing-masing variabel penelitian ini adalah sebagai berikut:

(1) *Body Dysmorphic Disorder*

Secara konseptual, *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) merupakan suatu gangguan dimana individu memiliki preokupasi terhadap penampilan yang dimilikinya. Preokupasi

ini dapat menyebabkan distress serta penurunan fungsi sosial (Phillips, 2008).

Secara operasional, *body dysmorphic disorder* didefinisikan sebagai tinggi rendahnya kekhawatiran yang terus menerus pada individu mengenai kekurangan pada tubuhnya walaupun kekurangan tersebut sebenarnya sangat kecil atau bahkan tidak ada, yang disertai dengan perilaku berulang seperti bercermin dengan intensitas berlebihan, perawatan yang berlebihan, dll.

(2) Citra tubuh

Secara konseptual, citra tubuh merupakan sikap yang dimiliki individu terhadap tubuhnya berupa penilaian positif dan negatif (Cash & Pruzinsky, 2002). Remaja dengan citra tubuh positif akan merasa puas dan senang dengan penampilannya, sedangkan remaja dengan citra tubuh negatif akan merasa sangat jauh dari gambaran idealnya.

Secara operasional citra tubuh merupakan gambaran persepsi atau penilaian yang dimiliki individu tentang penampilan tubuhnya, dapat berupa penilaian positif maupun negatif. Citra tubuh memiliki lima aspek, yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, pengkategorian ukuran tubuh.

(3) Harga diri

Secara konseptual, menurut Rosenberg (1965) harga diri merupakan sikap dan pandangan yang dimiliki mengenai diri sendiri, dapat berupa pandangan negatif maupun positif. Secara operasional, harga diri merupakan penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri yang didasarkan pada bagaimana ia menilai dan menghargai pandangannya secara keseluruhan, serta pandangan orang lain, baik sikap positif maupun sikap negatif terhadap

dirinya dan ditunjukkan dalam rentang sejauh mana ia memiliki rasa percaya diri serta mampu berhasil dan berguna. Penelitian ini mengukur harga diri dengan skala yang memiliki dua aspek berdasarkan pendapat Rosenberg, yaitu *self-competence* dan *self-liking*.

5. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan tiga instrumen yang terdiri atas *Appearance Anxiety Inventory* (AAI), *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire Appearance Scale* (MBRSQ-AS), RSES (*Rosenberg Self-Esteem Scale*).

a. Instrumen *Body Dysmorphic Disorder*

(1) Identitas Instrumen

Penelitian ini menggunakan skala *Appearance Anxiety Inventory* (AAI) oleh Veale (2014) yang telah diadaptasi ke Bahasa Indonesia oleh Nisa (2023). Instrumen ini diukur berdasarkan dua dimensi BDD yang dikemukakan oleh Phillips (2009), yaitu preokupasi (9 item) dan distress/penurunan fungsi sosial (1 item) dengan reliabilitas instrumen sebesar 0,801. Instrumen ini berbentuk skala Likert dengan pilihan jawaban Hampir Tidak Pernah, Jarang, Kadang-Kadang, Sering, dan Hampir Selalu.

Tabel 3. 1 Kisi-Kisi Instrumen

No.	Aspek	Indikator	Nomor Item	Jumlah
1.	Preokupasi	Obsesi terhadap bagian tubuh	1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10	9
2.	Distress atau penurunan fungsi sosial	Dampak perasaan negatif (ketakutan, sedih, khawatir)	3	1

Total Item	10
-------------------	-----------

(2) Penyekoran Instrumen

Skala AAI menggunakan skala Likert lima poin. Subjek akan diminta untuk memilih salah satu dari lima alternatif jawaban dengan rentang pemberian skor pada item yang *favourable*. Alternatif jawaban tersebut yaitu Hampir Tidak Pernah, Jarang, Kadang-kadang, Sering, dan Hampir selalu. Alternatif jawaban “Hampir Tidak Pernah” memiliki bobot skor 1, yang dilanjutkan hingga alternatif jawaban “Hampir Selalu” dengan bobot skor 5. Jika ditotalkan, jumlah skor berkisar 10-50. Instrumen ini hanya terdiri atas item *favourable*.

