

BAB III

METODE PENELITIAN

Pada bab tiga ini, secara rinci akan menjelaskan tentang desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel, instrumen penelitian yang akan pakai, proses pengembangan instrumen, prosedur penelitian dan teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini.

3.1 Desain Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan Kuantitatif. Penelitian ini mengumpulkan data yang berupa angka-angka. Angka-angka tersebut digunakan sebagai representasi dari informasi yang didapatkan dalam penelitian ini. Pendekatan penelitian kuantitatif ini bersifat deduktif, yakni dari khusus ke umum atau bersifat menggeneralisasi data-data yang didapatkan di lapangan kepada sebuah kesimpulan umum. Ada beberapa ciri khas dari pendekatan kuantitatif ini seperti: berorientasi pada pengumpulan dan analisis data kuantitatif (numerik), menggunakan strategi survei, mengadakan pengukuran dan observasi, melaksanakan pengujian teori dengan uji statistik. Pendekatan kuantitatif ini merupakan metode-metode untuk menguji teori-teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antar dua variabel (Penyimpangan citra tubuh dan kepercayaan diri remaja). Variabel-variabel ini diukur dengan instrumen-instrumen penelitian, sehingga data yang terdiri dari angka-angka dapat dianalisis berdasarkan prosedur-prosedur statistik. Laporan akhir untuk penelitian ini akan memiliki struktur yang ketat dan konsisten mulai dari pendahuluan, tinjauan pustaka, landasan teori, metode penelitian, hasil penelitian, dan pembahasan. Penelitian ini juga memiliki asumsi-asumsi untuk menguji teori secara deduktif, mencegah munculnya bias-bias, mengontrol penjelasan-penjelasan alternatif, serta mampu menggeneralisasi dan menerapkan kembali penemuan-penemuannya (Creswell, 2009, hlm. 112).

Penelitian ini berusaha memaparkan secara kuantitatif mengenai kecenderungan, sikap, atau opini variabel citra tubuh dan kepercayaan diri dari populasi siswa kelas XI SMA Negeri 1 Bojongsoang. Penelitian ini menggunakan kuesioner atau wawancara terencana dalam pengumpulan data, dengan tujuan

untuk menggeneralisasi populasi berdasarkan sampel yang sudah ditentukan (Babbie, 1990; dalam Creswell, 2009, hlm.).

Maka dari itu penelitian ini bermaksud untuk mengetahui pengaruh dari variabel Citra tubuh terhadap variabel kepercayaan diri siswa kelas XI SMA Negeri 1 Bojongsoang Tahun Pelajaran 2017/2018.

3.2 Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA Negeri 1 Bojongsoang tahun pelajaran 2017/2018 yang berada pada rentang usia 15-17 tahun. Jumlah partisipan yang terlibat dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMAN 1 Bojongsoang. Dasar pertimbangan pemilihan partisipan tersebut dalam penelitian ini dikarenakan rentang usia 15-17 tahun merupakan periode yang sangat penting dalam mengembangkan citra tubuh (Levine & Smolak, dalam Cash, 2002).

3.3 Populasi dan Sampel

Menurut Sugiyono (2011, hlm. 80), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa laki-laki dan perempuan kelas XI SMA Negeri 1 Bojongsoang tahun pelajaran 2017/2018.

Fase remaja merupakan segmen perkembangan individu yang sangat penting. Masa remaja khususnya remaja madya usia 15-18 tahun dipandang sebagai masa “*storm & stress*”, frustrasi dan penderitaan, konflik dan krisis penyesuaian dan perasaan tersisihkan dari kehidupan sosial dan budaya (Pikunas, 1976, hlm. 78). Masalah penyimpangan citra tubuh pada remaja menjadi sesuatu yang sangat kompleks. Penyimpangan citra tubuh pada remaja khususnya tingkat Sekolah Menengah Atas, mengakibatkan rendahnya kepercayaan diri dan menimbulkan ketidakpuasan atas bentuk tubuhnya, remaja juga melakukan berbagai cara untuk menurunkan berat badannya, seperti mengurangi porsi makan, melakukan olahraga, bahkan mengkonsumsi obat pelangsing (Widianti, 2012, hlm. 6). Oleh karena itu, populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang secara administrative terdaftar dan aktif di tingkat XI di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Bojongsoang.

Adapun jumlah anggota populasi pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel 3.1 berikut ini:

Tabel 3.1
Jumlah Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Bojongsoang Tahun Pelajaran 2017/2018

| No. | Kelas | Jumlah Siswa |
|-----------------|----------|--------------|
| 1 | X MIPA 1 | 28 |
| 2 | X MIPA 2 | 30 |
| 3 | X MIPA 3 | 28 |
| 4 | X MIPA 4 | 30 |
| 5 | X IPS 1 | 30 |
| 6 | X IPS 2 | 30 |
| 7 | X IPS 3 | 28 |
| 8 | X IPS 4 | 28 |
| Jumlah Populasi | | 232 |

(Sumber: Dapodik, 2018)

Subjek dalam penelitian ini adalah sampel citra tubuh dan kepercayaan diri sebagian siswa baik laki-laki maupun perempuan kelas XI SMA Negeri 1 Bojongsoang tahun pelajaran 2017/2018. Sampel yang akan diambil sebanyak jumlah populasi yakni 232 siswa dikurangi dengan siswa yang tidak hadir dan tidak dapat mengikuti penelitian pada saat jadwal penelitian yang telah ditetapkan. Sebelum pengambilan data, dilakukan uji coba instrumen terlebih dahulu yang diberikan kepada siswa kelas XI sebanyak 60 orang. Berikut jumlah siswa yang menjadi partisipan dalam penelitian ini.

