

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian lapangan, yaitu jenis penelitian yang dilakukan pada situasi kehidupan nyata.<sup>1</sup> Tujuan penelitian lapangan adalah untuk menggali secara realistis permasalahan yang timbul selama proses penelitian.<sup>2</sup> Pendekatan pada penelitian ini adalah dengan penelitian kuantitatif.<sup>3</sup> Pendekatan kuantitatif merupakan penelitiannya terstruktur dan mengkuantifikasi data untuk dapat digeneralisasi.<sup>4</sup> Fokus penelitian ini hanya kepada pengaruh kebersyukuran dengan *body image* pada ibu menyusui di Kelurahan Kelayan Timur. Data yang dikumpulkan banyak menggunakan angka.<sup>5</sup> Dimulai dengan pengumpulan, analisis, dan kesimpulan temuan penelitian.<sup>6</sup>

Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan survei. Pendekatan survei adalah penelitian yang dilakukan pada populasi besar maupun kecil, tetapi data yang dipelajari

---

<sup>1</sup> Ita Maulidar, "skripsi fuul.pdf," diakses 14 Maret 2024, <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/10186/1/skripsi%20fuul.pdf>.

<sup>2</sup> Eko Retno Prianti, "Layanan Konseling Individual Dengan Pendekatan Humanistik Bagi Warga Binaan Pemasyarakatan Kasus Pembunuhan Di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Way Hui Kota Bandar Lampung.pdf.crdownload," t.t.

<sup>3</sup> Muri Yusuf, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*, (Jakarta: Kencana 2014), t.t., 4.

<sup>4</sup> Ari Dwi Astono, *Metode Penelitian Manajemen Pendekatan Kuantitatif dan Kualitatif Buku Ajar Perkuliahan* (Cahaya Ghani Recovery, t.t.).

<sup>5</sup> Muri Yusuf, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*, (Jakarta: Kencana 2014).

<sup>6</sup> Ma'ruf Abdullah, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, t.t., 222.

adalah data dari sampel yang diambil dari populasi tersebut, untuk menemukan kejadian-kejadian relatif, distribusi, dan hubungan-hubungan antar variabel sosiologis maupun psikologis. Dalam penelitian survei, peneliti menanyakan kebeberapa orang responden tentang keyakinan, pendapat, karakteristik suatu obyek perilaku yang telah lalu atau sekarang. Penelitian survei berkenaan dengan pertanyaan tentang keyakinan dan perilaku dirinya sendiri. Semua anggota sampel atau responden dalam penelitian survei menjawab pertanyaan yang sama. Penelitian survei mengukur nilai beberapa variabel, menguji beberapa hipotesis tentang perilaku, pengalaman, dan karakteristik suatu obyek.<sup>7</sup>

## **B. Desain Penelitian**

Penelitian memakai desain penelitian dua variabel. Sebagai variabel bebas, variabel kebersyukuran dan variabel *body image* sebagai variabel terikat yang nantinya akan dianalisis.

## **C. Lokasi Penelitian**

Peneliti melakukan penelitian pada kalangan ibu menyusui yang tinggal di Kelurahan Kelayan Timur Kecamatan Banjarmasin Selatan yang berjumlah 113 orang. Dan memilih kawasan ini karena lebih dekat dengan tempat tinggal peneliti.

---

<sup>7</sup> P. Dr Sugiyono, "Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D (M. Dr. Ir. Sutopo. S. Pd," *Alfabeta, cv*, 2019, 56–57.

## D. Populasi dan Sampel Penelitian

### 1. Populasi Penelitian

Keseluruhan fenomena atau satuan/unit yang ingin diteliti disebut dengan populasi.<sup>8</sup> Dan 113 ibu menyusui di Kelurahan Kelayan Timur dijadikan sebagai subjek penelitian. Dengan Kriteria sebagai berikut:

- a. Ibu menyusui
- b. Bertempat tinggal di Kelurahan Kelayan Timur
- c. Bersedia menjadi responden

### 2. Sampel Penelitian

Bagian dari populasi yang dipilih untuk mewakili populasi disebut sampel.<sup>9</sup> Untuk memastikan semua populasi diperlakukan sama, peneliti menggabungkan orang-orang dari populasi berbeda sambil mengumpulkan sampel. Oleh karena itu hak setiap subjek sama, maka peneliti terlepas dari perasaan ingin mengistimewakan satu atau beberapa subjek untuk dijadikan sampel.<sup>10</sup> Maka dalam penelitian ini menggunakan 92 Orang sampel ibu menyusui, menggunakan tabel yang dikemukakan oleh Krejcie dan Morgan.

