BAB 5

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1. Uji Asumsi

Uji asumsi yang akan dilakukan oleh peneliti, terdri dari uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya sebaran item pada skala, sedangkan uji linearitas dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan yang linier antara dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel tergantung. Uji asumsi dilakukan oleh peneliti sebelum melakukan uji hipotesis.

5.1.1. Uji Normalitas

1. Citra Tubuh

   Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test* dengan program SPSS 23.0. Peneliti menguji normalitas pada item skala variabel tergantung terlebih dahulu, yaitu citra tubuh. Berdasarkan dari uji normalitas yang telah dilakukan menunjukkan bahwa penyebaran item skala citra tubuh berdistribusi normal dengan K-S Z= 0,096 dan dengan p sebesar 0,083 (p>0,05). Data hasil uji normalitas dapat dilihat pada lampiran E.

2. Penerimaan Diri

   Setelah menguji item skala kecemasan terhadap citra tubuh, selanjutnya peneliti melakukan uji normalitas pada item skala variabel bebas, yaitu penerimaan diri. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test* dengan program SPSS 23.0. Berdasarkan dari uji normalitas yang telah dilakukan menunjukkan bahwa penyebaran item skala penerimaan

diri tidak berdistribusi normal, dengan K-S Z= 0,127 dan dengan p sebesar 0,004 (p<0,05). Salah satu faktor yang membuat data atau item penyebarannya tidak berdistribusi dengan normal, yaitu adanya data yang ekstrem. Selain itu, bisa juga terjadi karena penyebaran antara item *favorable* maupun item *unfavorable* yang tidak merata dan bisa juga karena juga item-item yang kurang variatif.

5.1.2. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk menunjukkan ada atau tidaknya korelasi yang linier antara variabel penerimaan diri dengan variabel citra tubuh. Berdasarkan hasil uji linearitas, terdapat hubungan yang linear antara penerimaan diri dengan citra tubuh, dengan hasil F sebesar 11,720 dengan p sebesar 0,001 (p<0,05). Hasil uji linearitas dapat dilihat pada lampiran E.

5.2. Analisis Data

Analisis data dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan *Product Moment* dari Pearson sebagai teknik korelasi dengan bantuan program SPSS 23.0. Hasil dari analisis data yang dilakukan peneliti menunjukkan nilai korelasi sebesar 0,372 dengan p sebesar 0,001 (p<0,01), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara penerimaan diri dengan citra tubuh. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada lampiran F.

5.3. Pembahasan

Berdasarkan hasil dari uji hipotesis yang sudah dilaksanakan oleh peneliti dengan memakai teknik korelasi *Product Moment* dari Pearson pada program SPSS 23.0, maka didapatkan hasil r_{xy} sebesar 0,372 dan p sebesar 0,001 (p<0,01). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara penerimaan diri dengan citra tubuh, yaitu semakin tinggi penerimaan diri

seseorang, maka semakin positif citra tubuh yang dimiliki dan sebaliknya. Berdasarkan hasil tersebut, maka hipotesis peneliti dalam penelitian ini diterima.

Penerimaan diri sebagai variabel bebas memberikan sumbangan efektif (SE) sebesar 13,84% sehingga terdapat pengaruh dari penerimaan diri terhadap citra tubuh, sedangkan untuk sisanya sebesar 86,16% terdapat pada faktor-faktor yang lainnya yang juga berpengaruh terhadap citra tubuh, yaitu persepsi gemuk/kurus dan pengaruh berat badan, budaya, siklus hidup, masa kehamilan, sosialisasi, peran gender dan pengaruh distorsi citra tubuh.

Berdasarkan hasil penelitian, untuk variabel tergantung yaitu citra tubuh, terdapat hasil *Mean Empirik* (ME) dengan total 66,57 dan Standar Deviasi (SD) sebesar 14,022. Kemudian, untuk *Mean* Hipotetik sebesar 75 dan SD Hipotetik sebesar 15. Berdasarkan hasil tersebut, terdapat 25 subjek yang masih mempunyai permasalahan citra tubuh atau citra tubuh yang negatif dengan kategori rendah, 46 subjek yang mempunyai permasalahan citra tubuh atau citra tubuh yang negatif dengan kategori sedang dan 4 subjek yang mempunayi permasalahan citra tubuh atau citra tubuh negatif dengan kategori tinggi. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa permasalahan citra tubuh atau citra tubuh negatif yang dimiliki oleh mahasiswa ada pada kategori sedang. Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa, sebagai masa dewasa awal yang mempunyai rentang usia antara 18-25 tahun masih mengalami serta mempunyai permasalahan terhadap citra tubuhnya, dimana hal tersebut merupakan salah satu permasalahan yang timbul dari dalam diri mahasiswa tersebut.

Pada variabel bebas, yaitu penerimaan diri, diperoleh hasil *Mean Empirik* (ME) sebesar 89,00 dan Standar Deviasi (SD) sebesar 10,004. Kemudian, untuk *Mean* Hipotetik sebesar 75 dan SD Hipotetik sebesar 15. Berdasarkan hasil

tersebut, terdapat 1 subjek yang mempunyai penerimaan diri dengan kategori rendah, 48 subjek yang mempunyai penerimaan diri dengan kategori sedang dan 26 subjek yang mempunyai penerimaan diri dengan kategori tinggi, sehingga dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri ada pada kategori sedang. Apabila seseorang mempunyai penerimaan diri yang tinggi atau baik, seseorang dapat menerima segala kelebihan dan kekurangan, baik secara fisik maupun pribadinya, maka citra tubuh yang dimiliki akan semakin positif.

