

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

Bab ini merupakan metode penelitian yang digunakan oleh peneliti yang terdiri dari desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, variabel penelitian dan operasionalisasi variabel, teknik pengumpulan data, penyusunan dan pengembangan instrumen penelitian, uji validitas dan reliabilitas, prosedur pelaksanaan penelitian, serta teknik analisis data yang terkait dengan penelitian.

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode analisis regresi. Pendekatan kuantitatif merupakan pendekatan yang didalamnya mencakup penelitian, proses, hipotesis, turun ke lapangan, analisis data hingga kesimpulan dengan menggunakan aspek pengukuran dan perhitungan rumus dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Brannen, 1997; Musianto, 2002). Analisis regresi linier sederhana dan analisis regresi berganda digunakan oleh peneliti untuk menguji ada tidaknya pengaruh perbandingan sosial ( $X_1$ ) dan rasa syukur ( $X_2$ ) terhadap ketidakpuasan tubuh ( $Y$ ) pada wanita dewasa awal yang obesitas setelah mengetahui terdapat hubungan antara variabel tersebut (Sujarweni & Endrayanto, 2012).

#### **B. Populasi dan Sampel Penelitian**

Dalam penelitian ini, populasi yang akan diteliti merupakan wanita dewasa awal yang obesitas dan berdomisili di Kota Bandung. Batasan mengenai rentang usia dewasa sangat bervariasi, tetapi dalam penelitian ini responden diambil dari rentang usia 21 – 25 tahun. Untuk pengambilan sampel, peneliti menggunakan teknik *non-probability sampling* yaitu teknik yang digunakan dengan cara tidak semua anggota populasi diberi kesempatan untuk dipilih menjadi anggota sampel (Narbuko & Achmadi, 2007; Sujarweni & Endrayanto, 2012), sedangkan untuk menentukan subyek penelitian digunakan jenis *purposive sampling*, dimana dalam pengambilan sampel peneliti menetapkan batasan berupa ciri-ciri atau kriteria tertentu untuk

menetapkan subjek penelitian yang telah disesuaikan dengan permasalahan penelitian (Supardi, 1993).

Jumlah populasi wanita di Kota Bandung berdasarkan hasil data sensus penduduk tahun 2020 berjumlah sebanyak 1.245.778 jiwa (jabar.bps.go.id), sedangkan sampel wanita dewasa awal yang mengalami obesitas di Kota Bandung tidak diketahui secara pasti. Oleh karena itu, dalam pengambilan data peneliti menggunakan rumus Lemeshow (1990) untuk populasi tidak diketahui dalam menentukan jumlah sampel. Adapun rumus Lemeshow (1990) yang digunakan yaitu:

$$n = \frac{Z^2 P(1-P)}{d^2}$$

Sehingga melalui rumus Lemeshow (1990) dalam menentukan minimal jumlah sampel, di dapat sampel sebanyak:

$$\begin{aligned} n &= \frac{Z^2 P(1-P)}{d^2} = \frac{(1.96)^2 0.5 (1-0.5)}{(0.1)^2} \\ &= \frac{3.8416 \times 0.25}{0.01} = \frac{0.9604}{0.01} = 96.04 \text{ sampel atau } 96 \text{ sampel} \end{aligned}$$

Berdasarkan perhitungan di atas, apabila pengumpulan data sudah mencapai 96 sampel, maka pengumpulan data dapat dianggap selesai. Peneliti memilih responden dengan rentang usia 21 – 25 tahun karena pada dasarnya, ketika individu bertambah usia atau menjadi dewasa, mereka cenderung lebih peka terhadap perubahan yang dialaminya sehingga menimbulkan keinginan untuk memperbaiki diri dengan cara merawat diri (Hurlock, 1980).

Selain itu, adapun kriteria responden yang diambil memiliki karakteristik, yaitu:

- a. Wanita dewasa awal yang obesitas
- b. Memiliki berat badan minimal > 61kg atau/ memiliki indeks massa tubuh (IMT) > 27kg/m<sup>2</sup>.
- c. Bersedia untuk mengisi kuesioner penelitian.

