

## BAB V

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

Guna mengetahui adanya keterkaitan antara variabel tergantung dengan variabel bebas dalam suatu penelitian, maka diperlukan pengujian asumsi dan hipotesis untuk membuktikan kebenarannya. Dalam penelitian ini yang mana variabel tergantung berupa kecenderungan *social appearance anxiety* dan variabel bebas *body shame* akan dianalisis menggunakan teknik korelasi *Product Moment* yang dibantu dengan program perhitungan komputer, yaitu *Statistical Packages for Social Sciences (SPSS) Release 16.0*. Pengujian variabel dilakukan dalam dua tahap utama, yaitu pengujian asumsi berupa uji normalitas dan uji linieritas, serta uji hipotesis. Berikut hasil analisis data yang telah dilakukan.

##### 1. Uji Asumsi

- a. Uji Normalitas
  - i. Kecenderungan *Social Appearance Anxiety*

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui tingkat normalitas distribusi aitem dari masing-masing alat ukur, yaitu Skala Kecenderungan *Social Appearance Anxiety* dan Skala *Body Shame*. Hasil uji normalitas pada Skala Kecenderungan *Social Appearance Anxiety* menunjukkan besaran koefisien signifikansi variabel (KS-Z) tersebut adalah sebesar 1,008 dengan p sebesar 0,262 ( $p > 0,05$ ). Berdasarkan

dari hasil uji normalitas tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa penyebaran dari Skala Kecenderungan *Social Appearance Anxiety* terdistribusi secara normal.

ii. *Body Shame*

Pengujian normalitas pada Skala *Body Shame* diperoleh koefisien signifikansi variabel (KS-Z) sebesar 1,102 dengan p sebesar 0,176 ( $p > 0,05$ ). Berdasarkan dari hasil uji normalitas tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa penyebaran dari *Skala Body Shame* terdistribusi secara normal karena besaran koefisien signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05. Hasil analisis data pada uji normalitas kedua alat ukur dapat dilihat lebih lanjut pada Lampiran 11.

b. **Uji Linieritas**

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui keterkaitan atau hubungan antar variabel yang diuji bersifat linier atau tidak. Hasil dari olah data uji linieritas diperoleh hasil besaran nilai signifikansi linier sebesar 0,000 dengan  $p < 0,05$ . Hal tersebut menunjukkan bahwa korelasi antara kecenderungan *social appearance anxiety* dan *body shame* bersifat linier. Hasil analisis data pada uji linieritas dapat dilihat lebih lanjut pada Lampiran 12.

## 2. Uji Hipotesis

Tahap pengujian yang terakhir dari penelitian ini adalah uji hipotesis. Uji hipotesis digunakan untuk menguji adanya keterkaitan

atau hubungan antara dua variabel yang diteliti; dalam penelitian ini variabel terganggunanya adalah kecenderungan *social appearance anxiety* dan variabel bebasnya adalah *body shame*. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa koefisien korelasi pada kecenderungan *social appearance anxiety* dengan *body shame* menunjukkan angka 0,855 dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hal tersebut membuahkan hasil bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *body shame* dengan kecenderungan *social appearance anxiety*.

### 3. Kategorisasi Tingkat Variabel Penelitian

Variabel penelitian kemudian dikategorisasikan ke dalam tiga kategori tingkatan, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Kategorisasi tingkatan tersebut didasarkan pada nilai *mean* empirik dan standar deviasi empirik serta *mean* hipotetik dan standar deviasi hipotetik pada subjek. Berdasarkan perumusan kategorisasi tingkatan tersebut, maka diperoleh data statistik yang dapat menunjang perhitungan rumus statistik empirik dan hipotetik. Berikut adalah pemaparan data statistik pada variabel kecenderungan *social appearance anxiety* sebagai variabel terganggu penelitian.

Tabel 8  
Deskripsi Data Statistik Variabel Tergantung (Kecenderungan *Social Appearance Anxiety*)

	Empirik	Hipotetik
<i>Mean</i> (M)	56,14	52,5
Standar deviasi (SD)	14,764	10,5

Penelitian sudah mengkategorikan masing-masing variabel ke dalam tiga tingkat untuk melihat jumlah subjek yang mengalami kecenderungan *social appearance anxiety* tahap tinggi, sedang, dan rendah; baik secara empirik maupun secara hipotetik. Berikut adalah penjabarannya.

Tabel 9  
Kategori Tingkatan pada Kecenderungan *Social Appearance Anxiety*

Kategori	Skor Empirik	Skor Hipotetik
Rendah	$X < 41,376$	$X < 42$
Sedang	$41,376 \leq X \leq 70,904$	$42 \leq X \leq 63$
Tinggi	$X > 70,904$	$X > 63$

Berdasarkan kategorisasi interval secara empirik dan hipotetik pada variabel tergantung, yaitu kecenderungan *social appearance anxiety*, maka diperoleh data sebagai berikut.

Tabel 10  
Kategori Kecenderungan *Social Appearance Anxiety* pada Subjek Penelitian

Kategori	Jumlah Subjek (Data Empirik)	Jumlah Subjek (Data Hipotetik)
Rendah	15 orang	9 orang
Sedang	34 orang	21 orang
Tinggi	60 orang	79 orang

Berdasar pada kategorisasi tersebut, dapat terlihat bahwa secara empirik, terdapat 60 orang subjek penelitian atau sekitar 55% subjek mengalami kecenderungan *social appearance anxiety* pada tingkat yang tinggi, 34 orang (31,2%) mengalami kecenderungan *social appearance anxiety* sedang, dan kecenderungan 15 orang sisanya (13,8%) mengalami *social appearance anxiety* yang rendah.

Apabila dilihat secara hipotetik, terdapat 79 orang subjek penelitian atau sekitar 72,5% subjek mengalami kecenderungan *social appearance anxiety* pada tingkat yang tinggi, 21 orang (19,3%) mengalami kecenderungan *social appearance anxiety* sedang, dan sembilan orang sisanya (8,3%) mengalami kecenderungan *social appearance anxiety* yang rendah. Lebih lanjut, peneliti juga mengelompokkan subjek ke dalam tiga kategorisasi tingkatan pada *body shame* secara empirik dan hipotetik. Berikut penjabarannya.

Tabel 11  
Deskripsi Data Statistik Variabel Bebas (*Body Shame*)

	Empirik	Hipotetik
Mean (M)	45,26	40
Standar deviasi (SD)	10,725	8

Penelitianpun sudah mengkategorikan masing-masing variabel ke dalam tiga tingkat untuk melihat jumlah subjek yang mengalami *body shame* tahap tinggi, sedang, dan rendah; baik secara empirik maupun secara hipotetik. Berikut adalah penjabarannya.

Tabel 12  
Kategori Tingkatan pada *Body Shame*

Kategori	Skor Empirik	Skor Hipotetik
Rendah	$X < 34,535$	$X < 32$
Sedang	$34,535 \leq X \leq 56,012$	$32 \leq X \leq 48$
Tinggi	$X > 56,012$	$X > 48$

Berdasarkan kategorisasi interval secara empirik dan hipotetik pada variabel tergantung, yaitu *body shame*, maka diperoleh data sebagai berikut.

Tabel 13  
Kategori *Body Shame* pada Subjek Penelitian

Kategori	Jumlah Subjek (Data Empirik)	Jumlah Subjek (Data Hipotetik)
Rendah	19 orang	14 orang
Sedang	79 orang	45 orang
Tinggi	11 orang	50 orang

Berdasar pada kategorisasi tersebut, dapat terlihat bahwa secara empirik, terdapat 11 orang subjek penelitian atau sekitar 10,1% subjek mengalami *body shame* pada tingkat yang tinggi, 79 orang (72,5%) mengalami *body shame* sedang, dan 19 orang sisanya (17,4%) mengalami *body shame* yang rendah.

Apabila dilihat secara hipotetik, terdapat 50 orang subjek penelitian atau sekitar 45,9% subjek mengalami *body shame* pada tingkat yang tinggi, 45 orang (41,3%) mengalami *body shame* sedang, dan 14 orang sisanya (12,8%) mengalami *body shame* yang rendah.

## B. Pembahasan

Berdasarkan proses analisis yang dilakukan terhadap keseluruhan data penelitian dari Skala Kecenderungan *Social Apperance Anxiety* dan Skala *Body Shame*, peneliti menemukan bahwa hipotesis utama dari penelitian ini diterima, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara *body shame* dengan kecenderungan *social appearance anxiety*. Konklusi tersebut diambil berdasarkan koefisien relasi yang diperoleh dari analisis *Product Moment* sebesar  $r_{xy} = 0,855$  dengan  $p < 0,01$ . Hal tersebut memiliki arti bahwa terdapat hubungan

positif yang signifikan antara *body shame* dengan kecenderungan *social appearance anxiety*; yang mana semakin tinggi tingkat *body shame* yang ada pada diri individu, maka semakin tinggi pula tingkat kecenderungan *social appearance anxiety* yang dimiliki oleh individu, dan demikian juga sebaliknya. Semakin rendah tingkat *body shame* yang dialami, maka semakin rendah pula tingkat kecenderungan *social appearance anxiety* yang dimiliki individu.

Peneliti menemukan bahwa secara empirik, 55% dari subjek mengalami kecenderungan *social appearance anxiety* pada tingkat yang tinggi, 31,2% subjek mengalami kecenderungan *social appearance anxiety* pada tingkat yang sedang, serta sebanyak 13,8% subjek mengalami kecenderungan *social appearance anxiety* yang rendah. Hal tersebut menggambarkan bahwa secara empirik, lebih dari separuh subjek yang merupakan mahasiswi dewasa awal yang aktif kuliah di Universitas Katolik Soegijapranata mengalami kecenderungan *social appearance anxiety* pada tingkat yang tinggi.

Peneliti turut mengkategorisasikan tingkat *body shame* yang dialami oleh para subjek penelitian dan menemukan bahwa secara empirik, sebesar 10,1% dari subjek mengalami *body shame* pada tingkat yang tinggi, 72,5% subjek mengalami *body shame* pada tingkat yang sedang, serta sebanyak 17,4% subjek mengalami *body shame* yang rendah. Hal tersebut menggambarkan bahwa lebih dari 70% subjek penelitian mengalami *body shame* pada tingkat yang sedang.

Hasil penelitian secara keseluruhan sesuai dengan pernyataan Ko (2010) yang menyebut bahwa *body shame* merupakan salah satu faktor

penyebab munculnya kecenderungan *social appearance anxiety* di kalangan mahasiswi yang berusia dewasa awal dan juga membuktikan bahwa *body shame* benar-benar memberi pengaruh terhadap munculnya kecenderungan *social appearance anxiety* pada wanita yang berusia dewasa awal atau pada tahap pendidikan di dunia perkuliahan dengan rata-rata usia partisipan wanita 22,04 tahun.

Russel dan Keel (dalam Ko, 2010) turut memberikan pendapat bahwa terdapat hubungan antara *body shame* dengan *social appearance anxiety* yang bahkan kedua variabel tersebut digadang-gadang dapat memunculkan simtom gangguan lainnya, yaitu gangguan makan (*eating disorder*). Penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Hart, Flora, Palyo, Fresco, Holle, dan Heimberg (2008) yang menyatakan bahwa kaum hawa, terutama yang masih berusia dewasa awal sangat rentan mengalami *social appearance anxiety* pada 379 partisipan wanita dari berbagai macam latar belakang dengan rata-rata usia 18,85.

Penelitian ini menemukan bahwa *body shame* menjadi salah satu variabel yang cukup signifikan dalam memberikan sumbangsih terhadap kecenderungan *social appearance anxiety* sebagai variabel tergantunya dengan koefisien determinasi sebesar 0,732. Hal tersebut mempunyai arti bahwa tingkat konsistensi variabel tergantung penelitian (kecenderungan *social appearance anxiety*) sebesar 73,2% mampu diprediksi oleh pengaruh variabel bebas, yaitu *body shame*, sedangkan 26,8% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diungkap dari penelitian ini.



Hal ini didukung oleh pendapat dari Kessler (2010) bahwa ketika seseorang mengalami rasa malu akibat kekurangmampuannya dalam memenuhi standar tubuh atau penampilan yang ideal, individu tersebut menjadi lebih “menyadari” bentuk tubuh dan penampilannya dari sudut pandang orang lain dan sangat rentan mengalami kecenderungan *social appearance anxiety* yang diujikan dalam penelitiannya. Lebih lanjut, ketika ekspektasi diri terhadap penampilan diri tidak terpenuhi, individu akan memiliki pemikiran irasional mengenai penampilan tubuhnya, sehingga hal tersebut akan memunculkan tingkah laku reaktif serta afeksi negatif yang terlihat dalam proses kognitif sosial pada *self-reflective capability*.

Fredrickson dan Roberts (1997) turut menuturkan bahwa saat individu yang mengalami *body shame* dan terlalu memikirkan pendapat ataupun kritik dari orang lain memiliki tingkat kecemasan yang sangat tinggi karena semakin individu malu terhadap tubuhnya, semakin tinggi pula tingkat keseringan individu dalam memonitor dirinya dan sensitif terhadap anggapan orang lain sehingga hal tersebut dikhawatirkan dapat memunculkan kecemasan, yaitu *social appearance anxiety* (Kessler, 2010).

Berdasarkan teori kognitif sosial oleh Bandura (dalam Alwisol, 2014), saat individu (dalam penelitian ini adalah mahasiswi dewasa awal) yang merasa dirinya tidak mampu memenuhi keinginan dirinya menjadi sempurna dalam penampilan, serta mendapatkan berbagai macam pandangan negatif dari orang lain, hal tersebut akan membuat diri individu merasa gagal, sehingga efikasi dirinya menurun dan

membawa dampak yang terimplementasikan melalui perilaku dan afeksinya terhadap lingkungan sosialnya, yaitu menarik diri dari lingkungan, merasa orang lain akan kembali mengomentari penampilan tubuhnya, serta selalu merasa cemas ketika tampil di depan umum. Perilaku reaktif tersebut menunjukkan bahwa seseorang yang mengalami *body shame* akan memperlihatkan gejala-gejala atau kecenderungan dalam *social appearance anxiety*.

Kelemahan dalam penelitian ini adalah keterbatasan lokasi penelitian yang dieksplor oleh peneliti sehingga hal tersebut dapat memungkinkan hasil penelitian yang berbeda di lokasi yang berbeda pula. Kelemahan penelitian lainnya adalah peneliti tidak melakukan *screening* terlebih dahulu terhadap subjek sehingga hal tersebut memungkinkan peneliti memperoleh data yang berasal dari subjek yang tidak benar-benar mengalami *social appearance anxiety*.

