

## BAB V

### HASIL PENELITIAN

#### A. HASIL PENELITIAN

##### 1. Uji Asumsi

Sebelum dilakukan uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi. Uji asumsi sendiri terdiri dari uji normalitas serta uji linieritas. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah sebaran data penelitian normal atau tidak. Sedangkan uji linieritas dilakukan untuk mengetahui linier atau tidak hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantung.

###### a. Uji Normalitas

###### 1) *Body Image*

Uji normalitas terhadap skala *body image* dilakukan menggunakan Kolmogorov-Smirnov menunjukkan hasil K-S Z sebesar 0,748 ( $p > 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran data *body image* memiliki distribusi yang normal. Untuk perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran E-1.

###### 2) Penerimaan Diri

Uji normalitas terhadap skala penerimaan diri dilakukan menggunakan Kolmogorov-Smirnov menunjukkan hasil K-S Z sebesar 0,620 ( $p > 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran data penerimaan diri memiliki distribusi yang normal.

Untuk perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran E-1.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan linier antara variabel bebas dengan variabel tergantung. Hasil uji linier yang dilakukan dengan menggunakan Uji F menunjukkan korelasi linier antara *body image* dengan penerimaan diri. Hal ini ditunjukkan dengan nilai  $F=31,430$  ( $p<0,05$ ). Hasil uji linieritas selengkapnya dapat dilihat pada Lampiran E-2.

**2. Uji Hipotesis**

Setelah dilakukan uji asumsi selanjutnya dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan SPSS versi 16 *for windows*. Teknik yang digunakan adalah korelasi *product moment* atau Korelasi Pearson. Dari analisis tersebut didapatkan hasil koefisien  $r_{xy}$  sebesar 0,637 ( $p<0,01$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *body image* dengan penerimaan diri. Semakin positif *body image* individu maka semakin tinggi penerimaan diri, demikian pula sebaliknya. Perhitungan uji hipotesis dapat dilihat pada Lampiran F.

## B. PEMBAHASAN

Berdasarkan uji hipotesis dengan menggunakan teknik *product moment* diperoleh hasil  $r_{xy}$  sebesar 0,637 dengan  $p=0,000$  ( $p<0,01$ ). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima, yaitu ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *body image* dengan penerimaan diri. Semakin positif *body image* individu maka semakin tinggi penerimaan diri, demikian pula sebaliknya.

Hasil perhitungan di atas memiliki kesesuaian dengan data awal di lapangan yang diperoleh pada saat proses wawancara pada subjek. Pada wawancara awal didapatkan data bahwa penerimaan diri subjek F dan H masih kurang, dibuktikan dengan pikiran subjek yang menganggap dirinya adalah manusia yang memiliki banyak kekurangan, namun tidak memiliki kelebihan. Dalam kehidupannya subjek hanya berfokus pada kekurangan yang ia miliki. Subjek memiliki kecenderungan belum bisa menerima kondisi dirinya saat ini, dan tentu saja kondisi ini mempengaruhi produktivitas dan perilaku subjek sehari-hari. Setelah ditelusur lebih lanjut, hal ini dikarenakan subjek memiliki gambaran yang kurang positif terhadap dirinya, terlebih terhadap tubuhnya. Gambaran tubuh inilah yang selanjutnya dikatakan sebagai *body image*. Tingkat penerimaan diri yang rendah ini sebagian besar dipengaruhi oleh *body image* subjek yang cenderung negatif. Subjek memiliki pandangan bahwa tubuhnya tidak ideal, tidak menarik dan banyak kekurangan. Dari *body image* yang negatif inilah akhirnya terbentuk penerimaan diri yang rendah pula.

Setelah didapatkan data wawancara, terlihat kesinambungan antara fakta dengan teori yang telah disampaikan pada tinjauan pustaka. Apabila disoroti dari aspek-aspek *body image* yaitu aspek perseptual, subjektif dan perilaku, terlihat bahwa subjek memiliki *body image* yang cenderung negatif. Secara perseptual, subjek memiliki persepsi yang tidak baik terhadap tubuhnya, mulai dari pandangan bahwa tubuhnya tidak proporsional, kulitnya terlalu hitam hingga anggota tubuhnya yang membuat penampilannya menjadi jelek. Dari segi subjektif, subjek mengungkapkan perasaannya yang tidak puas dan memiliki pikiran untuk mengubah tubuhnya. Tidak hanya sampai di situ, *body image* yang cenderung negatif juga nampak pada perilaku subjek yang cenderung berusaha menarik diri apabila berkaitan dengan situasi yang memungkinkan orang lain untuk bisa melihat kondisi tubuhnya. Fakta yang sesuai dengan teori tersebut sekaligus menjadi bukti bahwa terdapat hubungan antara *body image* dengan penerimaan diri.

