

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

Bab III ini meliputi metode yang digunakan dalam penelitian. Bab ini membahas mengenai desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, definisi operasional variabel mengenai citra tubuh dan bimbingan pribadi-sosial, prosedur penelitian, kisi-kisi instrumen penelitian, uji validitas, uji reliabilitas, dan analisis data yang digunakan dalam penelitian.

#### **3.1 Desain Penelitian**

##### **3.1.1 Paradigma Penelitian**

Paradigma dalam penelitian ini yaitu paradigma *postpositivist* karena melakukan penelitian mengenai profil citra tubuh peserta didik SMP Muhammadiyah 4 Margahayu Tahun Pelajaran 2022/2023 dengan melakukan observasi dan meneliti perilaku individu (dalam hal ini citra tubuh) dengan berlandaskan pada ukuran angka-angka. Paradigma penelitian yang digunakan yaitu paradigma *postpositivist* yang mendefinisikan pandangan dunia terhadap penelitian yang didasarkan pada metode penyelidikan ilmiah (Kivunja & Kuyini, 2017).

##### **3.1.2 Pendekatan Penelitian**

Pendekatan penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif yang didasarkan untuk mengukur dan mendeskripsikan bagaimana profil citra tubuh remaja sesuai dengan teori yang digunakan. Paradigma positivis mengusulkan menggunakan metode penelitian kuantitatif sebagai dasar agar peneliti mampu dan tepat dalam menjelaskan parameter dan koefisien dalam data yang dihimpun, dianalisis, dan dianalisis, dan diinterpretasikan untuk memahami hubungan dalam data yang dianalisis (Kivunja & Kuyini, 2017). Untuk melakukan pengujian teori objektif dengan pengujian hubungan antar variabel digunakan penelitian kuantitatif sebagai pendekatan (Creswell, 2014). Variabel dapat diukur dengan menggunakan instrumen, sehingga data jumlah dapat dianalisis dengan menggunakan prosedur statistik.

##### **3.1.3 Metode Penelitian**

Metode deskriptif adalah metode dalam penelitian yang digunakan dengan hasil deskripsi atau ilustrasi tentang suatu permasalahan yang sedang terjadi dengan tahapan olah, analisis, tafsir, dan kesimpulan berdasarkan data hasil temuan. Metode yang digunakan yaitu metode survey. Penelitian survei memberikan deskripsi kuantitatif atau numerik tentang tren, sikap, atau pendapat dari suatu populasi dengan mempelajari sampel dari populasi itu

(Creswell J. W., 2012). Desain penelitian survei adalah prosedur dalam penelitian kuantitatif di mana: penyelidik melakukan survei ke sampel atau ke seluruh populasi orang untuk menggambarkan sikap, pendapat, perilaku, atau karakteristik populasi (Creswell, 2012). Dalam penelitian ini, jenis metode survey yang digunakan yaitu *cross-sectional survey* yang dilakukan dengan mengumpulkan data dalam kisaran waktu yang sama (Creswell, 2012). Penelitian ini menggunakan desain survey karena bertujuan untuk melaksanakan survey mengenai citra tubuh peserta didik baik secara umum, berdasarkan kelompok gendernya, maupun berdasarkan aspek-aspek citra tubuh peserta didik SMP Muhammadiyah 4 Margahayu Tahun Pelajaran 2022/2023. Data yang telah diolah dijadikan dasar analisis kebutuhan bagi seluruh siswa. Hasil analisis kebutuhan dirumuskan dalam pengembangan rancangan program bimbingan pribadi-sosial untuk mengembangkan citra tubuh pada peserta didik SMP Muhammadiyah 4 Margahayu Tahun Pelajaran 2022/2023.

### **3.1.4 Desain Penelitian**

Menurut Creswell (2012) desain deskriptif mendeskripsikan kecenderungan pada sebuah populasi individu yang besar. Desain deskriptif adalah desain penelitian yang digunakan untuk mendeskripsikan dengan detail tentang suatu permasalahan yang sedang terjadi dengan tahapan pengolahan, analisis, dan penafsiran, dan penyimpulan data yang didapat dari hasil penemuan.