---

<sup>8</sup> Priyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Surabaya: Zifatama Publishing, 2016), t.t., 104.

<sup>9</sup> Muri Yusuf, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*, (Jakarta: Kencana 2014), 120.

<sup>10</sup> Ma'rif Abdullah, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, 234.

## E. Data dan Sumber Data

### 1. Data

Penelitian ini menggunakan data kuantitatif, artinya tanggapan yang diberikan partisipan dapat diukur.<sup>11</sup> Data numerik atau terukur disebut sebagai data kuantitatif. Setelah dilakukan analisis dan perhitungan statistik, data ini akan dipisahkan menjadi data primer dan sekunder sesuai dengan sumber data penelitian.<sup>12</sup>

### 2. Sumber Data

Berdasarkan sumber datanya, penelitian ini dibagi menjadi data primer dan sekunder.

#### a) Data Primer

Data primer yaitu data yang diperoleh dari subjek penelitian secara langsung melalui observasi, wawancara maupun teknik pengumpulan data yaitu menggunakan skala, yakni skala kebersyukuran dan skala *body image*.

---

<sup>11</sup> Purwanto, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi Dan Pendidikan*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), t.t., 212.

<sup>12</sup> Saifuddin Azwar, , *Metode Penelitian Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017), 132.

#### b) Data Sekunder

Data dari buku, majalah, publikasi atau terbitan lain yang jelas-jelas relevan dengan penelitian ini digunakan sebagai data sekunder.

### F. Teknik pengumpulan Data

Kuesioner digunakan sebagai bagian dari metode pengumpulan data. Penggunaan kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang melibatkan menanyakan satu atau lebih pertanyaan tertulis kepada responden, kemudian menganalisis jawabannya untuk mengumpulkan informasi.<sup>13</sup> Kuesioner adalah metode pengumpulan data di mana partisipan Jika peneliti memahami dengan tepat variabel mana yang ingin diukur dan apa yang diharapkan peneliti dari responden, maka kuesioner ini efektif untuk mengumpulkan data.<sup>14</sup> Kuesioner disebarkan dalam bentuk skala. Skala adalah serangkaian pertanyaan yang diberikan kepada semua responden yang disusun secara sistematis

#### 1. Skala Likert

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur persepsi, sikap, dan sikap individu atau kelompok dalam kaitannya dengan suatu variabel tertentu. Pada skala Likert, diperlukan indikator yang

---

<sup>13</sup> Vivi Herlina, *Panduan Praktis Mengolah Data Kuesioner Menggunakan SPSS* (Elex Media Komputindo, 2019), 1–2.

<sup>14</sup> Dr Sugiyono, “Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D,” 2013, 199.

kemudian direduksi menjadi elemen-elemen yang berasal dari variabel itu sendiri. Selanjutnya, item-item tersebut di atas akan memperlihatkan berbagai reaksi, dari sangat positif hingga sangat negatif.<sup>15</sup> Pilihan setiap item kuesioner adalah: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).<sup>16</sup>

Dalam penelitian ini ada dua skala yang digunakan yakni skala kebersyukuran dan skala *body image*.

a. Skala *Body Image*

*Blue Print Body Image*, peneliti adaptasi skala kebersyukuran Izharnada Salsabila dalam disertasinya yang berjudul Hubungan Antara Kebersyukuran dan *Body Image* pada Masa Remaja pada Mahasiswa Program Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang Tahun 2018 dengan teori dan aspek *body image* dari Cash & Pruzinsky. . Berdasarkan uji validitas diperoleh hasil sebesar 0,277 hingga 0,703. Nilai *Crobach alpha* sebesar 0,828 pada saat uji reliabilitas.

