

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### A. Identifikasi Variabel

Ada dua variabel digunakan dalam penelitian, yaitu:

1. Variabel Tergantung : *Body Image*
2. Variabel Bebas : Konformitas Teman Sebaya

##### B. Definisi Operasional

###### 1. Body Image

*Body image* adalah persepsi, pemikiran, dan perasaan individu terhadap tubuhnya, dipengaruhi oleh faktor psikologis dan sosial. Bagi remaja, *body image* berperan penting dalam perkembangan fisik, mental, dan sosial, karena mencerminkan rasa percaya diri dan kenyamanan terhadap tubuh remaja. Oleh karena itu, *body image* bukan sekadar tentang penampilan, tetapi juga tentang bagaimana remaja belajar menerima dan menghargai diri sendiri. *Body image* terdiri dari lima aspek utama, yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian-bagian tubuh, kecemasan terhadap kenaikan berat badan, dan pengkategorian tubuh. Dalam penelitian ini, pengukuran *body image* dilakukan menggunakan skala *body image* didasarkan pada teori dikemukakan oleh Cash & Smolak (2011).

## 2. Konformitas Teman Sebaya

Konformitas mengacu pada penyesuaian perilaku atau keyakinan individu akibat tekanan kelompok untuk menyesuaikan diri orang lain. Bagi remaja, konformitas terhadap teman sebaya memainkan peran penting dalam menciptakan sikap, perilaku, dan pengambilan keputusan, karena masa remaja merupakan tahap krusial dalam pembentukan identitas. Meskipun konformitas dapat mendukung hubungan sosial, jika dilakukan secara berlebihan, hal ini dapat menimbulkan dampak negatif. Oleh karena itu, remaja perlu menyeimbangkan konformitas kemampuan berpikir kritis. Konformitas teman sebaya mencakup dua aspek, yaitu pengaruh sosial normatif dan pengaruh sosial informasional, diukur menggunakan skala berdasarkan teori Baron & Byrne (2004).

### C. Subjek Penelitian

Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* untuk menentukan sampel. Menurut Sugiyono (2022), *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel didasarkan pada pertimbangan-pertimbangan khusus. Sampel dalam penelitian ini dipilih berdasarkan kriteria-kriteria tertentu, antara lain:

1. Perempuan dan Laki-laki
2. Berusia 16-18 tahun
3. Siswa/I Kelas X dan XI
4. Siswa/I SMA Islam 1 Sleman

#### D. Metode Penelitian

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif korelasional, bertujuan untuk menganalisis hubungan antara variabel-variabel menjadi fokus penelitian. Data dikumpulkan melalui pengisian skala dirancang untuk memperoleh informasi relevan tujuan penelitian, meskipun tidak secara langsung mengukur hal ingin diteliti (Azwar, 2019). Penelitian ini menggunakan skala Likert terdiri dari pernyataan positif (*favorable*) dan negatif (*unfavorable*). Pernyataan *favorable* menggambarkan kesesuaian objek atau sikap diukur, pernyataan *unfavourable* menunjukkan ketidaksesuaian atau pertentangan. Setiap pernyataan diberi nilai tertentu berdasarkan kategori jawaban dipilih oleh responden (Azwar, 2019).

Responden diminta memilih satu dari lima opsi jawaban menunjukkan tingkat persetujuan, yakni sangat setuju (SS), setuju (S), netral (N), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Untuk pernyataan *favorable*, skor tertinggi (5) diberikan pada jawaban "sangat setuju" dan skor terendah (1) pada jawaban "sangat tidak setuju". Sebaliknya, pernyataan *unfavorable*, skor dibalik, yaitu 1 untuk "sangat setuju" dan 5 untuk "sangat tidak setuju".

Tabel 3. 1 Blueprint Skala Likert

Kategori Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat Sesuai (SS)	5	1
Sesuai (S)	4	2
Netral (N)	3	3
Tidak Sesuai (TS)	2	4
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	5

## 1. Skala Body Image

Penelitian ini menggunakan skala *body image* dimodifikasi dari skala dikembangkan oleh Narotin dan Satwika (2024). Aitem dalam skala ini disusun berdasarkan indikator-indikator berasal dari komponen aspek-aspek *body image*, merujuk pada teori oleh Cash dan Smolak (2011).

Tabel 3. 2 Blueprint Skala Body Image

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Fav	Unfav	
1.	Evaluasi Penampilan ( <i>Appearance Evaluation</i> )	Perasaan menarik dan tidak menarik diri sendiri	1, 2, 3, 4	5, 6,	6
		Perasaan puas dan tidak puas terhadap diri sendiri	7	8, 9, 10	4
2.	Orientasi Penampilan ( <i>Appearance Orientation</i> )	Usaha untuk meningkatkan penampilan	11, 12	13, 14	4
		Perilaku untuk menjaga penampilan	15, 16	17, 18, 19	5
3.	Kepuasan pada Bagian Tubuh ( <i>Body Areas Satisfaction</i> )	Kepuasan terhadap bagian-bagian tubuh	20, 21, 22, 23, 24, 25, 26	27, 28, 29	10
4.	Kecemasan akan Kelebihan Berat Badan ( <i>Overweight Preoccupation</i> )	Pemikiran berulang terkait berat badan berlebih	30, 31, 32	33, 34, 35	6
5.	Pengkategorian Ukuran Tubuh ( <i>Self-Classified Weight</i> )	Penilaian diri sendiri terkait berat badan	36, 37, 38, 39	40, 41, 42, 43	8
Jumlah			23	20	43

## 2. Skala Konformitas Teman Sebaya

Penelitian ini menggunakan skala konformitas teman sebaya telah ada, merujuk pada teori Baron dan Byrne (2004), melakukan modifikasi dari skala dikembangkan oleh Kamilah dan Ardi (2024). Aitem dalam skala ini disusun berdasarkan indikator-indikator berasal dari komponen aspek-aspek konformitas teman sebaya, sesuai teori diusulkan oleh Baron dan Byrne (2004).

Tabel 3. 3 *Blueprint* Skala Konformitas Teman Sebaya

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Fav	Unfav	
1.	Pengaruh Sosial Normatif	Perilaku agar disukai oleh teman sebaya	1, 2, 3, 4, 5, 6	7, 8, 9, 10, 11	11
		Rasa takut akan penolakan	12, 13, 14, 15, 16, 17, 18	19, 20, 21, 22, 23, 24	13
2.	Pengaruh Sosial Informasional	Menerima pendapat orang lain	25, 26, 27, 28	29, 30, 31, 32, 33	9
		Membenarkan orang lain	34, 35, 36, 37	38, 39, 40	7
Jumlah			21	19	40

### E. Metode Analisis Data

Data dikumpulkan melalui skala dianalisis memanfaatkan perangkat lunak SPSS versi 20 untuk analisis data statistik. Mengingat penelitian ini bersifat kuantitatif, analisis statistik diterapkan untuk mengolah data. Sebelum melakukan pengujian hipotesis, uji asumsi terlebih dahulu dilakukan untuk memastikan bahwa data memenuhi persyaratan diperlukan untuk analisis statistik lebih lanjut.

## 1. Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan untuk menguji korelasi antar variabel, uji asumsi peneliti lakukan diantaranya:

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk memeriksa apakah data dari 2 variabel digunakan dapat terdistribusi normal (Widana & Muliani, 2020). Data dikatakan normal jika frekuensi observasi tidak menunjukkan perbedaan signifikan frekuensi kurva teoritis, uji normalitas ini menggunakan metode *Kolmogorov-smirnov*;

Nilai  $P > 0,05$  = maka data terdistribusi normal.

Nilai  $P < 0,05$ , = data tidak terdistribusi secara normal.

### b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk memastikan apakah terdapat hubungan linear antara 2 variabel digunakan (Widana & Muliani, 2020). Pengujian ini menggunakan metode *deviation from linearity*, di mana nilai p pada nilai F dibandingkan 0,05.

Nilai  $P > 0,05$  = hubungan dianggap linear.

Nilai  $P < 0,05$  = hubungan dianggap tidak linear.

## 2. Uji Hipotesis

Usai memastikan bahwa uji asumsi normalitas dan linearitas telah terpenuhi, uji hipotesis dilakukan untuk menjawab pertanyaan penelitian. Analisis ini menggunakan teknik analisis statistik korelasi *Product Moment* (Sugiyono, 2022). Analisis ini menggunakan bantuan

perangkat lunak SPSS 20 for Windows. Tujuan utama analisis ini untuk mengamati hubungan antara konformitas teman sebaya dan body image pada siswa SMA Islam 1 Sleman.

## F. Kredibilitas

### 1. Uji Validitas

Agar skala dapat memperoleh data akurat dan relevan sakategn pengukurannya, diperlukan proses pengujian validitas tepat (Azwar, 2019). Penelitian ini, jenis validitas digunakan adalah validitas isi (*content validity*). Validitas isi dilakukan meminta penilaian (*judgement*) dari seorang profesional di bidang psikologi untuk mengevaluasi kesesuaian butir-butir aitem konstruksi teori diterapkan.

Untuk menilai apakah suatu pengukuran valid atau tidak, diperlukan standar koefisien validitas minimal sebesar 0,50, Namun, jika jumlah butir memenuhi standar ini masih belum mencukupi, batasan tersebut dapat diturunkan secara bertahap hingga mencapai  $\geq 0,25$ , hingga jumlah butir diharapkan terpenuhi (Azwar, 2019).

$$V = \frac{\sum s}{n(c - 1)}$$

$$S = r - I_o$$

$I_o$  = Angka rating terendah (1)

$c$  = Angka rating tertinggi (5)

$r$  = Angka rating diberikan oleh seorang penilai

## 2. Uji Reliabilitas

Pengujian reliabilitas merujuk pada tingkat kepercayaan atau konsistensi hasil pengukuran, menunjukkan seberapa akurat suatu pengukuran dilakukan (Azwar, 2019). kata lain, jika kesalahan dalam pengukuran, pengukuran tersebut dianggap tidak reliabel. Koefisien reliabilitas 0,80. Pengujian pada penelitian ini reliabilitas dilakukan menerapkan formula *Alpha Cronbach*, dianalisis menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS 20 for Windows.

## G. Rancangan Penelitian

Penelitian ini dirancang melalui berbagai tahapan terarah dan sistematis agar dapat memperoleh hasil diharapkan. Setiap tahapan dilalui cermat, tahapan-tahapan tersebut diantaranya:

### 1. Tahap Awal Penelitian

Pada tahap ini, peneliti memulai mengidentifikasi permasalahan dianggap menarik dan layak untuk diteliti. Sebelum pelaksanaan, peneliti mengurus dan memperoleh izin resmi dari pihak terkait untuk melakukan penelitian di tempat tersebut. Selanjutnya, peneliti melakukan pencarian referensi, studi pendahuluan awal, serta konsultasi dosen pembimbing untuk memperoleh masukan dan arahan. permasalahan teridentifikasi jelas, peneliti merumuskan judul penelitian sesuai.

Selanjutnya, peneliti melakukan studi literatur untuk mengumpulkan teori-teori dan konsep-konsep relevan guna

memperkuat latar belakang penelitian. Berdasarkan pemahaman teoritis tersebut, peneliti merumuskan rumusan masalah, tujuan penelitian, serta menentukan subjek penelitian. Pada tahap ini juga disusun instrumen penelitian berupa kuesioner sebagai alat ukur akan digunakan dalam pengumpulan data.

## 2. Tahap Penelitian

Tahap ini merupakan proses pengumpulan data *online* atau daring melalui perantara guru BK akan memberikan kuesioner telah dibuat peneliti kepada siswa/I. Pengumpulan data dilakukan membagikan skala berbasis kertas (*paper-based*) kepada para responden. Skala ini diisi secara manual oleh subjek penelitian di bawah pengawasan peneliti guna memastikan pengisian dilakukan benar dan sesuai petunjuk.

## 3. Tahap Akhir Penelitian

seluruh data terkumpul peneliti melanjutkan ke tahap pengolahan dan analisis data. Proses ini dilakukan bantuan perangkat lunak aplikasi statistik SPSS versi 20. Hasil analisis kemudian diinterpretasikan dan disusun dalam bentuk laporan penelitian sistematis, mencakup hasil temuan, pembahasan, kesimpulan, serta saran relevan tujuan penelitian.