

## BAB 5

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### 5.1. Hasil Penelitian

##### 5.1.1. Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan terlebih dahulu sebelum melakukan uji hipotesis penelitian ini. Uji asumsi dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS 25. Ada dua macam uji asumsi, yaitu uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui sebaran data penelitian ini normal atau tidak dengan menggunakan uji non-parametrik yaitu *Kolmogorov-Smirnov*. Uji linearitas bertujuan untuk melihat ada atau tidaknya hubungan linier antara kedua variabel penelitian.

##### 5.1.1.1 Uji Normalitas

Peneliti menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov* untuk melakukan uji normalitas dengan bantuan program SPSS 25. Data dapat dikatakan berdistribusi normal bila memiliki taraf signifikansi lebih dari 0.5 ( $p > 0.05$ ). Berikut adalah penjelasan hasil dari uji normalitas yang ada pada penelitian ini:

- a. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa skala harga diri memiliki nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0.2 ( $p > 0.05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.
- b. Hasil uji normalitas skala citra tubuh memiliki nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0.2 ( $p > 0.05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

### 5.1.1.2 Uji Linieritas

Berdasarkan hasil uji linieritas terhadap variabel harga diri dan citra tubuh yang didapatkan menggunakan *SPSS for Windows* versi 25, menunjukkan bahwa nilai hitung F linier = 118.714 dengan nilai sig = 0.000 (sig<0.05), artinya ada hubungan linier antara citra tubuh dengan harga diri.

### 5.1.1.3 Uji Statistik Deskriptif

Peneliti melakukan uji statistik deskriptif terhadap data demografi subjek penelitian ini, meliputi umur, status, dan domisili. Hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut:

Tabel 5.1: Statistik Deskriptif Umur Subjek Penelitian

Umur	Frekuensi
18	5
19	19
20	43
21	112
22	43
23	31
24	13
25	10
Total	276

Berdasarkan Tabel 5.1, subjek berumur 21 tahun merupakan subjek yang paling banyak mengisi skala, disusul oleh subjek berumur 20 tahun, 22 tahun, serta 23 tahun. Subjek berumur 18 tahun merupakan subjek dengan jumlah paling sedikit. Data berisi umur subjek tersebut sesuai dengan kriteria subjek penelitian yaitu perempuan berumur 18-25 tahun.

Selanjutnya adalah tabel demografi berdasarkan status subjek penelitian.

Tabel 5.2: Statistik Deskriptif Status Subjek Penelitian

<b>Status</b>	<b>Frekuensi</b>
Mahasiswi	219
Karyawan Swasta	32
Wirausaha	9
Tenaga Pendidik	4
Pegawai Negeri Sipil	1
Asisten Apoteker	1
Terapis Magang	1
<i>Freelance</i>	1
<i>Freshgraduate</i>	3
Belum Bekerja	3
Gap Year	1
Tidak Diketahui	1
<b>Total</b>	<b>276</b>

Berdasarkan Tabel 5.2, subjek yang paling banyak mengisi skala berstatus sebagai mahasiswi, kemudian disusul dengan subjek yang berstatus sebagai karyawan swasta dan wirausaha. Data berisi status subjek penelitian tersebut menunjukkan bahwa status subjek beragam, mulai dari mahasiswi, karyawan swasta, wirausaha, tenaga pendidik, pegawai negeri sipil, asisten apoteker, terapis magang, *freelance*, *freshgraduate*, belum bekerja, dan *gap year*.

Peneliti juga memperoleh data demografi berdasarkan domisili subjek penelitian, berikut adalah hasilnya:

Tabel 5.3: Statistik Deskriptif Domisili Subjek Penelitian

<b>Domisili</b>	<b>Frekuensi</b>
Pulau Sumatera	9
Pulau Jawa	248
Pulau Kalimantan	8
Pulau Sulawesi	4
Pulau Bali	3
Pulau Papua	1
Kepulauan Riau	1
Nusa Tenggara	2
<b>Total</b>	<b>276</b>

Berdasarkan Tabel 5.3, domisili subjek paling banyak ada di Pulau Jawa, disusul dengan Pulau Sumatera, Kalimantan, Sulawesi, dan Bali. Data domisili subjek penelitian membuktikan bahwa ada keragaman wilayah domisili yang turut melatarbelakangi subjek penelitian,

Peneliti kemudian melakukan uji statistik deskriptif harga diri, yang mana total item pada skala harga diri berjumlah 32 item. Berdasarkan uji statistik deskriptif, peneliti membuat kategorisasi berdasarkan dua tingkatan yaitu rendah dan tinggi. Peneliti kemudian menggunakan statistik empirik untuk membuat kategorisasi berdasarkan mean harga diri = 100,14 dan Standar Deviasi (SD) = 13,013. Kategorisasi ini dibuat untuk menunjukkan data bersifat angka terkait tinggi dan rendahnya harga diri subjek penelitian. Hasil kategorisasi harga diri yang diperoleh adalah sebagai berikut:

