

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menghasilkan data berupa angka-angka dan kemudian diolah dan di analisis menggunakan statistik untuk diambil kesimpulan (Ainy, 2017).

Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Pengumpulan data primer dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan kuesioner agar dapat melihat sejauh mana tentang citra tubuh dengan perilaku diet pada mahasiswa. Dimana data mengenai variabel independen adalah citra tubuh dan variabel dependen adalah perilaku diet pada mahasiswa diukur dalam waktu bersamaan.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Tempat

Penelitian dan Pengambilan data dilakukan di Prodi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.

2. Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada 22 – 24 Juli 2022.

C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh mahasiswa di Prodi Keperawatan mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo tahun ajaran 2021/2022 yaitu sebanyak 335

mahasiswa.

2. Sampel

Sampel adalah jumlah dalam karakteristik yang dimiliki oleh populasi, yang dapat digunakan sebagai subjek dalam penelitian melalui sampling (Sulaika et al., 2018). Sampel dalam penelitian ini diambil dari mahasiswa Prodi keperawatan semester 2, 4, 6 dan 8.

a. Besar sampel

Sampel adalah bagian (subset) dari populasi yang dipilih dengan cara tertentu sehingga dianggap dapat mewakili populasinya (Sastroasmoro, 2018). Untuk menentukan besar sampel pada penelitian ini peneliti menggunakan rumus Slovin.

$$n = \frac{N}{1 + N (e)^2}$$
$$n = \frac{335}{1 + 335 (10\%)^2}$$
$$n = \frac{335}{1 + 335 (0,1)^2}$$
$$n = \frac{335}{1 + 335 0,01}$$
$$n = \frac{335}{1 + 335 0,01}$$
$$n = \frac{335}{1 + 3,35}$$
$$n = \frac{335}{4,35}$$

$$n = 77$$

Berdasarkan hasil penghitungan di atas, maka didapatkan jumlah sampel yang diperlukan berjumlah 77.

Rumus untuk jumlah sampel masing-masing bagian dengan Teknik proportionate random sampling adalah sebagai berikut

$$\text{Sampel} = \frac{\text{Jumlah Subpopulasi}}{\text{Jumlah populasi}} \times \text{jumlah sampel yang diperlukan}$$

Pengambilan sampel menurut semesternya dapat dibuat gambaran statistik teknik penarikan sampel sebagai berikut :

Tabel 3.1 Jumlah Mahasiswa Prodi S1 Keperawatan

Semester	Sub populasi	Proporsi	Sampel
Semester 2	61	61/335 x 77	14
Semester 4	71	71/335 x 77	16
Semester 6	92	92/335 x 77	21
Semester 8	111	111/335 x 77	26
Jumlah	335		77

b. Teknik sampling

Mode pengambilan sampel pada penelitian ini adalah pengambilan sampel *proportionate random sampling*. *Proportionate random sampling* yaitu cara pengambilan sampel dari anggota populasi dengan menggunakan cara acak tanpa memperhatikan strata dalam populasi tersebut.

c. Kriteria penelitian

Adapun kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu:

- 1) Mahasiswa aktif di Universitas Ngudi Waluyo
- 2) Mahasiswa yang tinggal dengan keluarga inti
- 3) Mahasiswa yang bersedia menjadi responden

Adapun kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu:

- 1) Mahasiswa sakit saat pelaksanaan penelitian

D. Definisi Operasional

Definisi operasional ini bermanfaat untuk mengarahkan kepada pengukuran atau pengamatan terhadap variabel-variabel yang bersangkutan serta pengembangan instrumen

(alat ukur). Adapun variabel yang didefinisikan secara operasional dapat dijelaskan sebagai berikut :

