

BAB 5

HASIL DAN PEMBAHASAN

5.1. Hasil Penelitian

5.1.1. Uji Asumsi

Uji asumsi meliputi uji normalitas dan linieritas yang dilakukan sebelum pengujian hipotesis penelitian. Uji normalitas untuk mengetahui sifat persebaran subjek dinyatakan normal atau tidak dan uji linieritas untuk melihat ada tidaknya hubungan yang linear pada kedua variabel penelitian.

5.1.1.1. Uji Normalitas

1. Kepercayaan Diri

Pada pengujian uji normalitas, peneliti menggunakan program SPSS *for windows* versi 20 dengan menggunakan *One sample Kolmogorov-Smirnov test* dan menunjukkan hasil K-S-Z sebesar 1,048 dan p sebesar 0,222 ($p > 0,05$). Distribusi sebaran data dikatakan normal apabila $p < 0,05$. Dari hasil pengujian normalitas didapatkan hasil $p > 0,05$ yaitu 0,222 sehingga menunjukkan distribusi sebaran data kepercayaan diri dinyatakan normal.

2. Citra Tubuh

Pengujian normalitas data citra tubuh menunjukkan hasil K-S-Z sebesar 0,789 dengan nilai p sebesar 0,562 ($p > 0,05$). Dari data uji normalitas menggunakan *One sample Kolmogorov-Smirnov test* menunjukkan bahwa data citra tubuh berdistribusi normal. Data dapat dikatakan memiliki sebaran yang normal apabila nilai $p > 0,05$.

5.1.1.2. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan yang linear antar variabel. Hubungan antar variabel dikatakan linear apabila nilai

$\text{sig} < 0,05$. Setelah pengujian linieritas data bisa dilanjutkan dengan pengujian hipotesis.

Berdasarkan hasil penghitungan uji linieritas menggunakan program SPSS for windows ver 20 didapatkan hasil F linier sebesar 26,040 dan nilai sig sebesar 0,00 ($\text{sig} < 0,05$). Hasil angka tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel citra tubuh dengan kepercayaan diri remaja perempuan.

5.1.2. Uji Analisis Deskriptif

Peneliti juga melakukan analisis statistik deskriptif untuk mengetahui profil kepercayaan diri dan citra tubuh pada remaja perempuan di Kota Jepara. Analisis ini menggunakan analisis empirik didasarkan pada total skor item yang valid pada skala kepercayaan diri dan skala citra tubuh. Peneliti menggunakan tingkatan tinggi, sedang, dan rendah untuk mengategorikan kondisi subjek. Pada hasil kepercayaan diri didapatkan hasil Mean empirik sebesar 40,8426 dan standar deviasi 5,38458. Berdasarkan hasil tersebut didapatkan hasil deskripsi kepercayaan diri subjek sebagai berikut:

Tabel 5.1 Kategorisasi Kepercayaan Diri Remaja Perempuan

Rentangan	Tingkatan	Frekuensi	Persentase
$x \geq 46,23$	Tinggi	18	16,67%
$35,46 \leq x < 46,23$	Sedang	71	65,74%
$x < 35,46$	Rendah	19	17,59%
Total		108	100%

Uji statistik deskriptif juga dilakukan pada citra tubuh dengan menggunakan total skor item yang valid dari skala citra tubuh. Kategorisasi citra tubuh memiliki tiga tingkatan yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Kategorisasi didasarkan pada hasil mean empirik citra tubuh sebesar 68,311 dan standar

deviasi sebesar 10,11934. Berdasarkan hasil tersebut didapatkan kategorisasi citra tubuh sebagai berikut:

Tabel 5.2 Kategorisasi Citra Tubuh

Rentangan	Tingkatan	Frekuensi	Persentase
$x \geq 78,5$	Tinggi	19	17,59%
$58,2 \leq x < 78,5$	Sedang	73	67,59%
$x < 58,2$	Rendah	16	14,81%
Total		108	100%

5.1.3. Uji Hipotesis

Setelah uji asumsi, maka selanjutnya dilanjutkan dengan uji hipotesis. Pengujian hipotesis dilakukan untuk menjawab pertanyaan penelitian dan membuktikan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini. Pada pengujian hipotesis ini, peneliti menggunakan uji korelasi dari Pearson untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri remaja perempuan.

Dalam uji korelasi, kedua variabel dianggap memiliki hubungan yang signifikan apabila nilai $\text{sig} < 0,01$. Dari perhitungan hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri maka didapatkan hasil nilai $r = 0,444$ dan nilai $\text{sig} = 0,000$ ($\text{sig} < 0,01$). Maka dari hasil tersebut didapatkan hasil terdapat hubungan signifikan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri remaja perempuan, maka dalam penelitian ini hipotesis diterima.

