

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Pada penelitian ini variabel yang digunakan pada pengujian hipotesis ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel Tergantung : *Body Image*
2. Variabel Bebas : *Fear of Missing Out*

B. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan penjelasan yang dapat menggambarkan sifat atau karakteristik dari suatu yang bisa didefinisikan, diamati, atau diteliti. Menurut Sugiyono (2019) definisi operasional akan menunjukkan alat pengambilan data yang tepat dan menunjukkan bagaimana cara mengukur suatu variabel.

1. *Body Image*

Body image merupakan suatu penilaian dewasa awal pada dirinya sendiri, hal ini mencakup bagaimana dirinya menilai, merasakan, dan melihat tubuhnya sendiri. Menurut Cash dan Pruzinsky (2002) *Body image* memiliki lima aspek yaitu *Appereance Evaluation*, *Appereance Orientation*, *Body Area Satisfication*, *Overweight Preoccupation*, dan *Self-Classified Weight*. Variabel *body image* dalam penelitian ini di ukur dengan

menggunakan skala *body image* berdasarkan teori Cash dan Pruzinsky (2002),

2. *Fear of Missing Out*

Fear of Missing Out (FoMO) merupakan rasa cemas, rasa khawatir atau takut dewasa awal ketika mereka tidak dapat terhubung terhadap aktivitas orang lain di media sosial atau internet, karena mereka tidak ingin tertinggal atau kehilangan momen berharga yang ada di internet. Menurut Przybylski dkk. (2013) *Fear of Missing Out* (FoMO) memiliki dua dimensi yaitu *Relatedness* dan *Self*. Variabel *fear of missing out* diukur dengan menggunakan skala FoMO berdasarkan teori Przybylski dkk (2013).

C. Subjek Penelitian

Studi ini menerapkan teknik *purposive sampling*, suatu pendekatan penarikan sampel berdasarkan pertimbangan kriteria spesifik yang telah ditetapkan sebelumnya untuk memilih sampel yang sesuai, dengan metode ini, jumlah sampel yang diambil disesuaikan berdasarkan yang memenuhi kriteria tersebut (Sugiyono, 2019). Penelitian ini populasinya adalah seluruh dewasa awal berusia 19-30 tahun. Menurut Sugiyono (2019) populasi merupakan keseluruhan objek atau subjek yang menjadi fokus dalam suatu penelitian. Selanjutnya, subjek pada penelitian ini adalah dewasa awal umur 19-30 tahun. Sugiyono (2019) menjelaskan subjek penelitian adalah sampel dari populasi yang dianggap mewakili populasi secara keseluruhan. Maka dari itu, kriteria subjek penelitian ini yaitu:

1. Dewasa awal berusia 19-30 Tahun
2. Belum pernah menikah
3. Memiliki media sosial
4. Pernah melihat konten terkait pernikahan muda

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pada penelitian ini menggunakan skala. Skala psikologi merupakan instrumen untuk dapat mengukur atribut kognitif dan non-kognitif, dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi non-kognitif (Azwar, 2022). Penelitian ini memanfaatkan kuesioner yang berisi pernyataan yang dibuat melalui *Google form* untuk diberikan kepada subjek. Penelitian ini juga menggunakan skala *Likert*. Menurut Sugiyono (2019), skala *Likert* adalah alat ukur yang digunakan untuk menilai sikap, pendapat, atau persepsi individu terhadap pernyataan tertentu. Skala ini memiliki dua kategori, yaitu *favourable* (mendukung subjek) dan *unfavourable* (tidak mendukung subjek). Skala *likert* memiliki lima pilihan jawaban, yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), netral (N), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Kemudian untuk penilaian *unfavourable*, skala dimulai dari point satu (sangat sesuai) hingga poin lima (sangat tidak sesuai).

Tabel 3.1 *Blueprint* Skala Likert

Kategori	Skor <i>Favorable</i> (F)	Skor <i>Unfavorable</i> (UF)
Sangat Sesuai (SS)	5	1
Sesuai (S)	4	2
Netral (N)	3	3
Tidak Sesuai (TS)	2	4
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	5

Dalam penelitian ini digunakan instrument berupa skala *body image* dan skala *Fear of missing out* (FoMO). Skala *body image* ini di modifikasi dari Narotin dan Satwika (2024) yang menggunakan teori Cash dan Pruzinsky (2002) yang memiliki lima aspek yaitu *appearance evaluation*, *appearance orientation*, *body area satisfaction*, *overweight preoccupation* dan *self-classified weight*. Modifikasi yang dilakukan adalah menyesuaikan item untuk dewasa awal yang memahami tren menikah muda karena pada skala sebelumnya subjek yang digunakan adalah remaja.

Tabel 3.2 *Blueprint* Skala *Body Image* Sebelum Uji Coba

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

5.	<i>Self-Classified Weight</i> (Pengkategorian Ukuran Tubuh)	Penilaian diri sendiri terkait berat badan	42, 43	44, 45	4
Total					45

Penelitian ini, skala *fear of missing out* (FoMO) diterapkan dengan memanfaatkan skala yang dimodifikasi dari Kurniawati dan Prawita (2024) yang berdasarkan pada teori Przybylski dkk. (2013) yang menggunakan dua dimensi yaitu *relatedness* dan *self*. Modifikasi yang dilakukan adalah menyesuaikan item untuk dewasa awal yang memahami tren menikah muda karena pada skala sebelumnya subjek yang digunakan adalah mahasiswa.

Tabel 3.3 *Blueprint Fear of Missing Out (FoMO) Sebelum Uji Coba*

No	Aspek	Indikator	Aitem		Σ
			F	UF	
1.	Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan <i>relatedness</i>	Ketakutan	6, 7, 8, 9, 10	1, 2, 3, 4, 5	10
		Kekhawatiran	14, 15, 16, 17	11, 12, 13	7
2.	Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan <i>self</i>	Kecemasan	18, 19, 20	21, 22, 23, 24	7
Total					24

E. Metode Analisis Data

Dalam penelitian ini, analisis data dibantu oleh perangkat lunak SPSS versi 25.0 *Windows*. Berikut adalah tahapan-tahapan yang dilakukan dalam proses analisis data.

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah proses pengujian data untuk menentukan apakah distribusi data mengikuti pola distribusi normal atau tidak (Sugiyono, 2019). Pada penelitian ini, uji *Kolmogorov-Smirnov* digunakan dibantu program SPSS versi 25.0 untuk *Windows*. Data dikatakan normal jika nilai signifikansi (sig) $>0,05$, yang menandakan bahwa data mengikuti distribusi normal. Sebaliknya, jika nilai $\text{sig} <0,05$, maka data dianggap tidak berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas berfungsi sebagai teknik analisis guna mengevaluasi ada tidaknya korelasi berbentuk linier di antara beberapa variabel (Sugiyono, 2019). Penelitian ini, peneliti menggunakan uji linearitas untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *fear of missing out* (FoMO) dengan *body image*. Jika kedua variabel tersebut memiliki hubungan linier, maka nilai signifikansi (sig) akan lebih besar dari 0,05. Sebaliknya, jika nilai sig kurang dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan linier antara kedua variabel yang diuji.

2. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi *Pearson Product Moment* dan sebelum melakukan uji hipotesis, peneliti terlebih dahulu melakukan uji asumsi terhadap variabel (X) *fear of*

missing out (FoMO) dan variabel (Y) *body image*. Metode statistik *Pearson Product Moment* digunakan dalam penelitian ini untuk menguji hipotesis. Metode ini mengukur kekuatan dan arah hubungan antara dua variabel yang memiliki data serupa, sehingga diperoleh koefisien korelasi yang membantu dalam memahami dan mendukung asumsi mengenai keterkaitan antara variabel tersebut (Sugiyono, 2019).

F. Kredibilitas

Penelitian ini, kredibilitas yang digunakan mencakup uji validitas, uji reliabilitas. Pengujian ini sebagai syarat agar memperoleh hasil penelitian yang berkualitas dan untuk menilai apakah setiap aitem pernyataan pada skala yang digunakan layak atau tidak untuk pengumpulan data.

1. Uji Validitas

Azwar (2022), validitas adalah ukuran sejauh mana instrumen tersebut efektif dalam mengukur variabel yang ingin diteliti dan menghasilkan data yang sesuai dengan tujuannya. Penelitian ini menggunakan uji validitas isi berupa penilaian ahli atau *expert judgement* untuk mengevaluasi kevalidan pengukuran dalam penelitian ini. *Expert judgement* adalah metode untuk menilai validitas dengan membandingkan alat ukur yang dikembangkan oleh peneliti dengan ketepatan isi tes, melalui analisis logis yang dilakukan oleh individu yang memiliki keahlian atau kompetensi di bidang. Dalam penelitian ini, digunakan uji validitas isi dengan teknik statistik yang dikenal sebagai Aiken's *V*. Koefisien *Aiken's V* didasarkan pada penilaian

yang diberikan oleh beberapa ahli terhadap item untuk melihat seberapa baik item tersebut dapat mewakili struktur yang akan diukur. Menurut Azwar (2021) suatu item dianggap valid jika nilai validitasnya mendekati 1,00, dan semakin tinggi nilai *Aiken's V*, maka semakin baik validitas item tersebut. Berikut adalah rumus untuk *Aiken's V*.

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

Keterangan:

S = r - lo

lo = Angka penilaian validitas terendah

C = Angka penilaian validitas tertinggi

R = Angka yang diberikan oleh seorang ahli

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas dapat diartikan sebagai seberapa dapat dipercaya suatu alat ukur. Jika alat ukur tersebut menghasilkan data yang konsisten dan tepat, maka data tersebut dianggap dapat diandalkan, bahkan jika diukur berulang kali (Azwar, 2022). Penelitian ini, peneliti memakai teknik *Alpha Cronbach's* untuk mengukur reliabilitas. Suatu instrumen dianggap reliabel jika skor reliabilitasnya berada antara 0,00 sampai 1,00. Semakin mendekati 1,00 maka nilai reliabilitasnya memuaskan dan nilai reliabilitas dianggap baik jika minimal berada di kisaran 0,80.

3. Daya Diskriminasi

Azwar (2022) menyampaikan bahwa daya diskriminasi dianggap memuaskan jika nilai mencapai 0,3. Kemudian apabila daya diskriminasi $\leq 0,3$ atau bernilai negatif, maka aitem dapat dikatakan rendah. Sedangkan apabila daya diskriminasi $\geq 0,3$, maka dapat dikatakan aitem memiliki daya deskriminasi tinggi.

G. Rancangan Penelitian

1. Prosedur Penelitian

Penelitian ini, memiliki empat tahap yang harus dilakukan, seperti:

a. Tahap Persiapan

Tahap persiapan ini peneliti melakukan identifikasi permasalahan, mencari referensi dan membuat judul dengan konsultasi kepada dosen sampai mendapatkan judul yang tepat, menentukan subjek. Kemudian, peneliti mencari berbagai jurnal atau teori yang relevan dan mencari skala *body image* dan *Fear of Missing Out*.

b. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan tahap ini peneliti akan melakukan sebuah uji coba instrumen penelitian pada subjek dewasa awal dengan kriteria yang sudah ditentukan untuk melihat validitas dan reliabilitas skala yang digunakan. Peneliti melakukan *Expert judgement* untuk menilai validitas dan memastikan apakah semua aspek sudah relevan untuk digunakan, kemudian peneliti melakukan uji coba untuk menguji

reliabilitas menggunakan *Alpha Cronbach's*. Selanjutnya peneliti akan melakukan pengambilan data dengan menyebarkan kuesioner yang sudah di uji validitas dan reliabilitasnya dengan bantuan *google form* untuk mempermudah.

c. Tahap Pengolahan Data

Pada tahap ini peneliti akan melakukan pengelolaan secara statistik dengan bantuan SPSS 25.0 berdasarkan data yang diperoleh dari penyebaran kuesioner sebelumnya. Selanjutnya, dari data yang sudah didapatkan maka peneliti akan menganalisis hasil dan mulai menyusun pembahasan yang sesuai dengan hasil data tersebut sehingga dari pembahasan tersebut akan menghasilkan sebuah kesimpulan mengenai “apakah ada hubungan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan *Body Image*”