

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional dengan pendekatan metode kuantitatif, dimana metode kuantitatif adalah penelitian analisis data dengan menggunakan data numerik atau angka-angka yang diolah dengan metode statistik. Peneliti menggunakan studi korelasional. Penelitian korelasional merupakan tipe penelitian untuk mengetahui hubungan antara dua variabel (Azwar, 2010).

B. Identifikasi Variabel

Menurut Sugiyono (2017), variabel dalam penelitian dikategorikan menjadi dua, yakni variabel independen (bebas) dan variabel dependen (terikat). Variabel independen adalah variabel yang memengaruhi atau menjadi faktor penyebab munculnya perubahan pada variabel lainnya. Sementara itu, variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat dari adanya variabel independen. Dalam konteks penelitian ini, variabel independen dan dependen yang digunakan akan dijelaskan sebagai berikut.

1. *Independent Variabel*/ bebas (X) adalah variable yang mempengaruhi atau timbulnya variabel *dependent* (terikat), yang mana di dalam penelitian ini citra tubuh (*body Image*)

2. *Dependent variabel/ terikat (Y)* adalah variable yang mempengaruhi atau timbulnya variabel *Independentt* (bebas), yang mana di dalam penelitian ini Penerimaan diri (*self- Accepatnce*) (Y)

C. Defenisi Opersional Penelitian

Operasionalisasi variabel artinya menerjemahkan konsep mengenai variabel yang bersangkutan ke dalam bentuk indikator perilaku (Azwar, 2010). Definisi operasional dari kedua variable tersebut adalah sebagai berikut:

1. Citra Tubuh

Citra tubuh adalah persepsi, keyakinan, pikiran, perasaan dan perilaku tentang diri individu meliputi persepsi yang berhubungan dengan tubuh dan sikap individu

Semakin tinggi citra tubuh seseorang, semakin positif pandangannya terhadap diri dan tubuhnya, yang berhubungan dengan kepercayaan diri, kepuasan diri, dan kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Sebaliknya, citra tubuh yang rendah dapat menyebabkan ketidakpuasan dan masalah pada kesehatan mental.

2. Penerimaan diri

Penerimaan diri merupakan kemampuan individu untuk menyadari, memahami, dan menerima segala aspek dalam dirinya, baik kelebihan maupun kekurangan, tanpa adanya penolakan atau penilaian negatif yang berlebihan. Individu dengan penerimaan diri yang tinggi mampu

menerima dirinya secara utuh dan memiliki sikap positif terhadap penerimaan dirinya .

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang memiliki kualitas dan ciri tertentu yang dipilih peneliti untuk dipelajari dan kemudian tarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa prodi Pendidikan Tari yang mencakup angkatan 2021, 2022, 2023 dan 2024. Adapun data populasi yang masih aktif berkuliah sebanyak 203 mahasiswa.

Tabel 3. 1

Jumlah Mahasiswa Pendidikan Tari Angkatan 2021-2024

Angkatan	Jumlah Mahasiswa
2021	53 Orang
2022	44 Orang
2023	54 Orang
2024	52 Orang
Jumlah	203 Orang

2. Sampel

Sugiyono (2017) mendefinisikan sampel sebagai bagian dari jumlah karakteristik yang di miliki oleh populasi tersebut. Semakin banyak jumlah sampel mendekati populasi maka peluang kesalahan generalisasi semakin kecil dan juga sebaliknya. Penelitian

menggunakan teknik *accidental* pada penelitian ini. Menurut Sugiyono (2017) teknik *accidental* merupakan teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang kebetulan bertemu penelitian dapat digunakan sebagai sampel, bila di pandang orang yang kebetulan itu cocok dengan kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti.

