

BAB 5

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *try out* terpakai, sehingga data yang sudah valid dan reliabel menjadi data hasil penelitian. Selanjutnya dilakukan uji asumsi dan uji hipotesis terhadap data hasil penelitian tersebut.

5.1. Uji Asumsi

Uji asumsi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah uji normalitas sebaran variabel penelitian dan uji linieritas hubungan variabel bebas dengan variabel tergantung.

1. Uji Normalitas

Data setiap variabel diuji dengan program uji normalitas sebaran. Untuk mempermudah perhitungan normalitas sebaran digunakan computer program SPSS versi 22. Hasil uji normalitas untuk variabel *body dissatisfaction* diperoleh nilai K-S $Z = 0,865$ ($p > 0,05$) maka datanya berdistribusi normal. Sedangkan hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa variabel harga diri dalah nilai K-S $Z = 1,008$ ($p > 0,05$) maka data berdistribusi normal (lihat Lampiran D halaman 78).

2. Uji Linearitas

Variabel *body dissatisfaction* dan variabel harga diri mempunyai hubungan linier, hal ini ditunjukkan dengan $F_{\text{linier}} = 7,409$ ($p < 0,01$) (lihat Lampiran D halaman 82).

3. Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji asumsi, selanjutnya uji hipotesis dengan menggunakan korelasi *product moment*. Perhitungan dilakukan dengan menggunakan komputer seri SPSS. Adapun hasil analisis data korelasi *product moment* diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $r_{xy} = -0,295$ dengan p sebesar 0,004 ($p < 0,01$), maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara *body dissatisfaction* dengan harga diri. Nilai sumbangan efektif 0.087 artinya variabel *body dissatisfaction* mempengaruhi harga diri sebesar 8,7% (lihat Lampiran D halaman 84).

5.2. Pembahasan

Berdasarkan hasil pengujian terhadap hipotesis penelitian, diperoleh hasil bahwa hipotesis yang diajukan diterima, yaitu ada hubungan negatif antara *body dissatisfaction* dan harga diri. Hal tersebut dapat dilihat dari uji hipotesis yang menunjukkan $r_{xy} = -0,295$ dengan p sebesar 0,004 ($p < 0,01$), maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara *body dissatisfaction* dan harga diri pada wanita dewasa awal berusia 18-40 tahun yang melakukan di senam di sanggar Rowdra, sanggar EM dan salon Look-I di Semarang. Dengan demikian hipotesis yang diajukan peneliti diterima.

Wanita dewasa merupakan tahap individu menuju pendewasaan diri rentan usia wanita dewasa dimulai sejak umur 18-40 tahun (Hurlock, 2003). Masa pendewasaan yang dimaksud adalah seperti yang dikatakan oleh (Kartono, 1992) wanita pada masa ini bertanggung jawab penuh akan

dirinya, mempertanggung jawabkan nasib serta membentuk diri sendiri. Pada hakikatnya wanita bersifat hetero-sentris dan lebih menonjolkan kehidupan sosial, wanita cenderung tertarik di kehidupan sosial dan lingkungan luar, hal ini dapat dilihat dari sifat wanita yang gemar berhias diri serta bergaya busana. Tujuan wanita mengarahkan diri keluar adalah untuk menarik pihak lain, memunculkan kebutuhan untuk tampil lebih menarik dan cantik di depan umum. Tanpa di sadari, kerap kali wanita mengubah bentuk tubuhnya karena mencari referensi untuk mempercantik tubuhnya yang diperagakan oleh model melalui media. Dari kebiasaan tersebut wanita tanpa sadar merasa dirinya harus sama dengan model yang dilihatnya, sehingga sifat alami wanita yang suka membandingkan diri sendiri dengan orang lain tak sedikit membuat wanita dewasa rentan mengalami *body dissatisfaction*. Penyebab wanita sering kali merasa tidak puas akan bentuk tubuhnya karena wanita tersebut sering membandingkan bentuk tubuhnya dengan wanita lain yang lebih ideal atau menarik. Sehubungan dengan hal tersebut, Brownmiller mengemukakan fakta bahwa kebanyakan budaya perempuan merasa tidak puas akan bentuk tubuhnya (dalam Pranowo, 2013).

