

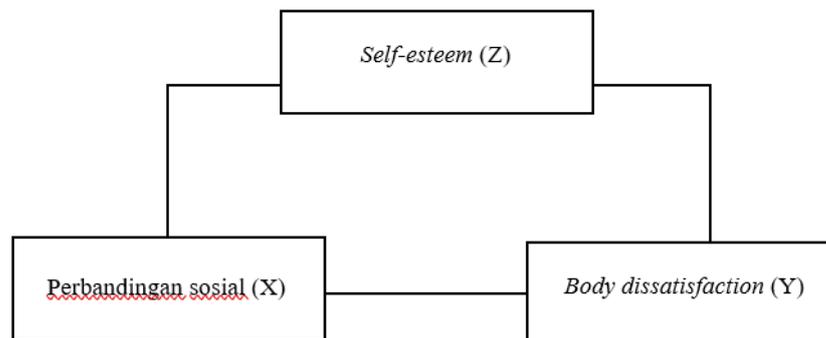
### BAB III

## METODE PENELITIAN

Pada bab Metode penelitian akan membahas desain penelitian, populasi, sampel serta teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian, definisi operasional, instrumen, dan prosedur penelitian.

#### A. Desain Penelitian

Penelitian ini menguji pengaruh perbandingan sosial terhadap *body dissatisfaction* pada mahasiswa pengguna aktif *Instagram* di Bandung yang dimediasi oleh *self-esteem*. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan metode analisis regresi linier sederhana dan regresi linier berganda, untuk mengetahui pengaruh variabel independen yaitu perbandingan sosial (X) terhadap variabel dependen yaitu *body dissatisfaction* (Y) yang dimediasi oleh *self-esteem* (Z).



Gambar 3.1. Desain Penelitian

#### B. Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

Subjek populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang berkuliah di Kota Bandung dan merupakan pengguna aktif *Instagram*. Jumlah populasi tidak diketahui secara pasti. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara *non probability sampling* dengan jenis *accidental sampling*. Teknik *accidental sampling* merupakan penentuan sampel secara kebetulan dan responden sesuai dengan kriteria. Adapun kriteria sampel dari penelitian ini adalah:

1. pria dan wanita,
2. mahasiswa berusia 18 sampai 24 tahun,
3. memiliki media sosial *Instagram*,
4. pengguna aktif media sosial *Instagram*,
5. berkuliah di Bandung

Penelitian ini menggunakan penentuan jumlah sampel berdasarkan tabel Isaac dan Michael (1995). Jumlah populasi dari mahasiswa di Kota Bandung tidak diketahui secara pasti, sehingga peneliti menggunakan jumlah tidak terhingga dengan tingkat kesalahan 5%. Maka, sampel dari penelitian ini adalah mahasiswa pengguna media sosial *Instagram* di Bandung sebanyak 349 orang.

**Gambar 3.2. Isaac dan Michael**

N	S		
	1%	5%	10%
10	10	10	10
15	15	14	14
20	19	19	19
25	24	23	23
30	29	28	27
...	...	...	...
50000	663	348	270
55000	663	348	270
60000	663	348	270
...	...	...	...
1000000	663	348	271
$\infty$	663	349	272

Responden yang didapat sebanyak 349 orang. Berikut merupakan data demografi 349 responden berdasarkan jenis kelamin, usia, dan waktu yang digunakan untuk media sosial:

**Tabel 3.1 Gambaran Umum Demografi Responden**

Sosiodemografi	Kategori	Frekuensi	Persentase
Jenis kelamin	Laki-laki	117	33.5
	Perempuan	232	66.5
<b>Jumlah</b>		349	100.0
	18	25	7.2
	19	29	8.3

Usia	20	61	17.5
	21	85	24.4
	22	91	26.1
	23	41	11.7
	24	17	4.9
<b>Jumlah</b>		349	100.0
Waktu	1 – 2 jam	76	21.8
	2 – 4 jam	199	57.0
	>5 jam	74	21.2
<b>Jumlah</b>		349	100.0

Berdasarkan tabel 3.1. di atas dapat dilihat gambaran umum 349 responden. Data sebaran menunjukkan responden laki-laki sebanyak 117 orang (33.5%) dan jumlah responden perempuan sebanyak 232 orang (66.5%). Usia responden berkisar antara 18 - 24 tahun. Jumlah responden terbanyak dalam penelitian ini berusia 22 tahun, dengan jumlah sebanyak 91 orang (26.1%) dan jumlah responden paling sedikit berada pada usia 24 tahun memiliki persentase sebesar 4.9% (17 orang). Berikutnya waktu rata-rata yang dihabiskan responden dalam menggunakan *instagram*. Dapat dilihat bahwa responden terbanyak menghabiskan waktu menggunakan *instagram* yakni 2 - 4 jam/hari dengan jumlah sebanyak 199 orang (57.0%), diikuti dengan penggunaan media sosial 1 – 2 jam 76 responden dengan persentase (21.8%), dan terakhir penggunaan > 5 jam perhari sebanyak 74 responden (21.2).

## C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

### 1. Variabel Penelitian

#### a. Variabel X

Variabel  $X_1$  dalam penelitian ini yaitu perbandingan sosial. Menurut Festinger (1954) perbandingan sosial adalah perilaku membandingkan diri dengan individu lain di lingkungan sekitar untuk melihat situasi dirinya sendiri.

#### b. Variabel M

Variabel  $X_2$  dalam penelitian ini yaitu *self-esteem*. *Self-esteem* merupakan penilaian keseluruhan individu terhadap diri sendiri, dan pandangan tersebut dapat memengaruhi individu berperilaku baik positif maupun negatif (Rosenberg, 1965).

### c. Variabel Y

Variabel Y dalam penelitian ini yaitu *body dissatisfaction*. Pengertian dari *body dissatisfaction* adalah perasaan tidak percaya diri dan tidak puas terhadap bentuk tubuh yang dimiliki, karena tidak sesuai dengan bentuk tubuh yang dianggap ideal (Cooper et al., 1987).

## 2. Definisi Operasional

### a. *Body dissatisfaction*

*Body dissatisfaction* merupakan penilaian negatif yang dilakukan oleh mahasiswa mengenai bentuk tubuh, meliputi perasaan sedih, tidak percaya diri mengenai bentuk tubuh, selalu melakukan *body checking*, dan menghindari perubahan bentuk tubuh.

### b. Perbandingan Sosial

Perbandingan sosial adalah bentuk perbandingan yang dilakukan oleh mahasiswa di media sosial *instagram* dengan membandingkan bentuk tubuhnya dengan model, artis dan orang lain yang bentuk tubuhnya lebih baik, maupun dengan orang lain yang bentuk tubuhnya lebih buruk.

### c. *Self-esteem*

*Self-esteem* adalah pandangan mahasiswa mengenai kepercayaan diri dalam menerima keadaan diri, perasaan tidak mampu, penghinaan diri, dan dalam kemampuan menghargai diri.

## D. Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian

### 1. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan teknik yang digunakan peneliti untuk mendapatkan data mengenai masalah yang akan diteliti. Teknik pengumpulan data dari penelitian ini menggunakan angket atau kuesioner berbentuk *g-form* yang akan disebar melalui media sosial. Kuesioner berisi

petunjuk pengisian, *informed consent*, dan pertanyaan atau pernyataan yang berasal dari instrumen yang digunakan.

## 2. Instrumen Penelitian

### a. Identitas Instrumen

Terdapat tiga instrumen yang digunakan dalam penelitian ini. Dalam mengukur variabel *body dissatisfaction*, peneliti menggunakan *body shape questionnaire-34* (BSQ-34) yang dikembangkan oleh Cooper et al. (1987). Alat ukur ini memiliki 34 item dan mencakup empat aspek *self-perception of body shape*, *comparative perception of body image*, *attitude concerning body image alteration*, dan *severe alteration in body perception*. Peneliti menggunakan alat ukur yang sudah divalidasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Franky (2020) dengan reliabilitas sebesar 0,96 pada 300 responden mahasiswa.

Sementara itu, dalam mengukur variabel perbandingan sosial, peneliti menggunakan alat ukur *the upward and downward appearance comparison scal* (UDACS) dalam penelitian ini karena aspek dari pengukuran ini sesuai dengan teori yang diungkapkan Festinger (1954). Skala pengukuran UDACS dikembangkan oleh O'Brien et.al. (2009) dan telah dimodifikasi oleh Fathiana Arshuha tahun 2019. Alat ukur ini memiliki 18 item pertanyaan, 10 item untuk *upward comparison*, dan 8 item untuk *downward comparison*.

Alat ukur untuk mengukur variable *self-esteem* yaitu *Rosenberg Self-esteem scale* yang telah dikembangkan oleh Putri Gilang (2021) mengacu pada aspek *self-esteem* dari Rosenberg (1965). Item pada skala disusun berdasarkan dua aspek, yaitu penerimaan diri (*self-acceptance*) dan penghormatan diri (*self-respect*). Skala Jumlah item dalam instrumen ini adalah 10 item.

### b. Penskoran Instrumen

Instrumen *body dissatisfaction* memiliki penskoran yang berbeda. Penskoran dilakukan dengan menggunakan *rating* skala *likert* rentang 1-6 dengan enam pilihan alternatif jawaban. Alternatif jawaban tersebut adalah "Tidak Pernah" (TP), "Jarang" (J), "Kadang-kadang" (KK), "Sering" (SR), "Biasanya" (B), dan "Selalu" (SL). Skor pada item *favorable* adalah 1 (SS), 2 (S), 3 (C), dan 4 (B), 5 (SB). Instrumen ini tidak memiliki item *unfavorable*.

Instrumen perbandingan sosial dan *self-esteem* memiliki empat skala yaitu "Sangat Tidak Setuju" (STS), "Tidak setuju" (TS), "Setuju" (S), dan "Sangat Setuju" (SS). Instrumen *self-esteem* memiliki item *favorable* dan *unfavorable*. Skor item *favorable* adalah 1 (STS), 2 (TS), 3 (S), dan 4 (SS). Sedangkan skor pada item *unfavorable* adalah 1 (SS), 2 (S), 3 (TS), dan 4 (STS). Sedangkan, perbandingan sosial tidak memiliki item *unfavorable*.

Penskoran ketiga instrumen dapat dirangkum pada tabel berikut:

**Tabel 3.2 Penskoran Instrumen**

Instrument	Jenis item	Bobot					
		1	2	3	4	5	6
<i>Body dissatisfaction</i>	<i>Favorable</i>	TP	J	KK	SR	B	SL
Perbandingan sosial	<i>Favorable</i>	STS	TS	S	SS		
<i>Self-esteem</i>	<i>Favorable</i>	STS	TS	S	SS		
	<i>Unfavorable</i>	SS	S	TS	STS		

### c. Penskoran Instrumen

Kisi-kisi ketiga instrumen akan dijabarkan masing-masing di tabel terpisah. Berikut adalah kisi-kisi instrumen *body dissatisfaction* dapat dilihat pada tabel 3.3 di bawah ini:

**Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen *Body Dissatisfaction***

Aspek	Nomor Item		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	

<i>Self-perception of body shape</i>	1, 3, 7, 8, 9, 10, 17, 34	-	8
<i>Comparative perception of body image</i>	5, 11, 15, 20, 21, 22, 25, 28	-	8
<i>Attitude concerning body image alteration</i>	4, 6, 13, 16, 19, 23, 26, 29, 32, 33	-	10
<i>Severe alteration in body perception</i>	2, 12, 14, 18, 24, 27, 30, 31	-	8
<b>Jumlah</b>			34

kisi-kisi instrumen perbandingan sosial dapat dilihat pada tabel 3.4 di bawah ini:

**Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrumen Perbandingan Sosial**

Aspek	Nomor Item		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Upward Physical Appearance Comparisons</i>	1,3,5,7,9, 11,13,15, 17,18	-	10
<i>Downward Physical Appearance Comparisons</i>	2,4,6,8, 10,12, 14,16	-	8
<b>Jumlah</b>			18

kisi-kisi instrumen *self-esteem* dapat dilihat pada tabel 3.5 di bawah ini:

**Tabel 3.5 Kisi-kisi Instrumen Perbandingan Sosial**

Aspek	Nomor Item		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>self-acceptance</i>	1, 3,4	2, 5	5
<i>self- respect</i>	7, 10	6, 8, 9	5
<b>Jumlah</b>			10

#### d. Kategorisasi Skor

Dalam membuat kategorisasi skor variabel perbandingan sosial, skor yang diperoleh akan dikonversikan ke dalam rumus tiga level yaitu rendah, sedang, dan tinggi (Azwar, 2016).

**Tabel 3.6. Kategorisasi Skor**

Kategorisasi	Kriteria/Norma
Rendah	$X < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$

Keterangan: X = skor responden  
M = rata-rata populasi  
SD = Standar deviasi

#### e. Interpretasi Skor

##### 1) Interpretasi skor *body dissatisfaction*

Kategorisasi skor *body dissatisfaction* mahasiswa dalam penelitian ini dikelompokkan menjadi tiga kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah dengan interpretasi jawaban sebagai berikut:

##### a) Tinggi

Responden yang memiliki kategori skor tinggi adalah orang yang sering merasa tidak puas, tidak menerima, tidak percaya diri dengan bentuk tubuh, dan sering membandingkan dengan bentuk tubuh orang lain.

##### b) Sedang

Responden yang memiliki kategori skor sedang adalah orang yang terkadang merasa tidak puas dengan bentuk tubuh, tidak menerima, tidak percaya diri dengan bentuk tubuh, dan terkadang membandingkan bentuk tubuh dengan orang lain.

##### c) Rendah

Responden yang memiliki kategori skor rendah adalah orang yang memiliki perasaan puas terhadap bentuk tubuh, menerima,

percaya diri dengan bentuk tubuh, dan tidak membandingkan dengan bentuk tubuh orang lain.

## 2) Interpretasi skor perbandingan sosial

Kategorisasi skor perbandingan sosial pada mahasiswa dalam penelitian ini dikelompokkan menjadi tiga kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah.

### a) Tinggi

Responden yang memiliki kategori skor tinggi adalah orang yang sering membandingkan penampilannya dengan seseorang yang lebih dianggap lebih baik ataupun lebih buruk seperti dalam hal tinggi badan, berat badan, bentuk wajah, dan bentuk tubuh. Sedang

### b) Sedang

Responden yang memiliki kategori skor sedang adalah orang yang cukup sering membandingkan penampilan dengan seseorang yang dianggap lebih baik ataupun lebih buruk, seperti dalam hal tinggi badan, berat badan, bentuk wajah, dan bentuk tubuh.

### c) Rendah

Responden yang memiliki kategori skor rendah adalah orang yang tidak pernah membandingkan penampilan dengan orang lain. seperti dalam hal tinggi badan, berat badan, bentuk wajah, dan bentuk tubuh orang lain.

## 3) Interpretasi skor *self-esteem*

Kategorisasi skor *self-esteem* pada mahasiswa dalam penelitian ini dikelompokkan menjadi tiga kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah

### a) Tinggi

Responden yang memiliki kategori skor tinggi adalah orang yang memiliki penilaian yang baik pada diri, mampu menghargai, menerima, mengekspresikan diri, dan puas dengan kondisi dari diri.

### b) Sedang

Responden yang memiliki kategori skor sedang adalah orang yang cukup memiliki penilaian yang baik terhadap diri sendiri, menghargai, menerima, dan cukup puas dengan kondisi dari diri.

## c) Rendah

Responden yang memiliki kategori skor rendah adalah orang yang kurang memiliki kemampuan dalam menilai diri dengan baik, kurang dapat menghargai, menerima, berupaya untuk menjadi orang lain dan tidak puas dengan kondisinya.

### E. Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas digunakan untuk mengukur derajat kepercayaan terhadap hasil suatu proses. Suatu ukuran yang menghasilkan data dengan derajat reliabilitas yang tinggi, yang dikenal dengan istilah reliabel (Azwar, 2013). Pada uji reliabilitas ini menggunakan *Cronbach alpha*. Alat ukur dapat dikatakan reliabel jika memiliki nilai *alpha* lebih besar dari 0.60. Untuk mengetahui tingkat reliabilitas dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3.7 Tingkat Reliabilitas Berdasarkan Nilai Alpha**

Cronbach's Alpha	Tingkat Reliabilitas
0.00 – 0.20	Kurang Reliabel
0.21 – 0.40	Agak Reliabel
0.41 – 0.60	Cukup Reliabel
0.61 – 0.80	Reliabel
0.81 – 1.00	Sangat Reliabel

Berdasarkan tabel 3.8 didapatkan hasil uji reliabilitas pada tabel berikut:

**Tabel 3.8 Hasil Uji Reliabilitas**

Variabel	Koefisien	Keterangan
Perbandingan Sosial	0.946	Sangat Reliabel
<i>Self-esteem</i>	0.657	Reliabilel
<i>Body Dissatisfaction</i>	0.975	Sangat Reliabel

Hasil uji reliabilitas *alpha* sebesar 0.946 untuk variable perbandingan sosial sehingga dapat dikatakan sangat reliabel, kemudian untuk variable *self-esteem* dikatakan reliabel dengan koefisiensi sebesar 0.657, dan 0.975 untuk variable *body dissatisfaction*, hal ini menunjukkan sangat reliabel.

## F. Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linier sederhana dan regresi linier berganda, Teknik regresi linear sederhana digunakan untuk menguji kontribusi variabel perbandingan sosial (X) terhadap *body dissatisfaction* (Y), menguji kontribusi perbandingan sosial (X) terhadap *self-esteem* (Z). dan menguji kontribusi *self-esteem* (Z) terhadap *body dissatisfaction* (Y). Sedangkan teknik regresi berganda digunakan untuk menguji kontribusi dari perbandingan sosial (X) terhadap *body dissatisfaction* (Y) yang dimediasi oleh *self-esteem* (Z). Proses analisis menggunakan aplikasi SPSS versi 26.

## G. Prosedur Penelitian

Adapun tahapan prosedur penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1. Tahap Persiapan

Peneliti membuat proposal penelitian dengan menentukan variabel yang akan diteliti yaitu *body dissatisfaction*, perbandingan sosial, dan *self-esteem*. Kemudian melakukan perumusan masalah, mencari landasan teori yang digunakan, menentukan teknik dan metode, menentukan alat ukur atau instrumen penelitian, kemudian pembuatan kuesioner, dan menentukan subjek dari penelitian.

### 2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini peneliti melakukan pengambilan data yang disebarkan melalui media sosial dalam bentuk kuesioner *google form* kepada mahasiswa pengguna media sosial *Instagram* di Bandung.

### 3. Tahap Akhir

Data yang terkumpul, kemudian akan dilakukan penyortiran layak atau tidaknya data yang didapatkan untuk lanjut ketahap pengolahan. Data yang telah disortir kemudian dilakukan skoring pada skala yang telah diisi oleh responden, kemudian data diinput, melakukan analisis data dengan metode regresi linier menggunakan program SPSS versi 26, setelah proses pengolahan data selesai kemudian masuk ketahap pembuatan hasil laporan, kesimpulan, dan saran berdasarkan hasil penelitian dalam bentuk skripsi.

## H. Uji Asumsi Klasik

Sebelum melakukan analisis regresi, perlu dilakukan pengujian asumsi klasik terlebih dahulu untuk memastikan bahwa di dalam model regresi data yang dihasilkan berdistribusi normal (Ghozali, 2016). Uji asumsi tersebut meliputi:

### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk menguji apakah data distribusi normal sehingga saat dilakukan uji statistik untuk jumlah sampel kecil hasilnya tetap valid (Ghozali, 2009). Kaidah uji normalitas *Kolmogorov Smirnov* adalah jika signifikansi  $\leq \alpha = 0,05$  berarti data tersebut tidak berdistribusi normal dan jika nilai signifikansi  $> \alpha = 0,05$  maka data tersebut berdistribusi normal.

**Tabel 3.9 Uji Normalitas Kolmogorov Smirnov**

	Sign.
Kolmogorov-Smirnov Z	0.200

Berdasarkan gambar 3.9 di atas, diketahui nilai signifikansi  $> 0,05$ , yakni sebesar 0.200, sehingga dapat disimpulkan bahwa data yang dihasilkan seluruh variabel berdistribusi normal.

### 2. Uji Multikolinearitas Tolerance Dan VIF

Uji multikolinearitas dilakukan untuk mengetahui adanya hubungan atau korelasi antar variabel bebas. Model regresi yang baik seharusnya tidak ditemukan korelasi antar variabel bebas (Ghozali, 2009). Kaidah yang dipakai dalam uji multikolinearitas adalah jika nilai Tolerance  $> 0.100$  dan nilai VIF  $< 10.00$  maka tidak terjadi gejala multikolinearitas. Berikut merupakan hasil uji multikolinearitas yang telah dilakukan peneliti.

**Tabel 3.10 Uji Multikolinearitas**

Model	Collinearity Statistics	
	Tolerance	VIF
<i>Upward Comparison</i>	0.612	1.633

<i>Downward Comparison</i>	0.614	1.630
<i>Self-esteem</i>	0.943	1.060

Berdasarkan tabel 3.10. seluruh variabel memiliki nilai tolerance  $>0.100$ , yaitu *upward comparison* sebesar 0.612, *downward comparison* sebesar 0.630, dan *self-esteem* sebesar 0.943. kemudian seluruh variabel memiliki nilai VIF  $<10.00$ . maka dapat disimpulkan tidak terjadi multikolinearitas.