

BAB 5

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1. Uji Asumsi

Sebelum melakukan pengujian hipotesis menggunakan korelasi *product moment*, peneliti terlebih dahulu melakukan uji asumsi terhadap data yang telah diperoleh. Uji asumsi tersebut terdiri dari dua macam, yakni uji normalitas dan uji linearitas. Tujuan dilakukan uji asumsi adalah untuk mengetahui perihal distribusi data dari kedua variabel penelitian, apakah berdistribusi normal atau tidak.

5.1.1. Uji normalitas

Pada uji normalitas ini, peneliti menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov Z* (*K-S Z*) dengan bantuan *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 16.0 for Windows*. Data penelitian dapat dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$).

1. *Body Dysmorphic Disorder* (BDD)

Hasil uji normalitas terhadap variabel *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) menunjukkan bahwa nilai *Kolmogorov-Smirnov Z* sebesar 0,918 dan nilai p sebesar 0,368 ($p > 0,05$). Berdasarkan hasil tersebut, sebaran data pada variabel BDD dapat dikatakan berdistribusi normal.

2. Konsep Diri

Hasil uji normalitas terhadap variabel konsep diri menunjukkan bahwa nilai *Kolmogorov-Smirnov Z* sebesar 0,684 dan nilai p sebesar 0,738 ($p > 0,05$). Berdasarkan hasil tersebut, sebaran data pada variabel konsep diri dapat dikatakan berdistribusi normal.

5.1.2. Uji linieritas

Pada dasarnya, pengujian linieritas dalam sebuah penelitian dilakukan guna mengetahui ada atau tidaknya hubungan linier antara variabel-variabel penelitian yang sedang diteliti. Hasil uji linieritas yang telah peneliti lakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel konsep diri dengan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD). Hal tersebut diketahui dari nilai F_{linier} sebesar 4,637 dan nilai p sebesar 0,036 ($p < 0,05$).

5.2. Hasil Analisis Data

Setelah menyelesaikan uji asumsi, peneliti kemudian melakukan pengujian hipotesis dengan bantuan program komputer bernama *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 16.0 for Windows*. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan metode *Correlation Product Moment Pearson*. Hasil koefisien korelasi antara konsep diri dengan BDD, yakni $r_{xy} = -0,297$ dengan p sebesar 0,018 ($p < 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara konsep diri dengan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) pada mahasiswi. Semakin rendah konsep diri seorang mahasiswi maka akan semakin tinggi BDD yang dialami oleh mahasiswi tersebut, dan sebaliknya. Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima kebenarannya.

5.3. Pembahasan

Hasil uji hipotesis menggunakan metode *Correlation Product Moment Pearson* yang telah dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa $r_{xy} = -0,297$ dengan ($p < 0,05$). Hal tersebut mempunyai arti bahwa hipotesis dapat diterima, yakni terdapat hubungan negatif yang signifikan antara konsep diri dengan *Body*

Dysmorphic Disorder (BDD) pada mahasiswi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa semakin rendah konsep diri seorang mahasiswi maka akan semakin tinggi BDD yang dialami oleh mahasiswi tersebut, dan sebaliknya.

Beberapa tokoh mengemukakan bahwa sebenarnya BDD dapat disebabkan oleh banyak faktor, salah satunya adalah konsep diri (Phillips, 2009, hal. 135). Hal tersebut juga sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Malida (2019), yakni salah satu faktor yang dapat menyebabkan individu mengalami BDD adalah konsep diri yang mereka miliki. Pada dasarnya, konsep diri setiap individu itu berbeda-beda, ada yang tinggi, sedang, maupun rendah. Mahasiswi dengan konsep diri yang rendah lebih berpotensi mengalami BDD daripada yang konsep dirinya tinggi.

Mahasiswi dengan konsep diri yang rendah mempunyai ciri utama, yaitu sangat peka terhadap kritik (Krisdiana, 2016). Sehubungan dengan hal tersebut, mereka biasanya merasa tidak tahan dengan kritik yang diterimanya. Ketika memperoleh kritik, mahasiswi dengan konsep diri yang rendah akan menyangkal kritik tersebut dan mempertahankan pendapatnya dengan berbagai justifikasi (Fazeriyah, 2013). Dikaitkan dengan masalah penampilan fisik, setiap individu itu sebenarnya mempunyai persepsi atau pendapat tersendiri perihal penampilannya masing-masing. Apabila mahasiswi dengan konsep diri yang rendah mendapatkan kritik negatif dari orang lain terkait penampilan fisik yang dimiliki, mereka akan cenderung menyangkal kritik tersebut dan mempertahankan pendapatnya. Apabila penyangkalan itu tidak berhasil dilakukan dan mereka benar-benar menyadari bahwa ada yang salah dengan penampilan fisiknya, mereka akan menganggap fisiknya tersebut tidak menarik, tidak sempurna, bahkan cacat.