Tabel 3.2 Definisi Operasional

Variabel	Definisi operasional	Alat ukur	Hasil ukur	Skala
Variabel independen citra tubuh	penilaian individu terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya,	Kuisisioner yang terdiri dari 15 pernyataan dengan penilaian : 1. tidak pernah : 1 2. jarang: 2 3. kadang-kadang: 3 4. sering: 4	Diperoleh jumlah skor maksimal sebanyak 60 dan minimal sebanyak 15, selanjutnya dikategorikan menjadi : 1. Negatif: 15-38 2. Positif : 39-60	Nominal
Variabel dependen perilaku diet pada mahasiswa	Perilaku penurunan berat badan yang pernah atau sedang dijalani oleh individu saat dilakukan penelitian	Kuisisioner yang terdiri dari 22 pernyataan dengan penilaian : 1. tidak pernah : 1 2. jarang: 2 3. kadang-kadang: 3 4. sering: 4	Diperoleh jumlah skor maksimal sebanyak 60 dan minimal sebanyak 15, selanjutnya dikategorikan menjadi : 1. Ekstrim: 22-44 2. Tidak sehat: 45-67 3. Sehat: 68-88	Ordinal

E. Variabel penelitian

1. Variabel independen

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah citra tubuh

2. Variabel dependen

Variabel terikat pada penelitian ini adalah perilaku diet pada mahasiswa

F. Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan cara untuk mendapatkan atau mengumpulkan data atau informasi dari responden sesuai lingkup penelitian (Syahrums & Salim, 2019).

Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan pengisian kuesioner oleh responden untuk mengetahui “Hubungan Citra Tubuh dengan Perilaku Diet pada Mahasiswa di Universitas Ngudi Waluyo 1”. Prosedur pengumpulan data yang dilakukan adalah sebagai berikut :

1. Mengajukan surat permohonan izin penelitian pada institusi pendidikan Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
2. Menyerahkan surat perizinan pelaksanaan penelitian ke Fakultas Kesehatan
3. Menyerahkan surat perizinan pelaksanaan penelitian ke Prodi Keperawatan
4. Melakukan pendekatan kepada calon responden tentang penelitian dan meminta persetujuan responden menjadi responden secara sukarela
5. Meminta responden yang bersedia menandatangani lembar persetujuan (*informed consent*) dilanjutkan dengan menjelaskan cara pengisian kuesioner
6. Peneliti membagikan kuesioner melalui *Google Form* kepada responden dan memberikan waktu untuk mengisi kuesioner.
7. Mempersilahkan responden mengisi lembar kesioner
8. Peneliti mengumpulkan lembar kuesioner dan mengoreksikuesioner yang sudah terjawab oleh responden
9. Setelah data terkumpul, peneliti melakukan teknik pengolahan data yang meliputi : *editing, skoring, coding, tabulating, transferring, entering, cleaning* dengan uji korelasi.
10. Penyajian hasil penelitian
11. Penyusunan laporan penelitian

G. Alat Ukur/Instrumen dan Bahan Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan instrument kuesioner dengan *google form* .

Kuisisioner ini dibagi menjadi tiga bagian yaitu :

1. Kuisisioner citra tubuh

Kuisisioner ini diambil dari Yosephin, FIKUI, 2002 berupa kuisisioner yang berupa dengan 15 pernyataan. Pada citra tubuh menggunakan skala likert dimana responden memilih jawaban sesuai dengan urutan angka yang diberikan. Pada skala likert ini tidak ada jawaban salah maupun benar, respon dengan derajat kestujuan dan ketidaksetujuan. Peneliti menyusun pernyataan berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhi citra tubuh. Antara lain :1) penilaian penampilan secara keseluruhan, 2) perbandingan dengan orang lain, 3) reaksi orang lain dan 4) komponen sikap terhadap citra tubuh.

Tabel 3.3 skala kuesioner citra tubuh

Indikator	Item soal	Jumlah
Penilaian penampilan secara keseluruhan	2,4,5,10,11,14	6
Perbandingan dengan orang lain	6,8	2
Reaksi orang lain	7,9	2
Komponen sikap terhadap citra tubuh	3,12,13,15	4

2. Kuisisioner perilaku diet

Kuisisioner ini berupa pengelompokkan pernyataan terdiri dari 22 item pernyataan. Pada perilaku diet menggunakan skala likert yaitu alat ukur dengan pilihan tidak pernah, kadang, sering dan selalu. Peneliti membuat ini dengan memodifikasi skala perilaku makan. Peneliti menyusun pernyataan dengan mempertimbangkan perilaku diet yang dilakukan dan jenis makanan yang dimakan.

