

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat statistik, dengan bertujuan untuk menguji hipotesis yang sudah ditetapkan. Penelitian kuantitatif adalah suatu metode ilmiah karena metode kuantitatif memuat kaidah-kaidah ilmiah yang terukur, empiris rasional, obyektif dan sistematis.

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional yang bertujuan untuk menemukan apakah terdapat hubungan antara dua variabel atau lebih serta seberapa besar korelasi yang ada diantara variabel yang diteliti. Dengan studi korelasional peneliti dapat memperoleh informasi mengenai taraf hubungan yang terjadi, bukan mengenai ada-tidaknya efek variabel lain (Azwar, 2012).

B. Identifikasi Variabel

Menurut (Sugiyono, 2022) variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Terdapat dua macam variabel pada penelitian ini yaitu variabel independen (variabel bebas) dan variabel dependen (variabel terkait).

Berdasarkan landasan teori dan rumusan masalah hipotesis penelitian maka yang menjadi variabel dalam penelitian ini adalah:

1. Variabel independen atau variabel bebas (X) adalah variabel yang berperan memberi pengaruh pada variabel lain. Variabel bebas pada penelitian ini adalah *social comparison*.
2. Variabel dependen atau variabel terikat (Y) adalah variabel yang dijadikan sebagai factor yang dipengaruhi oleh sebuah atau sejumlah variabel lain. Variabel terikat pada penelitian ini adalah *body image*.

C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian

a. *Social Comparison*

Social comparison merupakan kegiatan yang menilai baik itu berupa fisik, sikap, perasaan, pencapaian dan lainnya terhadap diri sendiri dengan orang lain. Proses membandingkan ini bersifat *upward comparison* (perbandingan keatas) maupun *down comparison* (perbandingan kebawah). Indikator yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan aspek menurut Festinger kemampuan (*ability*) dan opini (*opinion*). Dalam penelitian ini menggunakan skala *social comparison* semakin tinggi skor yang diperoleh, menunjukkan semakin tinggi pula *social comparison*. Begitupun sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh, menunjukkan semakin rendah pula tingkat *social comparison*.

b. *Body Image*

Body image adalah suatu gambaran, mempresepsikan, pikiran dan seseorang terhadap bentuk tubuh yang mengarah terhadap pandangan fisik,

dengan keyakinan dan penilaian positif ataupun negatif terhadap penampilannya dihadapan orang lain bagi orang lain. Indikator yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan aspek menurut Cash dan Pruzinsky yang terdiri dari lima aspek yaitu *appearance evaluation* (evaluasi penampilan), *appearance orientation* (orientasi penampilan), *body areas satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh), *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk), dan *self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh). Dalam penelitian ini menggunakan skala *body image*, semakin tinggi skor *body image* maka semakin tinggi pula tingkat *body image*. Begitupun sebaliknya, semakin rendah skor *body image* maka semakin rendah pula tingkat *body image*nya.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

a) Populasi Penelitian

Populasi penelitian didefinisikan sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Sebagai suatu populasi, kelompok subjek tersebut harus memiliki beberapa ciri atau karakteristik bersama yang membedakannya dari kelompok subjek yang lainnya. Ciri-ciri yang dimaksud, pada sebagian penelitian sosial, menekankan pada ciri demografis seperti batas wilayah domisili subjek (Azwar, 2019). Populasi dalam penelitian ini adalah usia dewasa awal pengguna aplikasi Instagram di Kota Padang.

b) Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Jika populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu (Sugiyono, 2022).

