

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2009:8).

Penelitian kuantitatif, sesuai dengan namanya, banyak dituntut menggunakan angka. Mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan dari hasilnya. Demikian juga dengan pemahaman akan kesimpulan penelitian akan lebih baik apabila juga disertai dengan tabel, grafik, bagan, gambar atau tampilan lain (Arikunto, 2010:27).

B. Identifikasi Variabel

Istilah Variabel merupakan istilah yang tidak pernah ketinggalan dalam setiap jenis penelitian, F.N Kerlinger menyebut variabel sebagai sebuah konsep seperti halnya laki-laki dalam konsep jenis kelamin, insaf dalam konsep kesadaran (Arikunto, 2010:159). Variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2009: 38).

Menurut hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lain maka macam – macam variabel dalam penelitian dapat dibedakan menjadi dua, yakni:

1. Variabel terikat (*dependent variabel*) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2009:39). Jadi variabel terikat, nilai-nilainya bergantung pada variabel lain dan biasanya disimbolkan dengan huruf Y. Variabel terikat (Y) dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri.
2. Variabel bebas (*independent variable*) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat) (Sugiyono, 2009:39). Variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah obesitas.

C. Definisi Operasional

Pada penelitian ini, definisi operasional dari variabel – variabel yang diukur dapat dijelaskan sebagai berikut:

C.1. Obesitas

Obesitas adalah suatu kondisi medis berupa penimbunan lemak berlebih dari yang diperlukan oleh fungsi tubuh, sehingga menimbulkan kerugian pada tubuh berupa masalah kesehatan juga masalah psikologis yang akan menimpa remaja obesitas.

Kategori obesitas dilihat dari Index Massa Tubuh, IMT dihitung dari berat badan dalam ukuran kilogram dibagi dengan tinggi badan dalam bentuk meter. Kategori indeks massa tubuh menurut Sugondo (2006) adalah:

1. < 18,5 Berat badan kurang
2. 18,5 - 24,9 Berat badan normal
3. 25 - 29,9 Berat badan lebih
4. 30 - 34,9 Obesitas I
5. 35 - 39,9 Obesitas II dan
6. >39,9 Sangat obesitas (Rahmawati, 2009:6).

Dalam penelitian ini menggunakan kategori indeks massa tubuh diatas 30 (tiga puluh).

C.2. Percaya Diri

Percaya diri adalah dimana diri memiliki perasaan yakin atau mampu pada kemampuan, kekuatan, dan penilaian diri. Percaya diri membuat individu bersikap positif pada diri sendiri, lingkungan, maupun situasi yang dihadapi.

Adapun indikator dari percaya diri adalah sebagai berikut:

1. Percaya pada kemampuan atau kompetensi diri
2. Tidak menunjukkan sikap konformis (Berani beda dari orang lain).
3. Berani menerima penolakan orang lain

4. Pengendalian diri yang baik (bisa mengatur emosi, tidak *moody*/suasana hati yang mudah berubah-ubah).
5. Memiliki locus of control (Bergantung pada usaha sendiri, tidak mudah menyerah dan tidak bergantung pada orang lain).
6. Mempunyai pandangan positif (memiliki sifat *positif thinking* terhadap diri, orang lain, maupun lingkungan).
7. Memiliki harapan yang realistis (berharap yang semestinya dan tidak terlalu muluk).

D. Populasi dan Sampel

D.1. Populasi

Menurut Sugiyono (2009:80) yang dimaksudkan populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian diambil kesimpulan. Dalam penelitian ini populasinya adalah Remaja di sekolah SMA NU 1 Gresik dengan karakteristik populasi yaitu: 1) Remaja berusia 15-18 Tahun, 2) Tercatat secara administratif sebagai siswa aktif di SMA NU 1 Gresik, 3) Remaja yang memiliki berat badan lebih (obesitas) sejumlah 33 (tiga puluh tiga) siswa yang termasuk obesitas.

D.2. Teknik Pengambilan Sampel

Sampel dalam penelitian adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2009:215). Teknik pengambilan sampel

yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampling jenuh. Sampling jenuh merupakan teknik penentuan sampel yang menjadikan semua populasi sebagai sampel, hal ini dilakukan bila jumlah populasi relatif kecil (Sugiyono, 2015: 85). Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel jenuh karena Populasi dalam penelitian ini relatif kecil yaitu sejumlah 33 orang.

E. Penyusunan Instrumen

E.1. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan pada penelitian ini adalah kuisisioner (angket). Kuisisioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal yang diketahui (Arikunto, 2010:194). Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan kuisisioner karena kuisisioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2009:142).

Skala pengukuran yang digunakan adalah Skala Likert, yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Variabel yang akan diukur dengan skala likert dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan (Sugiyono, 2009:93). Untuk mengukur variabel kepercayaan diri yang menggunakan skala likert.

