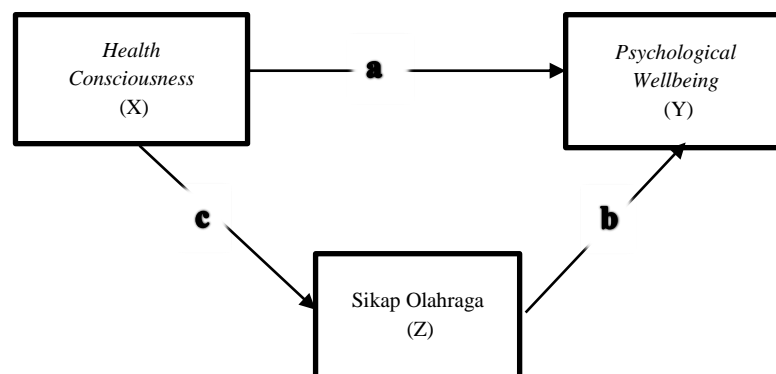


BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Desain Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif (Creswell, 2009). Untuk menguji hipotesis utama dalam penelitian akan menggunakan model penelitian mediasi untuk menguji apakah terdapat peranan variabel mediator (Z) dalam memediasi pengaruh variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y) (Jose, 2013).



Gambar 3. 1 Desain Penelitian

B. Partisipan

Jumlah populasi orang obesitas di Bandung Raya yang meliputi Kota Bandung; Kota Cimahi; sebagian Kabupaten Bandung; sebagian Kabupaten Bandung Barat; dan sebagian Kabupaten Sumedang (Pemprov Jawa Barat, 2013) tidak bisa dipastikan sehingga peneliti menentukan jumlah subjek yang ditargetkan adalah minimal 124 orang (Cohen dan Cohen dalam Varvounhis dan Morgan, 2007). Hal tersebut merupakan *rules of thumb* untuk perhitungan regresi dengan satu *dependent variable*. Partisipan yang terlibat dalam penelitian ini memiliki karakteristik yaitu bertubuh gemuk dan atau memiliki indeks massa tubuh $\geq 25,0 \text{ kg/m}^2$ yang diukur menggunakan rumus:

$$IMT = \frac{\text{Berat Badan (kg)}}{(\text{Tinggi Badan (meter)})^2}$$

Sumber: Operations Directorate, Health Branch Immigration Medical Examination Instructions, 2013

Pritha Dewi Indriyani, 2019

PENGARUH HEALTH CONSCIOUSNESS TERHADAP PSYCHOLOGICAL WELLBEING YANG DIMEDIASI SIKAP OLAHRAGA PADA ORANG YANG OBESITAS DI BANDUNG RAYA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

C. Variabel Penelitian

1. Sikap Olahraga

a. Definisi Konseptual

Sikap olahraga adalah kecenderungan merespon secara kognitif; afektif; dan konatif terhadap suatu tindakan atau objek, dalam hal ini olahraga, sehingga menghasilkan evaluasi yang konsisten dengan keseluruhan sikap, jika sikapnya positif terhadap olahraga maka seseorang tersebut akan memberikan lebih banyak respon yang sesuai dengan olahraga, begitupun sebaliknya (Ajzen, 1993).

b. Definisi Operasional

Subjek cenderung melakukan aktivitas fisik yang melibatkan gerakan otot untuk mencapai tujuan tertentu secara konsisten dan sesuai dengan perasaan tentang baik atau buruknya tindakan tersebut.

2. *Health Consciousness*

a. Definisi Konseptual

Health Consciousness adalah ketika individu secara komprehensif berorientasi terhadap kesehatannya bukan hanya terkait masalah khusus seperti perilaku merokok dan obesitas (Hong, 2009).

b. Definisi Operasional

Ukuran tingkat kesadaran seseorang yang berupa perilaku; pikiran maupun sikap untuk mencegah penyakit serta menjaga kesehatan yang diukur secara kuantitatif.

3. *Psychological Wellbeing*

a. Definisi Konseptual

Proses kesadaran diri yang konsisten terhadap pengembangan *self acceptance, positive relation with other, autonomy, environmental mastery, purpose in life, dan personal growth*. (Ryff dan Singer, 2013).

b. Definisi Operasional

Ukuran tinggi rendahnya kemampuan subjek melakukan evaluasi atau penilaian dalam menghadapi berbagai kejadian di kehidupannya dengan kemampuan penerimaan diri; menjalin hubungan baik dengan orang lain; kemandirian; penguasaan lingkungan menentukan tujuan hidup; dan mengembangkan diri yang diukur secara kuantitatif.

D. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari tiga instrumen, yaitu:

1. Sikap Olahraga

a. Kisi-kisi Instrumen

Tabel 3. 1 Kisi-kisi Instrumen Sikap Olahraga

Dimensi	Jumlah Item	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Kognitif	19	1 – 13, 15 – 17	14,18,19
Afektif	10	20 – 28	29
Konatif	11	30, 32 – 37,39,40	31, 38

b. Instrumen

Untuk mengukur sikap olahraga pada sampel akan digunakan Skala Sikap terhadap Olahraga yang tiap item disesuaikan berdasarkan dimensi sikap yaitu kognitif; afektif; dan konatif yang dipaparkan oleh Ajzen (1993); Zuchdi (1995); Notoatmodjo (dalam Rusmanto, 2013) serta dilengkapi pernyataan tentang respon subjek terhadap olahraga serta pilihan jawaban berupa skala likert 1= Sangat tidak setuju; 2= Tidak setuju; 3= Setuju; 4= Sangat setuju.

c. Penyebaran

Skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *summated rating* yang artinya item-item pernyataan dalam alat ukur Skala Sikap terhadap Olahraga memberikan kesempatan pada responden untuk memilih salah

satu dari 4 kemungkinan jawaban yang diberikan yaitu 1= Sangat tidak setuju; 2= Tidak setuju; 3= Setuju; 4= Sangat setuju. Responden penelitian akan diminta untuk memilih jawaban mana yang sesuai dengan kondisi dirinya.

Tabel 3. 2 Penilaian Item Sikap Olahraga

Skor Item positif	Pilihan Jawaban	Skor Item Negatif
1	Sangat Tidak Setuju	4
2	Tidak Setuju	3
3	Setuju	2
4	Sangat Setuju	1

Selanjutnya pilihan jawaban pada setiap item akan dijumlahkan dan dibuat kategori dengan langkah sebagai berikut:

1. Menentukan skor tertinggi dan terendah yang diperoleh responden penelitian.
2. Menentukan rentang (*range*), yaitu selisih skor tertinggi dengan skor terendah.
3. Menentukan lebar kelas, yaitu membagi rentang kelas dengan banyaknya kelas yang diinginkan, yakni 4 kelas dengan rumus:

$$\text{Lebar Kelas} = \frac{\text{Skor Tertinggi} - \text{Skor Terendah}}{\text{Jumlah Kategori}}$$

1. Menentukan interval kelas.

Tabel 3. 3 Skor Tertinggi, Skor Terendah, Lebar Kelas Sikap Olahraga

	Skor Terendah	Skor Tertinggi	Lebar Kelas
Sikap Olahraga	$40 \times 1 = 40$	$40 \times 4 = 160$	$\frac{160 - 40}{4} = 30$

Setelah dilakukan perhitungan dengan perumusan tersebut, maka diperoleh hasil bahwa skor tertinggi yang dapat diperoleh responden

adalah 160, sedangkan skor terendah yang dapat diperoleh responden adalah 40. Alat ukur ini akan menggunakan empat kategori, yaitu sangat negatif; negatif; positif; dan sangat positif. Sehingga dengan lebar kelas sebesar 30, didapatkan kategorisasi Sikap Olahraga sebagai berikut:

Tabel 3. 4 Kategorisasi Skor Sikap Olahraga

Nilai	Rentang Skor	Kategori
1	133 – 160	Sangat Positif
2	102 – 132	Positif
3	71 – 101	Negatif
4	40 – 70	Sangat Negatif

2. *Health Consciousness*

a. Kisi-kisi Instrumen

Tabel 3. 5 Kisi-kisi *Health Consciousness Scale*

Instrumen	Dimensi	Jumlah Item	Favorable	Unfavorable
<i>Health Consciousness</i>	<i>Health Motivation</i>	1	Nomor 1	-
	<i>Personal Responsibility</i>	3	Nomor 2 – 4	-
	<i>Health Information seeking and usage</i>	9	Nomor 5 – 13	-
	<i>Psychological/ Inner State</i>	5	Nomor 14 – 18	-
	<i>Integration of health behaviour</i>	5	Nomor 19 – 23	-

b. Instrumen

Adapun instrumen yang digunakan dalam mengukur *health consciousness* ini menggunakan *Health Consciousness Scale* (HCS) yang diadaptasi dari penelitian yang dilakukan oleh Hong (2009) berdasarkan lima dimensi yang dijabarkan oleh penelitian-penelitian sebelumnya oleh Kraft dan Goodell, 1993; Jayanti dan Burns, 1998; Michaelidou dan Hassan, 2008; Dutta-Bergman, 2004a, 2004b, 2005, 2006, 2007; Furnham & Forey, 1994; Tai dan Tam, 1997 (terlampir). Instrumen yang akan