Tabel 3. 2 Penyekoran Instrumen

Pernyataan	Skor Item
Hampir Tidak pernah	1
Jarang	2
Kadang-kadang	3
Sering	4
Hampir Selalu	5

(3) Kategorisasi Skor

Kategorisasi skor instrumen pada penelitian ini diperoleh dari kategorisasi tiga jenjang, yaitu tinggi, sedang, dan rendah (Azwar, 2017).

Tabel 3. 3 Kategori Skor Instrumen

Kategori	Norma
Tinggi	$X \geq \mu + \sigma$
Sedang	$\mu - \sigma \leq X \leq \mu + \sigma$
Rendah	$X < \mu - \sigma$

(4) Interpretasi Skor

a. Kategori Tinggi

Remaja dengan kecenderungan BDD yang tinggi secara signifikan memiliki ketidakpuasan dan kekhawatiran yang berlebih pada penampilan tubuhnya, serta tidak memiliki kepercayaan diri yang dapat berdampak pada kehidupan sosialnya.

b. Kategori Sedang

Remaja dengan kategori kecenderungan BDD sedang cukup memiliki ketidakpuasan dan kekhawatiran yang tidak terlalu berlebih terhadap penampilan tubuhnya, serta cukup memiliki kepercayaan diri.

c. Kategori Rendah

Remaja dengan kecenderungan BDD yang rendah cenderung merasa sudah puas dan tidak memiliki kekhawatiran yang berlebih terhadap penampilan tubuhnya, serta memiliki kepercayaan diri yang tinggi.

a. Instrumen Citra Tubuh

(1) Identitas Instrumen

Penelitian ini menggunakan skala *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire Appearance Scale* (MBRSQ-AS) yang disusun oleh Brown *et al.* (1990) yang telah diadaptasi oleh Widiasti (2016) kedalam Bahasa Indonesia. Instrumen ini diukur berdasarkan lima aspek citra tubuh yang dikemukakan Cash (2002), yaitu evaluasi penampilan/*appearance evaluation* (8 item), orientasi penampilan/*appearance orientation* (13 item), kepuasan terhadap bagian tubuh/*body areas satisfaction* (8 item), kecemasan menjadi gemuk/*overweight preoccupation* (3 item), dan pengkategorian ukuran tubuh/*self-classified weight* (2 item) dengan reliabilitas koefisien *alpha Cronbach* 0,710. Instrumen berbentuk

skala Likert dengan lima alternatif pilihan jawaban. Alternatif jawaban yang tersedia untuk instrumen citra tubuh berbeda untuk setiap kelompok soal.

Tabel 3. 4 Kisi-Kisi Instrumen MBRSQ-AS

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

(2) Penskoran Instrumen

Skala yang digunakan dalam instrumen ini adalah skala Likert dimana setiap item memiliki pilihan jawaban yang terdiri atas lima alternatif jawaban dan alternatif jawaban yang tersedia untuk instrumen MBRSQ-AS berbeda untuk setiap kelompok soal. Skor untuk masing-masing kelompok soal dapat dilihat pada tabel 3.5.

Tabel 3. 5 Penskoran Instrumen MBRSQ-AS

Kelompok soal	No. Soal	Alternatif Jawaban
I	1	Tidak pernah, jarang, kadang-kadang, sering, sangat sering
	2 & 3	Sangat tidak menarik, tidak menarik, cukup menarik, menarik, sangat menarik
II	4 – 25	Sangat tidak setuju, tidak setuju, biasa saja, setuju, sangat setuju
III	26 - 34	Sangat tidak puas, tidak puas, tidak tahu, puas, sangat puas

(3) Kategori Skor

Untuk pengkategorisasian citra tubuh, diketahui skor maksimal dari alternatif respons citra tubuh adalah 5 dan jumlah kategori adalah 2 (positif dan negatif), maka diperoleh hasil 2,50 sebagai patokan kategorisasi (Hanipah, 2016).