Sebagai remaja akhir, mahasiswi biasanya memiliki perhatian lebih terhadap penampilan fisik mereka. Itulah sebabnya, mahasiswi dengan konsep diri rendah sangat rentan mengalami gangguan psikologis bila terus menerus menganggap fisiknya tidak menarik maupun tidak sempurna. Menurut Rosen dan Reiter (dalam Malida, 2019), terus menerus menilai negatif penampilan fisik yang dimiliki merupakan karakteristik dari BDD. Kaplan dan Saddock juga pernah mengemukakan pendapat yang serupa, yakni BDD merupakan salah satu jenis gangguan *somatoform* yang ditandai dengan adanya kepercayaan yang salah maupun persepsi berlebihan bahwa terdapat ketidaksempurnaan pada bagian fisik tertentu (dikutip oleh Oktaviana, 2013).

Dikarenakan sistem kerja otak setiap individu itu berperan dalam mengendalikan perilaku mereka maka penilaian yang terlalu negatif terhadap penampilan dapat mendorong terwujudnya upaya untuk mengatasi ketidaksempurnaan fisik yang dimiliki. Perilaku-perilaku mahasiswi yang biasanya dikaitkan dengan upaya mengatasi ketidaksempurnaan fisik, yaitu : (1) berulang kali merias wajah; (2) menutupi atau menyembunyikan bagian tubuh yang dianggap tidak sempurna menggunakan pakaian, topi, maupun rambut; (3) berulang kali memeriksa ketidaksempurnaan yang dimiliki di depan cermin; (4) membandingkan penampilan diri sendiri dengan orang lain; (5) terus menerus meminta pendapat orang lain perihal penampilan fisik yang dimiliki; (6) terus menerus menyentuh bagian tubuh yang dianggap tidak sempurna; (7) melakukan perawatan secara berlebihan.

Menurut Rosen dan Reiter, perilaku-perilaku yang telah disebutkan di atas sebenarnya termasuk dalam beberapa karakteristik BDD (dikutip oleh Malida, 2019). Hal tersebut diperkuat melalui DSM-5 yang menguraikan bahwa

individu dengan BDD biasanya menampilkan perilaku berulang sebagai respon adanya pikiran yang terfokus pada ketidaksempurnaan fisik. Perilaku berulang tersebut adalah membandingkan penampilan diri sendiri dengan orang lain, *mirror checking*, melakukan perawatan berlebihan, melakukan kamuflase, mencari kepastian perihal ketidaksempurnaan yang dimiliki dari sudut pandang orang lain, menyentuh bagian tubuh yang tidak disukai untuk memeriksanya, melakukan *exercise* berlebihan, serta mencabuti kulit.

Pada hakikatnya, konsep diri setiap individu itu memuat sebuah harapan. Terkait penampilan, harapan tersebut berupa keinginan individu untuk mempunyai tampilan fisik ideal sesuai dengan standar ideal yang selama ini ditetapkan masyarakat maupun media massa. Harapan ini pula yang mendasari mahasiswi rela melakukan berbagai upaya guna mengatasi ketidaksempurnaan fisik yang dimiliki. Mahasiswi dengan konsep diri rendah cenderung mengembangkan evaluasi diri yang negatif apabila hasil dari upaya-upaya yang telah dilakukan tidak sesuai dengan harapan mereka. Mahasiswi akan menganggap apapun yang telah dilakukan adalah hal yang sia-sia karena segala sesuatunya tidak dapat mengubah penilaian terhadap ketidaksempurnaan fisik mereka. Apabila kekhawatiran ini tidak teratasi maka dapat mengganggu kehidupan mahasiswi tersebut.

Mahasiswi akan mudah sekali merasa malu dengan penampilan fisiknya ketika bertemu orang lain maupun ketika berada dalam suatu lingkungan sosial. Lebih parah lagi, mahasiswi tersebut juga rentan mengalami penghindaran sosial guna menjauhkan diri dari penilaian negatif orang lain perihal penampilan mereka. Sesungguhnya, perasaan malu maupun penghindaran sosial juga merupakan karakteristik dari BDD. Wahyudi dan Yuniardi (2019) juga

mengemukakan bahwa remaja dengan BDD biasanya akan mengalami ketidakpercayaan diri saat mereka berada di kehidupan sosialnya, pekerjaan, maupun pada kondisi-kondisi tertentu.

Hasil penelitian ini sebenarnya juga menunjukkan bahwa sumbangan efektif konsep diri terhadap BDD pada mahasiswi hanya sebesar 8,82%, sedangkan 91,18% lainnya merupakan faktor dari BDD yang tidak diikutsertakan dalam penelitian. Faktor-faktor itu adalah kemungkinan peran gen, pengalaman hidup, penekanan terhadap estetika, penekanan masyarakat perihal penampilan, pengaruh budaya, dan peristiwa pemicu (Phillips, 2009, hal. 128).

5.4. Keterbatasan Penelitian

Secara keseluruhan, penelitian ini belum dapat dianggap sempurna. Hal tersebut disebabkan karena masih ada beberapa keterbatasan dalam proses pelaksanaannya yang menjadi kelemahan penelitian. Keterbatasan-keterbatasan yang dimaksud terdiri dari :

1. Pencantuman identitas berupa nama dan usia dalam skala sepertinya menyebabkan subjek kurang terbuka dalam memberikan jawaban sehingga ada kemungkinan subjek memberikan jawaban yang tidak jujur.
2. Jumlah item pernyataan yang terlalu banyak kemungkinan menyebabkan subjek merasa jenuh atau bosan saat pengisian skala. Jika sudah begitu, subjek akan cenderung memberikan jawaban secara asal-asalan.