

BAB III

METODE PENELITIAN

Metode merupakan unsur penting dalam penelitian ilmiah, karena metode yang digunakan dalam penelitian dapat menemukan apakah penelitian tersebut dapat dipertanggung jawabkan hasilnya. Bab ini akan menguraikan mengenai tipe penelitian, identifikasi variabel penelitian, defenisi operasional, subjek penelitian, teknik pengumpulan data, dan analisis data.

A. TIPE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan tipe penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif adalah pendekatan dalam penelitian atau biasa disebut dengan model penelitian dengan pengolahan dan penyajian data menggunakan metode statistik. Pendekatan ini menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan statistik. Pada dasarnya pendekatan kuantitatif digunakan dalam penelitian inferensial atau untuk keperluan pengujian hipotesis.

B. IDENTIFIKASI VARIABEL

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Bungin, 2005).

Variabel dalam penelitian ini, yaitu ;

1. Variabel Terikat (*Devendent variable*) :

- Kepercayaan diri (y)
- Konsep diri (y)

2. Variabel Bebas (*Indevendent variable*) :

- Jenis kelamin (x)

C. DEFINISI OPERASIONAL PENELITIAN

Menurut Azwar (dalam Bungin 2005), definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Variabel secara operasional berdasarkan karakteristik yang diamati dan memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu obyek atau fenomena.

a. Kepercayaan Diri

Adalah suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Adapun aspek dari kepercayaan diri adalah keyakinan pada diri sendiri, optimis, obyektif, bertanggung jawab, serta rasional dan realistis.

b. Konsep Diri

Konsep diri adalah sebuah pandangan ataupun persepsi individu mengenai dirinya sendiri yang terbentuk melalui interaksi dengan lingkungan serta berpengaruh terhadap aktivitas kehidupan individu tersebut. Adapun aspek-aspek konsep diri adalah pengetahuan, harapan, dan penilaian.

c. Jenis Kelamin

Jenis kelamin adalah suatu anggota badaniah yang membedakan laki-laki dan perempuan. Laki-laki dan perempuan juga memiliki peran dan posisi yang berbeda-beda.

D. SUBJEK PENELITIAN

1. Populasi Penelitian

Menurut Bungin (2005), Populasi adalah suatu wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari lalu kemudian ditarik kesimpulan. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa yang berkuliah di Universitas Medan Area, stambuk 2012, yang berjumlah 1.846 orang.

2. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling* yaitu pemilihan sampel yang didasarkan pada ciri-ciri atau sifat-sifat, karakteristik tertentu yang merupakan ciri-ciri pokok populasi yang

telah dilakukan sebelumnya (Bungin, 2005). Sampel dalam penelitian ini adalah berjumlah 80 orang mahasiswa Universitas Medan Area stambuk 2012 yang mengalami obesitas diperoleh karena telah dilakukan tehnik *screening test*.

Adapun karakteristik sampel adalah sebagai berikut :

- Mahasiswa laki-laki dan perempuan berusia 18-21 tahun
- Mahasiswa laki-laki dan perempuan yang mengalami obesitas

E. TEKNIK PENGUMPULAN DATA

Menurut Arikunto (dalam Bungin 2005), teknik pengumpulan data adalah cara yang digunakan peneliti untuk memperoleh data yang dibutuhkan. Dalam penggunaan teknik pengumpulan data peneliti memerlukan instrumen yaitu alat bantu agar pengerjaan pengumpulan data menjadi lebih mudah. Metode pengumpulan data dalam kegiatan ini mempunyai tujuan untuk mengungkapkan fakta mengenai variabel yang diteliti. Tujuan ini harus dicapai dengan menggunakan cara-cara yang efisien dan akurat. Untuk mengungkap fakta mengenai variabel kepercayaan diri dalam penelitian ini digunakan skala kepercayaan diri

1. Skala Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas

perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

Adapun Skala kepercayaan diri disusun berdasarkan aspek-aspek kepercayaan diri yang dikemukakan oleh Lauster (dalam Ghufron dan Risnawita 2010), yang meliputi :