Tabel 3.4 Kuesioner Perilaku Diet

Indikator	Item Soal	Jumlah Soal
Praktek diet yang dilakukan	3, 6, 10, 13,14, 15,16, 17,19, 21, 22	11
Jenis makanan yang dimakan	1, 2, 4, 5, 7, 8, 9, 18, 20	9
Penggunaan celana dalam	11, 12	2
Jumlah		22

H. Uji Validitas dan Reliabilitas

Sebelum menggunakan kuesioner dalam penelitian terlebih dahulu dilakukan uji coba untuk mengukur validitas dan reliabilitas yang bertujuan untuk mengetahui baik atau tidaknya instrumen sebagai pengumpul data.

1. Uji validitas

Validitas merupakan suatu indeks yang menunjukkan alat ukur itu benar-benar mengukur atau disebut juga suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrument. Sebuah instrument dapat dikatakan valid apabila mampu mengukur seperti yang diharapkan dan dapat menampilkan data dari variabel yang diteliti secara tepat. Hasil perhitungan setiap pernyataan pada kuesioner yang harus diganti karena dianggap tidak relevan. Hasil perhitungan setiap pernyataan dibandingkan dengan table nilai *product moment*. Jika hasil uji setiap pernyataan signifikan ($p\ value > 5\%$) atau $r\ hitung > r\ table\ (0,3)$, maka pernyataan dinyatakan valid dan bisa digunakan. Tetapi jika tidak signifikan ($p\ value < 5\%$) atau $r\ hitung < r\ table\ (0,3)$, maka pernyataan tersebut dinyatakan tidak valid (Masturoh & Nauri, 2018).

Uji validitas telah dilakukan pada bulan Juli 2022 terhadap 20 responden. Diperoleh hasil nilai r hitung untuk variabel citra tubuh antara 0,638-0,811, sedangkan untuk variabel perilaku diet diperoleh nilai $r\ hitung$ antara 0,580-0,832. Hal tersebut menunjukkan bahwa nilai r hitung lebih besar dari nilai r tabel (0,444), artinya semua pernyataan yang digunakan untuk mengukur variabel citra tubuh dan perilaku diet adalah valid.

2. Uji reliabilitas

Reliabilitas merupakan pengertian bahwa suatu instrument tersebut sudah baik. Instrument yang baik tidak bersifat tendensius mengarahkan responden untuk memilih jawaban tertentu. Pengujian reliabilitas untuk mengetahui konsistensi dari alat ukur apa

bisa konsisten dan dapat diandalkan apabila pengukuran dilakukan berulang dengan instrument tersebut. uji reliabilitas diukur menggunakan metode *Alpha Cronbach* jika nilai $r > 0,6$ maka kuesioner dinyatakan reliabel. Namun, jika nilai $r < 0,6$ maka kuesioner dinyatakan tidak reliabel (Masturoh & Nauri, 2018).

Uji reliabilitas telah dilakukan pada bulan Juli 2022 terhadap 20 responden. Diperoleh hasil nilai cronbach alpha untuk variabel citra tubuh sebesar 0,926, sedangkan untuk variabel perilaku diet diperoleh nilai cronbach alpha sebesar 0,952. Hal tersebut menunjukkan bahwa nilai cronbach alpha lebih besar dari nilai batas (0,60), artinya semua pernyataan yang digunakan untuk mengukur variabel citra tubuh dan perilaku diet adalah reliabel.

I. Pengolahan Data

Pengolahan data pada penelitian ini meliputi :

1. Pemeriksaan data (*Editing*)

Dilakukan pemeriksaan atau pengecekan kelengkapan data yang telah terkumpul, bila terdapat kesalahan atau kekurangan dalam pengumpulan data tersebut harus diperiksa kembali. Editing dapat dilakukan pada tahap pengumpulan data atau setelah data terkumpul. Menurut Notoatmojo (2014) editing adalah kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan isian formulir atau kuesioner tersebut :

- a. Apakah lengkap, semua pertanyaan sudah terisi dengan lengkap
- b. Apakah jawaban atau tulisan masing-masing pertanyaan terbaca cukup jelas
- c. Apakah jawaban relevan dengan pertanyaan
- d. Apakah jawaban dari pertanyaan yang diberikan konsisten dengan pertanyaan yang lain

2. *Skoring*

Skoring adalah melakukan penilaian untuk jawaban dari responden untuk

mengukur sikap menggunakan skala likert.