Tabel 5.4: Kategorisasi Harga Diri Perempuan *Emerging Adult*

Rentangan	Tingkatan	Frekuensi	Persentase
$x < 100,14$	Rendah	137	49,6%
$100,14 \leq x$	Tinggi	139	50,4%
Total		276	100%

Peneliti juga melakukan uji statistik deskriptif citra tubuh, dengan total item pada skala citra tubuh yaitu 29 item. Berdasarkan hasil uji statistik deskriptif, peneliti membuat kategorisasi berdasarkan dua tingkatan yaitu rendah dan tinggi. Kategorisasi dibuat berdasarkan mean citra tubuh = 85 dan Standar Deviasi (SD) =

11,209. Kategorisasi citra tubuh ini dibuat untuk menunjukkan data bersifat angka yang menunjukkan citra tubuh subjek penelitian yang bersifat positif maupun negatif. Hasil kategorisasi citra tubuh yang diperoleh adalah sebagai berikut:

Tabel 5.5: Kategorisasi Citra Tubuh Perempuan *Emerging Adult*

Rentangan	Tingkatan	Frekuensi	Persentase
$x < 85$	Negatif	133	48,2%
$85 \leq x$	Positif	143	51,8%
Total		276	100%

Kemudian, peneliti juga mengumpulkan data Indeks Massa Tubuh (IMT) subjek penelitian. Data terkait IMT ini merupakan data tambahan yang berkaitan dengan salah satu aspek citra tubuh yaitu *self-classified weight* atau pengkategorian berat badan. Hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut:

Tabel 5.6: Statistik Deskriptif Indeks Massa Tubuh (IMT) Subjek Penelitian

Kategori Tubuh	Frekuensi
<i>Underweight</i>	59
Normal	130
<i>Overweight</i>	74
Obesitas	13
Total	276

### 5.1.2. Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji asumsi, langkah selanjutnya adalah melakukan uji hipotesis untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara citra tubuh dengan harga diri pada perempuan *emerging adult*. Peneliti menggunakan uji korelasi dari Pearson untuk menguji korelasi variabel citra tubuh dengan harga diri. Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa nilai  $r = 0.550$  dengan nilai  $\text{sig} = 0.000$  ( $\text{sig} < 0.01$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara citra tubuh dengan harga diri pada perempuan *emerging adult*. Semakin tinggi citra tubuh, maka semakin tinggi harga diri pada perempuan *emerging adult*, dan begitu pula sebaliknya. Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan pada penelitian ini dapat diterima.

Peneliti selanjutnya menambah analisis data pada penelitian ini dengan melakukan uji korelasi atas aspek-aspek citra tubuh dengan harga diri. Hasil uji korelasi antara aspek-aspek citra tubuh dengan harga diri adalah sebagai berikut:

Tabel 5.7: Hasil Uji Korelasi Aspek-Aspek Citra Tubuh dan Harga Diri

	<b>r (Koefisien Korelasi)</b>	<b>Sig.</b>
<i>Appearance Evaluation</i> – Harga Diri	0.658	0.000
<i>Appearance Orientation</i> – Harga Diri	0.292	0.000
<i>Body Areas Satisfaction Scale</i> – Harga Diri	0.403	0.000
<i>Overweight Preoccupation</i> – Harga Diri	0.154	0.01

<i>Self-Classified Weight</i> – Harga Diri	0.211	0.000
Total	276	100%

Berdasarkan tabel 5.7 di atas, hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan yang positif antara aspek *appearance evaluation*, *appearance orientation*, *body areas satisfaction scale*, *overweight preoccupation*, dan *self-classified weight* dengan harga diri.

## 5.2. Pembahasan

Hasil uji hipotesis menggunakan analisis korelasi dari Pearson menunjukkan bahwa  $r = 0.550$  dengan nilai  $\text{sig} = 0.000$  ( $\text{sig} < 0.01$ ). Artinya, terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara citra tubuh dengan harga diri pada perempuan *emerging adult*. Semakin tinggi citra tubuh, maka semakin tinggi pula harga diri pada perempuan *emerging adult*. Maka, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini pun diterima. Peran citra tubuh terhadap harga diri pada penelitian ini adalah sebesar 30,2%. Artinya, terdapat 69,8% faktor lain yang berperan bagi harga diri pada perempuan *emerging adult*. Beberapa faktor lain tersebut dapat berupa jenis kelamin, inteligensi, lingkungan keluarga, dan lingkungan sosial.