5.2. Pembahasan

Pada Penelitian ini menunjukkan hasil korelasi variabel citra tubuh dan kepercayaan diri remaja perempuan sebesar $r=0,444$ dan nilai $\text{sig}=0,00$ ($<0,01$). Berdasarkan hasil tersebut didapatkan hasil terdapat hubungan signifikan yang positif antara citra tubuh dengan kepercayaan diri remaja perempuan. Semakin

positif citra tubuh maka semakin tinggi pula kepercayaan diri pada remaja perempuan. Maka dapat disimpulkan hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Dalam uji korelasi tersebut menunjukkan pengaruh citra tubuh sebesar 19,7% terhadap variabel kepercayaan diri remaja perempuan, sedangkan 80,3% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor yang lain seperti konsep diri, harga diri, pengalaman, pendidikan, dan dukungan sosial. Remaja perempuan yang memiliki citra tubuh negatif cenderung melakukan upaya diet ketat agar tubuhnya dapat sesuai dengan standar tubuh yang diharapkannya. Sebaliknya, individu dengan citra tubuh yang positif akan menerima tubuhnya secara positif dan tidak cemas dengan bentuk tubuhnya sehingga individu tidak akan membandingkan tubuhnya dengan orang lain karena meyakini bahwa individu memiliki kemampuan dan potensi sendiri dan tidak akan merasa rendah diri (Ratnawati & Sofiah, 2012). Keyakinan pada potensi diri dan tidak merasa rendah diri merupakan aspek dari kepercayaan diri yang meliputi keyakinan pada diri sendiri. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wiranatha dan Supriyadi (2015) yang menunjukkan hasil serupa yaitu terdapat hubungan positif antara citra tubuh dengan kepercayaan diri. Charles dan Kerr (dalam Grogan, 2006) mengungkapkan bahwa citra tubuh yang positif berhubungan dengan perasaan positif terhadap diri sendiri dan perasaan percaya diri dan kekuatan dalam situasi sosial. Individu merasa memiliki kekuatan dan kelebihan tersendiri sehingga individu mampu menyelesaikan permasalahannya. Sikap ini menunjukkan keyakinan individu terhadap kemampuannya dan optimisme yang merupakan aspek dari kepercayaan diri.

Hasil penelitian dari Ildil, Denich, dan Ilyas (2017) mendukung hasil dari penelitian ini yang menunjukkan adanya hubungan positif antara citra tubuh

dengan kepercayaan diri pada remaja putri. Ildil, Denich, dan Ilyas (2017) mengungkapkan bahwa remaja perempuan yang memandang tubuhnya tidak sesuai yang diinginkan dan merasa diri tidak menarik akan membuat remaja perempuan berfokus pada kekurangan dari penampilan mereka dan memiliki citra tubuh yang negatif sehingga mereka tidak memiliki keyakinan akan potensi mereka yang lain. Hal ini menunjukkan bahwa citra tubuh negatif memengaruhi keyakinan diri individu yang merupakan aspek dari kepercayaan diri.

Hal tersebut juga didukung dengan studi *interview* pada beberapa penelitian dalam buku yang ditulis Grogan (2006) yang berjudul "*Body Image and Health*" yang menunjukkan perilaku diet sangat biasa terjadi pada perempuan, banyak perempuan berdiet untuk terlihat lebih kurus dengan kepercayaan kurus berasosiasi dengan kepercayaan diri. Banyak perempuan membandingkan diri mereka terhadap model dan artis yang memiliki bentuk tubuh ideal yaitu kurus namun berbentuk. Menjadi kurus berhubungan dengan kepercayaan diri pada perempuan yang percaya bahwa hidup mereka akan berubah menjadi lebih baik jika mereka kehilangan berat badan yang berkaitan dengan aspek kepercayaan diri yaitu optimisme.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Andiyati (2016). Menurut Andiyati (2016), siswa yang memiliki persepsi dan penilaian baik terhadap tubuhnya dan puas akan bentuk tubuhnya cenderung bersyukur, menghargai dirinya, percaya diri, dan melakukan usaha untuk menjaga tubuhnya sewajarnya. Namun, individu yang menilai tubuhnya kurang baik dibandingkan standar idealnya, ia akan cenderung menilai diri sendiri kurang dan membuatnya tidak menerima keadaan dalam dirinya. Individu yang

menilai dirinya kurang dan tidak mampu menerima keadaannya menunjukkan ketidakpercayaan diri individu.

Penelitian yang dilakukan oleh Wati dan Hartini (2019) mengungkapkan hasil yang serupa dengan penelitian ini. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada siswi SMA kelas X. hasilnya semakin positif citra tubuh maka semakin tinggi kepercayaan diri siswi kelas X, sebaliknya, semakin negatif citra tubuh semakin rendah pula kepercayaan dirinya. Melliana (dalam Wati & Hartini, 2019) mengungkapkan remaja yang punya persepsi negatif dan buruk akan diliputi emosi negatif seperti ketidakpercayaan terhadap dirinya dan keresahan. Disisi lain, remaja yang memiliki penilaian baik terhadap tubuhnya, remaja akan merasa yakin dengan dirinya, percaya diri, dan merasa nyaman dengan diri sendiri. Keyakinan individu ini termasuk dalam aspek dari variabel kepercayaan diri.

Pada penelitian ini tentunya tidak terlepas dari kelemahan dan keterbatasan. Kelemahan dalam penelitian ini adalah peneliti tidak bisa memastikan bahwa subjek mengisi skala dengan sungguh-sungguh dan dilakukan secara pribadi atau orang lain, hal ini dikarenakan peneliti menggunakan skala yang sifatnya *online* dan tidak menemui subjek secara langsung. Peneliti juga menyadari bahwa peneliti tidak mampu mengontrol faktor lain dari kepercayaan diri yang bisa memengaruhi hasil seperti konsep diri, harga diri, pengalaman, pendidikan, dukungan sosial, dan penampilan fisik.