Ukuran sampel pada populasi penelitian ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin. Dalam menentukan ukuran sampel, peneliti menggunakan tingkat kesalahan sebesar 5%, dan untuk menghitung ukuran sampel dari populasi yang diketahui jumlahnya akan menggunakan rumus Slovin seperti yang terdapat dalam Sugiyono (2017) sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

n = ukuran sampel

N = ukuran populasi

e = persentase kelonggaran kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa ditoleransi

e = 0,05

Jumlah populasi diketahui sebanyak 203 mahasiswa, yang terdiri dari angkatan tahun 2021, 2022, 2023, dan 2024. Dengan menggunakan rumus Slovin untuk menentukan sampel dengan populasi yang diketahui (N), tingkat kesalahan 5% (e), dapat diidentifikasi jumlah sampel sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

$$n = \frac{203}{1 + 203(0,05)^2}$$

$$n = \frac{203}{1 + 203 \cdot 0,0025}$$

$$n = \frac{203}{1 + 0,5075}$$

$$n = \frac{203}{1,5075}$$

$$n = 134,7$$

$$n = 135$$

Jadi dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan rumus slovin dapat memperoleh hasil 135 mahasiswa Prodi Pendidikan Tari sebagai jumlah sampel yang diperlukan untuk penelitian, dengan tingkat kesalahan 5% (e = 0,05) dari populasi yang berjumlah 203 mahasiswa.

3. Kriteria Sampel

Adapun kriteria sampel dalam Penelitian ini adalah:

- a. Mahasiswa aktif pendidikan tari Universitas Negeri Padang.
- b. Pengguna aktif Instagram
- c. Bersedia menjadi responden secara sukarela dan mengisi skala penelitian dengan jujur dan lengkap.

E. Metode Pengumpulan Data

Menurut Azwar (2010) metode pengumpulan data adalah cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah skala. Skala menurut Azwar (2010) adalah sejumlah pertanyaan ataupun pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden mengenai hal-hal yang ingin diketahui. Teknik pengumpulan data apenelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala citra tubuh dan penerimaan diri. Skala dalam penelitian ini menggunakan skala likert. Skala likert merupakan skala yang disusun untuk mengungkap sikap pro dan kontra, positif dan negatif, setuju dan tidak setuju terhadap suatu objek social (Azwar, 2010). Skala likert terdiri dari dua kelompok pernyataan, yaitu pernyataan favorable (mendukung) dan pernyataan unfavorable (tidak mendukung).

Aitem dalam skala penelitian ini merupakan pernyataan dengan empat pilihan format respon, yaitu (SS) sangat sesuai, (S) sesuai, (TS) tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai (STS). Skor yang diberikan pada setiap kategori respon bergerak dari 1 sampai 4 (Sugiyono, 2017). Untuk lebih jelas skor aitem favorable dan unfavorable dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3. 2
Skor Aitem Skala Likert

Respon	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Tidak sesuai	2	3
Sangat tidak sesuai	1	4

Skala dalam penelitian ini terbagi menjadi dua, yakni sebagai berikut:

1. Skala Citra Tubuh

Skala citra tubuh yang di gunakan dalm penelitian iniin sesuai dengan aspek menurut Cash dan Pruzinsky (2002), aitem skala yang di gunakan merupakan mofifikasi dari skala citra tubuh pada penelitian Putri (2024) . Adapun lima aspek dimensi yang akan di ukur,yakni (*Appearance orientation*), kepuasan terhadap bagian tubuh (*Body area satisfaction*), Kecemasan menjadi gemuk (*overweight preoccupation*), Pengkategorian ukuran tubuh (*Self-classified weight*)

Tabel 3. 3
Blueprint Citra Tubuh Sebelum Uji Coba

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			<i>Fav</i>	<i>Unf</i>	
1.	Evalusi penampilan	Perasaan menarik atau tidak menarik	21,	16,	2
		Kepuasan dan ketidakpuasan penampilan diri	13,	18,	2
2	Orientasi penampilan	Mengukur perhatian individu terhadap penampilannya	10,15, 19	1, 6,7, 8,28	10
3	Kepuasan area tubuh	Mengukur kepuasan area tubuh tertentu	,25,26 5,14	3,22,	4
4	Kekhawatiran berat badan	Menggambarkan kecemasan akan berat badan	4,9,11,	2,20,27	6
5	Pengkategorian ukuran tubuh	Menilai bentuk tubuh yang di miliki	17,24,	12,23,	4
Total					28

2. Skala penerimaan diri

Skala Penerimaan diri yang di gunakan dalam penelitian ini sesuai dengan aspek teori Bernard (2013), aitem skala yang di gunakan merupakan modifiikasi dari skala penerimaan diri pada penelitian Akbar (2020). Skala ini disusun berdasarkan teori self-acceptance yang menekankan pada kemampuan individu untuk menerima diri sendiri secara utuh, baik aspek positif maupun negatif dalam dirinya. Skala ini terdiri dari dua aspek utama, yaitu *Positive Self-Regard*, yaitu kemampuan individu untuk mencintai, menghargai, dan merasa puas terhadap dirinya sendiri, termasuk menerima kelebihan dan kekurangan tanpa syarat dan *Negative Self-Evaluation*, yaitu kecenderungan individu untuk menilai diri

secara negatif, merendahkan kemampuan diri, dan tidak menerima kekurangan yang dimiliki.

Tabel 3.4
Blueprint skala Penerimaan Diri Sebelum Uji Coba

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Fav	unf	
1	Penghargaan diri yang positif	Mampu menerima diri apa adanya	9,23,30	17,19,32	6
		Menunjukkan kasih sayang terhadap diri sendiri	6, 7,25	5,28,31	6
		Tidak tergantung pada validasi eksternal	18,11	4,20,	4
		Merasa nyaman menjadi diri sendiri	10,27	12,21	4
2	Evaluasi diri yang negatif)	Pendapat orang lain sebagai penilaian diri	2,3,26	15,16,22	6
		Standar diri yang dimiliki	1,8,24	1,13,14	6
Total					32

F. Uji Validitas dan Reliabelitas

1. Uji Validitas

Menurut Sugiyono (2017), Menunjukkan bahwa derajat ketepatan antara data yang sesungguhnya terjadi pada objek dengan data yang di kumpulkan oleh peneliti. Uji validitas ini di lakukan dengan tujuan untuk melihat apakah data yang di peroleh setelah penelitian valid atau tidak dengan menggunakan alat ukur yang digunakan (kusioner). Adapun pengujian kelayakan atau melalui professional judgment

(peneliti ahli), yang dalam hal ini penulis melakukan pengujian validitas aitem yang di bimbing langsung oleh bapak Mardeny, S.Psi, M.Psi. Dalam penelitian ini menggunakan validitas isi.

Validitas isi mengacu pada sejauh mana item dalam instrumen berkaitan dengan indikator perilaku dan tujuan yang ingin dicapai (Azwar, 2012). Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi, yaitu validitas yang menunjukkan sejauhmana aitem-aitem dalam skala mencakup keseluruhan kawasan isi objek yang hendak diukur oleh skala tersebut (Azwar, 2010). Validitas ini memastikan bahwa instrumen mencakup butir item yang memadai dan relevan untuk menggambarkan konsep yang ingin diukur. Validitas isi menunjukkan sejauh mana pertanyaan, tugas atau butir dalam suatu tes atau instrumen mampu mewakili secara keseluruhan dan proposional keseluruhan perilaku sampel yang menjadi tujuan pembelajaran yang akan diukur pencapaiannya (Sudaryono, 2012)..

2. Uji Daya Diskriminasi

Azwar (2010) menyatakan bahwa apabila koefisien daya diskriminasi setiap aitem kurang dari 0.30 dianggap sebagai tidak memuaskan. Artinya daya beda setiap aitem memiliki nilai yang rendah. Koefisien yang berkisar antara 0.30 sampai dengan 0.50 dianggap memberikan kontribusi yang baik (Cronbach, dalam Azwar 2010), artinya daya beda setiap aitem memiliki nilai yang tinggi.

Namun apabila jumlah aitem tidak mencukupi sebagaimana jumlah yang diinginkan, maka batas kriteria bisa diturunkan menjadi 0.25.