Alternatif jawaban yang digunakan adalah empat pilihan jawaban, dengan alasan peneliti berpendapat bahwa ada kelemahan dengan lima alternatif jawaban karena responden akan cenderung memilih alternatif yang ada ditengah (karena dirasa aman dan paling gampang karena hampir tidak berpikir) (Arikunto, 2010:284). Adapun alternatif jawaban dan skor skala likert yang digunakan untuk variabel kepercayaan diri dalam penelitian ini adalah;

Tabel 4. Alternatif Jawaban Skala Likert

| No. | Favorable | | Unfavorable | |
|-----|---------------------|-------|---------------------|-------|
| | Alternatif Jawaban | Nilai | Alternatif Jawaban | Nilai |
| 1 | Sangat Sesuai | 4 | Sangat Tidak Sesuai | 1 |
| 2 | Sesuai | 3 | Tidak Sesuai | 2 |
| 3 | Tidak Sesuai | 2 | Sangat Sesuai | 3 |
| 4 | Sangat Tidak Sesuai | 1 | Sangat Sesuai | 4 |

E.2. Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid atau sah mempunyai validitas tinggi. Sebaliknya, instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan, dan dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat (Arikunto, 2010:211). Azwar (2009:45) menyatakan bahwa validitas logik merupakan validitas yang diestimasi melalui pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional atau melalui *professional judgment*. *Professional Judgment* didalam penelitian ini adalah dosen

pembimbing penelitian ini. Pertanyaan yang dicari jawabannya dalam validasi adalah sejauh mana item-item tes mewakili komponen dalam keseluruhan kawasan isi obyek yang hendak diukur (aspek representasi), dan sejauh mana item-item tes mencerminkan ciri-ciri perilaku yang hendak diukur (aspek relevansi).

Jenis validitas isi yang digunakan dalam penelitian ini validitas logik (*sampling validity*). Validitas tipe ini menunjukkan pada sejumlah isi tes yang merupakan representasi dari ciri atribut yang hendak diukur (Azwar, 2009:47).

E.3. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas adalah suatu instrumen dapat dipercaya sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Instrumen yang baik tidak akan bersifat tendensius mengarahkan responden untuk memilih jawaban tertentu. Instrumen yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga. Reliabilitas menunjuk pada tingkat keterandalan sesuatu. Reliabel artinya, dapat dipercaya, dapat diandalkan (Arikunto, 2010:221). Untuk mengetahui reliabilitas ini memanfaatkan *SPSS 15.0 for Windows* menggunakan teknik statistik dengan rumus *Alpha Cronbach*.

Jenis reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah reliabilitas *Alpha Cronbach* yang merupakan bagian dari statistik, biasanya digunakan sebagai penduga dari reliabilitas konsistensi internal dari satu skor tes untuk sampel. Azwar (2008) menjelaskan *Alpha Cronbach* adalah perhitungan

melalui bentuk skala yang dikenakan hanya satu kali pada sekelompok responden (*single-trial administration*). Dengan menyajikan skala hanya satu kali, maka problem yang mungkin timbul pada pendekatan reliabilitas tes ulang dapat dihindari.

Dalam hal ini peneliti menggunakan uji statistik reliabilitas *Alpha Cronbach* untuk menganalisis instrument, dengan reliabel jika memberikan nilai koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* $> 0,70$ (Uyanto, 2006:240).

F. Uji Asumsi

Uji asumsi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah uji normalitas dan uji linieritas, berikut ini adalah penjelasannya:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian kedua variabel distribusi secara normal. Uji normalitas ini dilakukan dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan *SPSS for windows* versi 15.0. Data dikatakan distribusi normal jika nilai $p > 0,05$ dan tidak distribusi secara normal apabila nilai $p < 0,05$.

b. Uji Linearitas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah data variabel kontrol diri berkorelasi terhadap perilaku agresif. Uji linieritas ini dilakukan dengan

menggunakan *test for linierity* dengan bantuan SPSS *for windows* versi 15.0. Kedua variabel dikatakan berhubungan secara linier jika $p < 0,05$.

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul (Sugiyono, 2010: 147). Penggolongan dan analisis data tidak terlepas dari penerapan metode statistik tertentu. Dalam penelitian ini, data yang diperoleh akan dianalisis secara kuantitatif melalui uji statistik sesuai dengan hipotesis serta asumsi yang telah melatar belakangi pemakaian uji statistik tersebut.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi *product moment* yang bertujuan untuk menentukan hubungan antara dua variabel yaitu variabel X dan variabel Y. Seluruh proses analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan alat bantu SPSS 15.0 *for windows*.