Tabel 3. 6 Kategorisasi Skor Instrumen MBRSQ-AS

Kategori	Norma
Positif	$x > 2,51$
Negatif	$x \leq 2,50$

(4) Interpretasi Kategori Skor

a. Positif

Responden yang memiliki citra tubuh positif memiliki pemahaman dan penerimaan yang positif mengenai ukuran, bentuk, tinggi badan, dan berat badan serta merasa puas dengan penampilannya.

b. Negatif

Responden cenderung mempersepsikan penampilan fisiknya, mulai dari ukuran, bentuk tubuh, tinggi badan, dan berat badan ke arah yang negatif serta menjadikan tubuh ideal menurut persepsinya maupun yang dimiliki individu lainnya sebagai bahan perbandingan bagi tubuhnya sendiri.

d. Instrumen Harga Diri

a. Identitas Instrumen

Penelitian ini menggunakan skala *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) yang dikembangkan oleh Rosenberg (1965) yang telah diadaptasi oleh Tasnim (2023). Instrumen ini diukur berdasarkan dua aspek harga diri, yaitu *Self-Competence* dan *Self-Liking* dengan total 10 item dengan reliabilitas koefisien *alpha Cronbach* sebesar 0,880. Instrumen berbentuk skala Likert dengan pilihan jawaban Sangat Tidak Sesuai, Tidak Sesuai, Sesuai, dan Sangat Sesuai.

Tabel 3. 7 Kisi-Kisi Instrumen RSES

Nomor Item Favourable	Nomor Item Unfavourable
1, 3, 4, 7, 9	2, 5, 6, 8, 9

b. Penyekoran Instrumen

Skala yang digunakan dalam instrumen ini adalah skala Likert dimana setiap item memiliki pilihan jawaban yang terdiri atas empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Tidak Sesuai, Tidak Sesuai, Sesuai, dan Sangat Sesuai. Item instrumen dapat dikategorikan ke dalam dua jenis, yaitu *favourable* dan *unfavourable*.

c. Kategorisasi Skor

Kategorisasi skor instrumen RSES pada penelitian ini diperoleh dari kategorisasi tiga jenjang, yaitu tinggi, sedang, dan rendah (Azwar, 2012).

Tabel 3. 8 Kategorisasi Skor Instrumen RSES

Kategori	Norma
Tinggi	$X \geq \mu + \sigma$
Sedang	$\mu - \sigma \leq X < \mu + \sigma$
Rendah	$X < \mu - \sigma$

d. Interpretasi Skor

(1) Kategori Tinggi

Remaja dengan harga diri yang tinggi mengevaluasi tindakan dan perasaannya sendiri secara positif, mampu menghargai, menerima, dan merasa puas dengan apa yang ada dalam dirinya, baik terhadap kelebihan maupun kekurangannya.

(2) Kategori Sedang

Remaja dengan harga diri yang sedang cenderung menilai dengan cukup baik tindakan dan perasaannya sendiri, cukup menghargai, cukup menerima, dan cukup puas dengan apa yang ada dalam dirinya.

(3) Kategori Rendah

Remaja dengan harga diri yang rendah menilai secara negatif tindakan dan perasaannya sendiri, tidak menghargai, tidak menerima, dan tidak merasa puas dengan apa yang ada dalam dirinya. hal ini dapat juga dikatakan bahwa individu hanya memandang dirinya dengan hal-hal negatif saja.

6. Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu analisis regresi berganda, yaitu teknik analisis yang berfungsi untuk meneliti

pengaruh dari citra tubuh dan harga diri terhadap kecenderungan BDD. Pengujian dalam penelitian ini dilakukan pada tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Data diolah dengan menggunakan bantuan aplikasi *SPSS 25 for Windows*.