Keterangan:

- a. Perhitungan indeks massa tubuh (IMT) diukur menggunakan rumus menurut P2PTM Kemkes RI, yaitu:

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

## C. Variabel Penelitian dan Operasionalisasi Variabel

### 1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan objek penelitian yang menjadi titik suatu perhatian dalam penelitian sehingga diperoleh mengenai informasi tersebut kemudian dapat ditarik kesimpulannya (Arikunto, 2006). Menurut Rahman (2016), variabel independen atau variabel bebas merupakan variabel penyebab yang efeknya dapat memengaruhi variabel lain yang akan diukur. Sedangkan variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi variabel bebas atau variabel yang berubah karena pengaruh variabel bebas.

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari tiga variabel, diantaranya sebagai berikut:

1. Variabel  $X_1$  : Perbandingan Tubuh
2. Variabel  $X_2$  : Rasa Syukur
3. Variabel Y : Ketidakpuasan Tubuh

### 2. Operasionalisasi Variabel

#### a. Perbandingan Sosial

Definisi operasional perbandingan sosial dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui kondisi yang menyebabkan seseorang dapat mengevaluasi dirinya berdasarkan pada objek pembandingan yang dianggap lebih baik darinya (*upward comparison*) serta dianggap lebih buruk darinya (*downward comparison*) Variabel ini mengukur lima aspek menurut Schaefer & Thompson (2014), diantaranya *physical appearance*, *weight*, *body shape*, *body size* dan *body fat*.

#### b. Rasa Syukur

Definisi operasional rasa syukur dalam penelitian ini yaitu mengenai keuntungan memiliki rasa syukur dalam diri sehingga individu dapat melihat dan merasakan penderitaan sebagai sesuatu hal yang positif. Variabel ini mengukur tiga komponen menurut Listiyandini., dkk. (2015), diantaranya memiliki rasa apresiasi (*sense of appreciation*) terhadap orang lain, Tuhan serta kehidupan, perasaan positif terhadap

kehidupan yang dimiliki, dan bertindak positif sebagai ekspresi dari perasaan positif dan apresiasi yang dimiliki.

### c. Ketidakpuasan Tubuh

Definisi operasional ketidakpuasan tubuh dalam penelitian ini yaitu mengukur kekhawatiran mengenai bentuk tubuh, ukuran tubuh serta penampilan tubuh khususnya pada wanita dewasa awal yang mengalami obesitas. Variabel ini mengukur empat komponen menurut Welch, Lagerström & Ghaderi (2012) diantaranya, persepsi, afektif, kognitif dan evaluatif.

## D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data kuesioner. Kuesioner merupakan pertanyaan tertulis yang mencakup pertanyaan-pertanyaan mengenai suatu fakta yang diketahui oleh responden atau pendapat atau sikap dimana responden menanggapi pertanyaan mengenai suatu masalah atau bidang yang akan diteliti (Arikunto, 2006; Nasution, 2009; Suharsaputra, 2012). Oleh karena itu, untuk memudahkan peneliti dalam pengambilan data dilakukan dengan cara menyebarkan angket atau kuesioner kepada responden penelitian yang sesuai dengan karakteristik atau kriteria responden yang akan diteliti. Peneliti melakukan penyebaran kuesioner secara *daring* melalui tautan *google form* [bit.ly/PenelitianSkripsiEka](https://bit.ly/PenelitianSkripsiEka) dan beberapa bantuan media sosial seperti *Instagram*, *Twitter*, dan *Whatsapp* dengan membagikan tautan untuk pengisian kuesioner.

Kuesioner dalam penelitian melibatkan tiga variabel, yaitu kuesioner perbandingan sosial, kuesioner rasa syukur, dan kuesioner ketidakpuasan tubuh. Penyebaran kuesioner uji coba (*try out*) dilakukan oleh peneliti pada Rabu, 1 April 2020 sampai dengan Sabtu, 18 April 2020 dengan pengisian kuesioner melalui tautan *google form* [bit.ly/PenelitianSkripsiEka](https://bit.ly/PenelitianSkripsiEka) (*daring*). Total responden yang didapatkan yaitu sebanyak 185 responden. Setelah selesai melakukan uji coba (*try out*), peneliti melakukan penyebaran kuesioner untuk pengambilan data yang dimulai pada Rabu, 3 Juni 2020 sampai dengan 9 Juli 2020 dengan total responden obesitas sebanyak 138 sampel responden.

## E. Penyusunan dan Pengembangan Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan suatu alat bantu yang digunakan peneliti untuk mengukur fenomena yang sedang diamati serta dalam penggunaan metode pengumpulan data agar lebih sistematis dan mudah diolah (Suharsaputra, 2012).

### 1. Penyusunan Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menyusun tiga instrumen penelitian yaitu perbandingan sosial ( $X_1$ ), rasa syukur ( $X_2$ ) dan ketidakpuasan tubuh (Y).

#### a. Alat Ukur Perbandingan Sosial

##### 1) Spesifikasi Instrumen Penelitian

Pada instrumen penelitian ini, peneliti memodifikasi skala yang digunakan berdasarkan *Physical Appearance Comparison Scale-Revised* (PACS-R) yang dikembangkan oleh Schaefer & Thompson (2014) yang disesuaikan berdasarkan kebutuhan data yang ingin diketahui dari subjek penelitian. Instrumen *Physical Appearance Comparison Scale-Revised* (PACS-R) mengukur lima aspek penampilan, diantaranya *physical appearance*, *weight*, *body shape*, *body size* dan *body fat*.

Instrumen *Physical Appearance Comparison Scale-Revised* (PACS-R) merupakan pengembangan instrumen baru dan menggantikan *The Physical Appearance Comparison Scale* (PACS) oleh Thompson *et al.*, (1991). Menurut Schaefer & Thompson (2014) menyatakan bahwa dalam penelitiannya instrumen dalam alat ukur ini memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0.97 yang menunjukkan bahwa alat ukur ini memiliki reliabilitas yang sangat tinggi.

Skala pengukuran yang digunakan dalam instrumen ini merupakan skala likert yang terdiri dari empat pilihan jawaban dimulai dari 1 sampai 5, diantaranya angka 1 berarti Tidak Pernah (TP), angka 2 berarti Hampir Tidak Pernah (HTP), angka 3 berarti Kadang-kadang (KK), angka 4 berarti Sering (S) dan angka 5 berarti Selalu (SS).

## 2) Kisi-kisi Instrumen Penelitian

**Tabel 3.1 Kisi-kisi Instrumen Penelitian Perbandingan Sosial**

Dimensi	No. Aitem Favorable	Jumlah
<i>Physical Appearance</i>	1, 6, 11	3
<i>Weight</i>	2, 7, 12, 16	4
<i>Body Shape</i>	3, 8, 13, 17	4
<i>Body Size</i>	4, 9, 14, 18	4
<i>Body Fat</i>	5, 10, 15, 19	4
<b>Total</b>		19

## 3) Penyekoran

Penyekoran jawaban dalam kisi-kisi instrumen modifikasi *Physical Appearance Comparison Scale-Revised* (PACS-R) diberi bobot 1 sampai 5. Berikut tiap jawaban dari setiap pernyataan dinilai dengan angka sebagai berikut:

**Tabel 3.2 Penyekoran Instrumen Perbandingan Sosial**

Item	Penyekoran	Keterangan
<i>Favorable</i>	1	Tidak Pernah (TP)
	2	Hampir Tidak Pernah (HTP)
	3	Kadang-kadang (KK)
	4	Sering (S)
	5	Selalu

## 4) Kategorisasi Skor

Berikut merupakan tabel kategorisasi skor menurut Azwar (2016).

**Tabel 3.3 Kategorisasi Skor Perbandingan Sosial**

Kategori	Kriteria	Interpretasi
Rendah	$X \leq \mu$ (Rata-rata populasi)	$T \leq 50$
Tinggi	$X \geq \mu$ (Rata-rata populasi)	$T \geq 50$

**Keterangan:**

T : Jumlah skor T responden       $\mu$  : Rata-rata skor (50)

## **b. Alat Ukur Rasa Syukur**

### **1) Spesifikasi Instrumen Penelitian**

Pada instrumen penelitian ini, peneliti memodifikasi skala yang digunakan berdasarkan skala bersyukur versi Indonesia yang dikembangkan oleh Listiyandini., dkk (2015) yang disesuaikan berdasarkan kebutuhan data yang ingin diketahui dari subjek penelitian. Instrumen skala bersyukur versi Indonesia mengukur tiga komponen, diantaranya *sense of appreciation*, perasaan positif terhadap kehidupan yang dimiliki, serta bertindak positif sebagai ekspresi dari perasaan positif dan apresiasi yang dimiliki.

Instrumen berdasarkan skala bersyukur versi Indonesia yang dikembangkan oleh Listiyandini., dkk (2015) merupakan skala pengembangan awal rasa syukur khususnya di Indonesia dan menggantikan skala *The Gratitude Questionnaire-Six Item Form (GQ-6)* oleh Emmons, McCullough & Tsang, 2002). Listiyandini., dkk (2015), menyatakan bahwa dalam penelitiannya instrument dalam alat ukur ini memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0.94 yang menunjukkan bahwa alat ukur ini memiliki reliabilitas yang sangat tinggi.

Skala pengukuran yang digunakan dalam instrumen ini merupakan skala likert yang terdiri dari enam pilihan jawaban dimulai dari 1 sampai 6, diantaranya angka 1 berarti Sangat Tidak Sesuai (STS), angka 2 berarti Tidak Sesuai (TS), angka 3 berarti Agak Tidak Sesuai (ATS), angka 4 berarti Agak Sesuai (AS), angka 5 berarti Sesuai (S), dan angka 6 berarti Sangat Sesuai (SS).

## 2) Kisi-kisi Instrumen Penelitian

**Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrumen Penelitian Rasa Syukur**

Dimensi	No. Aitem Favorable	Jumlah
<i>Sense of Appreciation</i>	1, 4, 7, 10, 13	5
Perasaan positif terhadap kehidupan yang dimiliki	2, 5, 8, 11, 14	5
Bertindak positif sebagai ekspresi dari perasaan positif dan apresiasi yang dimiliki	3, 6, 9, 12, 15	5
<b>Total</b>		15

## 3) Penyebaran

Penyebaran jawaban dalam kisi-kisi instrumen penelitian Skala Bersyukur versi Indonesia diberi bobot 1 sampai 6. Berikut tiap jawaban dari setiap pernyataan dinilai dengan angka sebagai berikut:

**Tabel 3.5 Penyebaran Instrumen Rasa Syukur**

Item	Penyebaran	Keterangan
<i>Favorable</i>	1	Sangat Tidak Sesuai (STS)
	2	Tidak Sesuai (TS)
	3	Agak Tidak Sesuai (ATS)
	4	Agak Sesuai (AS)
	5	Sesuai (S)
	6	Sangat Sesuai (SS)

## 4) Kategorisasi Skor

Berikut merupakan tabel kategorisasi skor menurut Azwar (2016).

**Tabel 3.6 Kategorisasi Skor Rasa Syukur**

Kategori	Kriteria	Interpretasi
Rendah	$X \leq \mu$ (Rata-rata populasi)	$T \leq 50$
Tinggi	$X \geq \mu$ (Rata-rata populasi)	$T \geq 50$

**Keterangan:**

T : Jumlah skor T responden       $\mu$  : Rata-rata skor (50)



### c. Alat Ukur Ketidakpuasan Tubuh

#### 1) Spesifikasi Instrumen Penelitian

Pada instrumen penelitian ini, peneliti memodifikasi skala yang digunakan berdasarkan *Body Shape Questionnaire-8C* (BSQ-8C) yang dikembangkan oleh Welch, Lagerström & Ghaderi (2012) yang disesuaikan berdasarkan kebutuhan data yang ingin diketahui dari subjek penelitian. Instrumen *Body Shape Questionnaire-8C* (BSQ-8C) mengukur empat komponen diantaranya, persepsi, afektif, kognitif dan evaluatif.

Instrumen *Body Shape Questionnaire-8C* (BSQ-8C) merupakan alat ukur derivasi dari *Body Shape Questionnaire* (BSQ) yang dikembangkan oleh Cooper *et al.*, (1987) dan Evan & Dolan (1993). Welch, Lagerström & Ghaderi (2012) menyatakan bahwa dalam penelitiannya instrumen dalam alat ukur ini memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0.94 yang menunjukkan bahwa alat ukur ini memiliki reliabilitas yang sangat tinggi.

Skala pengukuran yang digunakan dalam instrumen ini merupakan skala likert yang terdiri dari empat pilihan jawaban dimulai dari 1 sampai 4, diantaranya angka 4 berarti selalu (S), angka 3 berarti sering (S), angka 2 berarti jarang (J), dan angka 1 berarti tidak pernah (TP).

#### 2) Kisi-kisi Instrumen Penelitian

**Tabel 3.7 Kisi-kisi Instrumen Penelitian Ketidakpuasan Tubuh**

Komponen	No. Aitem Favorable	Jumlah
Persepsi	1, 5, 9, 13, 17	5
Afektif	2, 6, 10, 14	4
Kognitif	3, 7, 11, 15, 18	5
Evaluatif	4, 8, 12, 16, 19	5
<b>Total</b>		19

### 3) Penyekoran

Penyekoran jawaban dalam kisi-kisi instrumen modifikasi *Body Shape Questionnaire-8C* (BSQ-8C) diberi bobot 1 sampai 4. Berikut tiap jawaban dari setiap pernyataan dinilai dengan angka sebagai berikut:

**Tabel 3.8 Penyekoran Instrumen Ketidakpuasan Tubuh**

Item	Penyekoran	Keterangan
<i>Favorable</i>	4	Selalu (S)
	3	Sering (S)
	2	Jarang (J)
	1	Tidak Pernah (TP)

### 4) Kategorisasi Skor

Berikut merupakan tabel kategorisasi skor menurut Azwar (2016).

**Tabel 3.9 Kategorisasi Skor Ketidakpuasan Tubuh**

Kategori	Kriteria	Interpretasi
Rendah	$X \leq \mu$ (Rata-rata populasi)	$T \leq 50$
Tinggi	$X \geq \mu$ (Rata-rata populasi)	$T \geq 50$

**Keterangan:**

T : Jumlah skor T responden

$\mu$  : Rata-rata skor (50)

## 2. Pengembangan Instrumen Penelitian

### a. Uji Keterbacaan

Dalam pengembangan instrumen penelitian, peneliti melakukan uji keterbacaan untuk memastikan bahwa pertanyaan pada bulir-bulir aitem dapat dipahami dengan baik oleh responden. Uji keterbacaan dilakukan dengan meminta 10 orang wanita dengan rentang usia 21 - 25 tahun untuk membaca aitem pertanyaan tersebut.

### b. Uji Coba Instrumen (*Try Out*)

Sebelum penelitian dilakukan, peneliti terlebih dahulu melakukan data uji coba (*try out*) dengan melibatkan 150 wanita di Kota Bandung dan 35 wanita di luar Kota Bandung dengan berat badan beragam (obesitas dan non obesitas). Proses uji coba (*try out*) dilakukan pada Rabu, 1 April 2020 sampai dengan Sabtu, 18 April 2020 dengan pengisian kuesioner melalui tautan *google form* [bit.ly/PenelitianSkripsiEka](https://bit.ly/PenelitianSkripsiEka) (*daring*). Pengujian instrumen alat ukur dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui dan memperoleh keakuratan dan konsistensi dari alat ukur yang sedang di uji sehingga menghasilkan data yang valid. Instrumen yang digunakan oleh peneliti diantaranya pada variabel perbandingan sosial ( $X_1$ ), variabel rasa syukur ( $X_2$ ), dan variabel ketidakpuasan tubuh ( $Y$ ).

## F. Uji Validitas dan Reliabilitas

### 1. Uji Validitas pada Uji Coba Instrumen

#### a. Perbandingan Sosial ( $X_1$ ).

Data dari uji coba instrument perbandingan sosial ( $X_1$ ) kemudian peneliti olah dengan bantuan SPSS 25. Azwar (2012) menyebutkan bahwa kriteria pemilihan aitem berdasarkan hasil korelasi aitem total memiliki batasan  $r_{ix} \geq 0,30$ . Aitem yang memiliki daya diskriminasi tinggi, yang didasarkan pada koefisien korelasi aitem-total minimal 0,30 dianggap sebagai aitem yang memuaskan atau layak (Azwar, 2012).

Berdasarkan data uji coba (terlampir), dapat diketahui bahwa keseluruhan aitem yaitu sebanyak 19 aitem menunjukkan korelasi aitem-total di atas 0,30. Sehingga dapat dikatakan bahwa keseluruhan aitem layak atau memuaskan dan tidak terdapat perubahan pada aitem instrumen perbandingan sosial ( $X_1$ ) (data terlampir).

Selain itu, peneliti menggunakan uji validitas *product moment pearson correlation* melalui bantuan SPSS 25 pada signifikansi 0,05 atau 5% dan membandingkan nilai  $r$  hitung dengan  $r$  tabel atau  $r$  hitung  $> r$  tabel, maka aitem tersebut valid (Azwar, 1996). Azwar (2012) menyebutkan bahwa kriteria pemilihan aitem berdasarkan hasil korelasi

aitem total memiliki batasan  $r_{ix} \geq 0,30$ . Berdasarkan hasil uji coba, diketahui bahwa nilai  $DF = (185) - 2 = 183$  pada signifikansi 0,05 atau 5%, ditemukan nilai r tabel adalah 0.1443. Secara keseluruhan, dapat diketahui bahwa item tersebut valid.

**b. Rasa Syukur ( $X_2$ ).**

Data dari uji coba instrument rasa syukur ( $X_2$ ) kemudian peneliti olah dengan bantuan SPSS 25. Azwar (2012) menyebutkan bahwa kriteria pemilihan aitem berdasarkan hasil korelasi aitem total memiliki batasan  $r_{ix} \geq 0,30$ . Aitem yang memiliki daya diskriminasi tinggi, yang didasarkan pada koefisien korelasi aitem-total minimal 0,30 dianggap sebagai aitem yang memuaskan atau layak (Azwar, 2012).

Berdasarkan data uji coba (terlampir), dapat diketahui bahwa keseluruhan aitem yaitu sebanyak 15 aitem menunjukkan korelasi aitem-total di atas 0,30. Sehingga dapat dikatakan bahwa keseluruhan aitem layak atau memuaskan dan tidak terdapat perubahan pada aitem instrumen rasa syukur ( $X_2$ ) (data terlampir).

Selain itu, peneliti menggunakan uji validitas *product moment pearson correlation* melalui bantuan SPSS 25 pada signifikansi 0,05 atau 5% dan membandingkan nilai r hitung dengan r tabel atau r hitung > r tabel, maka aitem tersebut valid (Azwar, 1996). Azwar (2012) menyebutkan bahwa kriteria pemilihan aitem berdasarkan hasil korelasi aitem total memiliki batasan  $r_{ix} \geq 0,30$ . Berdasarkan hasil uji coba, diketahui bahwa nilai  $DF = (185) - 2 = 183$  pada signifikansi 0,05 atau 5%, ditemukan nilai r tabel adalah 0.1443. Secara keseluruhan, dapat diketahui bahwa item tersebut valid.

### c. Ketidakpuasan Tubuh (Y).

Data dari uji coba instrument ketidakpuasan tubuh (Y) kemudian peneliti olah dengan bantuan SPSS 25. Azwar (2012) menyebutkan bahwa kriteria pemilihan aitem berdasarkan hasil korelasi aitem total memiliki batasan  $r_{ix} \geq 0,30$ . Aitem yang memiliki daya diskriminasi tinggi, yang didasarkan pada koefisien korelasi aitem-total minimal 0,30 dianggap sebagai aitem yang memuaskan atau layak (Azwar, 2012).

Berdasarkan data uji coba (terlampir), dapat diketahui bahwa keseluruhan aitem yaitu sebanyak 19 aitem menunjukkan korelasi aitem-total di atas 0,30. Sehingga dapat dikatakan bahwa keseluruhan aitem layak atau memuaskan dan tidak terdapat perubahan pada aitem instrumen ketidakpuasan tubuh (data terlampir).

Selain itu, peneliti menggunakan uji validitas *product moment pearson correlation* melalui bantuan SPSS 25 pada signifikansi 0,05 atau 5% dan membandingkan nilai r hitung dengan r tabel atau r hitung > rtabel, maka aitem tersebut valid (Azwar, 1996). Azwar (2012) menyebutkan bahwa kriteria pemilihan aitem berdasarkan hasil korelasi aitem total memiliki batasan  $r_{ix} \geq 0,30$ . Berdasarkan hasil uji coba (terlampir) diketahui bahwa nilai  $DF = (185) - 2 = 183$  pada signifikansi 0,05 atau 5%, ditemukan nilai r tabel adalah 0.1443. Secara keseluruhan, dapat diketahui bahwa item tersebut valid.

## 2. Uji Reliabilitas

Menurut Guilford (dalam Azwar, 2016) menyebutkan terdapat lima kategorisasi nilai koefisien reliabilitas diantaranya:

**Tabel 3.10 Coefficient Reliability**

<b>Coefficient Reliability</b>	<b>Interpretasi</b>
0.80 – 1.00	Reliabilitas Sangat Tinggi
0.60 – 0.80	Reliabilitas Tinggi
0.40 – 0.60	Reliabilitas Sedang
0.20 – 0.40	Reliabilitas Rendah
0.00 – 0.20	Reliabilitas Sangat Rendah

a. Perbandingan Sosial ( $X_1$ )

**Tabel 3.11 Reliability Statistics Perbandingan Sosial ( $X_1$ )**

<i>Reliability Statistics</i>		
	<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
<b>Uji Coba</b>	.975	19
<b>Pengambilan Data</b>	.974	19

Berdasarkan Tabel 3.11, peneliti melakukan perhitungan reliabilitas dengan bantuan SPSS 25 dengan melihat nilai *Alpha Cronbach's*. Oleh karena itu, dapat diketahui bahwa nilai *Alpha Cronbach's* dalam uji coba (*try out*) instrumen perbandingan sosial sebesar .975 termasuk ke dalam reliabilitas yang sangat tinggi. *Alpha Cronbach's* dalam pengambilan data instrumen perbandingan sosial sebesar .974 termasuk ke dalam reliabilitas yang sangat tinggi.

b. Rasa Syukur ( $X_2$ )

**Tabel 3.12 Reliability Statistics Rasa Syukur ( $X_2$ )**

<i>Reliability Statistics</i>		
	<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
<b>Uji Coba</b>	.923	15
<b>Pengambilan Data</b>	.943	15

Berdasarkan Tabel 3.12, peneliti melakukan perhitungan reliabilitas dengan bantuan SPSS 25 dengan melihat nilai *Alpha Cronbach's*. Oleh karena itu, dapat diketahui bahwa nilai *Alpha Cronbach's* dalam uji coba (*try out*) instrumen ketidakpuasan tubuh sebesar .923 termasuk ke dalam reliabilitas yang sangat tinggi. *Alpha Cronbach's* dalam pengambilan data instrumen perbandingan sosial sebesar .943 termasuk ke dalam reliabilitas yang sangat tinggi.

### c. Ketidakpuasan Tubuh (Y)

**Tabel 3.13 Reliability Statistics Ketidakpuasan Tubuh (Y)**

<i>Reliability Statistics</i>		
	<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
<b>Uji Coba</b>	.942	19
<b>Pengambilan Data</b>	.930	19

Berdasarkan Tabel 3.13, peneliti melakukan perhitungan reliabilitas dengan bantuan SPSS 25 dengan melihat nilai *Alpha Cronbach's*. Oleh karena itu, dapat diketahui bahwa nilai *Alpha Cronbach's* dalam uji coba (*try out*) instrumen ketidakpuasan tubuh sebesar .942 termasuk ke dalam reliabilitas yang sangat tinggi. *Alpha Cronbach's* dalam pengambilan data instrumen perbandingan sosial sebesar .930 termasuk ke dalam reliabilitas yang sangat tinggi.

## G. Prosedur Pelaksanaan Penelitian

Prosedur penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahap sebagai berikut:

### 1. Tahap Persiapan

- a. Mencari permasalahan, yaitu mencari fenomena atau studi literatur untuk memenuhi karakteristik mengenai variabel-variabel yang akan diteliti, yaitu variabel perbandingan sosial ( $X_1$ ), rasa syukur ( $X_2$ ), dan ketidakpuasan tubuh (Y).
- b. Menyusun proposal, yaitu menyusun rancangan pengambilan data sebelum melakukan penelitian, diantaranya menyesuaikan alat ukur yang akan digunakan, dan merumuskan pertanyaan-pertanyaan dalam instrumen yang digunakan.
- c. Melakukan pengembangan instrumen, yaitu mencakup pengalihan bahasa dari bahasa asing ke bahasa Indonesia, modifikasi alat ukur, uji keterbacaan dan melakukan uji coba instrumen alat ukur. Hal ini dilakukan sebagai upaya untuk mengetahui apakah instrumen alat ukur yang digunakan layak digunakan atau tidak dalam penelitian ini.

- d. Peneliti menyebarkan kuesioner uji coba (*try out*) dengan melibatkan 185 wanita di Pulau Jawa dengan berat badan beragam (obesitas dan non obesitas). Proses uji coba (*try out*) dilakukan pada Rabu, 1 April 2020 sampai dengan Sabtu, 18 April 2020 dengan pengisian kuesioner melalui tautan *google form* [bit.ly/PenelitianSkripsiEka](https://bit.ly/PenelitianSkripsiEka) (*online*). Peneliti menyebarkan kuesioner uji coba (*try out*) secara *online* melalui tautan *google form* disebabkan karena wabah Covid-19 sehingga membatasi ruang gerak peneliti dalam pengambilan data.

## 2. Tahap Pelaksanaan

- a. Mencari subjek yang sesuai dengan kriteria penelitian yaitu wanita dewasa awal yang obesitas dengan berat badan minimal  $> 61\text{kg}$  atau/ memiliki indeks massa tubuh (IMT)  $> 27\text{kg/m}^2$  serta bersedia untuk mengisi kuesioner penelitian.
- b. Peneliti menyebarkan kuesioner dengan melibatkan wanita dewasa yang obesitas. Setelah selesai melakukan uji coba (*try out*), peneliti melakukan penyebaran kuesioner pengambilan data dimulai pada Rabu, 3 Juni 2020 s.d. Kamis, 9 Juli 2020 dengan total responden obesitas sebanyak 138 sampel yang diambil saat pengambilan data. Apabila pengumpulan data sudah mencapai 138 sampel, maka pengumpulan data dapat dianggap selesai. Peneliti mulai mengumpulkan data sesuai karakteristik atau kriteria responden dengan cara menyebarkan kuesioner. Kuesioner yang disebar secara *daring* karena adanya Covid-19 melalui tautan *google form* [bit.ly/SkripsiEka](https://bit.ly/SkripsiEka) dan beberapa bantuan media sosial seperti *Instagram*, *Twitter*, dan *Whatsapp* dengan membagikan tautan untuk pengisian kuesioner.

## 3. Tahap Pengolahan Data

- a. Setelah proses pengambilan data dilaksanakan, peneliti melakukan proses pengolahan data yang dilakukan dengan bantuan aplikasi SPSS 25 dan *Winsteps* yang kemudian hasilnya diinterpretasikan sesuai dengan teori dan variabel yang digunakan dalam penelitian.
- b. Menyusun kesimpulan berdasarkan data penelitian.



## H. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan kegiatan mengelompokkan atau menyajikan data yang telah diperoleh untuk diuji berdasarkan tujuan penelitian yang telah diajukan (Syaodih, 2006). Dalam penelitian ini, teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis regresi linier sederhana dan regresi berganda untuk menguji sejauh mana terdapat pengaruh perbandingan sosial ( $X_1$ ) dan rasa syukur ( $X_2$ ) terhadap ketidakpuasan tubuh (Y) pada wanita dewasa awal yang obesitas di Kota Bandung setelah mengetahui terdapat hubungan antara variabel tersebut (Sujarweni & Endrayanto, 2012).

Setelah hasil skor mentah terkumpul, peneliti melakukan analisis data terlebih dahulu dengan cara mengubah data ordinal menjadi data interval menggunakan bantuan *Winsteps*. Kemudian, peneliti menggunakan bantuan SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) 25.0 untuk melakukan analisis regresi linear dan analisis regresi berganda. Tujuannya untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh perbandingan sosial ( $X_1$ ) terhadap ketidakpuasan tubuh (Y) dan ada tidaknya pengaruh rasa syukur ( $X_2$ ) terhadap ketidakpuasan tubuh (Y). Setelah itu, peneliti melakukan analisis regresi berganda untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh perbandingan sosial ( $X_1$ ) dan rasa syukur ( $X_2$ ) terhadap ketidakpuasan tubuh (Y) pada wanita dewasa awal yang obesitas di Kota Bandung.