Tabel 3.2
Jumlah Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Bojongsoang yang Menjadi Responden

| Tahap Penelitian | Jumlah siswa |
|------------------|--------------|
| Pengambilan Data | 229 Orang |

Dari table 3.2 pengambilan data penelitian dilakukan terhadap 229 siswa yang hasil validitas dan realibilitasnya sudah diuji oleh peneliti sebelumnya.

Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan teknik sampling jenuh karena seluruh anggota populasi digunakan sebagai

sampel. Adapun yang menjadi pertimbangan memilih subjek ini karena kelas XI merupakan siswa yang mengalami transisi dalam penyesuaian lingkungan sehingga siswa kelas XI mulai ingin bersosialisasi secara aktif dan menunjukkan eksistensi dirinya.

3.4 Definisi Operasional Variabel (DOV)

3.4.1 Citra Tubuh

Citra tubuh (*Body image*) adalah merupakan imajinasi subyektif yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya, khususnya yang terkait dengan penilaian orang lain, dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi ini (Arthur, 2010; dalam Ridha, M, hlm. 115). Sedangkan pengertian lainnya *Body image* diartikan sebagai sikap seseorang terhadap tubuhnya dari segi ukuran, bentuk maupun estetika berdasarkan evaluasi individual dan pengalaman efektif terhadap atribut fisiknya. *Body image* bukan sesuatu yang statis, tetapi selalu berubah. Pembentukannya dipengaruhi oleh persepsi, imajinasi, emosi, suasana hati, lingkungan, dan pengalaman fisik. Dengan demikian, proses komparasi sosial pasti terjadi dalam membentuk *body image* remaja (Hoyt; dalam Naimah, 2008, hlm. 3). Citra tubuh secara umum merupakan konstruk multidimensi yang meliputi kognitif, afektif, dan dimensi perilaku (Thompson, dkk dalam Smolak & Thompson, 2009, hlm. 47).

Pengukuran citra tubuh menurut Cash (dalam Untas, dkk, 2009, hlm. 462) meliputi lima dimensi antara lain: *appearance evaluation* (evaluasi penampilan), *appearance orientation* (orientasi penampilan), *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh), *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk), dan *self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh).

a. *Appearance evaluation* (evaluasi penampilan)

Appearance evaluation yaitu mengukur kepuasan secara keseluruhan tentang penampilan. Kepuasan mengenai keseluruhan penampilan ini meliputi memuaskan atau tidak memuaskan, suka atau tidak suka, terhadap tubuh secara keseluruhan.

b. *Appearance orientation* (orientasi penampilan)

Appearance orientation yaitu mengukur perhatian individu terhadap penampilan secara keseluruhan serta terdapat usaha yang dilakukan individu untuk memperbaiki penampilannya.

c. *Body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh)

Body area satisfaction yaitu mengukur kepuasan terhadap bagian tubuh tertentu secara spesifik seperti pada bagian wajah, tubuh bagian atas (bahu, dada, dan lengan), tubuh bagian tengah (perut dan pinggang), tubuh bagian bawah (pinggul, pantat, paha, betis, dan kaki) serta bagian tubuh secara keseluruhan.

d. *Overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk)

Overweight preoccupation yaitu mengukur kecemasan terhadap kegemukan, kewaspadaan terhadap kelebihan berat badan, kecenderungan melakukan diet, dan membatasi pola makan.

e. *Self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh)

Self-classified weight yaitu mengukur bagaimana individu mempersepsikan dan menilai berat badannya, apakah termasuk tubuh yang sangat kurus, kurus, gemuk, dan sangat gemuk.

3.4.2 Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah suatu sikap yang dimiliki oleh seseorang meliputi integritas diri, wawasan pengetahuan, keberanian, sudut pandang yang luas dan harga diri yang positif (Lumpkin, 2005, hlm. 82-83). Pendapat lain menyatakan bahwa kepercayaan diri dapat dikembangkan dengan berbagai cara misalnya dengan mengidentifikasi penyebab dari rasa percaya diri dan domain-domain kompetensi diri yang penting, menciptakan dukungan emosional dan penerimaan sosial serta mengatasi masalah (coping) (Santrock, 2003, hlm. 339). Kepercayaan diri juga dapat diartikan sebagai sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya (Fatimah, 2010, hlm. 149). Sedangkan menurut Shrauger & Schohn (1995, hlm. 256), kepercayaan diri berhubungan dengan perasaan seseorang terhadap kompetensi dan keterampilannya, yaitu kemampuan yang mereka rasakan untuk menghadapi berbagai situasi secara efektif. Kepercayaan diri dalam penelitian ini dikonsepsikan

sebagai perasaan yakin siswa akan kemampuan atau kompetensi yang dimilikinya yang ditunjukkan kedalam perilaku-perilaku yang tercakup dalam beberapa domain antara lain: prestasi akademik, atletik, penampilan fisik, hubungan romantik, interaksi sosial, kemampuan berkomunikasi, kepercayaan diri secara umum, dan variasi suasana hati.

