

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain korelasional. Desain korelasional digunakan untuk memprediksi skor dan menjelaskan hubungan antar variabel. Dalam penelitian ini, peneliti bermaksud untuk mengetahui hubungan citra tubuh dengan *self esteem* mahasiswi Manajemen *Resort & Leisure* Universitas Pendidikan Indonesia.

B. Partisipan/Responden

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswi Manajemen *Resort & Leisure* Universitas Pendidikan Indonesia dengan kriteria sebagai berikut:

1. Responden berjenis kelamin wanita.
2. Responden sedang atau masih kuliah di Jurusan Manajemen *Resort & Leisure* Universitas Pendidikan Indonesia.
3. Responden berusia 18-25 tahun.

C. Populasi dan Sampel

Populasi penelitian dalam penelitian ini adalah mahasiswi Manajemen *Resort & Leisure* Universitas Pendidikan Indonesia. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposive sampling*. Menurut data forlap.ristekdikti.go.id dan jurusan Manajemen *Resort & Leisure* Universitas Pendidikan Indonesia (2020) menunjukkan jumlah mahasiswi Manajemen *Resort & Leisure* Universitas Pendidikan Indonesia adalah 212 orang. Untuk menentukan ukuran sampel digunakan rumus Slovin dengan

perkiraan tingkat kesalahan adalah 5%. Berikut perhitungan untuk menentukan ukuran sampel menggunakan rumus Slovin:

$$n = N/1 + Ne^2$$

Dimana :

n : sampel

N : populasi

e : perkiraan tingkat kesalahan

Jika didasarkan pada data yang ada, maka perhitungan adalah sebagai berikut :

$$n = N/1 + Nee^2$$

$$n = 212/1 + (212 \cdot 0,05^2)$$

$$n = 138,5$$

Berdasarkan perhitungan tersebut maka kebutuhan sampel untuk penelitian ini adalah sebanyak 138,5 dibulatkan menjadi 139 orang.

D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Definisi Operasional

1.1 Citra Tubuh

Citra tubuh adalah konstruk multidimensial yang terdiri dari persepsi, kognisi, emosi, dan perilaku yang berkaitan dengan atribut fisik. Meliputi lima dimensi yang dikemukakan oleh Cash dan Pruzinsky (2002) yaitu: *Appearance evaluation, Appearance Orientation, Body Areas Satisfaction, Overweight Preoccupation, dan Self-classified weight.*

1.2 Self Esteem

Self esteem merupakan persepsi mengenai nilai seseorang berupa pikiran positif atau negatif terhadap diri individu. Meliputi

Ida Lailatun Ni'mah, 2022

**HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DAN SELF ESTEEM PADA MAHASISWI
MANAJEMEN RESORT & LEISURE UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

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

tiga dimensi yang dikemukakan oleh Stets dan Burke (2014) yaitu: *self-worth*, *self-efficacy*, dan *authenticity*.

E. Instrumen Penelitian

1. Citra Tubuh

a. Instrumen Citra Tubuh

Instrumen yang digunakan untuk mengukur citra tubuh, peneliti memodifikasi alat ukur *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire* (MBSRQ) yang dibuat oleh Cash, T. F (2000). Teori ini menyatakan ada lima dimensi yang bisa digunakan untuk mengukur citra tubuh. Kelima dimensi tersebut adalah *appearance evaluation*, *appearance orientation*, *body areas satisfaction*, *overweight preoccupation*, dan *self-classified weight*. Konsistensi reliabilitas alat ukur ini sebesar $\alpha = 0,96$ dan tergolong memiliki realibilitas sangat tinggi (Richins, 2004).

Tabel 1 Instrumen Citra Tubuh

No	Dimensi	Indikator
1	<i>Appearance evaluation</i> (evaluasi penampilan)	Menilai bahwa penampilan diri sendiri
		Lingkungan memberikan penilaian terhadap penampilan diri
2	<i>Appearance orientation</i> (orientasi penampilan)	Memberikan perhatian terhadap penampilan diri.
		Melakukan usaha untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan.
3	<i>Body areas satisfication</i> (kepuasan terhadap bagian tubuh)	Merasa puas terhadap tubuh bagian bawah, bagian tengah, bagian atas, dan tubuh secara keseluruhan.
		Cenderung melakukan diet untuk menurunkan berat badan dan membatasi pola makan.
4	<i>Overweight preoccupation</i> (kecemasan menjadi gemuk)	Merasa cemas terhadap kegemukan.

Ida Lailatun Ni'mah, 2022

**HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DAN SELF ESTEEM PADA MAHASISWI
MANAJEMEN RESORT & LEISURE UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

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

		Cenderung melakukan diet untuk menurunkan berat badan dan membatasi pola makan.
5	<i>Self-classified weight</i> (pengkategorian ukuran tubuh)	Menilai dan mempersepsikan ukuran tubuhnya ideal.

b. Penyekoran Instrumen

Skala yang digunakan dalam instrumen *self-esteem* adalah *Likert rating* 1 sampai 4. Skala tersebut adalah ‘Sangat Tidak Setuju’, ‘Tidak Setuju’, ‘Setuju’, dan ‘Sangat Setuju’. Terdapat dua tipe item dalam instrumen ini, yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Berikut penyekoran instrumen *self-esteem* berdasarkan pada tipe itemnya.

Tabel 2 Penyekoran Instrumen Citra Tubuh

No	Item	Sangat Tidak Setuju	Tidak Setuju	Setuju	Sangat Setuju
1	<i>Favorable</i>	1	2	3	4
2	<i>Unfavorable</i>	4	3	2	1

c. Kisi- kisi Instrumen citra tubuh

Berikut adalah kisi-kisi instrumen yang disusun oleh peneliti untuk mengukur citra tubuh subjek.

Tabel 3 Kisi-kisi Instrumen Citra Tubuh

No	Dimensi	Indikator	Nomor Item		Jml
			F	U	
1	<i>Appearance</i>	Menilai bahwa penampilannya baik.	1,2	3	3

Ida Lailatun Ni'mah, 2022

HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DAN SELF ESTEEM PADA MAHASISWI MANAJEMEN RESORT & LEISURE UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

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

	<i>evaluation</i> (evaluasi penampilan)	Menganggap orang lain menilai bahwa penampilannya baik.	4	5	2
2	<i>Appearance orientation</i> (orientasi penampilan)	Memberikan perhatian terhadap penampilan diri	6	7	2
		Melakukan usaha untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan.	8	9	2
3	<i>Body area satisfaction</i> (kepuasan terhadap bagian tubuh)	Merasa puas terhadap tubuh bagian bawah, bagian tengah, bagian atas dan tubuh secara keseluruhan.	10,11, 12,13, 14,15, 16,17, 18,19	20,21, 22	13
4	<i>Overweight preoccupation</i> (kecemasan menjadi gemuk)	Merasa cemas terhadap kegemukan.	23,24, 25,26, 27,28	29,30,31,32	10
		Cenderung melakukan diet untuk menurunkan berat badan dan membatasi pola makan.	33,34, 35,36, 37	38,39,40,41	9
5	<i>Self-classified weight</i> (pengkategorian ukuran tubuh)	Menilai dan mempersepsikan ukuran tubuhnya ideal.	42,43	44	3
	Jumlah				44

d. Kategorisasi Skor Instrumen

Kategorisasi skor dalam instrumen citra tubuh ditunjukkan pada tabel di bawah ini:

Tabel 4 Kategorisasi citra tubuh

Kategorisasi	Skor
Positif	$M+1SD \leq X$
Negatif	$X < M-1SD$

2. *Self Esteem*

a. Instrumen *Self Esteem*

Instrumen yang digunakan untuk mengukur *self esteem* yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan alat ukur berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Stets dan Burke (2014) dan telah diadaptasi oleh Adiba (2020). Teori ini menyatakan ada tiga dimensi yang bisa digunakan untuk mengukur *self esteem*. Ketiga dimensi tersebut adalah *self-worth*, *self-efficacy*, dan *authenticity*. Instrumen *self esteem* memiliki reliabilitas sebesar 0.78 yang berarti reliabilitas tinggi (Adiba, 2020).

Tabel 5 Instrumen Self Esteem

No	Dimensi	Indikator
1	<i>Self-Worth</i>	Perasaan positif terhadap diri sendiri.
		Merasa sejajar dengan orang lain.
2	<i>Self-Efficacy</i>	Yakin dengan kemampuan sendiri.
		Memiliki kendali penuh atas hidupnya sendiri.
3	<i>Authenticity</i>	Menjadi diri sendiri
		Asertif

b. Penyekoran Instrumen

Ida Lailatun Ni'mah, 2022

**HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DAN SELF ESTEEM PADA MAHASISWI
MANAJEMEN RESORT & LEISURE UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

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

Skala yang digunakan dalam instrumen *self-esteem* adalah *Likert rating* 1 sampai 5. Skala tersebut adalah ‘Sangat Tidak Seperti Saya’, ‘Tidak Seperti Saya’, ‘Netral’, ‘Seperti Saya’, dan ‘Sangat Seperti Saya’. Terdapat dua tipe item dalam instrumen ini, yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Berikut penyekoran instrumen *self-esteem* berdasarkan pada tiap itemnya.

Tabel 6 Penyekoran Instrumen Self Esteem

No	Item	Sangat Tidak Seperti Saya	Tidak Seperti Saya	Netral	Seperti Saya	Sangat Seperti Saya
1	<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5
2	<i>Unfavorable</i>	5	4	3	2	1

c. Kisi- kisi Instrumen Self Esteem

Berikut adalah kisi-kisi instrumen yang disusun oleh peneliti untuk mengukur *self esteem* subjek.

Tabel 7 Kisi-kisi Instrumen Self Esteem

No	Dimensi	Indikator	Nomor Item		Jml
			F	U	
1	<i>Self-Worth</i>	Perasaan positif terhadap diri sendiri	1	2	2
		Merasa sejajar dengan orang lain	3	4	2
2	<i>Self-Efficacy</i>	Yakin dengan kemampuan sendiri	5	6, 7	3
		Memiliki kendali penuh atas hidupnya sendiri	8	9	2

3	<i>Authenticity</i>	Menjadi diri sendiri	12	10, 11	3
		Asertif	13, 14	15	3
Jumlah				15	

d. Kategorisasi Skor Instrumen

Kategorisasi skor dalam instrumen *self esteem* ditunjukkan pada tabel di bawah ini:

Tabel 8 Kategorisasi self esteem

Kategorisasi	Skor
Tinggi	$M+1SD \leq X$
Rendah	$X < M-1SD$

F. Proses Adaptasi Instrumen

Peneliti melakukan adaptasi kedua instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini. Uji validitas dan reliabilitas dilakukan pada setiap instrumen dengan tujuan untuk mengetahui kelayakan penggunaan instrumen dalam mengukur setiap variabel pada penelitian ini, yaitu variabel citra tubuh dan *self esteem*. Tahapan dari proses adaptasi instrumen adalah sebagai berikut:

1. Uji Validitas isi (*Expert Judgement*)

Instrumen telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh peneliti terdahulu sehingga peneliti hanya perlu menyesuaikan kembali terjemahannya dengan memperhatikan instrumen asli yang berbahasa Inggris. Dalam hal ini, penilaian setiap instrumen dilakukan dengan bimbingan dua orang *expert* yaitu Rinanada R. A Shaleha, S. Psi., M. A. dan Farhan Zakariyya, M. Psi, Psikolog

Ida Lailatun Ni'mah, 2022

**HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DAN SELF ESTEEM PADA MAHASISWI
MANAJEMEN RESORT & LEISURE UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

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

yang memperbaiki redaksi penulisan setiap item sesuai dengan konstruk teori variabel dalam penelitian ini.

2. Uji Keterbacaan

Peneliti melakukan uji keterbacaan terlebih dahulu sebelum melangsungkan pengambilan data. Kuesioner disebarikan secara merata kepada sepuluh orang mahasiswi berusia 18-25 tahun. Hal ini bertujuan untuk memastikan redaksi pernyataan dari kedua alat ukur dapat dipahami dengan baik oleh responden dalam berbagai usia sesuai kriteria.

3. Analisis Item dan Reliabilitas Instrumen

a. Analisis Item

Analisis item dilakukan dengan *Rasch Model* menggunakan bantuan aplikasi *Winstep* untuk mengetahui item dan jawaban responden yang layak dan tidak layak digunakan. Item dan jawaban responden yang tidak layak tersebut kemudian dibuang karena tidak memenuhi standar Misfit sebagai berikut:

Tabel 9 Parameter Item Misfit

	Nilai yang Diterima
Outfit Mean Square (MNSQ)	$0,5 < \text{MNSQ} < 1,5$
Outfit Z-standard (ZSTD)	$-2,0 < \text{ZSTD} < +2,0$
Point Measure Correlation	$0,4 < \text{pt measure corr} < 0,85$

Pada instrumen citra tubuh terdapat sebelas item yang harus dibuang karena tidak memenuhi nilai misfit, yaitu pada nomor 2, 5, 23, 26, 28, 33, 36, 39, 41, 42 dan 48. Sedangkan pada instrumen *self esteem* tidak ada item yang dibuang karena semua item memenuhi nilai misfit.