Pritha Dewi Indriyani, 2019

PENGARUH *HEALTH CONSCIOUSNESS* TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELLBEING* YANG DIMEDIASI SIKAP OLARAHGA PADA ORANG YANG OBESITAS DI BANDUNG RAYA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

diberikan pada penelitian ini akan disesuaikan dengan kebutuhan data yang ingin diketahui dari sampel. Terdapat tujuh skala likert yang digunakan untuk mengukur instrumen ini, yaitu 1 (Sangat Tidak Setuju); 2 (Tidak Setuju); 3 (Cenderung Tidak Setuju); 4 (Netral); 5 (Cenderung Setuju); 6 (Setuju); dan 7 (Sangat Setuju).

c. Penyebaran

Skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *summated rating* yang artinya item-item pernyataan dalam alat ukur *health consciousness* memberikan kesempatan pada responden untuk memilih salah satu dari tujuh kemungkinan jawaban yang diberikan yaitu 1 (Sangat Tidak Setuju); 2 (Tidak Setuju); 3 (Cenderung Tidak Setuju); 4 (Netral); 5 (Cenderung Setuju); 6 (Setuju); dan 7 (Sangat Setuju). Responden penelitian akan diminta untuk memilih jawaban yang sesuai dengan dirinya dan tiap pilihan jawaban akan memiliki nilai-nilai sebagai berikut :

Tabel 3. 6 Penilaian Item *Health Consciousness Scale*

Skor item positif	Pilihan Jawaban	Skor item negatif
1	Sangat Tidak Setuju	7
2	Tidak Setuju	6
3	Cenderung Tidak Setuju	5
4	Netral	4
5	Cenderung Setuju	3
6	Setuju	2
7	Sangat Setuju	1

Selanjutnya pilihan jawaban pada setiap item akan dijumlahkan dan dibuat kategori dengan langkah sebagai berikut:

1. Menentukan skor tertinggi dan terendah yang diperoleh responden penelitian.
2. Menentukan rentang (*range*), yaitu selisih skor tertinggi dengan skor terendah.

3. Menentukan lebar kelas, yaitu membagi rentang kelas dengan banyaknya kelas yang diinginkan, yakni 4 kelas dengan rumus:

$$\text{Lebar Kelas} = \frac{\text{Skor Tertinggi} - \text{Skor Terendah}}{\text{Jumlah Kategori}}$$

4. Menentukan interval kelas.

Tabel 3. 7 Skor Tertinggi, Skor Terendah, Lebar Kelas *Health Consciousness Scale*

	Skor Terendah	Skor Tertinggi	Lebar Kelas
<i>Health Consciousness</i>	23x1 = 23	23x7 = 161	$\frac{161 - 23}{4} = 34.5$

Setelah dilakukan perhitungan dengan perumusan tersebut, maka diperoleh hasil bahwa skor tertinggi yang dapat diperoleh responden adalah 161, sedangkan skor terendah yang dapat diperoleh responden adalah 23. Alat ukur ini akan menggunakan empat kategori, yaitu sangat rendah; rendah; tinggi; dan sangat tinggi. Sehingga dengan lebar kelas sebesar 34.5, didapatkan kategorisasi *Health Consciousness* sebagai berikut:

Tabel 3. 8 Kategorisasi Skor *Health Consciousness Scale*

Nilai	Rentang Skor	Kategori
1	127 – 161	Sangat Tinggi
2	93 – 126	Tinggi
3	58 – 92	Rendah
4	23 – 57	Sangat Rendah

3. *Psychological Wellbeing*

a. Kisi-kisi Instrumen

Tabel 3. 9 Kisi-kisi *Six Dimensions of Psychological Wellbeing Scale*

Instrumen	Dimensi	Jumlah Item	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
<i>Psychological Wellbeing</i>	<i>Self Acceptance</i>	5	Nomor 1; 2; 5	Nomor 3; 4
	<i>Positive Relation with Others</i>	3	Nomor 6; 7	Nomor 8
	<i>Autonomy</i>	3	Nomor 9; 10	Nomor 11
	<i>Environmental Mastery</i>	9	Nomor 12; 15; 16; 17; 20	Nomor 13; 14; 18; 19
	<i>Purpose in Life</i>	7	Nomor 23—27	Nomor 21; 22
	<i>Personal Growth</i>	6	Nomor 28 – 34	-

b. Instrumen

Instrumen ini dibuat berdasarkan *six dimensions of Psychological Wellbeing Scale* oleh Ryff dan disesuaikan dengan kebutuhan data yang ingin diketahui dari sampel penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti (terlampir). Instrumen akan diberikan secara acak semua kepada sampel. Kemudian terdapat 7 skala Likert yang digunakan untuk mengukur instrumen ini, yaitu 1 (Sangat Tidak Setuju); 2 (Tidak Setuju); 3 (Cenderung Tidak Setuju); 4 (Netral); 5 (Cenderung Setuju); 6 (Setuju); dan 7 (Sangat Setuju).

c. Penyebaran

Skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *summated rating* yang artinya item-item pernyataan dalam alat ukur *six dimensions of Psychological Wellbeing Scale* memberikan kesempatan pada responden untuk memilih salah satu dari empat kemungkinan jawaban yang diberikan. Adapun bentuk keempat pilihan jawaban tersebut adalah 4= SS (Sangat Sesuai), 3= S (Sesuai), 2= TS (Tidak Sesuai), dan 1= STS (Sangat Tidak Sesuai). Responden penelitian akan diminta untuk memilih jawaban

mana yang sesuai dengan kondisi nyata dirinya, dimana tiap pilihan jawaban akan memiliki nilai-nilai sebagai berikut :

Tabel 3. 10 Penilaian Item *Six Dimensions of Psychological Wellbeing Scale*

Skor Item positif	Pilihan Jawaban	Skor Item Negatif
1	Sangat tidak sesuai	4
2	Tidak sesuai	3
3	Sesuai	2
4	Sangat sesuai	1

Selanjutnya pilihan jawaban pada setiap item akan dijumlahkan dan dibuat kategori dengan langkah sebagai berikut:

1. Menentukan skor tertinggi dan terendah yang diperoleh responden penelitian.
2. Menentukan rentang (*range*), yaitu selisih skor tertinggi dengan skor terendah.
3. Menentukan lebar kelas, yaitu membagi rentang kelas dengan banyaknya kelas yang diinginkan, yakni 4 kelas dengan rumus:

$$\text{Lebar Kelas} = \frac{\text{Skor Tertinggi} - \text{Skor Terendah}}{\text{Jumlah Kategori}}$$

4. Menentukan interval kelas.

Tabel 3. 11 Skor Tertinggi, Skor Terendah, Lebar Kelas *Six Dimensions of Psychological Wellbeing Scale*

	Skor Terendah	Skor Tertinggi	Lebar Kelas
<i>Psychological Well-Being</i>	$34 \times 1 = 34$	$34 \times 4 = 136$	$\frac{136 - 34}{4} = 25.5$

Setelah dilakukan perhitungan dengan perumusan tersebut, maka diperoleh hasil bahwa skor tertinggi yang dapat diperoleh responden adalah 136, sedangkan skor terendah yang dapat diperoleh responden adalah 34. Alat ukur ini akan menggunakan empat kategori, yaitu sangat rendah; rendah; tinggi; dan sangat tinggi. Sehingga dengan lebar kelas

sebesar 25.5, didapatkan kategorisasi *Six Dimensions of Psychological Wellbeing Scale* sebagai berikut:

Tabel 3. 12 Kategorisasi Skor *Six Dimensions of Psychological Wellbeing Scale*

Nilai	Rentang Skor	Kategori
1	111 – 136	Sangat Tinggi
2	86 – 110	Tinggi
3	60 – 85	Rendah
4	34 – 59	Sangat Rendah

C. Proses Pengembangan Instrumen

1. *Expert Judgement*

Peneliti menggunakan uji validitas konten pada *Six Dimensions of Psychological Wellbeing Scale*; *Health Consciousness Scale*; dan Skala Sikap Olahraga dengan melakukan *expert judgement* instrumen kepada ahli ilmu olahraga, Dr. Komarudin, M. Pd.; ahli kesehatan, dr. Nur Faizah Romadona, M. Kes.; dan ahli psikologi klinis, Sitti Chotidjah, M.A., Psi.. Selain itu, karena alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini merupakan alat ukur berbahasa asing, sehingga peneliti mengajukan *expert judgement* alih bahasa kepada ahli Bahasa Inggris, Nurhasanah, M.Ed..

1. Uji Validitas dan Reliabilitas

Alat ukur ini diuji cobakan pada 140 responden baik laki-laki maupun perempuan dengan rentang usia 18 tahun hingga 40 tahun. Di bawah ini adalah pembahasan mengenai pengujian terhadap ketiga alat ukur:

a. Sikap Olahraga

Coefficient Reliability terdiri atas beberapa tingkatan. Hal ini dapat tergambar dalam tabel dibawah ini.

Tabel 3. 13 *Coefficient Reliability*

Derajat Reliabilitas	Kategori
$0,90 \leq \alpha \leq 1,00$	Sangat Reliabel
$0,70 \leq \alpha \leq 0,90$	Reliabel
$0,40 \leq \alpha \leq 0,70$	Cukup Reliabel
$0,20 \leq \alpha \leq 0,40$	Kurang Reliabel
$\alpha \leq 0,20$	Tidak Reliabel

Berdasarkan hasil uji coba, alat ukur Sikap Olahraga memiliki reliabilitas sebesar 0.90 atau reliabel dengan skor reliabilitas item sebesar 0.98 atau sangat reliabel dan skor reliabilitas person sebesar 0.92 atau sangat reliabel (terlampir). Untuk mengetahui bahwa item dalam alat ukur ini memiliki ketepatan atau cocok dengan model yang diharapkan dapat dilihat dari MNSQ pada *outfit misfit order*. Nilai MNSQ yang dapat diterima adalah dalam rentang 0.4 – 1.4, sehingga berdasarkan hasil pengujian, item yang ada dalam alat ukur Sikap Olahraga yang berada di luar rentang dihapuskan untuk memungkinkan peningkatan reliabilitas (terlampir).

b. *Health Consciousness*

Alat ukur *Health Consciousness* memiliki skor reliabilitas sebesar 0.89 atau reliabel dengan skor reliabilitas item sebesar 0.98 atau sangat reliabel dan skor reliabilitas person sebesar 0.91 atau sangat reliabel (terlampir). Berdasarkan hasil pengujian validitas, item yang ada dalam alat ukur *Health Consciousness* dapat dikatakan cocok pada semua item kecuali pada beberapa nomor sehingga harus dihapuskan (terlampir).

c. *Psychological Wellbeing*

Alat ukur *six dimensions of Psychological Wellbeing Scale* memiliki skor reliabilitas sebesar 0.87 atau reliabel dengan skor reliabilitas item sebesar 0.98 atau sangat reliabel dan skor reliabilitas person sebesar 0.88 atau reliabel (terlampir). Berdasarkan hasil pengujian validitas, item yang ada dalam alat ukur *six dimensions of Psychological Wellbeing Scale*

dapat dikatakan cocok pada semua item kecuali pada beberapa nomor sehingga harus dihapuskan (terlampir).

D. Teknik Analisis Data

H dianalisis dengan *Causal Mediation Analysis*, sedangkan Subhipotesis 1; Subhipotesis 2; dan Subhipotesis 3 diuji dengan analisis regresi sederhana. Analisis data dilakukan dengan menggunakan JASP yang bekerja dengan model sebagai berikut:

Hipotesis : $Y = a + b_4X + b_4Z + e$

$$Y = 72.734 + 0.174X + 2.268Z + e$$

Subhipotesis 1 : $Y = a + b_1X + e$

$$Y = 80.914 + 0.188 X + e$$

Subhipotesis 2 : $Z = a + b_2X + e$

$$Z = 3.606 + 0.007 X + e$$

Subhipotesis 3 : $Y = a + b_3Z + e$

$$Y = 92.209 + 2.745 Z + e$$

Keterangan:

$X = \text{Health Consciousness}$

$Y = \text{Psychological Wellbeing}$

$Z = \text{Sikap Olahraga}$

$a = \text{konstanta}$

$b_1, b_2, b_3, b_4 = \text{koefisien regresi}$

$e = \text{kesalahan residual}$