Tabel 3.1

Tabel Rumus Isaac & Michael

PENENTUAN JUMLAH SAMPEL DARI POPULASI TERTENTU DENGAN TARAF KESALAHAN 1%, 5%, DAN 10%

N	s			N	s			N	s		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%		1%	5%	10%
10	10	10	10	280	197	155	138	2800	537	310	247
15	15	14	14	290	202	158	140	3000	543	312	248
20	19	19	19	300	207	161	143	3500	558	317	251
25	24	23	23	320	216	167	147	4000	569	320	254
30	29	28	27	340	225	172	151	4500	578	323	255
35	33	32	31	360	234	177	155	5000	586	326	257
40	38	36	35	380	242	182	158	6000	598	329	259
45	42	40	39	400	250	186	162	7000	606	332	261
50	47	44	42	420	257	191	165	8000	613	334	263
55	51	48	46	440	265	195	168	9000	618	335	263
60	55	51	49	460	272	198	171	10000	622	336	263
65	59	55	53	480	279	202	173	15000	635	340	266
70	63	58	56	500	285	205	176	20000	642	342	267
75	67	62	59	550	301	213	182	30000	649	344	268
80	71	65	62	600	315	221	187	40000	653	345	269
85	75	68	65	650	329	227	191	50000	655	346	269
90	79	72	68	700	341	233	195	75000	658	346	270
95	83	75	71	750	352	238	199	100000	659	347	270
100	87	78	73	800	363	243	202	150000	661	347	270
110	94	84	78	850	373	247	205	200000	661	347	270
120	102	89	83	900	382	251	208	250000	662	348	270
130	109	95	88	950	391	255	211	300000	662	348	270
140	116	100	92	1000	399	258	213	350000	662	348	270
150	122	105	97	1100	414	265	217	400000	662	348	270
160	129	110	101	1200	427	270	221	450000	663	348	270
170	135	114	105	1300	440	275	224	500000	663	348	270
180	142	119	108	1400	450	279	227	550000	663	348	270
190	148	123	112	1500	460	283	229	600000	663	348	270
200	154	127	115	1600	469	286	232	650000	663	348	270
210	160	131	118	1700	477	289	234	700000	663	348	270
220	165	135	122	1800	485	292	235	750000	663	348	270
230	171	139	125	1900	492	294	237	800000	663	348	271
240	176	142	127	2000	498	297	238	850000	663	348	271
250	182	146	130	2200	510	301	241	900000	663	348	271
260	187	149	133	2400	520	304	243	950000	663	348	271
270	192	152	135	2600	529	307	245	1000000	663	348	271
								∞	664	349	272

Jumlah sampel dalam penelitian ini berdasarkan tabel rumus Isaac & Michael dengan taraf kesalahan (*significance level*) 5% dengan menggunakan populasi yang bertanda *infinity* (∞) atau tak hingga, sehingga

jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 349 orang (Sugiyono, 2022).

Pada penelitian ini teknik pengambilan sampel yang digunakan berdasarkan populasi, dengan cara menggunakan *purposive sampling*. Menurut (Sugiyono, 2022) menyatakan teknik pengambilan sampel dengan mempertimbangkan kriteria tertentu untuk menentukan jumlah sampel yang akan diteliti. Dalam penelitian ini, respondennya adalah pengguna Instagram yang sesuai dengan karakteristik. Adapun karakteristik sampel pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Dewasa awal usia 18 - 24 tahun

Karakteristik ini digunakan karena pada masa dewasa awal ini perkembangan fisik individu sedang berada di puncaknya. Hal ini mengakibatkan munculnya keinginan individu untuk dapat tampil menarik dihadapan orang lain.

2. Pengguna aktif Instagram (minimal mengakses selama seminggu terakhir)

Karakteristik ini digunakan agar peneliti bisa mendapatkan responden yang memang masih aktif menggunakan Instagram dengan minimal mengakses selama seminggu terakhir, sehingga bisa terlihat hubungan antara dua variabel.

3. Domisili Kota Padang

Karakteristik ini digunakan untuk dapat memudahkan peneliti dalam menjangkau responden dan untuk mengetahui efektivitas variabel

tersebut di Kota Padang. Hal ini di dasarkan pada penduduk Kota Padang pada rentang usia 20 sampai 24 tahun 72.285 jiwa (Junaidy, et al., 2024).

E. Instrumen Penelitian

Instrumen pengukuran *body image* dapat menggunakan skala *body image*. Dalam penelitian ini, *body image* diukur dengan menggunakan skala *body image* yang dimodifikasi dari Cash dan Pruzinsky (2002). Skala ini terdiri dari beberapa pernyataan yaitu evalasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan pengkategorian ukuran tubuh. Responden diminta untuk menilai tingkat persetujuan atau ketidaksetujuan mereka terhadap setiap pernyataan pada skala dari 1 (sangat tidak setuju) sampai 5 (sangat tidak setuju) dengan menggunakan skala likert.