Tabel 3. 5

Tabel uji daya diskriminasi

<i>Nilai Correction Aitem Total Corelation</i>	<i>Kategori / makna</i>
$\geq 0,300$	Daya beda aitem baik dan diterima
0,250-0,299	Daya beda aitem cukup dan dipertimbangkan
$\leq 0,249$	Daya beda aitem rendah dan tidak disarankan
-(minus)	Daya beda aitem buruk dan ditolak

Uji coba instrumen penelitian ini dilakukan pada 30 orang mahasiswa Program Studi Pendidikan Tari di Institut Seni Indonesia Padang Panjang. Subjek uji coba dipilih berdasarkan kesesuaian karakteristik dengan partisipan penelitian utama, yaitu sama-sama merupakan mahasiswa aktif dan pengguna media sosial Instagram tujuan dari uji coba ini adalah untuk mengetahui validitas setiap item dalam skala yang digunakan. Proses analisis data hasil uji coba dilakukan dengan bantuan perangkat lunak *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) / versi 27 Mac. Penilaian validitas item dilakukan dengan mengacu pada nilai *Corrected aitem-Total Correlation* pada output analisis. Berdasarkan kriteria yang dikemukakan oleh Azwar (2012), aitem dianggap valid apabila memiliki nilai *Corrected aitem-Total Correlation* $\geq 0,300$. Sebaliknya,

item yang memiliki nilai korelasi $\leq 0,300$ dinyatakan tidak valid dan perlu dieliminasi dari instrumen.

a. Analisis item Instrumen Citra tubuh

Tabel 3. 6

Blueprint Skala Citra Tubuh setelah Uji Coba

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			<i>Fav</i>	<i>Unf</i>	
1.	Evaluasi penampilan	Perasaan menarik atau tidak menarik	21,	16,	2
		Kepuasan dan ketidakpuasan penampilan diri	13,	18,	2
2	Orientasi penampilan	Mengukur perhatian individu terhadap penampilannya	10,15,19,25,26	1, 6,7, 8,28	10
3	Kepuasan area tubuh	Mengukur kepuasan area tubuh tertentu	5,14	3*, ,22,	4
4	Kekhawatiran berat badan	Menggambarkan kecemasan akan berat badan	4, ,11,	9* 2,20, 27*	6
5	Pengkategorian ukuran tubuh	Menilai bentuk tubuh yang di miliki	17, 24*	12* ,23,	4
Total					28

*Angka yang di tandai **bold bintang** adalah aitem yang gugur

Hasil uji validitas menunjukkan bahwa sebanyak 25 aitem dari Citra tubuh mendapatkan hasil valid, di antaranya aitem nomor 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24,25,26 dan 28. Skor *Corrected Item-Total Correlation* item yang diterima berada pada rentang 0,268 – 0,658.

Kemudian didapatkan aitem yang tidak valid, yaitu aitem nomor 9, 12 dan 27. *Skor Corrected aitem-Total Correlation* aitem yang tidak valid berada pada rentang 0,079 – 0,230. Maka dapat disimpulkan bahwa instrumen yang digunakan dalam skala ini terdiri dari 25 aitem yang valid dan layak digunakan untuk analisis lebih lanjut.

b. Analisis Aitem Penerimaan diri

Tabel 3. 7

Blueprint Skala Penerimaan Diri Setelah Uji Coba

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Fav	unf	
1	Penghargaan diri yang positif	Mampu menerima diri apa adanya	9,23, 30*	17,19,32	6
		Menunjukkan kasih sayang terhadap diri sendiri	6,7,25	5* ,28,31	6
		Tidak tergantung pada validasi eksternal	18* ,11	4,20,	4
		Merasa nyaman menjadi diri sendiri	10* ,27	12,21	4
2	Evaluasi diri yang negatif	Pendapat orang lain sebagai penilaian diri	2*,3* , 26	15* ,16,22	6
		Standar diri yang dimiliki	8,24, 29*	1,13,14	6
Total					32

*Angka yang di tandai **bold bintang** adalah aitem yang gugur

Hasil uji validitas menunjukkan bahwa sebanyak 28 aitem dari Penerimaan diri mendapatkan hasil valid, di antaranya aitem nomor 1, 2, 4, 6, 7,5, 8,9, 11,12, 13, 16, 17,19, 20, 21, 22, 23, 24,25,26,27,28,31 dan 32. *Skor Corrected aitem-Total Correlation* aitem yang diterima berada pada rentang 0,374 – 0,728.