- a. Keyakinan akan kemampuan diri yaitu sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa mengerti sungguh sungguh akan apa yang dilakukannya.
- b. Optimis yaitu sikap positif seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuan.
- c. Obyektif yaitu orang yang percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.
- d. Bertanggung jawab yaitu kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
- e. Rasional dan realistis yaitu analisa terhadap suatu masalah, suatu hal, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Skala kepercayaan diri ini menggunakan skala Likert, yaitu skala yang menggunakan 4 alternatif. Penilaian yang diberikan kepada masing-masing jawaban subjek pada setiap pernyataan *favourable* adalah Sangat Sesuai (SS) mendapat nilai 4, Sesuai (S) mendapat nilai 3, Tidak Sesuai (TS) mendapat nilai

2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) mendapat nilai 1. Untuk pernyataan yang bersifat *unfavourable* penilaian yang diberikan adalah Sangat Sesuai (SS) mendapat nilai 1, Sesuai (S) mendapat nilai 2, Tidak Sesuai (TS) mendapat nilai 3, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) mendapat nilai 4.

2. Skala Konsep Diri

Konsep diri adalah gambaran seseorang mengenai dirinya sendiri, baik bersifat fisik, sosial maupun psikologis yang diperoleh atau timbul dalam interaksi dengan lingkungan sosialnya.

Adapun skala konsep diri disusun berdasarkan dimensi-dimensi konsep diri yang dikemukakan oleh Howard Fitts (dalam Musbikin 2013), yang meliputi :

- a. Diri Identitas (*identity self*), merupakan aspek paling mendasar pada konsep diri dan mengacu pada pertanyaan “siapakah saya” dalam pertanyaan tersebut mencakup label-label dan simbol-simbol yang diberikan pada diri (*self*) oleh individu-individu yang bersangkutan untuk menggambarkan dirinya dan membangun identitasnya.
- b. Diri Pelaku (*behavior self*) , merupakan persepsi individu tentang tingkah lakunya dan kesadaran mengenai “apa yang dilakukan oleh diri”. Selain itu bagian ini berkaitan erat dengan diri identitas. Diri yang adekuat akan menunjukkan adanya keserasian antara diri identitas dengan diri perilakunya, sehingga ia dapat mengenali dan menerima dirinya..

- c. Diri Penerimaan (*judging self*), berfungsi sebagai pengamat, penentu standar, dan evaluator. Kedudukannya adalah sebagai perantara (mediator) antara diri identitas dan diri pelaku.
- d. Diri fisik (*physical self*), yaitu pandangan seseorang terhadap fisiknya. Dalam hal ini terlihat persepsi seseorang mengenai kesehatan dirinya, penampilan dirinya (cantik, jelek, menarik, dan tidak menarik) dan keadaan tubuhnya (tinggi, pendek, gemuk, dan kurus).
- e. Diri Keluarga (*family self*), yaitu pandangan dan penilaian seseorang dalam kedudukannya sebagai anggota keluarga. Bagian ini menunjukkan seberapa jauh seseorang merasa adekuat dirinya sebagai anggota keluarga, serta peran maupun fungsi yang dijalankannya sebagai anggota dari suatu keluarga.
- f. Diri Pribadi (*personal self*), yaitu perasaan atau persepsi seseorang tentang keadaan pribadinya. Hal ini tidak dipengaruhi oleh penampilan diri secara fisik atau hubungan dengan orang lain, tetapi dipengaruhi oleh sejauh mana individu merasa puas terhadap pribadinya atau sejauh mana individu tersebut merasa dirinya sebagai pribadi yang tepat.
- g. Diri Moral Etik (*moral-etichal self*) yaitu persepsi seseorang terhadap dirinya dilihat dari standar pertimbangan nilai moral dan etika. Hal ini menyangkut persepsi seseorang mengenai hubungan dengan tuhan, kepuasan seseorang akan kehidupan keagamaannya,

dan nilai-nilai moral yang dipegangnya, yang meliputi batasan baik atau buruk.

- h. Diri Sosial (*social self*), yaitu bagaimana seseorang dalam melakukan interaksi sosialnya. Bagian ini merupakan penilaian seseorang terhadap interaksi dirinya dengan orang lain maupun lingkungan di sekitarnya.

Skala konsep diri ini menggunakan skala Likert, yaitu skala yang menggunakan 4 alternatif. Penilaian yang diberikan kepada masing-masing jawaban subjek pada setiap pernyataan *favourable* adalah Sangat Sesuai (SS) mendapat nilai 4, Sesuai (S) mendapat nilai 3, Tidak Sesuai (TS) mendapat nilai 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) mendapat nilai 1. Untuk pernyataan yang bersifat *unfavourable* penilaian yang diberikan adalah Sangat Sesuai (SS) mendapat nilai 1, Sesuai (S) mendapat nilai 2, Tidak Sesuai (TS) mendapat nilai 3, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) mendapat nilai 4.

F. VALIDITAS DAN RELIABILITAS

Alat ukur yang digunakan dalam sebuah penelitian selayaknya adalah alat ukur yang baik. Alat ukur yang baik adalah alat ukur yang valid dan realibel.

Adapun pengertian valid dan realibel adalah sebagai berikut:

1. Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan ciri-ciri kevalidan atau kesahihan suatu instrument. Suatu instrument dikatakan valid apabila

dapat mengungkapkan data dari variabel yang diteliti secara tepat (Arikunto, 2002). Adapun teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur dalam penelitian ini adalah analisis *Product Moment* dari Pearson, yakni dengan mengdeklamasikan antara skor yang diperoleh pada masing-masing item dengan skor alat ukur.

Skor total ialah nilai yang diperoleh dari hasil penjumlahan semua skor item T. Test antara skor item dengan skor total haruslah signifikan berdasarkan ukuran statistik tertentu, maka derajat T. Test dapat dicari dengan menggunakan koefisien dari pearson dengan menggunakan validitas sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{\sum xy - \frac{(\sum x)(\sum y)}{N}}{\sqrt{[(\sum x^2) - \frac{(\sum x)^2}{N}][(\sum y^2) - \frac{(\sum y)^2}{N}]}}$$

Keterangan :

r_{xy} : koefisien kolerasi antara variabel x (skor subjek setiap item) dengan variabel x

$\sum xy$: jumlah dari hasil perkalian antara variabel y (total skor subjek dari seluruh item) dengan variabel y.

$\sum X$: jumlah skor setiap item x

$\sum Y$: jumlah skor seluruh tiap item y.

N : jumlah subjek

2. Reabilitas

Reabilitas menunjukkan pada suatu pengertian bahwa suatu instrument cukup dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrument tersebut sudah baik. Reabilitas artinya dapat dipercaya.

Analisis reabilitas pada skala kepercayaan diri dan konsep diri dapat dipakai metode *Alpha Cronbach's* dengan rumus sebagai berikut :

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum \delta b^2}{\sigma^2} \right]$$

Keterangan :

r_{11} : reabilitas instrumen

K : banyaknya butir pertanyaan

$\sum \sigma$: jumlah varian butir

σ^2 : varian total

G. TEKNIK ANALISIS DATA

Teknik analisis data yang digunakan adalah melalui interpretasi dari teknik angket yang akan dianalisis statistik melalui teknik T.test.

Berikut adalah rumus T.test :

$$t = \frac{m_1 - m_{11}}{\frac{\sqrt{\epsilon Ks1^2 + \epsilon Ks1^2}}{(n_1 - 1) + (n_{11} - 1)} \left[\frac{1 + 1}{n_1 + n_{11}} \right]}$$

Keterangan :

T : nilai test yang dicari

KsI : Kelompok sampel I

MI : Rata – rata dari sampel I

KsII : Kelompok sampel II

MII : Rata – rata dari sampel II

NI : Jumlah individu dalam sampel I

NII : Jumlah individu dalam sampel

Sebelum melakukan analisis t.test maka lebih dulu dilakukan uji asumsi

yaitu :

1. Uji normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data dari variabel penelitian telah menyebar secara normal
2. Uji homogenitas varians, yaitu untuk mengetahui apakah data kepercayaan diri dan konsep diri yang telah diambil dari kelompok subjek (yang mengalami obesitas) yang dalam karakter maupun ciri-ciri yang sama (homogen).