

BAB 5

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1. Hasil penelitian

5.1.1. Uji Asumsi

Pada penelitian ini dilakukan terlebih dahulu uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas. Uji asumsi normalitas ini dilakukan sebelum uji hipotesis untuk mengetahui normal atau tidaknya persebaran item alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini. Uji asumsi linieritas juga dilakukan sebelum uji hipotesis untuk mengetahui linier atau tidaknya hubungan antara kedua variabel yang dianalisis. Penelitian ini menggunakan program Statistical Packages for Social Science versi 22.0 for Windows untuk mengolah data penelitian.

5.1.1.1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi data penelitian. Pada penelitian ini *One Sample Kolmogorov-Smirnov* digunakan untuk menguji normalitas data penelitian. Pada dasarnya, sebuah data yang tersebar secara normal memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 ($p > 0.05$), sedangkan data yang tidak normal memiliki signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($p < 0.05$).

Berdasarkan uji normalitas menggunakan *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test*, hasil perhitungan menunjukkan nilai KS-Z sebesar 1,729 dan nilai p sebesar 0,005 ($p > 0.05$) yang berarti persebaran data pada skala perilaku diet tidak normal. Hasil perhitungan lebih lengkap dapat dilihat pada lampiran E-1.

Pada skala ketidakpuasan bentuk tubuh diperoleh hasil *One Sample Kolmogorov Test* dengan nilai sebesar 1,902 dan nilai p sebesar 0,001 ($p > 0.05$) yang dapat disimpulkan bahwa persebaran data pada skala ketidakpuasan bentuk tubuh ini tersebar tidak normal. Hasil perhitungan lebih lengkap dapat dilihat pada lampiran E-1.

5.1.1.2. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung. Suatu variabel dapat dikatakan memiliki hubungan yang linier jika memiliki nilai signifikansi kurang dari 0,05 ($\text{sig} < 0.05$). Jika dalam pengujian ini didapatkan hubungan yang linier maka analisa data dapat dilanjutkan dengan menguji hipotesis.

Penelitian ini menguji variabel perilaku diet yang dipengaruhi oleh ketidakpuasan bentuk tubuh. Dimana perilaku diet berfungsi sebagai variabel tergantung dan ketidakpuasan bentuk tubuh berfungsi sebagai variabel bebas.

Berdasarkan uji linieritas dalam penelitian ini diperoleh nilai F linier = 502.106 dan nilai signifikansi 0,000 ($\text{sig} < 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara perilaku diet dengan ketidakpuasan bentuk tubuh. Hasil perhitungan lebih lengkap dapat dilihat pada lampiran E-2.

5.1.2. Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji asumsi, peneliti melakukan uji hipotesis dengan menggunakan bantuan program Statistical Packages for Social Science versi 22.0 for Windows. Uji hipotesis dapat dilakukan setelah melakukan uji asumsi. Uji hipotesis ini memiliki tujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan positif antara perilaku diet dengan ketidakpuasan bentuk tubuh. Pada penelitian ini, peneliti menguji korelasi antar kedua variabel dengan menggunakan teknik Spearman Rho karena data tidak terdistribusi secara normal.

Variabel penelitian dikatakan memiliki hubungan ketika nilai signifikansi kurang dari 0,01 ($p < 0.01$). Berdasarkan uji korelasi Spearman didapatkan Rho = 0.845 dan nilai signifikansi 0,000 ($\text{sig} < 0.01$). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif sangat signifikan antara perilaku diet dengan ketidakpuasan bentuk tubuh yang ditunjukkan dengan nilai korelasi spearman rho sebesar 0.845 dan nilai

signifikansi $p < 0.005$. Semakin tinggi ketidakpuasan bentuk tubuh maka semakin tinggi pula perilaku diet, dan sebaliknya. Hasil lebih lengkap dapat dilihat pada lampiran F.

5.2. Pembahasan

Berdasarkan hasil uji hipotesis menggunakan teknik korelasi dari Spearman rho, didapatkan hasil $Rho = 0.845$ dan nilai signifikansi $0,000$ ($sig < 0.01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara ketidakpuasan bentuk tubuh dengan perilaku diet. Dimana semakin tinggi ketidakpuasan bentuk tubuh maka makin tinggi pula perilaku diet, begitu pula sebaliknya.