Sedangkan untuk mengukur *social comparison*, menggunakan skala *social comparison* yang dimodifikasi dari skala *social comparison* yang dikembangkan oleh (Festinger, 1954). Alat tersebut terdiri dari pernyataan yang mengukur lima aspek seseorang berfokus untuk mengevaluasi kemampuan yang didapat dari orang lain untuk menentukan seberapa baik seseorang tersebut melakukan sesuatu, seseorang mengevaluasi diri melalui kegiatan membanding bandingkan diri sendiri dengan orang lain dan seorang lebih memilih untuk melakukan perbandingan dengan orang lain yang memiliki kesamaan dengan dirinya.

Dalam penelitian ini penulis menggunakan skala Likert. Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, persepsi dan pendapat seseorang terhadap fenomena sosial. Ketika menggunakan skala Likert, maka variabel yang akan diukur nantinya dijabarkan menjadi aspek dari variabel yang kemudian akan dijadikan sebagai titik tolak dalam menyusun item instrument berupa pernyataan dan juga pertanyaan (Sugiyono, 2013). Subjek akan diminta untuk memilih dari beberapa jawaban tanpa takut salah yaitu SS (Sangat Setuju), S (Setuju), N (Netral), TS (Tidak Setuju) dan STS (Sangat Tidak Setuju). Terdapat dua jenis pernyataan yaitu *favorable* dan *unfavorable*.

Tabel 3.2
Alternatif Jawaban dan Skor Item

Alternatif Jawaban	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Netral (N)	3	3
Tidak Sesuai (TS)	2	4
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	5

1) Skala *Social Comparison*

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *social comparison* yang di adaptasi dari alat ukur dan di kembangkan oleh Adinda (2020) dengan menggunakan alat ukur *Lowa-Netherlands Comparison Orientation Scala* (INCOM) oleh Gibbons & Buunk (1999) yang meliputi dua aspek yaitu aspek kemampuan (*ability*) dan aspek opini (*opinion*).

Tabel 3.3
Blueprint Social Comparison Sebelum Uji Coba

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah	Bobot (%)
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1	Kemampuan (<i>ability</i>)	Individu membandingkan kemampuan yang ia miliki dengan kemampuan yang dimiliki oleh orang lain	1, 3, 4, 7, 11	6	6	54,5%
2	Opini (<i>opinion</i>)	Individu membandingkan pendapat yang ia miliki dengan pendapat yang dimiliki oleh orang lain	2, 5, 8, 9	10	5	45,5%
Total					11	100%

2) Skala *Body Image*

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *body image* yang dimodifikasi dari skala yang digunakan Sherly Agustin (2022). Skala ini disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Swami (2019) MBSRQ-AS versi Malaysia, terdiri dari evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan pengkategorian ukuran tubuh.

Tabel 3.4
Blueprint Body Image Sebelum Uji Coba

No	Aspek	No Aitem		Jumlah	Bobot (%)
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1	Evaluasi penampilan	3, 5, 9, 12, 15, 18, 19		7	20,6%
2	Orientasi penampilan	1, 2, 6, 7, 10, 11, 13, 14, 16, 17, 20, 21		12	35,2%
3	Perhatian terhadap kelebihan berat badan	24, 27, 28, 31	23, 25, 26, 29, 30	9	26,5%
4	Pengkatagorian berat badan	4, 8, 22, 32		4	11,8%
5	Kepuasan terhadap bagian spesifik pada tubuh	33, 34		2	5,9%
		Total		34	100%

F. Validitas dan Reliabilitas

a. Validitas

Agar memiliki tingkat objektivitas yang tinggi, alat ukur yang digunakan dalam penelitian harus diukur dengan teliti dan baik, karena validitas menentukan sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat dalam melakukan fungsi ukurnya. Koefisien validitas memiliki makna jika bergerak dari 0.00 sampai 1.00, aitem yang memiliki indeks daya diskriminasi sama atau lebih besar dari 0.300 maka aitem ini memiliki nilai daya beda yang tinggi. Dan sebaliknya apabila jumlah aitem yang lolos ternyata masih tidak mencukupi jumlah aitem yang direncanakan, maka dapat dipertimbangkan untuk menurunkan sedikit batas kriteria

dari 0.300 menjadi 0.250 sehingga jumlah aitem yang diinginkan tercapai (Azwar, 2019).

Uji validitas butir skala *social comparison* dan *body image* menggunakan bantuan program *Statistical Package For The Social Science* (SPSS) versi 30.00 for windows.

a. Analisis Aitem Social Comparison Setelah Uji Coba

Tabel 3.5

Blueprint Social Comparison Setelah Uji Coba

No	Aspek	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Total aitem final	Total aitem gugur
1	<i>Ability</i>	1,3,4,7,11	6	5	1
2	<i>Opinion</i>	2,5,8,9	10	3	2
Total		9	2	8	3

Keterangan: Angka yang ditebalkan = nomor aitem gugur

Berdasarkan hasil uji tersebut, dinyatakan sebanyak 8 aitem yang lolos dengan nilai ≥ 0.300 termasuk kedalam kategori daya beda aitem baik dan diterima. Sementara 3 aitem dinyatakan gugur terdiri aitem *favorabel* 9 serta aitem *unfavorable* 6 dan 10. Oleh karena itu aitem tersebut tidak layak digunakan dalam penelitian.

b. Analisis Aitem *Body Image* Setelah Uji Coba

Tabel 3.6

Blueprint Body Image Setelah Uji Coba

No	Aspek	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Total aitem final	Total aitem gugur
1	Evaluasi penampilan	3,5,9,12,15, 18,19		5	2
2	Orientasi penampilan	1,2,6,7,10,11,13, 14,16,17, 20,21		11	1
3	Perhatian terhadap kelebihan berat badan	24,27,28,31	23, 25, 26, 29, 30	4	5
4	Pengkatagorian berat badan	4,8,22, 32		3	1
5	Kepuasan terhadap bagian spesifik pada tubuh	33,34		2	0
	Total	29	5	25	9

Keterangan: Angka yang ditebalkan=nomor aitem gugur

Berdasarkan hasil uji tersebut, dinyatakan sebanyak 25 aitem yang lolos dengan nilai ≥ 0.300 termasuk kedalam kategori daya beda aitem baik dan diterima. Sementara 9 aitem yang gugur tersebut terdiri aitem *favorable* 18, 19, 20, dan 32 serta aitem *unfavorable* 23, 25, 26, 29 dan 30. Oleh karena itu aitem tersebut tidak layak digunakan dalam penelitian.

b. Reliabilitas

Reliabilitas digunakan untuk melihat sejauh mana konsistensi relatif tetap walaupun dilakukan pengukuran ulang terhadap objek yang

sama. Hal itu dapat dilihat ketika koefisien korelasi tinggi, maka reliabilitasnya juga semakin baik. Koefisien reliabilitas berkisar antara 0.00 hingga 1.00 dan tidak ada standar pasti. Ketika angkanya mendekati 1.00 maka konsistensi dari pengukuran yang dilakukan semakin baik. Pada umumnya, reliabel bisa dikatakan memuaskan ketika koefisiennya mencapai 0.900, skor reliabilitas 0.800 atau 0.85 dinilai sudah bagus untuk alat ukur (Azwar, 2019).

Peneliti telah melakukan uji reliabilitas pada aitem-aitem yang lolos dalam uji coba sehingga telah layak digunakan dalam penelitian. Adapun hasil uji reliabilitas skala *social comparison* memiliki nilai *cronbach's alpha* 0.823. Selanjutnya, berdasarkan hasil uji coba reliabilitas pada skala *body image* diperoleh *cronbach's alpha* 0.908. berikut hasil uji reliabilitas skala *social comparison* dan skala *body image* menggunakan SPSS. 30.0 for windows.

Tabel 3.7
Hasil Uji Reliabilitas Skala *Social Comparison*
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.823	8

Tabel 3.8
Hasil Uji Reliabilitas *Body Image*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.908	25

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat, skor koefisien reliabilitas skala *social comparison* sebesar $r = 0.823$, selanjutnya *body image* $r = 0.908$. hasil tersebut menunjukkan bahwa *social comparison* dan *body image* dapat diterima dan bernilai baik, sehingga dapat digunakan sebagai alat ukur penelitian

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan proses yang dilakukan setelah keseluruhan data terkumpul, Langkah selanjutnya yang bisa dilakukan yaitu analisis data. Proses analisis data ini dilakukan dengan pengelompokkan data sesuai dengan jenis dan variabel responden. Langkah selanjutnya, jika sudah dikelompokkan maka akan dilakukan tabulasi data sesuai dengan jenis dan variabel responden. Setelah tabulasi data dilakukan kemudian dilakukan penyajian data dari variabel yang diteliti dan juga mempertimbangkan untuk melakukan pengujian hipotesis yang sudah diajukan (Sugiyono, 2013).