3.5 Instrumen Penelitian

Untuk melihat hubungan atau korelasi antara citra tubuh dengan kepercayaan diri siswa, peneliti menggunakan instrumen penelitian sebagai alat untuk pengumpulan data. Instrumen yang digunakan sebagai alat pengumpulan data adalah angket atau kuisioner yang berisi beberapa butir pertanyaan yang telah disediakan oleh peneliti dan responden hanya memilih alternatif jawaban yang telah disediakan. Sedangkan skala yang digunakan untuk instrumen penelitian ini menggunakan skala likert. Skala ini digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang tentang suatu objek atau fenomena tertentu.

3.5.1 Jenis Instrumen

Instrumen citra tubuh yang peneliti gunakan adalah *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scale* (MBSRQ-AS) yang dikembangkan oleh Thomash Cash dengan mengacu pada dimensi-dimensi citra tubuh. Instrumen *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scale* (MBSRQ-AS) diadaptasi oleh Hanipah (2016) kedalam Bahasa Indonesia dan digunakan kembali oleh peneliti untuk mendapatkan data mengenai hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri siswa.

Instrumen ini merupakan instrumen non tes yang terdiri atas 24 item (setelah uji validitas) yang mengukur tingkat citra tubuh pada remaja dan dewasa berdasarkan aspek kognitif, behavioral, dan afektif. Skala yang digunakan dalam instrumen ini adalah skala Likert dengan jawaban setiap item instrumen memiliki gradasi dari yang sangat positif sampai sangat negatif yang disajikan dalam lima alternatif pernyataan yang tersedia dengan nilai yang berbeda pada masing-masing jawaban berdasarkan pola skoring (Hanipah, 2016).

Tabel 3.3
Pola Penyekoran Instrumen MBSRQ-AS

| Pernyataan | Skor Alternatif Respon | | | | |
|-------------------------|------------------------|---|----|----|-----|
| | SS | S | BS | TS | STS |
| <i>Favourable (+)</i> | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| <i>Unfavourable (-)</i> | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Instrumen kepercayaan diri yang digunakan adalah instrumen yang dikembangkan oleh Shrauger (1995) yaitu *Personality Evaluation Inventory* (PEI). Peneliti mengadaptasi instrumen ini dari penelitian yang dilakukan oleh Cheng & Furnham (2002). Instrumen ini disusun mengacu kepada pengertian kepercayaan diri sebagai perasaan seseorang terhadap kompetensi atau keterampilan dan kemampuan yang dirasakan untuk mengatasi berbagai situasi secara efektif (Cheng & Furnham, 2002, hlm 330). Instrumen ini dirancang untuk mengukur domain tertentu atau aspek dari kepercayaan diri. Domain perilaku ini didasarkan pada perilaku yang paling penting dalam menentukan kepercayaan diri yang dirasakan siswa. Domain perilaku tersebut terdiri atas delapan sub skala, yaitu: prestasi akademik, atletik, penampilan fisik, hubungan romantik, interaksi sosial, kemampuan berkomunikasi, kepercayaan diri secara umum, dan variasi suasana hati yang masing-masing terdiri dari tujuh item pernyataan kecuali atletik yang memiliki lima item pernyataan. Jumlah total dari item pernyataan instrumen ini adalah sebanyak 29 item dengan menggunakan skala Likert untuk penyekoran jawaban. Skala Likert ini terdiri atas empat alternatif jawaban, yaitu: sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS).

Tabel 3.4
Pola Penyekoran Angket Kepercayaan Diri (PEI)

| Pernyataan | SS | S | TS | STS |
|----------------|----|---|----|-----|
| Positif | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Negatif | 1 | 2 | 3 | 4 |

3.5.2 Pengembangan Kisi-Kisi Instrumen

Pengembangan kisi-kisi instrumen didasarkan pada dimensi-dimensi citra tubuh yang terdiri dari 5 dimensi dengan 33 item pernyataan namun kemudian dimodifikasi dengan mengacu bahwa validitas item yang diambil nilainya harus < 0,5 (Azwar, 2012). Sehingga berkurang menjadi 23 item pernyataan.

Tabel 3.5
Kisi-Kisi Instrumen Citra Tubuh (MBSRQ-AS)

| Dimensi | Indikator | Uji Validitas Peneliti Sebelumnya | Σ | Validitas >0,5 | Σ |
|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|----------|----------------------|----------|
| <i>Appearance Evaluation</i> | Evaluasi dari penampilan dan keseluruhan tubuh | 6,8,12,15,16,20,21,33 | 8 | 6,12,20,21,33 | 5 |
| <i>Appearance Orientation</i> | Perhatian individu terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan dirinya | 1,4,5,9,10,13,17,18,19,22,23 | 11 | 1,4,5,9,10,13,22 | 7 |
| <i>Body Area Satisfaction</i> | Kepuasan terhadap bagian tubuh tertentu secara spesifik dan penampilan secara keseluruhan | 25,26,27,28,29,30,31,32 | 8 | 25,26,27,28,29,31,32 | 7 |
| <i>Overweight Preoccupation</i> | Kecemasan terhadap kegemukan, kewaspadaan individu terhadap berat badan, kecenderungan melakukan diet dan membatasi pola makan | 7,11,24 | 3 | 7,11,24 | 3 |
| <i>Self-Classified Weight</i> | Persepsi dan penilaian individu terhadap berat badan | 2,3 | 2 | 2 | 1 |
| Jumlah | | | 32 | | 23 |

Kemudian dimensi perilaku dari kepercayaan diri yang terdiri dari 8 aspek dengan 54 item pernyataan dimodifikasi dengan mengacu bahwa validitas item yang diambil nilainya harus > 0,5 (Azwar, 2012). Dibawah ini merupakan kisi-kisi dari instrumen citra tubuh dan kisi-kisi instrumen percaya diri.

Tabel 3.6
Kisi-Kisi Instrumen Kepercayaan Diri Siswa (PEI)

| No | Domain yang Diukur | Indikator | Uji Validitas Peneliti Sebelumnya | | Σ | Validitas >0.5 | | Σ |
|----|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|----------------|----------|----------------|--------|----------|
| | | | + | - | | + | - | |
| 1 | <i>Academic</i> (Akademik) | Kemampuan untuk menunjukan kompetensi intelektual dan mencapai prestasi akademik | 11, 36, 41, 50 | 16, 21, 30 | 7 | 11, 23 | 21 | 3 |
| 2 | <i>Appearance</i> (penampilan fisik) | Kepuasan terhadap penampilan fisik secara seluruh | 6, 12, 20, | 3, 35, 45, 54 | 7 | 6, 20 | 35 | 3 |
| 3 | <i>Athletics</i> (Atletik) | Kemampuan dalam bidang olahraga secara umum | 10, 14, 17 | 7, 23 | 5 | 10, 14, 17 | 7, 23 | 5 |
| 4 | <i>General</i> (Umum) | Keyakinan terhadap kemampuan pribadi dalam menghadapi persoalan secara umum | 27, 31, 33 | 15, 18, 25, 49 | 7 | - | 15, 25 | 2 |
| 5 | <i>Mood</i> (Suasana hati) | Keadaan suasana hati terhadap keadaan umum pada beberapa hari terakhir | 5, 43, 47 | 2, 22, 29, 53 | 7 | 5 | 22, 53 | 3 |
| 6 | <i>Romantic</i> (Hubungan romantic) | Kemampuan dalam menjalin hubungan romantika yang diinginkan | 4, 39, 48, 51 | 28, 34, 44 | 7 | 4, 39, 51 | 28 | 4 |
| 7 | <i>Social</i> (Interaksi sosial) | Kemampuan berinterkasi sosial dengan orang baru dalam sebuah | 1, 24, 26, 42 | 9, 38, 52 | 7 | 1, 24, 26, 42 | 9, 38 | 6 |

| No | Domain yang Diukur | Indikator | Uji Validitas Peneliti Sebelumnya | | Σ | Validitas >0.5 | | Σ |
|--------------|------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-----------------------------------|---------------|-----------|----------------|-------|-----------|
| | | | + | - | | + | - | |
| | | kelompok | | | | | | |
| 8 | <i>Speaking</i> (Berbicara didepan umum) | Kemampuan berbicara di depan umum secara efektif dan jelas | 19, 37 | 8, 13, 32, 40 | 6 | 19 | 8, 13 | 3 |
| Total | | | | | 53 | | | 29 |

3.5.3 Penimbangan Instrumen

Peneliti sebelumnya mengkonsultasikan butir pernyataan yang telah disusun dan diperiksa kembali oleh dosen pakar dari Departemen Psikologi sehingga skripsi baik dari segi penggunaan Bahasa atau penyusunan kalimat mudah dipahami dan tidak menimbulkan salah tafsir.

Untuk instrumen baku tentang kepercayaan diri, peneliti sebelumnya menerjemahkan kedalam Bahasa Indonesia, selanjutnya instrumen yang sudah diterjemahkan kedalam Bahasa Indonesia tersebut diterjemahkan kembali kedalam Bahasa Inggris oleh ahli bahasa di Balai Bahasa UPI untuk melihat keakuratan penerjemahannya. Penimbangan butir pernyataan ini dilakukan untuk memperoleh skor validitas dan reliabilitas yang akurat dan dapat dipercaya.

3.5.4 Uji Keterbacaan

Sebelum memulai pengujian instrumen, terlebih dahulu dilakukan uji keterbacaan instrumen dengan tujuan untuk mengetahui apakah instrumen tersebut dapat difahami atau tidak oleh siswa. Uji keterbacaan instrumen dilakukan pada lima orang siswa kelas XI yang dipilih secara *random*.

3.5.5 Uji Validitas Dan Reliabilitas

a. Uji Validitas

Uji validitas instrumen citra tubuh dan kepercayaan diri menggunakan pemodelan Rasch (*Rasch model*) dan dilakukan terhadap 229 responden dengan kriteria pengujian validitas berdasarkan pemodelan *Rasch* menurut Sumintono & Widhiarso (2014) adalah sebagai berikut:

- a. Nilai *Outfit Mean Square* (MNSQ) yang diterima: $0,5 < MNSQ < 1,5$;
- b. Nilai *Outfit Z-Standard* (ZSTD) yang diterima: $-2,0 < ZSTD < +2,0$;

- c. Nilai *Point Measure Correlation (Pt Mean Corr)*: $0,3 < \text{Pt Measure Corr} < 0,85$;

Item dapat dikatakan valid apabila memenuhi minimal dua dari tiga kriteria (nilai *outfit MNSQ*, *ZSTD*, dan *Pt Mean Corrr*) yang telah ditetapkan dalam Pemodelan Rasch. Namun terdapat pengecualian untuk dikatakan item valid apabila nilai-nilainya mendekati standar diatas atau juga bisa dengan cara melihat tabel item map.

Untuk instrumen Citra Tubuh yakni *Multidimensional Body Self Relations Questionnaire-Appearance Scale* (MBSRQ-AS) terdapat 2 item variabel kategori mengenai persepsi dan penilaian individu terhadap berat badan sehingga tidak dapat dianalisis secara kuantitatif. Berdasarkan pengolahan data, dari 23 item pernyataan dikurangi lagi sehingga item berkurang menjadi 22 item pernyataan.

Tabel 3.7

Hasil Uji Validitas Instrumen Citra Tubuh (MBSRQ-AS)

| Keterangan | No. Pernyataan | Jumlah |
|-------------------|-------------------------------------------------------------|---------------|
| Valid | 1,3,4,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,21, 22,23 | 21 |
| Tidak Valid | 5 | 1 |
| Variabel Kategori | 2 | 1 |

Untuk instrumen kepercayaan diri yakni *Personality Evaluation Inventory* (PEI), berdasarkan pengolahan data terdapat 1 item yang tidak valid dari 29 item pernyataan yakni item nomer 29 sehingga item ini dibuang atau tidak digunakan kembali dalam pengambilan data.

Tabel 3.8

Hasil Uji Validitas Instrumen Kepercayaan Diri (PEI)

| Keterangan | No. Pernyataan | Jumlah |
|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Valid | 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20 21,22,23,24,25,26,27,28 | 28 |
| Tidak Valid | 29 | 1 |

- b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui tingkat keterandalan instrumen sebagai alat pengumpul data yang mampu menghasilkan skor-skor yang konsisten.

Rumus yang digunakan dalam pengujian reliabilitas ini adalah *Cronbach's Alpha*. Uji reliabilitas menjelaskan seberapa jauh pengukuran yang dilakukan berkali-kali akan menghasilkan informasi yang sama (Sumintono & Widhiarso, 2014 hlm 31). Uji reliabilitas bertujuan untuk mengetahui konsistensi instrument citra tubuh dan kepercayaan diri yang digunakan dalam penelitian. Instrumen yang dinyatakan *reliable* akan menghasilkan data yang terpercaya karena sesuai dengan kenyataannya. Data yang dihasilkan akan tetap sama walaupun diukur berkali-kali. Dalam uji reliabilitas instrumen citra tubuh dan kepercayaan diri dilakukan menggunakan pemodelan *Rasch* berdasarkan kriteria berikut.

Tabel 3.9
Kriteria Reliabilitas Instrumen (Nilai *Alpha Cronbach*)

| No | Rentang | Kategori |
|----|-----------|--------------|
| 1. | < 0,5 | Buruk |
| 2. | 0,5 – 0,6 | Jelek |
| 3. | 0,6 – 0,7 | Cukup |
| 4. | 0,7 – 0,8 | Bagus |
| 5. | > 0,80 | Bagus Sekali |

Sumber: (Sumintono dan Widhiarso, 2014 hlm 112)

Selain melihat nilai *alpha Cronbach*, konsistensi jawaban dari responden dan kualitas item instrumen perlu dipertimbangkan dalam mengukur reliabilitas instrumen, berikut kriteria mengenai nilai *person reliability* dan *item reliability* dalam Pemodelan Rasch.

Tabel 3.10
Kriteria Nilai *Person Reliability* dan *Item Reliability*

| No | Rentang | Kategori |
|----|-------------|--------------|
| 1. | < 0,67 | Lemah |
| 2. | 0,67 – 0,80 | Cukup |
| 3. | 0,81 – 0,90 | Bagus |
| 4. | 0,91 – 0,94 | Bagus Sekali |
| 5. | > 0,94 | Istimewa |

Sumber: (Sumintono dan Widhiarso, 2014 hlm 112)

Hasil uji reliabilitas instrumen citra tubuh dari 22 pernyataan yang dinyatakan valid memperoleh nilai *alpha Cronbach* sebesar 0,75 menunjukkan bahwa interaksi antara person dan item secara keseluruhan berada pada kategori bagus, dengan nilai *person reliability* sebesar 0,77 masuk pada kategori cukup serta nilai

item reliability 0,99 dapat disimpulkan bahwa baik konsistensi jawaban dari responden dan kualitas item-item dalam instrumen masuk pada kategori istimewa.