### **3.2 Partisipan Penelitian**

Partisipan dalam penelitian ini adalah peserta didik SMP Muhammadiyah 4 Margahayu Tahun Pelajaran 2022/2023, dosen ahli, dan praktisi BK SMP Muhammadiyah 4 Margahayu. Pemilihan partisipan tersebut didasarkan pada beberapa pertimbangan yaitu:

1. Bidang pribadi yaitu aspek pengembangan diri berdasarkan Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKKPD) dan Permendikbud RI No. 111 tahun 2014 yaitu membahas mengenai bagaimana peserta didik/konseli dapat menerima dirinya dengan keunikannya serta kelebihan dan kekurangannya sendiri secara positif termasuk dalam aspek penampilan fisik sehingga sudah menjadi tugas bagi bimbingan dan konseling untuk mengupayakan program layanan yang dapat memfasilitasi peningkatan citra tubuh yang positif dan mengurangi citra tubuh yang negatif bagi peserta didik/konseli.
2. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan yaitu observasi hasilnya menunjukkan bahwa peserta didik SMP Muhammadiyah 4 Margahayu diketahui adanya fenomena citra tubuh pada peserta didik yang dinyatakan pada tabel 3.1.
3. Pemilihan jenjang sekolah didasarkan atas karakteristik remaja awal yang sedang mengalami perubahan bio-psiko-sosial yang sangat cepat dan pesat. Menurut Zigler dan

Stevenson (dalam Widiasti, 2016) baik anak laki-laki maupun perempuan mengalami pertumbuhan fisik yang cepat yang disebut “*growth spurt*”. Remaja awal berada pada rentang usia 12-15 tahun (Hurlock E. B., 2004). Selain itu menurut Levine dan Smolak (2002) remaja awal adalah fase yang paling penting dalam mengembangkan citra tubuh.

Berikut data hasil observasi fenomena citra tubuh peserta didik SMP Muhammadiyah 4 Margahayu pada Tabel 3.1

**Tabel 3. 1**  
**Hasil Observasi Fenomena Citra Tubuh Peserta Didik SMP Muhammadiyah 4 Margahayu**

No	Aspek	Hasil Observasi
1	Evaluasi Penampilan	Peserta didik menilai penampilan keseluruhan tubuhnya tidak memuaskan. Hal tersebut didasarkan akibat banyaknya kasus penghinaan dan <i>labeling</i> terkait fisik ( <i>body shaming</i> ) antar sesama peserta didik seperti “pendek, hitam, gendut, ceking, botak” dan lain-lain yang memperkuat banyaknya fenomena peserta didik tidak menyukai penampilan tubuhnya sendiri. Guru sering menerima keluhan dari peserta didik yang merasa lebih minder akibat penampilan tubuhnya tidak sempurna dibandingkan dengan kemampuan akademiknya yang kurang.
2	Orientasi Penampilan	Peserta didik memerhatikan penampilan dirinya dengan ditandai dengan adanya fenomena membawa perawatan tubuh ke sekolah seperti cermin, <i>sunblock</i> , bedak, dan lain-lain walaupun terdapat peraturan yang meminta peserta didik untuk tidak membawa alat perawatan diri. Peserta didik juga rela menyisihkan uang untuk membeli <i>skincare</i> dengan klaim memutihkan agar kulitnya terlihat lebih cerah.
3	Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh	Tingkat kepuasan bagian tubuh peserta didik secara spesifik cenderung kurang puas di bagian

No	Aspek	Hasil Observasi
		wajah dan bagian-bagian tubuh tertentu seperti bagian tubuh atas dan bawah.
4	Kecemasan Menjadi Gemuk	Beberapa peserta didik merasa waspada jika tubuhnya gemuk dan mengikuti olahraga dan ekstrakurikuler tambahan agar berat badannya tetap kurus.
5	Pengkategorian Ukuran Tubuh	Beberapa peserta didik mengkategorikan tubuhnya gemuk, namun di sisi lain beberapa peserta didik mengkategorikan tubuhnya sangat kurus karena tidak bisa bertambah berat badan.