Berdasarkan pengolahan data yang telah dilakukan, dapat dilihat bahwa *body image* sebagai variabel bebas memberikan sumbangan efektif sebesar 40,58% kepada penerimaan diri. Hal ini berarti *body image* berperan dalam pembentukan penerimaan diri individu sebesar 40,58%, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang mempengaruhi penerimaan diri. Seperti yang telah disebutkan pada tinjauan pustaka, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi penerimaan diri. Dalam penelitian ini disebutkan dua tokoh yang mengemukakan faktor yang mempengaruhi *body image*. Menurut Bastaman (2007, hal.2) faktor yang mempengaruhi penerimaan diri

adalah pemahaman diri (di dalamnya adalah *body image*), makna hidup, perubahan sikap, keikatan diri, kegiatan terarah dan dukungan sosial. Hurlock dalam Sari (2010, hal. 18) faktor yang mempengaruhi penerimaan diri adalah pemahaman diri (di dalamnya terdapat *body image*), harapan yang realistis, bebas dari hambatan lingkungan, sikap anggota masyarakat yang menyenangkan, tidak ada tekanan emosi yang berat, pengaruh keberhasilan, identifikasi dengan seseorang yang mempunyai penerimaan diri, pola asuh di masa kecil dan konsep diri (di dalamnya terdapat *body image*). Dari sekian banyak faktor yang mempengaruhi penerimaan diri, *body image* memberikan sumbangan efektif sebesar 40,58%. Presentase ini dikatakan cukup besar dibandingkan dengan banyaknya faktor lain yang mempengaruhi penerimaan diri.

Penerimaan diri merupakan satu bagian dalam diri individu yang sangat penting, terlebih pada individu dewasa awal. Individu dewasa awal yang diharapkan sudah memiliki penerimaan yang mantap diharapkan dapat melangsungkan kehidupannya sesuai dengan tahap perkembangan yang seharusnya dipenuhi, seperti produktivitas. Apabila penerimaan diri individu cenderung rendah, tidak menutup kemungkinan individu tersebut mengalami kesulitan ataupun hambatan dalam fungsi-fungsi kehidupannya. Begitu pentingnya dimilikinya penerimaan diri yang seharusnya sudah cukup matang pada masa dewasa awal, membuat penulis tidak hanya menutup pandangan pada *body image*, penerimaan diri dan dinamika hubungan yang terjadi. Dengan diungkapnya hubungan yang signifikan antara *body image*

dengan penerimaan diri, selanjutnya ada hal-hal yang dapat dilakukan sebagai penerapan dari penelitian ini. Melihat kondisi di lapangan dimana penerimaan diri individu pada masa dewasa awal masih kurang, masih ada beberapa hal yang dapat diusahakan untuk meningkatkan penerimaan diri. Salah satu hal yang dapat dilakukan adalah meningkatkan *body image* individu agar lebih positif. Untuk dapat membangun *body image* yang lebih positif, individu dapat memulai dari aspek persepsi, subjektif dan perilaku. Dengan beberapa aspek ini, individu akan lebih mudah untuk mengukur aspek apa yang dapat lebih diupayakan demi membangun *body image* yang lebih positif. Dengan *body image* yang lebih positif, diharapkan dapat meningkatkan penerimaan diri individu khususnya individu dewasa awal, sesuai dengan penelitian ini, bahwa terdapat hubungan antara *body image* dengan penerimaan diri.

Sebagai bagian dari diri individu, penerimaan diri tidak berdiri sendiri. Pada *scoop* yang lebih luas, beberapa dimensi dalam diri individu akan terintegrasi membentuk kesatuan, yaitu *psychological well being (PWB)*. Sebagai salah satu dari enam dimensi PWB, penerimaan diri atau *self acceptance* memiliki peranan yang cukup penting sebagai penentu bagaimana PWB seseorang. Dimensi lainnya diantaranya adalah *purpose in life, environmental mastery, positive relationship, personal growth* dan *autonomy* (Ryff & Singer, 2008, hal. 20). Dari teori tersebut dapat dikatakan bahwa dengan meningkatkan penerimaan diri pada individu, dapat memberikan dampak pada PWB individu yang lebih baik. *Psychological well being* menurut Ryff dan

Singer (2008, hal. 14) merupakan pertumbuhan dan pemenuhan kebutuhan manusia yang sangat dipengaruhi konteks kehidupan masing-masing individu.

Melalui penjelasan di atas dapat dilihat bahwa *psychological well being* individu yang lebih baik salah satunya juga dipengaruhi oleh bagaimana individu menerima dirinya. Ketika penerimaan diri individu tinggi, maka kualitas *psychological well being* diharapkan dapat lebih baik. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan penerimaan diri individu adalah dengan cara membentuk *body image* yang lebih positif.

Berdasarkan hasil perhitungan yang telah dilakukan diketahui bahwa *body image* memiliki nilai *mean* empirik ( $M_e$ ) sebesar 55,67. Jika dibandingkan dengan *mean* hipotetik ( $M_h$ ) sebesar 47,5 dan standar deviasi hipotetik ( $SD_h$ ) sebesar 9,5 dapat disimpulkan bahwa *body image* subjek masuk dalam kategori sedang. *Mean* empirik penerimaan diri adalah 56,44 sedangkan *mean* hipotetik dan standar deviasi hipotetik untuk penerimaan diri sama dengan *body image*, karena jumlah item kedua skala yang sama. Dari perhitungan tersebut dapat dikatakan bahwa *body image* dan penerimaan diri subjek penelitian masuk dalam kategori sedang.

Penelitian ini tentu tidak terlepas dari beberapa kesulitan selama pelaksanaannya, yaitu pada saat proses pengumpulan data, peneliti mengalami kesulitan karena tidak adanya *data base* mengenai keanggotaan resmi KOMPA. Hal ini dikarenakan selama ini KOMPA lebih mengacu pada pendataan yang bersifat mingguan dan tidak

terpaku pada bentuk keanggotaan yang formal. Nama yang tercatat hanyalah pengurus dan sisanya harus ditelusur secara pribadi oleh peneliti. Hal ini menyebabkan peneliti membutuhkan waktu yang cukup panjang untuk bisa melakukan pengumpulan data, yaitu tiga minggu.

