

BAB III METODE PENELITIAN

Dalam bab ini, akan dibahas mengenai permasalahan penelitian, hipotesis, perumusan variabel, alat ukur, subjek penelitian, desain, metode pengumpulan data, prosedur serta pengolahan data dalam penelitian ini.

III.1. MASALAH PENELITIAN

Dalam penelitian ini, terdapat beberapa permasalahan yang akan diteliti serta dianalisa secara lebih mendalam. Masalah-masalah tersebut adalah:

1. Apakah terdapat hubungan antara *media exposure* dan tingkat *body dissatisfaction* pada remaja putri?
2. Apakah ada hubungan antara *media exposure* dan tingkat *self esteem* pada remaja putri?
3. Apakah ada hubungan antara *body dissatisfaction* dan *self esteem* pada remaja putri?

III.2. HIPOTESIS

III.2.1. Hipotesis Nul (H₀)

1. Tidak terdapat hubungan antara *media exposure* dan *body dissatisfaction*
2. Tidak terdapat hubungan antara *media exposure* dan *self esteem*
3. Tidak terdapat hubungan antara *self esteem* dan *body dissatisfaction*

III.2.2. Hipotesis Alternatif (H_a)

1. Adanya hubungan positif antara *media exposure* dan *body dissatisfaction*, dimana semakin tinggi tingkat *media exposure* maka semakin tinggi pula tingkat *body dissatisfaction*.
2. Adanya hubungan negatif antara *media exposure* dan *self esteem*, dimana semakin tinggi tingkat *media exposure* maka semakin rendah tingkat *self esteem* seseorang.

3. Adanya hubungan negatif antara *self esteem* dan *body dissatisfaction* dimana semakin tinggi *self esteem* maka semakin rendah tingkat *body dissatisfaction*, dan sebaliknya.

III.3. VARIABEL PENELITIAN

III.3.1. Variabel Satu

Dalam penelitian ini, tingkat *media exposure* yang dimiliki seseorang merupakan variabel pertama. Hal ini dikarenakan variabel tersebut adalah hal yang tidak dimanipulasi oleh peneliti. Definisi dari *media exposure* adalah pengeksposan terhadap media. Definisi operasional dari *media exposure* adalah semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi individu mendapatkan *media exposure*.

III.3.2. Variabel Dua

Dalam penelitian ini, *self esteem* merupakan variabel kedua. Definisi *self esteem* itu sendiri adalah evaluasi seseorang terhadap dirinya (James, 1980, dalam Byron & Byrne, 2003). Definisi operasional dari *self esteem* adalah semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi individu memiliki evaluasi yang positif atau *self esteem* yang tinggi terhadap dirinya. Sebaliknya, apabila individu memiliki skor yang rendah maka dapat diartikan individu memiliki evaluasi yang negatif atau tingkat *self esteem* yang rendah terhadap dirinya.

III.3.3. Variabel Tiga

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan *body dissatisfaction* sebagai variabel ketiga. Persepsi mengenai bentuk tubuh dihasilkan dari bagaimana kita membandingkan dan menginternalisasikan bentuk tubuh kita dengan orang lain, yang kemudian menghasilkan pandangan mengenai bentuk tubuh kita sendiri. Definisi dari *body dissatisfaction* adalah perasaan tidak puas terhadap bentuk tubuhnya yang diakibatkan karena adanya perbedaan persepsi mengenai bentuk tubuh ideal seseorang dengan bentuk tubuh yang dianggap ideal oleh sesama jenis dan juga lawan jenis (Forbes, Adam-Curtis, Rade, dan Jaberg, 2001). Ketidakpuasan akan bentuk tubuh itu muncul ketika sesuatu yang sedang dibandingkan memiliki nilai yang lebih tinggi dari apa yang kita miliki. Definisi operasional dari ketidakpuasan akan bentuk

tubuh adalah semakin tinggi skor yang diperoleh, maka seseorang dikategorikan memiliki tingkat ketidakpuasan yang tinggi. Akan tetapi, jika skor yang diperoleh rendah, bukan berarti seseorang puas akan bentuk tubuhnya.

III.4. PARTISIPAN PENELITIAN

Di dalam penelitian kali ini, terdapat dua karakteristik untuk menjadi partisipan. Pertama, partisipan harus memiliki jenis kelamin perempuan. Kedua, partisipan harus berusia antara 15-24 tahun (remaja akhir) serta memiliki status belum menikah (Sarwono, 1989). Alasan mengapa peneliti menggunakan siswi SMA sebagai partisipan adalah karena pada periode SMA, remaja masih sangat mudah terpengaruh media dan teman sebaya.

III.5. TEKNIK PENGAMBILAN SAMPEL

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah non-probabilitas (*non-probability sampling*). Dengan teknik ini maka setiap individu tidak mendapatkan kesempatan yang sama untuk menjadi subyek penelitian (Kumar, 1996).

Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *convenient sampling*. *Convenient sampling* adalah salah satu metode dari *non-probability sampling* dimana peneliti memilih partisipan berdasarkan kemudahan untuk mendapatkan partisipan-partisipan tersebut (Kumar, 1996). Metode ini digunakan karena lebih memudahkan peneliti untuk mendapatkan partisipan.

III.6. TIPE DAN DESAIN PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan korelasional. Penelitian korelasional bertujuan untuk melihat hubungan antara variabel yang satu dengan variabel lainnya yang diminati oleh peneliti (Zechmeister, Zechmeister, & Shaughnessy, 2001). Dalam penelitian korelasional ini, peneliti mengukur variabel-variabel yang diminati dengan menggunakan kuesioner. Kuesioner bertujuan untuk mengukur penilaian seseorang terhadap pertanyaan-pertanyaan yang terdapat pada kuesioner tersebut.

Karena bertujuan untuk mengukur penilaian seseorang atas suatu variabel tertentu, kuesioner ini dapat disebut juga sebagai *self-report scale*.

Dalam kuesioner ini, peneliti menggunakan desain *cross-sectional*, yaitu pengambilan sampel dari suatu populasi pada satu waktu tertentu. Tujuan dari desain ini adalah untuk mendeskripsikan suatu populasi tertentu dalam satu waktu. Selanjutnya, deskripsi ini digunakan untuk membuat prediksi-prediksi mengenai populasi tersebut.

III.7. METODE PENGUMPULAN DATA

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner, yaitu dengan memberikan seperangkat pertanyaan tertulis kepada subjek agar kemudian pertanyaan-pertanyaan tersebut dapat dijawab oleh subjek (Kumar, 1996). Terdapat beberapa keuntungan dari penggunaan kuesioner. Pertama, dengan menggunakan kuesioner, peneliti tidak perlu mengeluarkan biaya yang tinggi. Hal ini dikarenakan dengan menggunakan kuesioner maka peneliti akan menghemat waktu, uang, serta tenaga, terutama ketika meneliti suatu populasi. Kedua, kuesioner memberikan privasi bagi partisipan dikarenakan tidak adanya kontak langsung antara peneliti dengan partisipan. Hal ini dapat memberi keleluasaan pada partisipan untuk memberikan respon yang sejujur-jujurnya.

Terdapat dua bentuk kuesioner, yaitu kuesioner terbuka (*open-ended*) dan kuesioner tertutup (*close-ended*). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan kuesioner berbentuk tertutup (*close-ended*). Di dalam kuesioner tertutup terdapat pilihan-pilihan jawaban dimana peserta diharapkan memilih jawaban yang paling sesuai dengan mereka. Peneliti memilih bentuk kuesioner tertutup dengan alasan yakni bentuk kuesioner ini lebih mudah dijawab oleh subyek serta jawaban yang diberikan oleh partisipan lebih relevan dengan tujuan penelitian ini.

III.8. INSTRUMEN PENELITIAN

Semua variabel penelitian ini diukur dengan menggunakan kuesioner. Kuesioner ini meliputi tiga alat ukur, yaitu alat ukur *Body Shape Questionnaire*

(BSQ-34) untuk mengukur tingkat ketidakpuasan seseorang terhadap bentuk tubuhnya. Pada bagian kedua, peneliti menggunakan Rosenberg *Self Esteem Scale* untuk mengukur tingkat *self esteem* seseorang, dan *Media Exposure Scale* digunakan untuk mengukur seberapa jauh media berperan dalam kehidupan partisipan. Terdapat satu data kontrol dalam penelitian ini, yaitu umur. Peneliti menterjemahkan kuesioner body dissatisfaction (BSQ-34) dan self esteem (Rosenberg Self Esteem Scale) ke dalam bahasa Indonesia. Setelah menterjemahkan, peneliti meminta bantuan seorang pengajar bahasa Inggris di Lembaga Pengetahuan Indonesia Amerika (LPIA) untuk melakukan back translation. Peneliti juga meminta pendapat kepada pembimbingnya untuk menilai hasil terjemahan kuesioner tersebut. Untuk lebih jelasnya, sub-bab berikut akan menjelaskan lebih rinci mengenai masing-masing alat ukur.

III.8.1. Alat Ukur *Body Dissatisfaction*

Dalam penelitian ini, *Body Shape Questionnaire* (BSQ-34) dari Cooper dkk. (1987) digunakan untuk mengukur tingkat ketidakpuasan akan bentuk tubuh pada seseorang ($\alpha = .970$). Kuesioner ini terdiri dari 34 pertanyaan mengenai persepsi bentuk tubuh dan penampilan seseorang selama empat minggu terakhir. Menurut Grogan (1991), rentang waktu 4 minggu tersebut diperuntukkan agar dapat melihat ketidakpuasan tersebut dalam jangka waktu panjang (*long-term dissatisfaction*). 34 pertanyaan tersebut diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh peneliti agar memudahkan para subjek dalam mengisi kuesioner tersebut.

Dalam BSQ-34 ini, digunakan skala Likert *type* (1 = tidak pernah, 6 = selalu) untuk mengukur respons partisipan. Contoh pertanyaan dari kuesioner ini adalah “Apakah anda merasa sangat khawatir akan bentuk tubuh anda sampai anda merasa harus melakukan diet?”, “Apakah makan dalam jumlah yang sedikit juga membuat anda merasa gemuk?”, dan “Apakah melihat refleksi diri anda di cermin membuat anda sedih akan bentuk tubuh anda?”. Dalam kuesioner ini tidak ada pertanyaan yang dibalik atau *reverse questions*. Skor akhir diperoleh dari penjumlahan dari keseluruhan item. Semakin tinggi nilai yang diperoleh, semakin tinggi tingkat ketidakpuasan akan bentuk tubuh mereka. Ketidakpuasan akan bentuk tubuh

dikatakan tinggi apabila subjek memiliki skor diatas median, dan dikatakan rendah jika skor yang didapat adalah dibawah median.

III.8.2. Alat Ukur *Self Esteem*

Untuk mengukur tingkat *self esteem* seseorang, peneliti menggunakan *Rossenberg Self Esteem Scale* (1965) dengan tingkat reliabilitas yang baik ($\alpha = .92$). Kuesioner ini terdiri dari 10 pernyataan mengenai pandangan seseorang mengenai kemampuan dirinya. Skala Likert *type* (0 = sangat tidak setuju, 3 = sangat setuju) digunakan untuk mengukur respons partisipan. Salah satu contoh dari pernyataan dalam kuesioner tersebut adalah, "saya dapat melakukan hal-hal dengan baik seperti orang lain". Lima pertanyaan (pertanyaan 2, 5, 6, 8 dan 9) dibalik untuk menghindari adanya *affirmation bias* sehingga respon yang pertama (0 = sangat setuju) dalam skala Likert menunjukkan *self esteem* yang tinggi. Contoh dari pernyataan yang dibalik adalah, "saya merasa bahwa saya tidak berarti sama sekali."

III.8.3. Alat Ukur *Media Exposure*

Alat ukur *media exposure* (*Media Exposure Scale*) merupakan sebuah gabungan dari 10 pernyataan, serta memiliki tingkat reliabilitas yang baik ($\alpha = .69$). Alat ini dikembangkan oleh peneliti berdasarkan *scale* terdahulu yang juga mengukur *media exposure* terhadap remaja (Polce-Lynch, Myers, Kliewer, & Kilmartin, 2000). Skala Likert (1 = tidak pernah, 5 = sering sekali) digunakan untuk mengukur respons partisipan. Salah satu contoh dari pernyataan tersebut adalah, "Saya sering membandingkan bentuk tubuh saya dengan bentuk tubuh model-model yang ada di televisi maupun majalah." Tiga pernyataan (pernyataan 6, 9, & 10) dibalik untuk menghindari *affirmation bias*, "Menurut saya, bentuk tubuh model-model di televisi dan majalah bukan bentuk tubuh yang ideal."

III.9. TAHAP UJI COBA ALAT UKUR

Uji coba alat ukur dilakukan dengan tujuan untuk melihat keterbacaan, reliabilitas, serta validitas dari alat ukur yang digunakan pada penelitian. Untuk

melihat keterbacaan dari alat ukur ini, peneliti menggunakan *face validity*. Menurut Kumar (1996), *face validity* adalah bagaimana orang awam melihat bahwa sebuah alat ukur valid untuk mengukur sesuatu. Sebuah alat ukur dinyatakan mempunyai *face validity* yang baik apabila alat tersebut terlihat meyakinkan serta profesional. Dengan mempunyai *face validity* yang baik maka alat ukur ini diharapkan dapat menggambarkan respon partisipan yang sebenar-benarnya. Dalam mengukur *face validity*, peneliti memberikan lima pernyataan di akhir kuesioner. Salah satu contoh pernyataan adalah, “Apakah kuesioner ini mudah dimengerti?” Skala Likert (1 = tidak sama sekali, 5 = sangat mudah) digunakan untuk mengukur respons partisipan.

Reliabilitas adalah seberapa jauh sebuah instrumen penelitian konsisten, stabil dan dapat memberikan hasil yang sama apabila instrument tersebut diulang dalam keadaan yang berbeda (Moser & Kalton, dalam Kumar, 1996). Semakin konsisten dan stabil sebuah instrumen, maka instrumen tersebut akan memiliki reliabilitas yang semakin tinggi. Dalam mengukur reliabilitas, peneliti akan mengukur *internal consistency* melalui Cronbach alpha dari alat ukur ini. Dalam *internal consistency*, alat ukur yang baik mempunyai tingkat alpha (α) .6-.8 (Kumar, 1996)

Uji coba alat ukur dilakukan sebanyak dua kali dengan cara menyebarkan kuesioner pada bulan Mei 2009 terhadap 30 partisipan yang merupakan siswi SMA. Partisipan direkrut berdasarkan tali kekerabatan (saudara, teman, atau relasi teman). Hasil uji coba alat ukur yang pertama cukup baik, karena alat ukur memiliki reliabilitas yang bagus serta *face validity* yang tinggi. Namun, ada beberapa item yang tidak signifikan, sehingga peneliti memperbaikinya dengan cara memperjelas instruksi, mengubah kata-kata yang ambigu, serta menghapus kata-kata yang berulang.

III.10. TAHAP PELAKSANAAN PENELITIAN

Alat ukur yang telah mengalami perbaikan setelah diujicobakan kemudian didistribusikan kepada siwi-siswi SMA yang bersekolah di SMA 39, SMA 2, SMA 82 dan SMA 3. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 28 – 30 Mei 2009, dengan menyebar kuesioner sebanyak 150. Partisipan diminta untuk mengisi kuesioner yang

terdiri dari tiga alat ukur yang mengukur tingkat *body dissatisfaction*, *self esteem*, dan *media exposure*. Sebelum mengisi, peneliti memberitahukan kepada partisipan bahwa partisipasi dalam penelitian ini bersifat sukarela dan dijamin kerahasiannya. Peneliti juga memberikan *reward* kepada para partisipan yang telah berpartisipasi yaitu sebuah pena. Dari 150 kuesioner yang telah disebar, kuesioner yang kembali sebanyak 105. Dengan demikian terdapat 105 data yang memenuhi kriteria dan dapat diolah.

III.11. TEKNIK PENGOLAHAN DAN ANALISA DATA

Data diolah dengan perhitungan statistik secara kuantitatif dengan menggunakan program SPSS versi 16.0. Teknik pengolahan data pada penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik korelasi untuk melihat hubungan antar variabel.