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan Teknik korelasi *product moment pearson* adalah untuk melakukan analisis data yang telah terkumpul. Teknik korelasi *produk moment pearson* dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara intensitas pengguna Instagram dengan *Social*

Comparison. Analisis data dilakukan dengan bantuan SPSS 30.0 *for windows* (*Statistical Package for Social Sciences*) *for Windows*. Data yang telah diperoleh lalu diolah dan dianalisis sesuai dengan tujuan penelitian untuk melihat hubungan antara *social comparison* dengan *body image* pada dewasa awal pengguna aplikasi Instagram di Kota Padang. Sebelum melakukan uji hipotesis ada persyaratan yang harus dilakukan yaitu:

1. Kategorisasi Variabel

Kategorisasi bertujuan untuk meletakkan individu kedalam sebuah kelompok terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Peneliti membagi skor kategorisasi menjadi tiga bagian yaitu rendah, sedang, dan tinggi (Azwar, 2019). Adapun rumus yang digunakan untuk membuat kategorisasi yaitu:

Skor Maksimal = Jumlah soal $\times$ skor skala terbesar

Skor Minimal = Jumlah soal $\times$ skor skala terkecil

Mean teorik (μ) = $\frac{1}{2}$ (Skor maksimal + skor minimal)

Standar Deviasi (σ) = $\frac{1}{6}$ (Skor maksimal – skor minimal)

Berdasarkan mean dan standar deviasi, maka ditentukan kategorisasi dengan ketentuan sebagai berikut:

Tabel 3.9

Rumus Tiga Kategori

Kategori	Rentang Skor
Rendah	$X < (\mu - 1\sigma)$
Sedang	$(\mu - 1\sigma) \leq X < (\mu + 1\sigma)$
Tinggi	$(\mu + 1\sigma) \leq X$

2. Uji Normalitas

Dalam penelitian ini teknik analisis data yang digunakan untuk menjawab pengajuan hipotesis adalah dengan menggunakan uji normalitas. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan aplikasi SPSS yang merupakan Teknik membangun persamaan garis lurus untuk membuat penafsiran, agar penafsiran tersebut tepat maka persamaan yang digunakan untuk menafsirkan juga harus tepat. Uji normalitas dikatakan terpenuhi apabila nilai signifikannya menunjukkan nilai lebih besar ($>$) dari 0.05. dan sebaliknya uji normalitas dikatakan tidak terpenuhi apabila nilai signifikannya menunjukkan nilai lebih kecil ($<$) dari 0.05 (Priyatno, 2014).

3. Uji Linearitas

Uji linearitas merupakan suatu uji yang dilakukan dengan tujuan mengetahui apakah antara variabel bebas (Y) dan variabel bebas (X) mempunyai hubungan yang linier. Dalam uji linearitas ini peneliti menggunakan SPSS. Dan pengambilan keputusan pada uji linier didasarkan pada signifikasi hitung yang dibandingkan dengan 0.05. Apabila nilai signifikasi atau nilai probabilitas kurang dari 0.05 distribusi data adalah tidak linier. Nilai signifikasi atau nilai probabilitas lebih dari 0.05 distribusi data adalah linier.

4. Uji Hipotesis

Penelitian ini menggunakan korelasi *pearson*. Korelasi *pearson* ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keeratan hubungan antara *social comparison* dengan *body image* dewasa awal di Kota Padang. Penelitian ini menggunakan bantuan program *Statistical Package for The Social Science* (SPSS) versi 30.0 *for Windows* dengan ketentuan nilai signifikan <0.05 . Jika nilai signifikan yang didapat berada pada tatar <0.05 maka dapat dikatakan tidak terdapat kontribusi variabel independen terhadap variabel dependen.