Pada penelitian ini, terdapat hubungan yang signifikan dengan p sebesar 0,001 ($p<0,01$) antara penerimaan diri dengan citra tubuh. Tetapi, pada uji normalitas, terdapat distribusi yang tidak normal pada variabel bebas, yaitu penerimaan diri. Pendistribusian yang tidak normal tersebut dapat disebabkan oleh beberapa hal, seperti adanya data ekstrim, item-item pada skala yang kurang variatif atau kurang detail dan bisa juga karena konsistensi jawaban responden pada saat mengisi skala.

Seorang mahasiswa pastinya mempunyai berbagai macam masalah yang terjadi dalam kehidupannya sebagai mahasiswa, baik permasalahan yang ada di dalam maupun di luar dirinya. Krisnaningrum & Nurtjahjanti (2016) mengatakan bahwa mahasiswa pada fase dewasa awal adalah fase dimana seharusnya perubahan pada bentuk atau tampilan fisik semakin matang, serta tanggung jawab dan peran seseorang semakin bertambah. Suseno & Dewi (2015) menambahkan, mencari kemudian menemukan pasangan hidup, kemudian membangun sebuah rumah tangga dan juga menuju ke puncak karir menimbulkan munculnya suatu kebutuhan bagi seseorang untuk melihat serta memperhatikan tampilan fisiknya.

Berdasarkan hasil dari wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap kelima mahasiswa, yaitu Y, D , V, S, F, kelima mahasiswa tersebut masih memandang citra tubuhnya secara negatif. Hal tersebut sesuai dengan penelitian dari *National Eating Disorder Association* (Rosalinda & Fricilla, 2015), bahwa orang-orang yang memiliki pandangan citra tubuh negatif akan tubuhnya, cenderung memiliki rasa kurang percaya diri yang tinggi, menarik diri, memunculkan rasa cemas serta timbulnya perilaku yang mempunyai resiko pada saat mengubah keadaan fisiknya, depresi sehingga dapat berujung pada kematian. Beberapa subyek bahkan malu, *insecure*, bahkan mempunyai pikiran untuk melakukan operasi plastik dan melakukan *workout* dalam intensitas yang tinggi. , Cash (Wati & Sumarmi, 2017) berpendapat bahwa citra tubuh atau *body image,* merupakan perilaku yang mengarah pada penilaian seseorang terhadap penampilan dirinya secara fisik, serta pengalaman seseorang berupa persepsi terhadap bagian serta struktur tubuh yang dimilikinya.

Cash dan Pruzinsky (2002) dalam penelitian dari Pratama (2019) yang berjudul Hubungan Antara Penerimaan Diri Pada Remaja di Yogyakarta berpendapat bahwa penerimaan diri merupakan hal yang sangat penting terkait dengan perkembangan body image Thompson (dalam Denich & Ifdil, 2015) mengatakan bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi citra tubuh *(body image)* yaitu konsep diri. Menurut dua tokoh, yaitu Calhoun dan Acocella (dalam Rola & Wulandari, 2004) konsep diri pada perkembangannya terbagi menjadi dua jenis, yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif, dimana pada konsep diri yang positif lebih condong kepada penerimaan diri. Cash dan Purzinsky (2002) berpendapat bahwa individu yang mempunyai penerimaan diri yang tinggi, akan mengembangkan evaluasi yang positif terhadap penampilan

atau tubuhnya, sebaliknya jika seseorang memiliki penerimaan diri yang rendah, maka akan meningkatkan body image yang negatif.

Mahasiswa sebagai dewasa awal yang masih mempunyai banyak tuntutan serta tanggung jawab, salah satunya tuntutan dalam hal fisik atau tubuh untuk keberlangsungan hidup, maka dapat meningkatkan penerimaan diri akan penampilan fisiknya, sehingga memunculkan pandangan citra tubuh yang semakin positif. Ketika mahasiswa menerima dirinya apa adanya khusunya secara fisik, maka mahasiswa tersebut dapat mengembangkan evaluatif yang positif pula terhadap tubuhnya.

5.4. Keterbatasan Penelitian

Menurut peneliti, penelitian yang telah dilakukan hingga saat ini sesuai dengan harapan serta dapat berjalan dengan cukup baik. Tetapi, dalam melakukan penelitian ini pasti masih memiliki beberapa keterbatasan yang ditemui. Peneliti mengalami beberapa keterbatasan-keterbatasan atau kelemahan-kelemahan pada saat melakukan penelitian. Keterbatasan atau kelemahan tersebut, yaitu karena peneliti melakukan penyebaran skala dengan menggunakan sebaran onlien melalui *google form* karena universitas sementara harus ditunda, maka peneliti tidak dapat melihat dan menunggu secara langsung pada saat proses pengisian skala penelitian ini.

Keterbatasan yang lainnya, yaitu pada saat peneliti membuat item-item pada skala. Peneliti masih mempunyai banyak kekurangan, seperti pembuatan item-item yang tidak variatif sehingga terkesan monoton dan juga masih terdapat beberapa item yang tumpang tindih, Kemudian, keterbatasan yang berikutnya,

yaitu mengenai skala pada penelitian ini, khususnya skala citra tubuh dimana pada skala tersebut tidak terdapat item *favorable* dan *unfavorable*.