7. Proses Pengembangan Instrumen

Penelitian ini menggunakan alat ukur *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) yang diadaptasi oleh Tasnim (2023), dan alat ukur *Appearance Anxiety Inventory* (AAI) yang diadaptasi oleh Nisa (2023), serta *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire Appearance Scale* (MBRSQ-AS) yang diadaptasi oleh Widiasti (2016). Instrumen *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire Appearance Scale* (MBRSQ-AS) yang telah diadaptasi ke Bahasa Indonesia oleh Widiasti (2016) memiliki reliabilitas yang cukup rendah, sehingga diperlukan adanya uji coba. Berikut merupakan tahapan pengembangan instrumen MBRSQ-AS yang dilakukan peneliti:

a. Uji Coba

Tahapan uji coba dilakukan untuk mengetahui mampukah instrumen MBRSQ-AS mengukur variabel yang diteliti. Alat ukur yang diujicobakan adalah alat ukur hasil adaptasi Widiasti (2016). Uji coba dilakukan pada tanggal 16 Mei 2024 – 26 Mei 2024 dengan menyebarkan kuesioner *online* melalui media sosial. Kuesioner disebar kepada 250 responden dengan kategori remaja.

b. Uji Validitas

Untuk mengukur dan memilih setiap item dalam alat ukur, peneliti melakukan uji validitas. Hasil *corrected item total correlation* yang disesuaikan digunakan untuk memilih item yang memenuhi syarat. Suatu item dikatakan valid apabila nilainya lebih besar dari 0,30 (Azwar, 2021). Prosedur pengujian validitas menggunakan *SPSS 25 for windows*. Hasil validitas alat ukur citra tubuh MBRSQ-AS adalah sebagai berikut.

Tabel 3. 9 Total Item Instrument Citra Tubuh

Dimensi	Sebelum Uji Coba		Setelah Uji Coba	
	No. Item	Jumlah	No. Item	Jumlah
<i>Appearance Evaluation</i>	6, 8, 12, 15, 16, 21, 22, 34	8	6, 8, 12, 15, 16, 21, 22, 34	8
<i>Appearance Orientation</i>	1, 4, 5, 9, 10, 13, 14, 17, 18, 19, 20, 23, 24	13	1, 4, 5, 9, 10, 13, 14, 17, 18, 19, 20, 23, 24	13
<i>Body Areas Satisfaction Scale</i>	26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33	8	26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33	8
<i>Overweight Preoccupation</i>	7, 11, 25	3	7, 11, 25	3
<i>Self-Classified Weight</i>	2, 3	2	2, 3	2
Total	34			

Instrumen citra tubuh terdiri atas 34 item. Berdasarkan hasil uji validitas, semua item memiliki nilai diatas 0.30. Maka dari itu, item final pada instrumen citra tubuh ada sebanyak 34 item.

c. Uji Reliabilitas

Proses uji reliabilitas menggunakan bantuan aplikasi SPSS 25 *for windows* untuk mengetahui nilai *Alpha Cronbach's* dari tiga instrumen. Menurut Guilford (1956) klasifikasi reliabilitas dapat dikategorikan menjadi lima bagian:

Tabel 3. 10 Koefisien Reliabilitas

Koefisien Reliabilitas	Kategori
0.80 – 1.00	Sangat Tinggi
0.60 – 0.80	Tinggi
0.40 – 0.60	Sedang
0.20 – 0.40	Rendah
< 0.20	Sangat Rendah

Hasil Uji reliabilitas instrumen citra tubuh menunjukkan nilai *Alpha Cronbach's* sebesar 0.710. Hal tersebut dapat diartikan bahwa instrumen citra tubuh memiliki nilai reliabilitas yang tinggi.

8. Teknik Pengumpulan Data

Kuesioner *Google Form* dikeluarkan secara *online* sebagai metode pengumpulan data. *Informed consent*, identitas responden, skala citra tubuh, skala harga diri, dan skala *body dysmorphic disorder* adalah lima bagian dari kuesioner. Beberapa platform media sosial, antara lain Instagram, Telegram, Twitter, dan *WhatsApp* digunakan untuk menyebarkan kuesioner. 399 tanggapan dikumpulkan, dan periode pengumpulan data berlangsung dari 20 Juni 2024 hingga 15 Juli 2024.

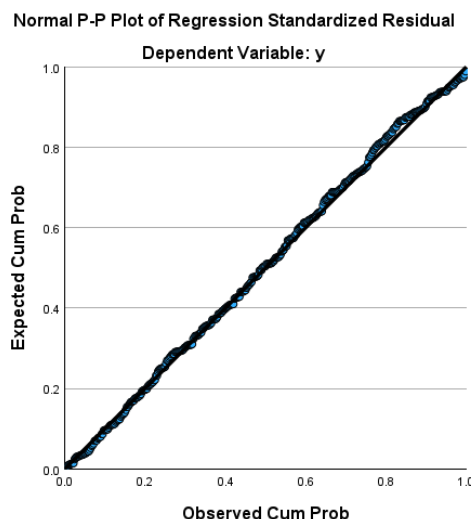
9. Teknik Analisis Data

Proses analisis data menggunakan aplikasi IBM SPSS *Statistic 25* untuk menemukan analisis statistika deskriptif penelitian. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mencari tahu normal atau tidak normal data dari sebuah penelitian. Data dikatakan terdistribusi normal apabila nilai signifikansinya adalah > 0.05 , sedangkan

dikatakan tidak terdistribusi normal apabila nilai signifikansinya adalah < 0.05 . Hasil uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* dalam penelitian ini menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.200 (sig. > 0.05), yang artinya nilai residual terdistribusi normal.



b. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mencari tahu ada atau tidaknya hubungan secara linier antara variabel Citra Tubuh dengan *Body Dysmorphic Disorder* dan Harga Diri dengan *Body Dysmorphic Disorder*. Data dikatakan memiliki hubungan yang linear apabila nilai signifikansinya adalah < 0.05 , sedangkan dikatakan tidak memiliki hubungan yang linear apabila nilai signifikansinya adalah > 0.05 . Hasil uji linieritas menunjukkan bahwa nilai signifikansi dari variabel citra tubuh dengan *body dysmorphic disorder* dan harga diri dengan *body dysmorphic disorder* yaitu 0.000 (sig. < 0.05), yang artinya terdapat hubungan yang linier antar variabelnya.

c. Uji Regresi

Uji hipotesis menggunakan teknik analisis regresi linier sederhana dan berganda, hipotesis ini menguji Citra Tubuh (X1) dan dukungan Harga Diri (X2) terhadap *Body Dysmorphic Disorder*

(Y) pada remaja dengan taraf signifikansi pengujian hipotesis sebesar $\alpha = 0,05$.

Analisis regresi sederhana dilakukan terlebih dahulu untuk menguji subhipotesis 1 dengan hipotesis statistik sebagai berikut:

- (1) H0: Tidak terdapat pengaruh Citra Tubuh (X1) terhadap *Body Dysmorphic Disorder* (Y) pada remaja di Jawa Barat.
- (2) H1: Terdapat pengaruh Citra Tubuh (X1) terhadap *Body Dysmorphic Disorder* (Y) pada remaja di Jawa Barat.

Subhipotesis 2:

- (3) H0: Tidak terdapat pengaruh Harga Diri (X2) terhadap *Body Dysmorphic Disorder* (Y) pada remaja di Jawa Barat.
- (4) H1: Terdapat pengaruh Harga Diri (X2) terhadap *Body Dysmorphic Disorder* (Y) pada remaja di Jawa Barat.

Analisis regresi berganda kemudian dilakukan untuk menguji hipotesis utama dalam penelitian ini dengan hipotesis statistik sebagai berikut:

- (1) H0: Tidak terdapat pengaruh Citra Tubuh (X1) dan Harga Diri (X2) terhadap *Body Dysmorphic Disorder* (Y) pada remaja di Jawa Barat.
- (2) H1: Terdapat pengaruh Citra Tubuh (X1) dan Harga Diri (X2) terhadap *Body Dysmorphic Disorder* (Y) pada remaja di Jawa Barat.