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa korelasi antar variable memiliki angka yang cukup tinggi, sehingga hal ini juga dapat menjadi kelebihan dalam penelitian. Kelebihan dari penelitian ditemukan bahwa perilaku diet wanita dewasa awal wanita dewasa awal sangat besar dipicu oleh ketidakpuasan bentuk tubuh, hal ini ditunjukkan berdasarkan data pada penelitian variable ketidakpuasan bentuk tubuh aspek pertama "saya merasa sangat khawatir tentang bentuk tubuh saya" sebanyak 33 (31.1%) responden menjawab sering dan pada variable perilaku diet wanita dewasa awal wanita dewasa awal aspek pertama "saya akan mengurangi porsi makan ketika berat badan saya bertambah" sebanyak 31 (29.2%) responden menjawab sering dan 31 (29.2%) responden lainnya menjawab pernah. Aspek pertama pada variable bebas dan tergantung memiliki korelasi yang kuat dimana jika individu memiliki nilai yang tinggi terhadap persepsi diri sendiri terhadap bentuk tubuh maka akan muncul usaha kognitif dalam menilai dan mempertimbangkan perilaku makan yang baik untuk melawan nafsu makan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Savitri (2021) yang menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara ketidakpuasan bentuk tubuh dengan perilaku diet pada wanita. Diketahui bahwa pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa 13 subjek penelitian mempunyai ketidakpuasan bentuk tubuh yang tinggi sehingga perilaku dietnya

juga mengacu pada kecenderungan yang tinggi. Pada hasil uji korelasi antara ketidakpuasan bentuk tubuh dengan perilaku diet wanita dewasa awal wanita dewasa awal wanita dewasa awal mendapatkan hasil bahwa ada hubungan positif dengan nilai $r=0.845$ dan nilai signifikansi $p<0.005$ hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi ketidakpuasan bentuk tubuh maka semakin tinggi perilaku diet wanita dewasa awal wanita dewasa awal wanita dewasa awal. Hal ini juga sesuai dengan pernyataan bahwa orang yang mengalami ketidakpuasan bentuk tubuh, semakin ia merasa tidak puas dengan ukuran dan bentuk tubuhnya maka ia akan semakin mengembangkan perilaku diet wanita dewasa awal wanita dewasa awal wanita dewasa awal. Penelitian sebelumnya Prima dan Sari (2013) menunjukkan bahwa ketidakpuasan bentuk tubuh dengan perilaku diet wanita dewasa awal wanita dewasa awal wanita dewasa awal memperoleh hasil $r=0.456$ dan $p=0.000$ ($p<0.01$) hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara ketidakpuasan bentuk tubuh dengan perilaku diet wanita dewasa awal wanita dewasa awal wanita dewasa awal. Semakin tinggi ketidakpuasan bentuk tubuh seseorang, maka ia akan semakin mengembangkan perilaku diet wanita dewasa awal wanita dewasa awal wanita dewasa awal. Sebaliknya semakin rendah ketidakpuasan bentuk tubuh seseorang, maka semakin rendah perilaku diet wanita dewasa awal wanita dewasa awal wanita dewasa awalnya.

Dari penelitian ini didapatkan sumbangan efektif ketidakpuasan bentuk tubuh dengan perilaku diet 71,4%. Sumbangan ketidakpuasan bentuk tubuh dengan perilaku diet ini besar karena efektif perilaku diet dipengaruhi oleh ketidakpuasan bentuk tubuh, hal ini juga dinyatakan dalam penelitian whyte dan Findlay (savitri, 2021) yang menyebutkan bahwa pandangan negatif individu terhadap bentuk tubuhnya dapat memunculkan orientasi berlebih terhadap citra tubuh, contohnya kelebihan berat badan atau obesitas, ketidakpuasan terhadap tubuh, harga diri yang rendah, pengaruh keluarga dan teman sebaya . Sisanya 28,6% dipengaruhi oleh faktor lain dalam penelitian whyte

dan Findlay (savitri, 2021) menyebutkan bahwa gejala psikiatri seperti depresi dan kecemasan merupakan faktor yang menyebabkan individu melakukan diet.

5.3. keterbatasan penelitian

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah peneliti hanya menyebarkan skala perilaku diet wanita dewasa awal dan skala ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswi angkatan 2021 saja, padahal indikator yang menentukan adalah usia dewasa awal yang berkisaran usia 18 sampai 25 tahun bukan tahun angkatan. Pada skala ketidakpuasan bentuk tubuh pilihan item yang digunakan sangat sering (SS), sering (S), kadang-kadang (K), pernah (P), tidak pernah (TP). Sedangkan untuk mengukur ketidakpuasan menggunakan item pilihan sangat tidak puas (STP), kurang puas (KP), netral (N), puas (P), sangat puas (SP). Hasil penelitian tidak dapat digeneralisir karena data tidak terdistribusi secara normal. Peneliti meneliti perilaku diet wanita dewasa awal namun subjek yang diteliti tidak sedang melakukan diet.