### 3.3 Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah keseluruhan dari jumlah dan karakteristik atau sifat yang dimiliki subyek atau obyek yang dipelajari (Creswell, 2012). Populasi penelitian ialah peserta didik SMP Muhammadiyah 4 Margahayu dengan jumlah sebanyak 485 peserta didik yang terbagi dalam kelas VII A, VII B, VII C, VII D, VII E, VIII A, VIII B, VIII C, VIII D, VIII E, IX A, IX B, IX C, IX D, dan IX E.

Creswell (2014) menjelaskan bahwa sampel adalah bagian dari representasi jumlah populasi yang digunakan sebagai sumber data. Artinya sampel tersebut adalah subkelompok populasi yang dipilih untuk mendapatkan data akurat yang direncanakan untuk diteliti agar mendapatkan informasi tentang kondisi populasi. Teknik yang akan digunakan yaitu teknik *probability sampling*. Teknik *probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel di mana peneliti memilih individu dari populasi yang mewakili populasi dan dapat menggeneralisasi populasi (Creswell, 2012). Perekrutan sampel menggunakan *total sampling* (sampel jenuh) yaitu teknik yang menggunakan semua anggota populasi sebagai sampel (Sugiyono, 2010). Didapatkan sampel di SMP Muhammadiyah 4 Margahayu sebanyak 485 peserta didik. Berikut detail jumlah peserta didik dalam setiap kelas pada Tabel 3.2.

Kelas	Jumlah Peserta Didik
VII A	31
VII B	32

<b>Kelas</b>	<b>Jumlah Peserta Didik</b>
VII C	30
VII D	30
VII E	31
VIII A	36
VIII B	33
VIII C	35
VIII D	35
VIII E	36
IX A	32
IX B	30
IX C	30
IX D	28
IX E	30
Jumlah	485

### 3.4 Instrumen Penelitian

#### 3.4.1 Definisi Operasional Variabel

##### A. Citra Tubuh

Citra tubuh yang dimaksud dalam penelitian ini adalah perilaku dari peserta didik SMP Muhammadiyah 4 Margahayu Tahun Ajaran 2022/2023 dalam menggambarkan tubuhnya sendiri yang diwujudkan dalam pemikiran tentang atribut fisik sendiri, perasaan tentang atribut fisik sendiri, komponen persepsi tentang atribut fisik sendiri, dan tingkah laku yang dilakukan berkaitan dengan atribut fisik sendiri. Aspek dari citra tubuh yaitu:

1. Evaluasi penampilan yaitu penilaian individu terhadap penampilan tubuhnya sendiri secara keseluruhan.
2. Orientasi penampilan yaitu perhatian partisipan terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan diri.
3. Kepuasan terhadap bagian tubuh yaitu sebuah perasaan puas partisipan terhadap bagian tubuhnya secara spesifik dan detil misalnya wajah, tubuh bagian atas (dada, bahu lengan), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tubuh bagian bawah (pinggul, paha, pantat, kaki), serta bagian tubuh secara keseluruhan.

4. Kecemasan menjadi gemuk yaitu sebuah perasaan dan perilaku dalam bentuk waspada partisipan terhadap berat badan, kecenderungan untuk melakukan diet, dan membatasi pola makan.
5. Pengkategorian ukuran tubuh yaitu perilaku partisipan dalam menilai berat badannya kedalam kategori sangat kurus hingga sangat gemuk.

## **B. Bimbingan Pribadi-Sosial**

Bimbingan pribadi-sosial adalah kegiatan layanan bantuan yang dilakukan oleh Guru BK dengan membahas mengenai citra tubuh agar peserta didik SMP Muhammadiyah 4 Margahayu Tahun Pelajaran 2022/2023 dapat memahami dan menerima diri secara objektif dan konstruktif, baik yang terkait kelemahan maupun kelebihan sehingga dapat memiliki sikap menghargai diri sendiri maupun orang lain.

### **3.4.2 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian**

Penelitian ini mengukur citra tubuh menggunakan kuesioner baku *Multidimensional Body Self Relations Questionnaire – Appearance Scale (MBSRQ-AS)* yang diadopsi dari Widiasti (2016) yang didasarkan pada lima aspek yang dibuat oleh Cash (Collings, 2005), yaitu: evaluasi penampilan (*appearance evaluation*), orientasi terhadap penampilan (*appearance orientation*), kecemasan terhadap kegemukan (*overweight preoccupation*), pengkategorian ukuran tubuh (*self-classified weight*) dan kepuasan terhadap bagian tubuh (*body areas satisfaction scale*).

Berdasarkan metode pengumpulan data, maka instrumen pengumpulan data untuk mengetahui gambaran citra tubuh remaja dan menjadi dasar untuk merancang program bimbingan pribadi-sosial untuk mengembangkan citra tubuh remaja dengan menggunakan kuesioner atau angket. Angket dalam penelitian dirumuskan dalam kisi-kisi dan dijadikan butir-butir pertanyaan sebanyak 34 item. Butir-butir pertanyaan dalam pernyataan instrumen merupakan gambaran tentang citra tubuh remaja yang dijabarkan dalam Tabel 3.3.

**Tabel 3. 3**  
**Kisi-Kisi Instrumen Citra Tubuh**

<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>Pernyataan</b>	<b>Nomor</b>
Evaluasi	Mengevaluasi	6. Tubuh saya memiliki daya tarik	6,8,12,15,16
Penampilan	penampilan	tersendiri (+)	21,22,34
	secara keseluruhan	8. Saya menyukai penampilan diri sendiri tanpa memperhatikan pandangan orang lain (+)	

Aspek	Indikator	Pernyataan	Nomor
		12. Banyak orang menganggap saya berpenampilan menarik (+)	
		15. Tubuh saya kelihatan menarik walaupun tanpa busana (+)	
		16. Saya menyadari jika penampilan saya buruk (-)	
		21. Saya tidak menyukai bentuk tubuh saya (-)	
		22. Bentuk tubuh saya tidak menarik (-)	
		34. Penampilan tubuh secara keseluruhan (+)	
Orientasi penampilan	Memberikan perhatian terhadap penampilan diri yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan dirinya	1. Saya mencoba mengurangi berat badan saya melalui puasa atau diet ketat (-) 4. Sebelum bepergian, saya selalu memperhatikan penampilan diri (-) 5. Saya berhati-hati dalam memilih atau membeli pakaian agar tampil lebih baik (-) 9. Saya senantiasa bercermin untuk melihat penampilan diri (-) 10. Sebelum pergi, saya biasanya menghabiskan banyak waktu untuk berdandan (menata penampilan) (-) 13. Sangat penting bagi saya untuk selalu berpenampilan menarik (-)	1,4,5,9,10,13, 14,17, 18, 19, 20, 23,24

Aspek	Indikator	Pernyataan	Nomor
		14. Saya tidak banyak menggunakan produk kecantikan (alat make-up, dan lain-lain) (+)	
		17. Saya senantiasa mengenakan busana yang nyaman tanpa mempedulikan pendapat/pandangan orang lain (+)	
		18. Saya suka mengenakan busana yang pas/cocok dengan ukuran tubuh (+)	
		19. Saya mengabaikan pendapat/pandangan orang lain tentang penampilan saya (+)	
		20. Saya melakukan perawatan khusus untuk rambut saya (-)	
		23. Saya abai terhadap penampilan diri (+)	
		24. Saya selalu mencoba untuk memperbaiki penampilan fisik saya (-)	
Kepuasan terhadap bagian tubuh	Memiliki keepuasan terhadap bagian tubuh tertentu secara spesifik	26. Wajah (bentuk wajah, warna kulit wajah)	26,27,28,29, 30,31,32,33
		27. Rambut (warna, ketebalan rambut, jenis rambut, tatanan)	
		28. Tubuh bagian bawah (bokong, pinggul, paha, kaki)	
		29. Tubuh bagian tengah (pinggang, perut)	
		30. Tubuh bagian atas (dada atau payudara, bahu, lengan/tangan)	
		31. Kepadatan otot	



Aspek	Indikator	Pernyataan	Nomor
		32. Berat badan	
		32. Tinggi badan	
Kecemasan menjadi gemuk	Tidak memiliki kecemasan individu terhadap kegemukan, kewaspadaan terhadap berat badan, dan perilaku diet	7. Kegemukan membuat saya merasa cemas (-) 11. Saya sangat memperhatikan perubahan berat badan (-) 25. Saya diet ketat untuk mengurangi berat badan (-)	7,11,25
Pengkategorian ukuran tubuh	Mempersepsikan dan menilai berat badan menurut diri sendiri	2. Saya berpikir jika saya bentuk tubuh saya..... 3. Ketika melihat saya, banyak orang berpikir jika bentuk tubuh saya.....	2,3

### 3.4.3 Uji Kelayakan

Sebelum diujicoba, instrumen diuji kelayakan oleh Widiasti (2016) melalui *judges expert* yang berkompeten yakni Dosen Bimbingan dan Konseling, Dosen Psikologi, Dosen Bahasa Indonesia, Dosen Bahasa Inggris, dan Guru Bimbingan dan Konseling serta melalui tahap uji coba kepada 277 peserta didik. Hal tersebut menandakan bahwa instrumen layak untuk digunakan.

### 3.4.4 Uji Keterbacaan

Uji keterbacaan yaitu untuk mengetahui kemudahan responden untuk membaca dan memahami setiap bacaan pada instrumen yang diberikan. Uji keterbacaan dilakukan kepada 6 peserta didik diantaranya satu perempuan dan satu laki-laki masing-masing dari kelas 7, 8, dan 9 SMP Muhammadiyah 4 Margahayu. Didapatkan hasil dari uji keterbacaan pada Tabel 3.4 sebagai berikut.

**Tabel 3. 4**  
**Hasil Uji Keterbacaan Instrumen Citra Tubuh MBSRRQ-AS**

Keterangan	Nomor Item
Dapat dipahami	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, 29, 30, 31, 32, 33, 34

Berdasarkan uji keterbacaan berikut, diketahui secara keseluruhan bacaan pada instrumen dapat dipahami oleh peserta didik jenjang kelas 7, 8, dan 9 di SMP Muhammadiyah 4 Margahayu.

### 3.4.5 Uji Empiris

Uji empiris dilakukan dibantu oleh *software SPSS 25.0 for Windows*. Uji empiris meliputi uji validitas dan uji reliabilitas

#### 3.4.5.1 Uji Validitas

Uji validitas skor dalam survei membantu untuk mengidentifikasi apakah suatu instrumen mungkin bagus untuk digunakan dalam penelitian survei (Creswell, 2009). Hal pertama untuk menguji validitas yaitu dengan menyebarkan instrumen pada sampel uji coba kepada 60 peserta didik, lalu diolah menggunakan *software SPSS 25 for Windows*. Pengujian validitas item dianalisis menggunakan prosedur pengujian *Spearman rho dengan kriteria validitas* sebagai berikut .

1. Instrumen dinyatakan valid apabila nilai signifikasinya  $<0,05$ .
2. Instrumen dinyatakan valid apabila nilai  $r$  hitung minimal  $0,21 > 0,20$  dengan kategori *moderate/acceptable*.
3. Instrumen dinyatakan valid apabila koefisien korelasi atau koefisien  $r$  bernilai positif (+).

Setelah dianalisis berdasarkan kriteria tersebut, instrumen menghasilkan 30 item valid dan 2 item tidak valid. Item yang tidak valid yaitu “Saya suka mengenakan busana yang pas/cocok dengan ukuran tubuh”, dan “Kepadatan otot” dibuang karena item tersebut sudah diwakilkan oleh item yang lain. Lebih jelas dipaparkan pada Tabel 3.5 sebagai berikut.

**Tabel 3. 5**  
**Hasil Uji Validitas Instrumen Multidimensional Body Self Relations Questionnaire – Appearance Scale (MBSRQ – AS)**

Keterangan	Nomor Item
Valid	1, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 32, 33, 34
Tidak Valid	18 dan 31

### 3.4.5.2 Uji Reliabilitas

Menurut Creswell (2012) jika skor instrumen konsisten dan stabil maka instrumen dianggap reliabel. Dalam penelitian ini, digunakan software *SPSS 25 for Windows* untuk menguji reabilitas. Kriteria realibilitas instrumen berdasarkan rumus Alpha Cronbach (Creswell, 2012) dijabarkan pada Tabel 3.6 sebagai berikut.

**Tabel 3. 6**  
**Kriteria Reliabilitas Instrumen**

<b>Kriteria</b>	<b>Kategori</b>
$0,800 \leq r \leq 1,00$	Sangat tinggi
$0,600 \leq r \leq 0,800$	Tinggi
$0,400 \leq r \leq 0,600$	Cukup
$0,200 \leq r \leq 0,400$	Rendah
$0,000 \leq r \leq 0,200$	Sangat rendah

Uji reliabilitas instrumen menghasilkan nilai 0,820. Angka ini menunjukkan bahwa instrumen tersebut memiliki keterandalan sangat tinggi. Untuk menghasilkan skor yang konsisten pada setiap item, instrumen harus memiliki tingkat konsistensi yang tinggi. Maka dari itu, instrumen dianggap sesuai dan layak untuk digunakan dalam penelitian. Berikut ini merupakan hasil uji reliabilitas instrumen *Multidimensional Body Self Relations Questionnaire – Appearance Scale (MBSRQ – AS)* pada Tabel 3.7.

**Tabel 3. 7**  
**Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Multidimensional Body Self Relations Questionnaire – Appearance Scale (MBSRQ – AS)**

<b>Cronbach's Alpha</b>	<b>N of Items</b>
.820	29

### 3.5 Prosedur Penelitian

Langkah yang dapat dilakukan ialah meliputi hal berikut.

#### 1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan adalah tahapan yang berisikan serangkaian rencana sebelum melakukan penelitian, sebagai berikut:

- a. Menyusun proposal skripsi untuk mata kuliah Penelitian Bimbingan dan Konseling.
- b. Melakukan peninjauan proposal kepada Dosen Pembimbing Akademik.
- c. Mengajukan proposal skripsi kepada Dosen Pembimbing Akademik dan Kepala Prodi Bimbingan dan Konseling.
- d. Dosen Pembimbing Akademik dan Kepala Prodi Bimbingan dan Konseling menyetujui dan mengesahkan proposal skripsi.

e. Mengajukan permohonan surat keputusan pengangkatan Dosen Pembimbing kedua kepada akademik fakultas.

f. Mengajukan permohonan melakukan penelitian kepada sekolah dari tingkat Universitas.

## 2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan merupakan tahapan yang berisikan kegiatan saat penelitian dilakukan, sebagai berikut:

a. Melakukan studi pendahuluan di SMP Muhammadiyah 4 Margahayu.

b. Menyusun BAB I, BAB II, BAB III, dan mengadopsi instrumen penelitian.

c. Melakukan uji keterbacaan, uji validitas, dan uji reliabilitas kepada 60 peserta didik.

d. Mengolah dan memilih aitem yang layak digunakan selanjutnya.

e. Membuat grup kepada perwakilan peserta didik kelas 7, 8, dan 9.

f. Melakukan asesmen citra tubuh dengan membagikan link kuesioner berupa *google form* kepada masing-masing grup kelas.

g. Mengidentifikasi kondisi citra tubuh peserta didik berdasarkan data.

h. Data penelitian diinterpretasi berdasarkan teori dan penelitian sebelumnya untuk mendapatkan gambaran citra tubuh peserta didik secara utuh.

i. Membuat rancangan program bimbingan pribadi-sosial untuk mengembangkan citra tubuh peserta didik berdasarkan asesmen kondisi citra tubuh peserta didik SMP Muhammadiyah 4 Margahayu dan melakukan tinjauan dari pakar bimbingan dan konseling.

## 3. Tahap Akhir

Tahap akhir adalah tahapan yang berisikan kegiatan setelah penelitian selesai, sebagai berikut.

a. Menyusun hasil dari penelitian dalam bentuk laporan skripsi.

b. Menguji hasil dari penelitian secara keseluruhan dalam sidang penelitian.

c. Melakukan penyempurnaan penelitian berdasarkan hasil sidang penelitian yang telah dilakukan.

## 3.6 Analisis Data

### 3.6.1 Verifikasi Data

Verifikasi data diawali dengan memeriksa keseluruhan instrumen dan hasil data yang dihimpun yang kemudian dilakukan penyesuaian dengan jumlah sampel yang sudah ditetapkan serta melalui tahap pemeriksaan kelengkapan berupan identitas dan jawaban

peserta didik yang kemudian data tersebut dilakukan pengolahan menggunakan *Microsoft Office Excel 2013*.

### 3.6.2 Penyekoran Data

Data yang telah dihimpun berupa skor likert yang termasuk dalam skala ordinal dilakukan penyekoran jawaban peserta didik dengan dilakukan transformasi data menjadi skala interval, sehingga yang pada awalnya data tidak berdistribusi normal berubah menjadi data berdistribusi normal dan layak digunakan dalam proses pengolahan data menggunakan statistika parametrik. Alternatif jawaban instrumen MBSRQ-AS pada Tabel 3.8 sebagai berikut.

**Tabel 3. 8**  
**Alternatif Jawaban Instrumen MBSRQ-AS berdasarkan Kelompok Soal**

<b>Kelompok Soal</b>	<b>I</b>	<b>II</b>	<b>III</b>	
<b>Nomor</b>	<b>1</b>	<b>2 dan 3</b>	<b>4-25</b>	<b>26-34</b>
Alternatif Jawaban	a. Tidak pernah	a. Sangat kurus b. Kurus	a. Sangat Tidak Setuju b. Tidak Setuju	a. Sangat Tidak Puas b. Tidak Puas
	b. Jarang	c. Ideal	c. Biasa Saja	c. Tidak Tahu
	c. Kadang-kadang	d. Gemuk	d. Setuju	d. Puas
	d. Sering	e. Sangat gemuk	e. Sangat Setuju	e. Sangat Puas
	e. Sangat sering			

Jawaban dari setiap pernyataan diberikan skor dari 1 hingga 5 yang disesuaikan dengan bobot tertentu sesuai dengan kategori pernyataan yaitu favorable (+) atau unfavorable (-). Terdapat perbedaan dengan variabel kategori yang tidak memiliki skor karena variabel kategori tidak bisa dihitung dengan angka. Pola penyekoran instrumen MBSRQ-AS ditampilkan pada Tabel 3.9 sebagai berikut.

**Tabel 3. 9**  
**Pola Penyekoran Instrumen MBSRQ-AS**

<b>Pernyataan</b>	<b>Skor Alternatif Respons</b>				
	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>BS</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
	<b>SP</b>	<b>P</b>	<b>TT</b>	<b>TP</b>	<b>STP</b>
	<b>TP</b>	<b>J</b>	<b>KK</b>	<b>S</b>	<b>SS</b>
Favorable	5	4	3	2	1

Pernyataan	Skor Alternatif Respons				
	SS	S	BS	TS	STS
	SP	P	TT	TP	STP
	TP	J	KK	S	SS
Unfavorable	1	2	3	4	5

Keterangan:

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

Setiap item pada alat ukur tingkat citra tubuh diasumsikan memiliki nilai 1-5 dengan bobot tertentu. Bobotnya yaitu:

- Jawaban sangat setuju (SS), sangat puas (SP), dan tidak pernah (TP) bermakna skor 5 bagi pernyataan positif atau skor 1 bagi pernyataan negatif.
- Jawaban setuju (S), puas (P), dan jarang (J) bermakna skor 4 bagi pernyataan positif atau skor 2 bagi pernyataan negatif.
- Jawaban biasa saja (BS), tidak tahu (TT), dan kadang-kadang (KK) bermakna skor 3 bagi pernyataan positif atau skor 3 bagi pernyataan negatif.
- Jawaban tidak setuju (TS), tidak puas (TP), dan sering (S) bermakna skor 2 bagi pernyataan positif atau skor 4 bagi pernyataan negatif.
- Jawaban sangat tidak setuju (STS), sangat tidak puas (STP), sangat sering (SS), bermakna skor 1 bagi pernyataan positif atau skor 5 bagi pernyataan negatif.

Skor total citra tubuh didapatkan melalui kesesuaian dan ketidaksesuaian terhadap isi pernyataan yang dilakukan subjek. Item *favorable* dan *unfavorable* mempunyai skor tertentu. Selanjutnya dilakukan tiap pernyataan dijumlahkan skornya sehingga didapatkan skor total citra tubuh subjek.

Data yang dihasilkan kuesioner penelitian yaitu skor skala likert memiliki skala pengukuran ordinal. Untuk memenuhi persyaratan data yang mengharuskan skala pengukuran data minimal skala interval, maka data yang berskala ordinal tersebut harus ditransformasikan terlebih dahulu ke dalam skala interval dengan menggunakan *Method of Successive Interval* (MSI) melalui *Microsoft Excel 2013* dengan tahapan menurut Sugiyono (2013) sebagai berikut.

- a. Menjumlahkan frekuensi (f) jawaban subjek pada setiap pilihan jawaban responden.
- b. Menjumlahkan skala dengan membagi frekuensi dengan jumlah responden.
- c. Menjumlahkan skala kumulatif melalui penjumlahan skala secara berurutan pada setiap kolom skor.
- d. Mengidentifikasi nilai Z dengan menggunakan tabel distribusi normal baku.
- e. Mengidentifikasi densitas nilai Z.
- f. Menghitung nilai skala (*scale value*) untuk setiap pilihan jawaban.

### 3.6.3 Pengolahan Data

Skor mentah diubah menjadi skor matang dengan tujuan agar skor memiliki arti dan makna. Data dikelompokkan menjadi dua kategori yaitu positif dan negatif. Kategorisasi data ditentukan melalui langkah-langkah yang mengacu pada rumus berikut menurut Azwar (dalam Utami, 2020).

$$x \text{ ideal} = \frac{\text{skor maksimal}}{\Sigma \text{ kategori}}$$

Keterangan:

$x \text{ ideal}$  = rata-rata ideal

$\text{skor maksimal}$  = skor maksimal dari alternatif respons

$\Sigma \text{ kategori}$  = jumlah kategori.

Setelah itu, responden dikelompokkan menjadi kategori positif dan negatif pada Tabel 3.10 sebagai berikut.

**Tabel 3. 10**  
**Kategorisasi Citra Tubuh**

No.	Kategori Citra Tubuh	Rentang Skor Mean
1.	Citra Tubuh Positif	$x > 2.50$
2.	Citra Tubuh Negatif	$x \leq 2.50$