Scoring untuk soal citra tubuh, Pernyataan favorable yaitu :

- a. Sangat tidak setuju (STS) diberi skor = 4
- b. Tidak setuju (TS) diberi skor = 3
- c. Setuju (S) diberi skor = 2
- d. Sangat setuju (SS) diberi skor = 1

Untuk pernyataan unfavorable yaitu:

- a. Sangat tidak setuju (STS) diberi skor = 1
- b. Tidak setuju (TS) diberi skor = 2
- c. Setuju (S) diberi skor = 3
- d. Sangat setuju (SS) diberi skor = 4

Scoring untuk soal perilaku diet, Pernyataan favorable yaitu :

- a. Tidak pernah (TP) diberi skor = 4
- b. Kadang (K) diberi skor = 3
- c. Sering (SR) diberi skor = 2
- d. Selalu (SL) diberi skor = 1

Untuk pernyataan negatif (unfavorable) yaitu:

- a. Tidak pernah (TP) diberi skor = 1
- b. Kadang (K) diberi skor = 2
- c. Sering (SR) diberi skor = 3
- d. Selalu (SL) diberi skor = 4

3. Pemberian kode (*Coding*)

Coding merupakan kegiatan pemberian kode numeric (angka) terhadap data yang terdiri atas beberapa kategori. Pemberian kode ini sangat penting bila pengolahan dan analisis data menggunakan komputer. Biasanya dalam pemberian kode dibuat juga daftar kode dan artinya dalam satu buku (code book) untuk memudahkan kembali

melihat dan arti suatu kode dari suatu variabel.

- a. Responden : 1 : r1
2 : r2
3 : r3 dan seterusnya
- b. Umur : 18 tahun – 19 tahun : u1
20 tahun – 22 tahun : u2
- c. Semester : semester 5 : s5
semester 7 : s7

4. Tabulasi (*Tabulating*)

Menurut Rasimin (2018) *Tabulating* adalah pembuatan tabel-tabel data yang sesuai dengan tujuan penelitian, tabulasi dapat dibuat dengan menggunakan distribusi frekuensi. Adapun hasil pengolahan data tersebut diinterpretasikan dengan menggunakan skala kumulatif yaitu sebagai berikut :

- 100% = seluruhnya
- 76-99% = hampir seluruhnya
- 51-75% = sebagian besar
- 50% = setengah responden
- 26-49% = hampir setengahnya
- 1-25% = sebagian kecil dari responden
- 0% = tidak ada satupun dari responden

5. *Transferring*

Peneliti melakukan pemindahan berupa kode-kode yang ditabulasikan pada program tertentu, dalam hal ini peneliti menggunakan SPSS versi 22 untuk mempercepat dalam proses analisa data.

6. *Entering*

Entering merupakan proses saat peneliti memasukkan data ke dalam program computer setelah ditabulasi untuk selanjutnya dilakukan analisa data dengan

menggunakan *Microsoft excel*.

7. *Cleaning*

Setelah data yang telah dimasukkan ke program SPSS selesai, maka peneliti memastikan bahwa seluruh data yang dimasukkan ke dalam pengolahan data sudah selesai atau untuk mencari apakah terdapat kesalahan atau tidak pada saat data sudah dimasukkan.

J. Analisa Data

1. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan persentase dari tiap variabel (Notoatmodjo, 2010) yaitu variabel citra tubuh dan variabel perilaku diet.

2. Analisa Bivariat

Analisis yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2010), yaitu kriteria variabel citra tubuh dan perilaku diet. Untuk mengetahui hubungan antara dua variabel apakah signifikansi atau tidak dengan signifikan atau kebenaran 0,05 dengan menggunakan uji *Rank Spearman* dengan bantuan *software* komputer, dimana nilai $p < \alpha = 0,05$ maka H1 diterima atau ada hubungan citra tubuh terhadap perilaku diet pada mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo sedangkan nilai $p > \alpha = 0,05$ maka H0 ditolak atau tidak ada hubungan citra tubuh terhadap perilaku diet pada mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo.