

### BAB III

## METODOLOGI PENELITIAN

### A. Desain Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif, yaitu suatu pendekatan yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, di mana pengumpulan datanya dilakukan dengan menggunakan instrumen penelitian yang telah disesuaikan dengan variabel-variabel yang akan diteliti dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan sebelumnya (Sugiyono, 2008a:6).

Metode penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *ex post facto*. Pada penelitian *ex post facto* peneliti tidak memberikan suatu perlakuan (*treatment*) tertentu untuk melihat perbedaan antar kelompok, akan tetapi perlakuan (*treatment*) tersebut telah ada sebelumnya.

*The designation ex post facto, from Latin for “after the fact” indicate that ex post facto research is conducted after variation in the variable of interest has already been determined in the natural course of event. This method is also called causal comparative because its purpose is to investigate cause-and-effect relationship between independent dan dependent variables. Researchers use it however, in situations that do not permit the randomization and manipulating of variables characteristic of experimental research (Ary, 2006: 356).*

Maksudnya, Desain *ex post facto* berasal dari bahasa latin “setelah fakta”, mengindikasikan penelitian *ex post facto* dilakukan setelah perbedaan dalam variabel terkait ditentukan pada situasi alami. Metode ini juga disebut perbandingan sebab akibat karena tujuan dari penelitian ini adalah untuk meneliti hubungan sebab dan akibat antara variabel bebas dan variabel terikat. Peneliti

menggunakan metode ini dalam situasi di mana tidak diperkenankan untuk melakukan random dan melakukan manipulasi terhadap karakteristik variabel penelitian eksperimen (Ary, 2006:356).

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

### **1. Populasi penelitian**

Populasi penelitian adalah kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Dalam penelitian ini populasinya adalah remaja obeis yang mengikuti program pengurusan berat badan di kota Bandung.

### **2. Sampel penelitian**

Sampel pada penelitian ini berjumlah 40 orang remaja obeis yang mengikuti program pengurusan berat badan baik di klinik atau pun di pusat kebugaran yang ada di kota Bandung.

### **3. Teknik sampling**

Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah sampel bertujuan (*purposive sampling*). Sampel penelitian ini memiliki karakteristik-karakteristik sebagai berikut:

- a. laki-laki dan perempuan obeis ( $BMI \geq 24$ )
- b. Remaja (berumur 12-20 tahun)
- c. Mengikuti program pengurusan berat badan di klinik atau pusat kebugaran di kota Bandung

## C. Variabel Penelitian Definisi Konseptual dan Definisi Operasional Variabel

### 1. Variabel penelitian

Variabel pada penelitian ini terdiri dari variabel dependen yaitu penerimaan diri (*self acceptance*), dan variabel independen adalah jenis kelamin (laki-laki dan perempuan).

### 2. Definisi konseptual dari penerimaan diri remaja obeis

Penerimaan diri berarti berusaha untuk terus mengembangkan kelebihan dan meminimalisir kekurangan yang ada pada diri. Menurut Arthur Jersild (1965) indikator karakteristik individu yang dapat menerima dirinya, yaitu:

- a. Memiliki penilaian yang realistis terhadap kemampuan yang dimiliki serta menghargainya
- b. Memiliki standar nilai dan pendirian tanpa terpengaruh oleh pendapat orang lain
- c. Memiliki penilaian yang realistis terhadap kekurangan tanpa mencela diri
- d. Menyadari kelebihan yang dimiliki serta bebas mengekspresikannya
- e. Tidak menyalahkan diri secara berlebihan atas kekurangan yang dimiliki

### 3. Definisi operasional dari penerimaan diri remaja obeis

Penerimaan diri remaja obeis adalah suatu kondisi di mana remaja obeis menerima dirinya yang berbeda dengan remaja

kebanyakan, menerima diri apa adanya, menyadari segala kelebihan dan kekurangan pada dirinya. Penerimaan diri ini diwujudkan dalam bentuk taraf penerimaan diri tinggi dan taraf penerimaan diri rendah.