Kemudian didapatkan aitem yang tidak valid, yaitu aitem nomor 3,5,10,14,15 18,29 dan 30. Maka dapat disimpulkan bahwa instrumen yang digunakan dalam skala ini terdiri dari 24 aitem yang valid dan layak digunakan untuk analisis lebih lanjut.

3. Uji Reliabilitas

Menurut Sugiyono (2017), uji reliabilitas digunakan untuk mengukur konsistensi kuesioner yang merupakan indikator dari variabel atau konstruk. Suatu kuesioner dikatakan reliable atau handal jika jawaban seorang terhadap pernyataan bersifat konsisten atau stabil dari waktu ke waktu. Pengujian *reliability* dimaksudkan untuk memastikan bahwa instrument dilakukan dengan menggunakan *Cronbach Alpha*. Lebih lanjut Sugiyono mengemukakan, instrument penelitian dikatakan reliabel, jika nilai *Cronbach Alpha* sebesar 0,60 atau lebih.

Tabel 3. 8
Hasil Uji Reliabilitas

Citra Tubuh Reliability Statistics		Penerimaan Diri Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items	Cronbach's Alpha	N of Items
.876	23	.899	24

Tabel tersebut menjelaskan bahwa skor koefisien reliabilitas skala citra tubuh adalah $r = 0,876$ dan skala penerimaan diri = 0,899 yang

artinya skala citra tubuh dan penerimaan diri bernilai baik dan diterima untuk di gunakan sebagai alat ukur.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan salah satu kegiatan penelitian berupa proses penyusunan dan pengelolaan data guna menafsirkan data yang telah diperoleh, menurut Sugiyono (2017) Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data regresi linier sederhana, yang bertujuan untuk melihat pengaruh atau hubungan secara linier antara satu variabel independent terhadap satu variabel dependent (Priyatno, 2014). Tujuannya adalah untuk memprediksi besaran nilai variabel dependent yang dipengaruhi oleh variabel independent. Dasar pengambilan keputusan uji regresi linier sederhana ditentukan oleh nilai signifikansi yang harus bernilai di bawah 0,05 di mana dikatakan variable bebas berpengaruh signifikan terhadap variabel terikat (Priyatno, 2014). Sebelum melakukan analisis regresi linear sederhana, ada dua analisis yang harus dilakukan sebagai syarat untuk melakukan uji regresi, yakni sebagai berikut

1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah populasi dan berdistribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini akan digunakan uji *One Sample Kolmogorov-Smirnov* dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS. Uji normalitas dikatakan terpenuhi apabila nilai

signifikannya menunjukkan nilai lebih besar ($>$) dari 0.05. sebaliknya, uji normalitas dikatakan tidak terpenuhi apabila nilai signifikannya menunjukkan nilai lebih kecil ($<$) dari pada 0,05 (Priyanto ,2014).

2. Uji Linieritas

Uji Linieritas merupakan uji prasyarat yang biasanya dilakukan apabila melakukan analisis korelasi. Uji linearitas dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS dan diinterpretasikan dengan nilai signifikansinya. Uji linieritas pada SPSS digunakan *Test or Linearity* dengan taraf signifikansi 0,05. Dua variabel dapat dikatakan mempunyai hubungan yang linear apabila nilai signifikansi pada linearitas kecil dari 0,05 (Priyatno, 2014).

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang di ajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan citra tubuh dengan penerimaan diri pada mahasiswa pendidikan tari pengguna instgram di universitas negeri padang. analisis yang di gunakan yaitu teknik analisis korelasi product moment dengan menggunakan bantuan spss 20 for windows dengan ketentuan nilai signifikan $< 0,05$ jika nilai signifikan didapatkan nilai signifikansi yang didapat berada pada taraf < 0.05 maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen.