

BAB V

HASIL PENELITIAN

5.1. Hasil Uji Asumsi

Peneliti melakukan uji asumsi normalitas dan linearitas terlebih dahulu sebelum melakukan analisis dengan menggunakan *product moment* Pearson.

5.1.1. Uji Normalitas

Peneliti melakukan uji normalitas untuk mengetahui data yang ada berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan menggunakan *one sample Kolmogorov-Smirnov Test* dan diperoleh hasil sebagai berikut. Selengkapnya dapat dilihat pada lampiran D :

- a. Pada kepercayaan diri diperoleh nilai $KS-Z=0,216$ dengan $p=0,000$ ($p<0,05$) yang berarti data tidak berdistribusi secara normal.
- b. Pada *body image* diperoleh nilai $KS-Z=0,069$ dengan $p=0,200$ ($p>0,05$) yang berarti data berdistribusi secara normal.

5.1.2. Uji Linieritas

Peneliti melakukan uji linieritas untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan linier antara variabel bebas dengan variabel tergantung, dalam hal ini hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri. Uji linearitas dilakukan dengan menggunakan uji *anova table* dan diperoleh hasil $F = 52,201$ dengan nilai *linearity signifikansi* sebesar $p = 0,000$ ($< 0,05$). Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linier yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel tergantung. Data selengkapnya dapat dilihat pada lampiran D.

5.2. Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil uji normalitas diperoleh hasil bahwa data pada variabel kepercayaan diri tidak berdistribusi secara normal, maka data bersifat non parametrik dan peneliti menggunakan teknik korelasi Spearman Rho. Hasil uji coba hipotesis antara kepercayaan diri dengan *body image* diperoleh koefisien korelasi Spearman sebesar $Rho = 0,498$ dengan signifikansi $p = 0,000 (<0,01)$ yang berarti hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa yang mengalami *body shaming*. Apabila *body image* semakin positif, maka kepercayaan diri yang dimiliki mahasiswa yang mengalami *body shaming* semakin tinggi, sebaliknya apabila *body image* semakin negatif, maka kepercayaan diri yang dimiliki mahasiswa yang mengalami *body shaming* semakin rendah. Perhitungan uji hipotesis dapat dilihat pada lampiran E.

5.3. Pembahasan

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan dengan teknik korelasi Spearman diperoleh koefisien sebesar $Rho = 0,498$ dengan signifikansi $p = 0,000 (p < 0,01)$ yang berarti hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa yang mengalami *body shaming*. Dengan sumbangan efektifnya sebesar 38,5% ($R\ square = 0,385$), hal ini menunjukkan sebesar 38,5% pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa yang mengalami *body shaming*, sedangkan sisanya sebesar 61,5% dipengaruhi oleh faktor lain diantaranya seperti konsep diri, usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan,

dukungan sosial dan kesuksesan dalam mencapai tujuan (selengkapnya dapat dilihat pada lampiran F).

Berdasarkan hipotesis yang telah dikemukakan sebelumnya, disebutkan bahwa adanya hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa yang mengalami *body shaming*, dimana jika *body image* semakin positif maka kepercayaan diri juga semakin tinggi. Begitupun sebaliknya, apabila *body image* semakin negatif maka kepercayaan diri semakin rendah. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima.

Aspek *body image* yang terdiri dari evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan akan kegemukan, pengkategorian ukuran tubuh dapat memengaruhi kepercayaan diri mahasiswa yang mengalami *body shaming*. Aspek tersebut menjelaskan bagaimana mahasiswa yang mengalami *body shaming* memandang tubuhnya sebagai sesuatu yang positif atau negatif, apakah merasa puas dengan tubuhnya dan bagaimana mahasiswa yang mengalami *body shaming* memiliki sikap terhadap bentuk tubuhnya.

Beberapa aspek juga menunjukkan kecemasan-kecemasan terhadap penampilan yang dimiliki tidak sesuai dengan yang diinginkan oleh mahasiswa yang mengalami *body shaming*. Dari aspek-aspek tersebut, mahasiswa yang mengalami *body shaming* mulai memiliki pengkategorian *body image* negatif atau positif serta mulai memiliki keinginan untuk memperbaiki penampilan dengan melakukan perawatan khusus terhadap tubuhnya dan melakukan berbagai hal dalam menjaga stabilitas berat badannya. Apabila mahasiswa yang mengalami *body shaming* puas akan bentuk tubuhnya dan sudah merasa mencapai bentuk

idealnya maka kepercayaan diri yang terbentuk akan cenderung lebih tinggi daripada yang tidak puas terhadap tubuhnya. Sejalan dengan hasil penelitian ini, hasil penelitian sebelumnya oleh Adiningsih (2016) menunjukkan bahwa terdapat hubungan sangat signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada wanita pasca melahirkan dengan koefisien korelasi sebesar 0,394.

Hasil penelitian diatas sesuai dengan teori oleh Cash (Cash & Smolak, 2011) yang menyebutkan bahwa perasaan tidak puas terhadap tubuh dan bagaimana individu mempersepsikan berat badannya memiliki pengaruh terhadap kepercayaan diri individu tersebut. Dilengkapi oleh Ildil dkk. (2017) yang mengutarakan bahwa apabila individu memiliki anggapan bahwa tubuh yang dimiliki buruk maka kepercayaan diri yang dimiliki juga akan buruk, baik penampilan di depan orang lain maupun keyakinan personal yang dimiliki akan dirinya. Dengan kata lain, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi rasa puas akan bentuk tubuh dan persepsi tubuh yang positif pada individu maka kepercayaan diri yang dimiliki juga akan tinggi atau positif, begitupun sebaliknya.

Dalam hal ini, mahasiswa yang mengalami *body shaming* yang mempunyai *body image* positif akan melihat tubuhnya sebagai sesuatu yang berharga dan puas akan bentuk tubuhnya sehingga individu akan merasa lebih percaya diri dan dapat menyadari kelebihan yang dimiliki serta keyakinan bahwa individu mampu menggapai harapan yang ada. Pendapat ini diperkuat oleh Hakim (2002) yang menyebutkan bahwa kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan individu akan berbagai aspek kelebihan yang dimiliki dan dengan memiliki keyakinan tersebut mendorong individu untuk merasa mampu dalam mencapai tujuan hidup yang diinginkan serta mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungannya.

Mahasiswa yang mengalami *body shaming* dengan kepercayaan diri yang positif akan mampu menyadari bahwa setiap orang memiliki kekurangan dan kelebihan masing-masing sehingga individu cenderung mampu bersyukur dan menerima segala kekurangan individu dan lebih positif menghadapi permasalahan yang dihadapi, individu juga akan merasa mampu menghadapi konsekuensi atas hal-hal yang telah dilakukan sehingga hal ini tidak menahan individu untuk mengoptimalkan potensi-potensi yang ada dalam diri individu sehingga mahasiswa yang mengalami *body shaming* dengan kepercayaan diri positif akan cenderung lebih dapat mencapai tujuan hidupnya.

Setelah dilakukan perhitungan diperoleh hasil bahwa sebanyak 13 orang mahasiswa yang mengalami *body shaming* memiliki kepercayaan diri rendah, 49 orang memiliki kepercayaan diri sedang dan 13 orang memiliki kepercayaan diri tinggi, dengan nilai *mean* sebesar 61,53 dan *standard deviasi* sebesar 12,852. Dapat ditarik kesimpulan bahwa lebih dari setengah partisipan berada pada kategori kepercayaan diri sedang. Pada variabel *body image* menunjukkan hasil bahwa sebesar 13 orang mahasiswa yang mengalami *body shaming* berada pada kategori rendah, 53 orang berada pada kategori sedang dan 14 orang berada pada kategori tinggi, dengan nilai *mean* sebesar 44,05 dan *standard deviasi* sebesar 8,439 (selengkapnya dapat dilihat pada lampiran G). Dapat dilihat bahwa lebih dari setengah partisipan berada pada kategori *body image* sedang. Hasil ini menunjukkan bahwa *body image* tergolong sedang.

Hal ini menunjukkan apabila *body image* yang dimiliki mahasiswa yang mengalami *body shaming* rendah atau negatif maka kepercayaan diri yang dimiliki juga akan menurun. Ketidakpuasan akan bentuk tubuh, kecemasan akan

kenaikan berat badan membuat mahasiswa yang mengalami *body shaming* memiliki gambaran yang negatif terhadap dirinya sehingga kepercayaan diri menurun, dengan kata lain apabila *body image* yang dimiliki mahasiswa yang mengalami *body shaming* semakin rendah, maka kepercayaan diri juga akan semakin rendah.

Setelah melaksanakan penelitian, peneliti melihat terdapat beberapa kelemahan yang mungkin dapat memengaruhi hasil penelitian, diantaranya adalah :

1. Kondisi pandemi *COVID-19* yang sedang terjadi membuat peneliti tidak bisa secara langsung melakukan penelitian (*offline*). Pelaksanaan yang dilakukan secara *online* dengan menyebar *google form* membuat peneliti tidak bisa memastikan kondisi partisipan yang sedang mengisi, apakah benar-benar mengisi secara fokus atau asal-asalan.
2. Dalam penyebaran skala terdapat kendala yaitu dimana saat peneliti menyebarkan skala pada grup-grup *chatting* kelas dan angkatan banyak partisipan yang tidak memperdulikan hal tersebut sehingga proses pengambilan data berlangsung cukup lama.