#### D. Instrumen Penelitian

Pada penelitian ini peneliti menggunakan angket sebagai instrumen penelitian untuk mengukur penerimaan diri remaja obes. Instrumen yang dibuat menggunakan skala sikap dari Osgood (*semantic differential scale*). Skala sikap ini yang merupakan skala dengan penilaian berupa kontinum antara 1 sampai 6. Adapun kisi-kisi instrumen adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.1**  
**Kisi-Kisi Instrumen Penerimaan Diri**

| No         | Indikator                                                                       | Jumlah item | Nomor item         |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------|
| 1.         | Memiliki penilaian yang realistis serta menghargai kemampuan yang dimiliki      | 5 item      | 3, 4, 5, 6, 9, 17  |
| 2.         | Memiliki standar nilai dan pendirian tanpa terpengaruh oleh pendapat orang lain | 2 item      | 21, 22             |
| 3.         | Memiliki penilaian yang realistis terhadap kekurangan tanpa mencela diri        | 5 item      | 10, 11, 15, 16, 20 |
| 4.         | Menyadari kelebihan yang dimiliki serta bebas mengekspresikannya                | 4 item      | 1, 2, 7, 8,        |
| 5.         | Tidak menyalahkan diri secara berlebihan atas kekurangan yang dimiliki          | 6 item      | 12, 13, 14, 18, 19 |
| Total item |                                                                                 | 22 item     |                    |

Instrumen diatas dibuat dalam tiga stimulus yang merepresentasikan kelima indikator penerimaan diri menurut Jersild (1965). Responden diminta untuk memilih salah satu huruf dari a sampai f yang merupakan kontinum dan langsung memberikan penilaian terhadap suatu stimulus. Jawaban responden menunjukkan posisi evaluatif responden terhadap stimulus atau menunjukkan interpretasi terhadap jawaban yang diberikan responden.

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan angket kepada para remaja obeis. Adapun data yang diperoleh pada penelitian ini terbagi menjadi dua, yaitu:

1. Data primer

Data primer adalah data yang didapatkan dari hasil instrumen berupa angket penerimaan diri yang dibuat peneliti berdasarkan pendapat Jersild (1965).

2. Data sekunder (tambahan)

Sedangkan data sekunder didapatkan dari lembar identitas yang diberikan kepada sampel. Lembar identitas ini berisi pertanyaan-pertanyaan mengenai diri sampel terutama yang berhubungan dengan kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya. Selain itu, peneliti juga melakukan wawancara informal pada beberapa responden maupun pemilik klinik. Data sekunder ini merupakan data tambahan yang digunakan untuk menganalisis data hasil dari angket.

## F. Teknik Skoring

Kontinum yang terdapat pada instrument penelitian ini dibagi ke dalam 6 bagian yang diberi simbol a hingga f. Bobot nilai untuk masing-masing alternatif jawaban berupa kontinum, sebagai berikut:

**Tabel 3.2**  
**Bobot Nilai Untuk Masing-Masing Kontinum**

| Kontinum | Nilai |
|----------|-------|
| a        | 1     |
| b        | 2     |
| c        | 3     |
| d        | 4     |
| e        | 5     |
| f        | 6     |

Kutub sebelah kiri merupakan kutub tidak favorabel dan kutub sebelah kanan adalah kutub favorabel. Skoring suatu instrumen skala diferensiasi semantik yang terdiri dari beberapa stimulus yang diikuti oleh beberapa respon kontinum kata sifat yang berbeda adalah dengan hanya menjumlahkan skor pada masing-masing item (Azwar, 2008).

Skor yang dapat diperoleh oleh responden bergerak dari 22 (skor minimal) hingga 132 (skor maksimal).

## G. Validitas Instrumen

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau ketepatan dari suatu instrumen. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan dan dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat (Arikunto, 1997:56).

Oleh karenanya uji validitas instrumen merupakan hal yang umum dilakukan pada suatu penelitian. Uji validitas instrumen ini dibagi ke dalam dua bagian yaitu:

### **1. Uji validitas isi**

Uji validitas isi merupakan pengujian terhadap isi instrumen yang dilakukan melalui analisis rasional atau melalui profesional judgement (Azwar, 2007a: 61). Pengujian validitas isi dalam penelitian ini dilakukan oleh tiga dosen yang masing-masing menguasai bidang psikologi perkembangan anak dan remaja, psikometri dan psikologi sosial.

### **2. Uji validitas Kriteria**

Uji validitas selanjutnya dilakukan untuk memilih item-item terbaik yang terdapat pada instrumen. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk memilih item terbaik pada skala diferensiasi sematik atau pasangan kata sifat yang paling baik adalah dengan menghitung korelasi antara distribusi skor setiap item dengan skor total skala (Azwar, 2008).

Rumus yang digunakan untuk menghitung korelasi tersebut adalah dengan rumus korelasi *product moment* dari Pearson, dan penghitungannya dilakukan dengan bantuan *software Statistical Packages for Social Science* (SPSS) versi 11.0. Adapun rumus *product moment* dari Pearson, sebagai berikut:



$$r_{ix} = \frac{\sum iX - \frac{(\sum i)(\sum X)}{n}}{\sqrt{(\sum i^2 - \frac{(\sum i)^2}{n})(\sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{n})}} \quad (\text{Azwar, 2008: 153})$$

Keterangan:

i = Skor remaja obeis pada item tertentu

X = Skor remaja obeis pada skala sikap

n = Jumlah remaja obeis

Dalam penyusunan skala-skala psikologi, nilai koefisien korelasi yang digunakan minimal sama dengan 0,30 ( $r = 0,30$ ). Dengan begitu, semua jawaban (pasangan kata) yang memiliki nilai koefisien korelasi kurang dari 0,30 ( $r \leq 0,30$ ) disisihkan dan semua pasangan kata yang memiliki nilai lebih besar dari 0,3 ( $r \geq 0,30$ ) merupakan pernyataan terbaik tetap dipertahankan dalam angket. Akan tetapi apabila jumlah item yang lolos ternyata masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, maka dapat dipertimbangkan untuk menurunkan sedikit batas kriteria koefisien korelasi dari 0,30 menjadi 0,25 sehingga jumlah item yang diinginkan dapat dicapai (Azwar, 2007b).

Berdasarkan perhitungan uji validitas yang telah dilakukan terhadap 22 item dalam instrumen penerimaan diri dengan menggunakan bantuan *software* SPSS versi 11.0 diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa hanya satu item saja yang tidak valid. Secara lebih rinci item-item tersebut dapat dilihat dalam tabel 3.3 hasil uji validitas instrumen penerimaan diri.



**Tabel 3.3**  
**Hasil Uji Validitas Instrumen Penerimaan diri**

| Item awal                                                                           | Item tidak valid | Item Valid                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10,<br>11, 12, 13, 14, 15, 16, 17,<br>18, 19, 20, 21, 22 | 21               | 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9,<br>10, 11, 12, 13, 14, 15,<br>16, 17, 18, 19, 20, 22 |

#### H. Reliabilitas Instumen

Reliabilitas mengacu pada konsistensi atau ketetapan hasil ukur, yang bermakna kecermatan suatu pengukuran. Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini, ialah dengan hanya diberikan satu kali bentuk skala pada sekelompok responden. Maka, untuk menguji reliabilitasnya menggunakan penghitungan koefisien reliabititas alpha (Azwar, 2007b).

Adapun rumus koefisien reliabilitas alpha adalah:

$$r_{11} = \left[ \frac{k}{k-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum Si^2}{St^2} \right] \quad (\text{Surapranata, 2004: 114})$$

Keterangan:

$r_{11}$  = Reliabilitas instrumen

$k$  = Banyak soal

$\sum Si^2$  = Jumlah Varians butir

$St^2$  = Varians total

Uji koefisien reliabilitas ini dinyatakan dalam satu indeks yang memiliki rentang dari 0,00 hingga +1,00 (Azwar, 2007b).

**Tabel 3.4**  
**Interprestasi Koefisien Korelasi**

| Skor        | Kriteria dan Interpretasi                                            |
|-------------|----------------------------------------------------------------------|
| 0,00 – 0,20 | Derajat reliabilitas hampir tidak ada, artinya korelasi sangat lemah |
| 0,21 – 0,40 | Derajat reliabilitas hampir rendah, artinya korelasi rendah          |
| 0,41 – 0,70 | Derajat reliabilitas sedang, artinya korelasi cukup berarti          |
| 0,71 – 0,90 | Derajat reliabilitas tinggi, artinya korelasi tinggi                 |
| 0,91 – 1,00 | Derajat reliabilitas tinggi sekali, artinya korelasi sangat tinggi   |

Sumber:

(Soleh, 2005)

Hasil perhitungan reliabilitas dengan bantuan *software* SPSS 11.0 menunjukkan koefisien reliabilitas instrumen penerimaan diri adalah 0,8945. Secara lebih rinci hasil perhitungan tersebut dapat dilihat pada tabel 3.5 di bawah ini:

**Tabel 3.5**  
**Reliabilitas Statistik Penerimaan Diri**

| Cronbach's Alpha | Cronbach's Alpha Based on Standardized Items | N of Items |
|------------------|----------------------------------------------|------------|
| 0.8945           | 0. 8981                                      | 21         |

### **I. Kategorisasi Skala**

Kategorisasi skala dilakukan untuk mengelompokkan remaja obeis berdasarkan hasil yang didapat oleh masing-masing remaja obeis. Kategorisasi yang digunakan pada penelitian ini dibagi kedalam dua kelompok berdasarkan pendapat Jersild (1965) mengenai taraf penerimaan diri remaja, yaitu taraf penerimaan diri tinggi dan taraf penerimaan diri rendah.

Pengkategorisasian dilakukan dengan cara mencari nilai *mean* (rata-rata) skor total variabel penerimaan diri. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 3.6 ketegorisasi skala.

**Tabel 3.6**  
**Kategorisasi Skala**

| <b>Norma</b> | <b>Kategori</b>              |
|--------------|------------------------------|
| $X > M$      | Taraf penerimaan diri tinggi |
| $X \leq M$   | Taraf penerimaan diri rendah |

#### **J. Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data pada penelitian ini dibagi kedalam dua bagian berdasarkan rumusan masalah yang diajukan.

Teknik analisis data yang digunakan pada rumusan masalah pertama dan kedua adalah teknik analisis deskriptif gejala terpusat (*central tendency*), yaitu mean. Adapun rumus untuk mencari rata-rata dari seluruh responden adalah:

$$Me = \frac{\sum X_i}{N} \quad (\text{Sugiyono, 2009:})$$

Keterangan:

Me= Mean (rata-rata penerimaan diri remaja obes laki-laki dan perempuan)

$\sum$  = jumlah nilai yang diperoleh oleh seluruh sampel remaja obes laki-laki dan perempuan

$X_i$  = nilai yang diperoleh oleh seluruh sampel remaja obes laki-laki dan perempuan

N = jumlah sampel remaja obes

Sedangkan, teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis ketiga yaitu hipotesis komparatif sampel independen (tidak berkorelasi) dengan data ordinal menggunakan statistik nonparametris berupa Mann-Whitney U-Test (Sugiyono, 2009).

Terdapat dua rumus yang digunakan untuk pengujian hipotesis ini, kedua rumus tersebut digunakan dalam perhitungan untuk mengetahui harga U yang lebih kecil. Harga U yang lebih kecil tersebut digunakan untuk pengujian dan dibandingkan dengan U tabel (Sugiyono, 2008b). Adapun rumus-rumus dari Mann-Whitney U-test, sebagai berikut:

$$U_1 = n_1 n_2 + \frac{n_1 (n_1 + 1)}{2} - R_1$$

(Sugiyono, 2008b: 61 )

$$U_2 = n_1 n_2 + \frac{n_2 (n_2 + 1)}{2} - R_2$$

Keterangan :

$U_1$  = jumlah peringkat yang diperoleh sampel remaja obes laki-laki

$U_2$  = jumlah peringkat yang diperoleh sampel remaja obes perempuan

$n_1$  = jumlah sampel remaja obes laki-laki

$n_2$  = jumlah sampel remaja obes perempuan

$R_1$  = jumlah rangking pada sampel remaja obes laki-laki

$R_2$  = jumlah rangking pada sampel remaja obes perempuan

## K. Prosedur Pelaksanaan Penelitian

Pada pelaksanaannya prosedur penelitian ini dibagi ke dalam empat tahap, sebagai berikut:

### 1. Tahap Persiapan

- a) Menyusun proposal penelitian.
- b) Mengajukan proposal penelitian pada dosen pembimbing
- c) Mencari informasi mengenai klinik pengurusan berat badan dan pusat kebugaran di kota Bandung.
- d) Mendatangi klinik-klinik pengurusan berat badan untuk meminta izin melakukan penelitian.
- e) Membuat instrumen penelitian.
- f) Menentukan waktu pengambilan data.

### 2. Tahap Pelaksanaan

- a) Mendatangi tempat penelitian dan menjelaskan tujuan penelitian kemudian meminta kesediaan untuk dijadikan sampel.
- b) Menjelaskan instruksi pengisian pada sampel .

### 3. Tahap Pengolahan dan Analisis Data

- a) Penyekoran data hasil angket.
- b) Menganalisa data dengan menggunakan metode statistik deskriptif gejala terpusat (*central tendency*) dan statistik non parametrik berupa Mann-Whitney U-test.
- c) Menginterpretasikan data statistik yang telah didapatkan.

#### 4. Tahap Penyelesaian

- 1) Menyusun laporan hasil penelitian
- 2) Merevisi hasil laporan sebagai umpan balik dari sidang dan bimbingan dengan dosen penguji