Ida Lailatun Ni'mah, 2022

**HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DAN SELF ESTEEM PADA MAHASISWI
MANAJEMEN RESORT & LEISURE UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

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

b. Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui tingkat kecermatan pengukuran suatu alat ukur (Azwar, 2015). Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan pendekatan *single trial administration* yang menghasilkan estimasi reliabilitas konsisten internal dengan Alpha Chronbach. Kategorisasi reliabilitas mengacu pada kategorisasi reliabilitas dari Guildford (1956) berikut ini:

Tabel 10 Reliabilitas

Indeks	Kategori
0,80 – 1,00	Sangat tinggi
0,60 – 0,80	Tinggi
0,40 – 0,60	Sedang
0,20 – 0,40	Rendah
0,00 – 0,20	Sangat rendah

Masih dengan *Rasch Model* pada aplikasi Winstep, peneliti kemudian menganalisis nilai reliabilitas alpha Cronbach, reliabilitas *person*, dan reliabilitas item pada setiap instrumen. Reliabilitas alpha Chronbach pada instrumen citra tubuh adalah sebesar 0,71 yang masuk dalam kategori tinggi (Guildford, 1956). Kemudian untuk nilai reliabilitas *person* pada instrumen tersebut adalah sebesar 0,72 yang masuk dalam kategori tinggi dan reliabilitas item sebesar 0,98 yang masuk dalam kategori sangat tinggi.

Sementara itu, instrumen *self esteem* memiliki nilai alpha Cronbach sebesar 0,78 dan reliabilitas *person* sebesar 0,80 yang keduanya termasuk ke dalam kategori tinggi. Kemudian untuk nilai reliabilitas item sebesar 0,99 yang masuk ke dalam kategori sangat tinggi.

Ida Lailatun Ni'mah, 2022

**HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DAN SELF ESTEEM PADA MAHASISWI
MANAJEMEN RESORT & LEISURE UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

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

G. Teknik pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah melalui kuesioner yang isinya mengacu pada item-item dari instrumen citra tubuh dan *self esteem*. Kuesioner dalam bentuk *google form* disebarakan secara daring di media sosial *whatsapp*, *instagram*, dan *line* kepada responden mahasiswi yang sesuai dengan kriteria. Pengumpulan data dilaksanakan pada 12 Juli-13 Agustus 2021.

H. Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi *pearson product moment* untuk mengetahui korelasi antara citra tubuh dengan *self esteem* mahasiswi Manajemen *Resort & Leisure* Universitas Pendidikan Indonesia dengan bantuan aplikasi SPSS 25.0 *for windows*. Data yang diambil untuk kedua variabel penelitian berupa skala Likert, sehingga jenis data yang diperoleh berupa data ordinal. Sedangkan syarat untuk menggunakan korelasi *pearson product moment* ini data harus berupa interval. Oleh karena itu, data dari hasil penelitian ini dikonversikan terlebih dahulu dengan menggunakan Rasch Model dengan *software* Winsteps. Analisis data ini dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS untuk *Windows*. Selain itu, data diuji normalitas kolmogorov-smirnof untuk melihat data yang didapatkan normal atau tidak. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar 0,014 ($< 0,05$) atau dapat dikatakan bahwa data berdistribusi normal.

I. Prosedur Penelitian dan Agenda Kegiatan

Prosedur dalam penelitian ini terbagi menjadi beberapa tahap, sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

- a. Merumuskan masalah penelitian.
- b. Menentukan variabel yang akan diteliti dalam penelitian.

Ida Lailatun Ni'mah, 2022

**HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DAN SELF ESTEEM PADA MAHASISWI
MANAJEMEN RESORT & LEISURE UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

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

- c. Melakukan studi literatur terkait variabel yang akan diukur dalam penelitian.
- d. Menentukan dan menyusun instrumen penelitian yang akan digunakan.
- e. Menentukan populasi dan sampel penelitian.

2. Tahap Pengambilan Data

- a. Mengambil data pada populasi yang telah ditentukan dengan menggunakan kuesioner yang disebarakan secara *online*.

3. Tahap Pengolahan

- a. Verifikasi Data. Verifikasi data dilakukan untuk kembali mengecek kelengkapan jumlah kuesioner.
- b. Peneliti merekap semua data yang diperoleh untuk kemudian dilakukan perhitungan dengan menggunakan bantuan software SPSS for Windows dan Winstep.
- c. Membuat kesimpulan hasil penelitian.
- d. Menyusun laporan hasil penelitian dalam bentuk skripsi

Ida Lailatun Ni'mah, 2022
*HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DAN SELF ESTEEM PADA MAHASISWI
MANAJEMEN RESORT & LEISURE UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA*
Universitas Pendidikan Indonesia | respiratory.upi.edu | perpustakaan.upi.edu