Penelitian ini menemukan adanya hubungan positif antara aspek *appearance evaluation* dan harga diri dengan  $r = 0.658$ . Aspek *appearance evaluation* merupakan aspek citra tubuh yang berbicara tentang penilaian subjektif seseorang secara keseluruhan terhadap penampilan dan daya tarik fisiknya. Hubungan positif antara



aspek *appearance evaluation* dengan harga diri pada penelitian ini sejalan dengan pernyataan Solnick dan Schweitzer (1999) bahwa ada hubungan positif antara kecantikan dengan harga diri, kekuatan personal dan sosial, serta perlakuan istimewa dari orang lain. Daya tarik fisik seseorang dapat berperan dalam proses pengambilan keputusan orang lain. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian oleh Coopersmith (dalam Ghufron dan Risnawita, 2017) bahwa ada hubungan konsisten antara daya tarik fisik dan tinggi badan dengan harga diri seseorang.

Aspek *appearance orientation* juga memiliki hubungan positif dengan harga diri, yang mana  $r = 0.292$ . Menurut Gillen (2015) citra tubuh positif membuat seseorang bersikap dan berperilaku protektif terhadap tubuhnya. Seseorang dengan citra tubuh positif merasa penampilan fisiknya menarik (Prawono, 2013). Cash dan Smolak (2011) menegaskan bahwa daya tarik serta penerimaan lingkungan sosial atas penampilan fisik seseorang dapat berdampak pada cara seseorang dianggap dan diperlakukan oleh orang lain. Burn (dalam Sinulingga dan Haryono, 2014) berpendapat bahwa penerimaan sosial membantu seseorang membentuk penilaian terhadap dirinya sendiri sebagai orang yang berarti dan berharga. Menurut Kashubeck-West dan koleganya (2005) kepedulian tentang citra tubuh dapat berperan bagi penilaian maupun perasaan seseorang terhadap diri sendiri.

Hubungan positif ditemukan juga pada aspek *body areas satisfaction scale* dengan harga diri, yang mana  $r = 0.403$ . Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Pisitsungkagarn dan koleganya (2014) bahwa ada hubungan positif antara kepuasan terhadap tubuh dengan harga diri. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian oleh Prawono (2013) yang menemukan bahwa kepuasan terhadap tubuh

memiliki hubungan positif dengan harga diri pada wanita dewasa muda yang sedang menjalani diet. Menurut Healey (2014) seseorang dengan citra tubuh positif merasa senang, puas, nyaman, serta dapat menerima tubuhnya. Sedangkan orang dengan citra tubuh negatif secara tidak langsung berhubungan dengan harga diri rendah yang mengarah pada suasana hati negatif. Ketika harga diri rendah, seseorang cenderung tidak yakin dengan kemampuannya sendiri, dan kepercayaan dirinya rendah.

Aspek *overweight preoccupation* dan *self-classified weight* juga berhubungan positif dengan harga diri. Hubungan positif antara aspek *overweight preoccupation* dan harga diri menunjukkan  $r = 0.154$ . Lalu, hubungan positif antara aspek *self-classified weight* dan harga diri menunjukkan  $r = 0.211$ . Kedua aspek citra tubuh tersebut sama-sama menyoroti soal berat badan dan ukuran tubuh seseorang. Tubuh kurus dan penampilan fisik merupakan bagian dari harapan sosial masyarakat terhadap perempuan (Cash dan Smolak, 2011). Tatangelo dan koleganya (2015) berpendapat bahwa faktor sosial budaya seolah menciptakan pesan terkait standar ideal yang sulit dicapai oleh sebagian besar orang. Menurut Wasylkiw dan koleganya (2012) perempuan cenderung malu, karena standar ideal yang ada tidak realistis untuk dicapai. Budaya di suatu tempat memiliki norma terkait hal yang dianggap cantik dan pentingnya memiliki tipe tubuh tertentu. Penampilan sangat penting bagi perasaan diri perempuan, dan penelitian lain menunjukkan bahwa ada hubungan kuat antara kepuasan tubuh perempuan dengan harga dirinya.

Tubuh nampaknya menjadi simbol utama bagi seseorang, bahkan masyarakat (Listyani, 2016). Tubuh telah dimaknai dengan nilai budaya sesuai dengan kepercayaan dan pemahaman masyarakat. Tubuh ideal telah dikonstruksi oleh

budaya, sehingga pemaknaan terhadap tubuh dapat berbeda dari satu budaya dengan budaya lain. Perempuan dikondisikan untuk bergantung pada penilaian orang lain saat menilai hal-hal yang berkaitan dengan tubuhnya. Tuntutan sosial dewasa ini mengutamakan penampilan fisik. Menurut Melliana (dalam Listyani, 2016), konstruksi sosial di masyarakat adalah stimulus lingkungan yang mempengaruhi perempuan. Stimulus tersebut kemudian diinterpretasikan dan dipersepsikan hingga menghasilkan beberapa respon dalam memperlakukan dirinya di hadapan lelaki. Konstruksi sosial tersebut mewajibkan perempuan untuk memaksa dirinya sendiri agar terlihat cantik.

