

BAB 5

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1 Hasil Penelitian

5.1.1 Hasil Uji Asumsi

Sebelum dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan analisis korelasi *product moment Pearson*, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi klasik yang meliputi:

5.1.1.1 Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah sebaran data penelitian memiliki distribusi normal atau tidak normal, dengan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test*. Suatu data dinyatakan normal, apabila memiliki nilai $p > 0,05$. Data yang normal berarti sampel benar-benar mewakili populasi, sehingga hasil penelitian dapat digeneralisasikan.

1. Variabel Kepercayaan Diri pada Remaja Putri

Variabel kepercayaan diri pada remaja putri saat dilakukan uji normalitas memperoleh hasil $Z\text{-K-S} = 0,094$ ($p > 0,05$), yang berarti memiliki sebaran data normal. Variabel kepercayaan diri pada remaja putri memenuhi asumsi normalitas.

2. Variabel Citra Tubuh

Variabel citra tubuh saat dilakukan uji normalitas memperoleh hasil $Z\text{-K-S} = 0,093$ ($p > 0,05$), yang berarti memiliki sebaran data normal. Variabel citra tubuh memenuhi asumsi normalitas.

5.1.1.2 Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui ada atau tidak adanya hubungan linier antara variabel bebas dengan variabel tergantung, dengan menggunakan uji F. Suatu model dinyatakan linier, apabila nilai $p < 0,05$. Hasil uji linieritas pada model ini adalah diperoleh nilai $F = 33,854$ ($p < 0,01$), yang berarti ada hubungan linier yang sangat signifikan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja putri, sehingga asumsi linieritas terpenuhi.

5.1.2 Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan dengan analisis korelasi *product moment Pearson* dan memberikan hasil nilai $r_{xy} = 0,545$ ($p < 0,01$), yang berarti ada hubungan positif yang sangat signifikan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja putri. Semakin positif citra tubuh maka semakin tinggi kepercayaan diri pada remaja putri, dan demikian pula sebaliknya.

5.2 Pembahasan

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima, artinya ada hubungan positif yang sangat signifikan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja putri. Semakin positif citra tubuh maka semakin tinggi kepercayaan diri pada remaja putri, dan demikian pula sebaliknya. Hasil penelitian ini konsisten dengan temuan Girindra, dkk (2018), Safitri dan Rizal (2020), dan Andiyati (2016) bahwa citra tubuh berhubungan positif dengan kepercayaan diri.

Citra tubuh berhubungan positif dengan kepercayaan diri remaja putri, karena semakin baik citra tubuh berarti remaja putri memiliki penilaian yang

positif terhadap bentuk tubuh dan penampilannya. Remaja putri akan merasa tampilan fisiknya menarik dan memuaskan. Itu semua akan membuat remaja putri bersikap positif terhadap dirinya termasuk potensi-potensi yang ada dalam dirinya dan pada akhirnya menimbulkan keyakinan akan kemampuan diri. Pernyataan ini senada dengan yang dikemukakan oleh Wiranatha dan Supriyadi (2015) bahwa remaja putri yang dapat menerima dan puas terhadap tampilan tubuhnya cenderung percaya diri.

Citra tubuh berhubungan positif dengan kepercayaan diri pada remaja putri, karena semakin baik citra tubuh berarti remaja putri semakin kurang berorientasi pada penampilan diri. Remaja putri menyadari bahwa dirinya yang utuh tidak semata-mata dibentuk dari tampilan diri, berat badan, atau ukuran tubuh. Remaja putri menyadari terdapat banyak aspek dalam dirinya yang dapat dikembangkan dan menjadi kelebihannya. Hal ini menunjukkan bahwa permasalahan yang dihadapi remaja putri tidak semata-mata bersumber dari tampilan fisik, namun dapat sumber lainnya, sehingga remaja putri akan lebih objektif atau memandang suatu permasalahan dengan apa adanya, rasional dan realistis. Kondisi ini yang membuat remaja putri lebih percaya diri. Pernyataan ini senada dengan yang dikemukakan oleh Irdil, dkk (2017) bahwa remaja putri yang memiliki citra tubuh baik lebih percaya diri karena kurang memfokuskan diri pada semata-mata tampilan diri.

Citra tubuh berhubungan positif dengan kepercayaan diri pada remaja putri, karena remaja putri yang memiliki citra tubuh yang baik akan merasa penampilannya tidak ada kekurangan secara fisik, merasalebih baik, ideal, serta memandang nilai, etika dan moral dirinya dengan berpegang teguh atas kejujuran serta tanggung jawab atas semua kegagalan yang dialaminya. Hal tersebut

membuat remaja putri lebih optimis, objektif, berani bertanggung jawab, serta rasional dan realistis, dimana hal tersebut memperlihatkan adanya kepercayaan diri yang tinggi (Safitri & Rizal, 2020)

Pada penelitian ini variabel kepercayaan diri remaja putri memiliki *mean* hipotetik (MH) = 50 dan SD = 10; sedangkan *mean* empiris (ME) = 45,88 dan SD = 8,957, dimana nilai ini tergolong sedang. Artinya, mayoritas responden merasa memiliki keyakinan yang cukup baik mengenai kemampuan diri sendiri yang diperoleh dari pengalaman, yang ditunjukkan dengan cukup yakin dengan kemampuannya, cukup optimis, cukup objektif, cukup bertanggung jawab, cukup rasional dan cukup realistis. Variabel citra tubuh memiliki *mean* hipotetik (MH) = 52,5 dan SD = 10,5; sedangkan *mean* empiris (ME) = 46,56 dan SD = 8,684, dimana nilai ini tergolong sedang. Artinya, mayoritas responden memiliki evaluasi diri mengenai tampilan fisiknya dengan cukup baik, yang ditunjukkan dengan merasa memiliki penilaian yang cukup baik mengenai penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan pengkategorian ukuran tubuh.

Hasil statistik deskripsi ini (kepercayaan diri dan citra tubuh) tidak sesuai dengan hasil wawancara awal yang mengindikasikan bahwa kepercayaan diri rendah dan citra tubuh negatif. Hal ini diduga karena terkait sekolah subjek yang berbasis agama. Subjek penelitian adalah siswa SMA Katolik dimana terdapat kegiatan penguatan rohani yang rutin diberikan setiap hari sebelum pelajaran sekolah dimulai dan refleksi sebelum pulang sekolah. Kegiatan penguatan rohani ini salah satu supaya siswa memiliki penilaian yang positif dan penerimaan diri yang baik sehingga tumbuh menjadi pribadi yang sehat jasmani, psikologis dan rohani.

Pada penelitian ini, variabel citra tubuh memberikan pengaruh terhadap kepercayaan diri pada remaja putri sebesar 29,70% Hasil ini memperlihatkan masih adanya faktor-faktor lain yang memengaruhi kepercayaan diri remaja putri diluar variabel citra tubuh, seperti konsep diri, harga diri, media sosial, dan paparan iklan.

Penelitian ini terdapat beberapa kelemahan penelitian, sehingga perlu berhati-hati dalam menafsirkan hasil penelitian. Kelemahan dalam penelitian ini, khususnya terkait dengan skala penelitian. Pada penelitian ini, skala kepercayaan penelitian cenderung berfokus pada akademik, sementara penelitian ini mengkaji mengenai kepercayaan diri terkait tampilan fisik. Hal ini memungkinkan hasil penelitian kurang mencerminkan kepercayaan diri terkait tampilan fisik.

Kelemahan alat ukur yang kedua adalah skala citra tubuh, khususnya pada aspek kecemasan menjadi gemuk, sementara sumber kecemasan terkait citra tubuh tidak hanya gemuk, namun juga bisa rambut, warna kulit, tinggi badan, dan lain-lain. Oleh karenanya, skala citra tubuh ini kurang menggambarkan secara menyeluruh mengenai citra tubuh remaja putri.