Body image merupakan pandangan pribadi seseorang terhadap tubuhnya sendiri yang mencakup persepsi, keyakinan, pikiran, perasaan dan tindakan yang berhubungan dengan penampilan seseorang secara fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan *body image* ditinjau dari jenis kelamin pada anggota tubuh. Dampak dari wanita yang tidak puas akan bentuk tubuh antara lain adalah ia akan merubah bentuk tubuh yang dimiliki,

seperti menurunkan berat badan dengan cara berdiet atau olahraga, memulas wajah dengan berbagai macam *make up* agar terlihat lebih menarik, adapula yang mengubah bagian tubuh tertentu dengan cara melalui tindakan medis seperti operasi plastik, filter hidung, atau sulam alis yang marak terjadi saat ini. Masih banyak pula cara yang dilakukan wanita untuk merubah bentuk tubuhnya. Apabila wanita tidak berhasil merubah bentuk seperti yang diinginkan maka akan mengakibatkan banyak terjadi gangguan pada dirinya, wanita merasa malu, mengalami stress dan gangguan di lingkungan sosialnya. Seperti yang dikemukakan oleh National Eating Disorders (dalam Sunartio, Sukamto, & Dianovinina, 2012) bahwa *body dissatisfaction* yaitu persepsi pada bentuk tubuh diri sendiri. Meyakini apabila bentuk tubuh orang lain lebih menarik dari tubuh diri sendiri. Bentuk tubuh dan ukuran tubuh menjadi salah satu penyebab kegagalan personal sebagai wanita dewasa, perasaan cemas, malu, dan merasa aneh dan tidak nyaman dengan bentuk tubuh yang dimiliki.

Apabila perempuan memiliki body yang tidak proporsional maka mereka menganggap bahwa mereka tidak memiliki kepercayaan dalam diri mereka. Mereka menganggap penampilan yang ada pada dirinya tidak menarik sama sekali, kelebihan yang dimiliki oleh mereka menganggap bahwa mereka tidak percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki, prestasi serta kekuatan yang dimiliki tertutupi karena tidak percaya diri dengan apa yang dimiliki dirinya. Selain itu mereka menganggap bahwa yang mencintai dirinya adalah dirinya sendiri. Akibat dari ketidakpercayaan pada diri yang

dimiliki oleh, mereka merasa terganggu dengan bodynya yang dimiliki, malu untuk mengeskpresikan diri, dan merasa bertambah bobotnya jika mengkonsumsi makanan.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Kholifatur (2014) yang mengungkapkan bahwa adanya hubungan negatif antara *body dissatisfaction* dengan harga diri pada pria dan wanita dewasa awal ($r_{xy} = -0,106$ dengan signifikansi $0,037 < 0,05$). Artinya semakin tinggi *body dissatisfaction* maka semakin rendah harga diri yang dimiliki oleh individu, begitu pula sebaliknya.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Nnaemeka dan Solomon (2014) menyatakan bahwa Nugroho (2015) dan Rohmah (2014) menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara harga diri dengan ketidakpuasan bentuk tubuh, semakin tinggi ketidakpuasan bentuk tubuh, maka semakin rendah harga diri.

Keterbatasan penelitian ini adalah hanya dilakukan pada wanita dewasa awal berusia 18-40 tahun yang melakukan senam di sanggar Rowdra, sanggar EM dan salon Look-I di Semarang. Kelemahan pada penelitian ini adalah dalam proses penyebaran kuesioner beberapa responden sulit untuk dimintai partisipasi dalam pengisian skala dan beberapa responden mengisi skala secara bersamaan dengan tema mereka di sebelahnya, sehingga memungkinkan jawaban tidak sesuai dengan keadaan sebenarnya.