Hasil pengkategorian berat badan subjek penelitian ini yang dihitung berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) menunjukkan bahwa ada 59 subjek memiliki berat badan yang kurang (*underweight*), 130 subjek memiliki berat badan ideal, 74 subjek memiliki berat badan berlebih (*overweight*), serta 13 subjek obesitas. Pengkategorian berat badan merupakan salah satu aspek dari citra tubuh yang disebut dengan *self-classified weight*. Hasil penelitian menunjukkan ada 133 subjek memiliki citra tubuh negatif, dan 143 subjek memiliki citra tubuh positif. Berangkat dari hasil tersebut, ternyata 51,8% perempuan *emerging adult* memiliki citra tubuh positif yang dapat mendorong peningkatan kesehatan mental maupun kesejahteraannya, dan 48,2% subjek penelitian memiliki citra tubuh negatif. Menurut Dion dan koleganya (2016) citra tubuh positif dapat menyebabkan harga diri seseorang jadi lebih tinggi. Sedangkan, jika citra tubuh seseorang negatif, maka harga dirinya jadi lebih rendah.

Hasil demografi berdasarkan status 276 subjek penelitian menunjukkan bahwa ada 219 orang berstatus sebagai mahasiswi, 32 orang karyawan swasta, sembilan orang wirausaha, empat orang tenaga pendidik, serta dua belas orang berstatus

sebagai pegawai negeri sipil, asisten apoteker, magang terapis, dan belum bekerja. Menurut Branden (dalam Ghufro dan Risnawita, 2017) kepuasan kerja, penghargaan dari orang lain, serta kenaikan jabatan merupakan faktor yang berperan bagi harga diri dalam lingkungan pekerjaan. Hasil demografi berdasarkan domisili menunjukkan ada sembilan orang di Pulau Sumatera, 246 orang di Pulau Jawa, delapan orang di Pulau Kalimantan, empat orang di Pulau Sulawesi, tiga orang di Pulau Bali, satu orang di Pulau Papua, satu orang di Kepulauan Riau, serta dua orang di Kepulauan Nusa Tenggara. Pada konteks budaya tertentu, seseorang mengevaluasi diri sendiri dengan cara yang sesuai dengan budayanya (Becker dkk., 2014). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 137 subjek memiliki harga diri pada tingkat rendah, dan 139 subjek memiliki harga diri pada tingkat tinggi.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa citra tubuh yang positif dapat berdampak pada harga diri perempuan *emerging adult*. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa reguler di Universitas Esa Unggul yaitu terdapat hubungan positif antara citra tubuh dengan harga diri (Solistiawati dan Novendawati, 2015). Hal tersebut menunjukkan indikasi yang jelas bahwa perempuan memiliki citra tubuh yang dapat berperan bagi harga dirinya (Abamara dan Solomon, 2014). Penelitian lain juga menemukan ada hubungan positif yang signifikan antara citra tubuh dan harga diri pada wanita dewasa muda pasca melahirkan di Jakarta (Ridwan dkk., 2017). Ketika wanita dewasa muda pasca melahirkan memiliki citra tubuh positif, maka harga diri yang dimilikinya pun tinggi. Ketika seseorang memiliki citra tubuh yang positif, artinya ia merasa senang, puas, nyaman, dan dapat menerima kondisi tubuhnya (Healey, 2014). Sedangkan orang yang memiliki citra tubuh negatif

merasa tidak senang dengan tubuhnya dan sering dikaitkan dengan keinginan untuk mengubah bentuk tubuhnya.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan terhadap subjek dewasa awal tuna daksa yaitu ada hubungan positif antara citra tubuh dengan harga diri (Sari, 2012). Semakin positif citra tubuh yang dimiliki subjek dewasa awal tuna daksa, maka semakin tinggi juga harga diri yang dimilikinya. Hasil serupa juga ditemukan pada penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswi *undergraduate* di Agbani Campus, Enugu State University of Science and Technology yaitu ada hubungan signifikan antara citra tubuh dengan harga diri (Abamara dan Solomon, 2014). Citra tubuh dan harga diri adalah dua faktor utama yang saling terkait. Penelitian menunjukkan adanya pengaruh citra tubuh terhadap harga diri pada remaja (Javaid dan Ajmal, 2019). Harga diri dapat tumbuh dalam diri remaja melalui citra tubuh yang positif. Jika citra tubuh negatif, maka akan memicu ketidakpuasan terhadap diri sendiri yang mengarah pada tingkat harga diri yang rendah.