Sedangkan hasil uji reliabilitas instrumen kepercayaan diri dari 28 item yang dinyatakan valid memperoleh nilai *alpha Cronbach* sebesar 0,86 artinya tingkat interaksi antara person dan item berada pada kategori bagus sekali. Nilai *person reliability* sebesar 0,87 masuk pada kategori bagus dengan nilai *item reliability* sebesar 0,98 masuk pada kategori istimewa. Dapat disimpulkan bahwa konsistensi jawaban responden bagus didukung dengan kualitas item-item dalam instrumen kepercayaan diri bagus.

Kedua instrumen citra tubuh maupun instrumen kepercayaan diri, merupakan alat ukur yang reliabel atau pengukuran yang dilakukan berkali-kali dengan menggunakan instrumen-instrumen tersebut tidak menghasilkan banyak perbedaan informasi yang berarti, perbedaan informasi akan tetap ada namun nilainya kecil dan masih dalam batas toleransi.

3.6 Prosedur Penelitian

Prosedur yang ditempuh dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Studi Pendahuluan

Studi pendahuluan dilakukan di SMAN 1 Bojongsoang untuk melihat adanya masalah yang akan diteliti yaitu mengenai perkembangan citra tubuh dan perkembangan kepercayaan diri siswa. studi pendahuluan dilakukan melalui observasi atau pengamatan langsung serta wawancara ringan dengan guru BK disekolah tersebut.

2. Merumuskan Masalah

Setelah melakukan studi pendahuluan, maka didapatkan informasi yang jelas mengenai masalah yang akan diteliti, selanjutnya peneliti membuat rumusan penelitian yang terdiri dari tiga rumusan masalah yaitu gambaran citra tubuh siswa, gambaran kepercayaan diri siswa, dan hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri siswa.

3. Menentukan Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen citra tubuh dan instrumen kepercayaan diri yang berupa angket dengan menggunakan skala Likert.

4. Perizinan Penelitian

Sebelum peneliti mengambil data dengan melakukan penyebaran instrumen, peneliti melakukan perizinan terlebih dahulu kepada pihak-pihak terkait sebagai langkah administrasi, antara lain kepada pihak Fakultas Ilmu Pendidikan, Rektor dan Direktorat Akademik Universitas Pendidikan Indonesia, serta kepada Kepala Sekolah melalui Wakil Kepala Sekolah bidang Kurikulum dan Koordinator BK di SMAN 1 Bojongsoang.

5. Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan angket citra tubuh dan kepercayaan diri kepada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Bojongsoang tahun pelajaran 2017/2018. Pada tahap ini partisipan diminta untuk mengisi angket citra tubuh sebanyak 24 item dan angket kepercayaan diri sebanyak 29 item yang dilakukan dikelas masing-masing.

6. Pengolahan dan Analisis Data

Setelah peneliti memperoleh data, selanjutnya data diolah dengan menggunakan perangkat lunak. Setelah memperoleh hasil olah data, selanjutnya data dianalisis untuk melihat gambaran citra tubuh dan kepercayaan diri siswa serta hubungan diantara keduanya.

3.7 Teknik Analisis Data

3.7.1 Verifikasi Data

Verifikasi data merupakan langkah yang dilakukan untuk memeriksa data hasil penyebaran instrumen. Verifikasi data bertujuan untuk memilih atau menyeleksi data yang memadai atau layak untuk diolah. Tahapan dalam verifikasi data antara lain sebagai berikut:

a. Uji Coba Instrumen

- 1) Melakukan perizinan kepada pihak sekolah melalui guru BK untuk melakukan uji coba instrumen kepada siswa kelas XI sebanyak dua kelas.
- 2) Meminta responden untuk mengisi angket sesuai dengan yang diinstruksikan peneliti.
- 3) Memeriksa angket yang di isi siswa agar tidak ada yang terlewat.
- 4) Melakukan rekapitulasi data angket yang diisi peserta didik untuk penyekoran dan pengolahan data.

- 5) Menghitung validitas dan reliabilitas instrumen untuk pengambilan data selanjutnya.

b. Pengambilan Data

- 1) Melakukan perizinan untuk mengambil data sebanyak yang diperlukan peneliti yakni sebanyak tujuh kelas (sampel jenuh).
- 2) Meminta responden untuk mengisi angket sesuai dengan yang diinstruksikan peneliti.
- 3) Memeriksa angket yang diisi siswa agar tidak ada yang terlewat dan menghitung jumlah responden yang mengisi angket dari tiap kelas.
- 4) Melakukan rekapitulasi data dengan mengurutkan data perkelas untuk diinput kedalam Ms. Excel dan melakukan penyekoran serta pengolahan data.
- 5) Melakukan analisis data yakni melihat korelasi antara citra tubuh dengan kepercayaan diri siswa.

3.7.2 Penyekoran Data

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Likert yang mengacu kepada lima alternatif jawaban. Alternatif jawaban yang tersedia untuk instrumen citra tubuh berbeda untuk setiap kelompok soal. Adapun alternatif jawaban instrumen citra tubuh (MBSRQ-AS) berdasarkan kelompok soal adalah sebagai berikut (Widiasti, 2016):

Tabel 3.11
Alternatif Jawaban Instrumen MBSRQ-AS
berdasarkan Kelompok Soal

| Kelompok Soal | I | | II | III |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Nomor | 1 | 2 dan 3* | 4-25 | 26-34 |
| Alternatif Jawaban | a. Tidak Pernah b. Jarang c. Kadang-Kadang d. Sering e. Sangat Sering | a. Sangat kurus b. Kurus c. Ideal d. Gemuk e. Sangat gemuk | a. Sangat tidak setuju b. Tidak setuju c. Biasa aja d. Setuju e. Sangat setuju | a. Sangat tidak puas b. Tidak puas c. Tidak tahu d. Puas e. Sangat puas |

*) Variabel Kategori

Setiap alternatif jawaban memiliki bobot skor dari nilai 1 sampai 5 tergantung apakah item tersebut termasuk item positif (*Favourable*) atau item negatif (*unfavourable*). Adapun pola penyekoran pada masing-masing alternatif jawaban adalah sebagai berikut:

Tabel 3.12
Pola Penyekoran Instrumen Citra Tubuh (MBSRQ-AS)

| Pernyataan | Skor Alternatif Jawaban | | | | |
|-------------------------|-------------------------|---|----|----|-----|
| | SS | S | BS | TS | STS |
| | SP | P | TT | TP | STP |
| | TP | J | KK | S | SS |
| <i>Favourable (+)</i> | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| <i>Unfavourable (-)</i> | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Keterangan:

| | | |
|---------------------------|-------------------------|---------------------|
| SS : Sangat Setuju | SP : Sangat Puas | TP : Tidak Pernah |
| S : Setuju | P : Tidak Puas | J : Jarang |
| BS : Biasa Saja | TT : Tidak Tahu | KK : Kadang- Kadang |
| TS : Tidak Setuju | TP : Tidak Puas | S : Sering |
| STS : Sangat Tidak Setuju | STP : Sangat Tidak Puas | SS : Sangat Sering |

Pola penyekoran untuk instrumen kepercayaan diri (PEI) menggunakan skala Likert dan terdiri atas empat alternatif jawaban yang diurutkan dari: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Seara rinci akan dijabarkan sebagai berikut:

- Untuk pilihan jawaban sangat setuju (SS) memiliki skor 4 pada pernyataan positif atau skor 1 pada pernyataan negatif.
- Untuk pilihan jawaban setuju (S) memiliki skor 3 pada pernyataan positif atau 2 pada pernyataan negatif.
- Untuk pilihan jawaban tidak setuju (TS) memiliki skor 2 pada pernyataan positif atau 3 pada pernyataan negatif.
- Untuk pilihan jawaban sangat tidak setuju (STS) memiliki skor 1 pada pernyataan positif atau 4 pada pernyataan negatif.

3.7.3 Pengolahan Data

Pengolahan data merupakan tahap untuk mengetahui gambaran umum citra tubuh dan kepercayaan diri serta korelasi keduanya. Tahapan-tahapan pengolahan data antara lain dijabarkan sebagai berikut:

- Melakukan input data sebanyak 230 responden.

- b. Mengelompokan data berdasarkan dimensi-dimensi pada setiap variable serta menghitung jumlah dari masing-masing dimensi.
- c. Menghitung jumlah total dari masing-masing variabel.
- d. Menghitung rerata dari masing-masing dimensi serta rerata dari jumlah total tiap variabel.
- e. Menghitung mean, modus, median, standar deviasi, nilai minimum dan maksimum.
- f. Mengkategorisasikan data untuk mengetahui gambaran umum dari variabel citra tubuh dan kepercayaan diri.
- g. Mengkorelasikan variabel citra tubuh dan kepercayaan diri.

3.7.4 Kategorisasi Data

Pengkategorisasian data untuk instrumen citra tubuh terdiri dari dua kategori (positif dan negatif) dan untuk instrumen kepercayaan diri terdiri dari tiga kategori (tinggi, sedang dan rendah).

Langkah-langkah untuk menentukan dasar kategori kategorisasi adalah sebagai berikut (Widiasti, 2016):

- a. Menghitung skor total masing-masing responden
- b. Menghitung rerata skor total
- c. Menentukan standar deviasi teoritik

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

Tabel 3.13

Kriteria Pengelompokan Data Tingkat Citra Tubuh

| Kriteria | Kategori |
|-----------------|-----------------|
| $x \leq 2,50$ | Negatif |
| $x > 2,51$ | Positif |

Sedangkan untuk pengkategorisasian kepercayaan diri, diketahui skor maksimal dari alternatif respon kepercayaan diri adalah 4 dan jumlah kategori adalah 3 (tinggi, sedang dan rendah).

Tabel 3.14
Kriteria Pengelompokan Data Tingkat Kepercayaan Diri

| Skala skor mentah | Kategorisasi skor |
|------------------------------|-------------------|
| $x \geq M + 1 SD$ | Tinggi |
| $M - 1 SD \leq x < M + 1 SD$ | Sedang |
| $x < M - 1 SD$ | Rendah |

(Azwar, 2012, hlm. 49)

Pengolahan data yang telah dilakukan menghasilkan rata-rata skor kepercayaan diri siswa sebesar 0,39 dengan simpangan baku 0,84. Hasil pengolahan data ini dimasukkan pada rumus konversi skor mentah menjadi skor matang sesuai pada tabel 3.8 untuk mendapatkan distribusi frekuensi dari pengolahan data tersebut. Adapun konversi skor mentah menjadi skor matang berdasarkan batas aktual dari pengolahan data yang telah dilakukan adalah sebagai berikut.

Tabel 3.15
Konversi Skor Mentah Menjadi Skor Matang dengan Batas Aktual

| Skala skor mentah | Kategorisasi skor |
|-----------------------|-------------------|
| $x \geq 1,23$ | Tinggi |
| $-0,45 \leq x < 1,23$ | Sedang |
| $x < -0,45$ | Rendah |

3.8 Analisis Korelasi

Uji korelasi dan koefisien determinasi pada penelitian ini bertujuan untuk mempertegas ada atau tidaknya kontribusi bermain daring terhadap keterampilan sosial sebelum melakukan uji *regresi linier*. Uji korelasi bertujuan untuk mempelajari hubungan dua variabel atau lebih, yakni sejauh mana variasi dalam satu variabel berhubungan dengan variasi dalam variabel lain (Sudjana dan Ibrahim, 2007). Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yang pertama adalah variabel bebas (X) yaitu citra tubuh dan yang kedua adalah variabel terikat (Y) yaitu kepercayaan diri. Uji korelasi dilakukan dengan menggunakan *pearson* dalam program *SPSS 23.0 for windows*.

Berikut ini adalah rumus koefisien korelasi yang digunakan pada pengolahan data, yaitu :

$$r_{xy} = \frac{S_{xy}}{S_x S_y}$$

(Furqon, 2011).

Rumus Koefisien Korelasi

Keterangan:

- r : Koefisien korelasi antara X dan Y
 S_{xy} : Kovariansi antara peubah X dengan peubah Y
 S_x : Simpangan baku peubah X
 S_y : Simpangan baku peubah Y

Pedoman interpretasi terhadap koefisien korelasi disajikan pada tabel di bawah ini.

Tabel 3.16
Pedoman untuk Memberikan Interpretasi Koefisien Korelasi

| Interval Koefisiensi | Tingkat Hubungan |
|----------------------|--------------------|
| 0 | Tidak ada Korelasi |
| 0,00- 0,1999 | Sangat Rendah |
| 0,20-0,399 | Rendah |
| 0,40-0,599 | Sedang |
| 0,60-0,799 | Kuat |
| 0,80-1,000 | Sangat Kuat |
| 1 | Korelasi Sempurna |

(Furqon, 2011)

3.9 Uji Koefisien Determinasi

Koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui besarnya persentase kontribusi variabel independen yaitu citra tubuh (X) terhadap variabel dependen yaitu kepercayaan diri (Y) atau besar kecilnya sumbangan variabel independen terhadap variabel dependen. Koefisien korelasi (r) merupakan alat untuk mengukur seberapa jauh kemampuan model dalam menerangkan variasi variabel dependen (Ghozali, 2012).

Untuk menguji koefisien diterminasi ini digunakan rumus sebagai berikut:

$$KD = r^2 \times 100\%$$

(Furqon, 2011).

Rumus Koefisien Determinasi

Keterangan:

KD : Koefisien Determinasi
r : Nilai Koefisien Korelasi

3.10 Uji Regresi Linier untuk Mencari Pengaruh Citra Tubuh Terhadap Kepercayaan Diri

Analisis regresi digunakan untuk mengkaji hubungan antara satu variabel bebas atau lebih dengan satu variabel terikat, baik hubungan yang bersifat korelasional ataupun hubungan yang bersifat kausalitas (sebab-akibat). Kegunaan analisis regresi selain mengukur derajat keterikatan antara dua variabel atau lebih, juga menunjukkan arah hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat (Furqon, 2011). Analisis *Regresi linier* dilakukan terhadap perangkat data tersebut untuk mengkaji seberapa besar nilai-nilai pada variabel terikat, secara langsung dipengaruhi oleh atau berhubungan dengan nilai-nilai variabel bebas (Furqon, 2011).

Jadi pada uji *regresi linier* peneliti bertujuan untuk mendapatkan persamaan regresi yang akan menunjukkan seberapa besar kontribusi variabel bebas bermain daring secara langsung memengaruhi variabel terikat keterampilan sosial, sehingga bentuk persamaan regresi dirumuskan sebagai berikut.

$$Y = a + bX$$

(Furqon, 2011).

Rumus Regresi linier Sederhana

Keterangan:

a : Nilai konstan, yang dikenal dengan istilah titik potong (*intercept*)
 b : Koefisien regresi
 X : Data pada perangkat X