TABEL 3. 1 BLUE PRINT SKALA *BODY IMAGE*

No	Aspek	Indikator	Tujuan
1	<i>Appearance Evaluation</i> (evaluasi penampilan)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Penampilan keseluruhan tubuh sudah menarik.</li> <li>- Puas dengan penampilan diri</li> </ul>	Agar penampilan keseluruhan selalu terlihat menarik.

<sup>15</sup> Amos Neolaka, *Metode Penelitian dan Statistik* (Rosda Karya, 2015), 117, <https://openlibrary.telkomuniversity.ac.id/pustaka/101253/metode-penelitian-dan-statistik.html>.

<sup>16</sup> Weksi Budiaji, "Skala Pengukuran dan Jumlah Respon Skala Likert," preprint (Ina-Rxiv, 26 Desember 2018), 128, <https://doi.org/10.31227/osf.io/k7bgy>.

2	<i>Appearance orientation</i> (orientasi penampilan)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memperhatikan penampilan.</li> <li>- Berusaha memperbaiki penampilan</li> <li>- Berusaha meningkatkan penampilan.</li> </ul>	Untuk lebih meningkatkan penampilan diri, lebih dari sebelumnya.
3	<i>Body area satisfaction</i> (kepuasaan terhadap bagian tubuh)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Puas dengan tiap bagian tubuh.</li> <li>- Puas dengan penampilan keseluruhan.</li> </ul>	Agar selalu terlihat menarik dihadapan orang lain.
4	<i>Overweight preoccupation</i> (kecemasan menjadi gemuk)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kecenderungan untuk melakukan diet.</li> <li>- Mengatur pola makan.</li> </ul>	Agar keseluruhan bagian tubuh terlihat ideal.
5	<i>Self classified weight</i> (pengkategorian ukuran tubuh)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengkategorikan berat tubuh.</li> <li>- Merasa bentuk tubuh proposional.</li> </ul>	Memiliki bentuk tubuh yang menarik.

b. Skala Kebersyukuran

*Blue Print Body Image*, peneliti adaptasi skala rasa syukur Izharnada Salsabila dalam disertasinya yang berjudul Hubungan Antara Kebersyukuran dan *Body Image* pada Masa Remaja pada Mahasiswa Program Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang Tahun 2018 dengan teori dan aspek kebersyukuran menurut McCullough dan Emmons. Berdasarkan hasil uji validitas, nilai koefisien korelasi item skala syukur berkisar antara 0,742 hingga 0,768. Nilai *Cronbach alpha* sebesar 0,756 ditemukan pada pengujian reliabilitas.

TABEL 3. 2 BLUE PRINT SKALA KEBERSYUKURAN

No	Aspek	Indikator	Tujuan
1	Intensitas	Bersyukur ketika terjadi hal positif	Ketika diberikan kebaikan, tidak lupa mengucapkan rasa syukur.
2	Frekuensi	Mengucapkan rasa syukur setiap hari	Agar selalu berfikir positif dengan apa yang telah dilalui.
3	<i>Span</i> (rentang)	Bersyukur dalam berbagai keadaan hidup dan juga pekerjaan yang dimiliki (saat ini)	Bersyukur dengan segala yang telah diberikan.
4	<i>Density</i>	Bersyukur atas kesehatan dan keluarga yang dimiliki	Mensyukuri dengan segala yang dimiliki saat ini.

### G. Desain Pengukuran

Uji reliabilitas dan validitas selanjutnya akan diterapkan pada data. Untuk mengetahui apakah instrumen atau alat ukur penelitian sudah memadai dan dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam pengumpulan data penelitian maka dilakukan uji validitas dan reliabilitas.

#### a. Validitas



Salah satu cara untuk menentukan apakah suatu instrumen penelitian dapat mengumpulkan data yang valid atau akurat adalah dengan uji validitas. Instrumen penelitian akan digunakan untuk mengukur permasalahan yang ingin diteliti jika valid.<sup>17</sup> Uji validitas dengan menggunakan teknik korelasi *product moment* akan digunakan dalam penelitian ini.

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  : koefisien korelasi

X : jumlah skor butir

Y : jumlah skor total

N : jumlah sampel

Sebuah metode untuk menilai hasil augmentasi data dari alat analisis yang dapat menyesuaikan data umum dan spesifik subjek disebut dengan pengujian reliabilitas.<sup>18</sup> Uji reliabilitas dengan teknik *Alpha Crombach* yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

$$\alpha = \left( \frac{K}{K-1} \right) \left( \frac{s_r^2 - \sum s_i^2}{s_x^2} \right)$$

Keterangan:

$\alpha$ : Koefisien reliabilitas alpha

K: Jumlah item

---

<sup>17</sup> Suharsimi Arikunto, "Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek," (*No Title*), 211, diakses 27 Maret 2024, <https://cir.nii.ac.jp/crid/1130000795354347648>.

<sup>18</sup> Arikunto, 222.

$s_i^2$ : Varian responden untuk item

$s_x^2$ : Jumlah varian skor total.

## H. Teknik Analisis Data

Pada penelitian ini pengolahan data dan analisis data yang dipakai oleh peneliti yaitu :

### 1. Uji Normalitas

Pengujian normalitas merupakan pemeriksaan data agar dapat mengetahui variabel penelitian, khususnya variabel bebas dan terikat, berdistribusi normal. Pengujian normalitas dilakukan terhadap data dalam bentuk numerik. Teknik pengujian normalitas meliputi uji chi-squared, uji Lilliefors, Kolmogorov-Smirnov, dan Shapiro Wilk. Keputusan pengujian normalitas didasarkan pada asumsi bahwa data penelitian berdistribusi normal dan hipotesis penelitian valid jika nilai signifikansi atau nilai probabilitas lebih besar dari 0,05. Sebaliknya hipotesis penelitian ditolak dan data penelitian tidak berdistribusi normal jika nilai signifikansi atau nilai probabilitas kurang dari 0,05.

Ada dua cara untuk melakukan uji normalitas. Pertama, secara deskriptif dilakukan dengan histogram, rasio *Skewness*, melihat Q-Q plot, koefisien *varians*, perbandingan kurtosis, *Boxplot*, dan melihat *Detrend* normal. Kedua, secara analitis dengan uji Kolmogorov-Smirnov atau uji Shapiro Wilk.

Uji normalitas akan menentukan uji data apa yang akan dipakai untuk analisis data selanjutnya. Data yang terdistribusi normal, untuk pengujian data berikutnya memakai uji parametrik. Sedangkan data yang tidak terdistribusi normal untuk pengujian data berikutnya memakai uji nonparametrik.

## 2. Uji Linieritas

Uji linearitas menguji data buat menentukan apakah ada hubungan linear antara variabel bebas dan variabel terikat.

## 3. Uji Regresi Linier Sederhana

Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang cukup besar terhadap kedua variabel penelitian, dilakukan uji regresi linier sederhana.<sup>19</sup> Untuk memastikan apakah kedua variabel penelitian mempunyai pengaruh atau kontribusi yang berarti, pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi linier dasar. Pengujian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh yang dihasilkan oleh dua variabel, baik positif maupun negatif. mencoba meramalkan hubungan antara variabel independen dan dependen.<sup>20</sup>

## 4. Analisis Data

Analisis dalam penelitian ini adalah analisis statistik, khususnya analisis data dalam bentuk numerik. Analisis ini dilakukan untuk mengetahui hipotesis yang diajukan sebelumnya.

---

<sup>19</sup> Edi Riadi, "Statistika Penelitian (Analisis Manual dan IBM SPSS)(A. Prabawati," Penerbit Andi, 2016, 156.

<sup>20</sup> Riadi, 156.

Tindakan mensintesis dan mengorganisasikan data ke dalam kategori, pola, dan unit deskripsi mendasar untuk mengidentifikasi tema dan menghasilkan hipotesis berdasarkan data dikenal sebagai analisis data. Dengan menggunakan program SPSS 25 For Windows, uji regresi linier langsung akan digunakan untuk menghitung data penelitian ini. Pengujian regresi merupakan suatu metode analisis yang bertujuan untuk memastikan seberapa besar ketergantungan suatu variabel terhadap faktor lain, khususnya variabel independen, untuk meramalkan nilai variabel dependen berdasarkan nilai variabel independen dan rata-rata variabel dependen.