

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Setelah diperoleh butir-butir item yang valid, langkah yang harus dilakukan sebelum melakukan analisis data adalah melakukan uji asumsi, dengan tujuan untuk mengetahui apakah data penelitian yang diperoleh memenuhi persyaratan untuk dianalisis secara statistik dengan menggunakan teknik korelasi *product moment*. Uji asumsi ini meliputi uji normalitas distribusi (mengetahui normal atau tidaknya sebaran item) dan uji linieritas hubungan (mengetahui ada atau tidaknya hubungan antar variabel).

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas Distribusi

Uji normalitas distribusi ini dilakukan dengan menggunakan program *Statistical Packages for Social Science (SPSS) for Windows Realease 13.0*. Melalui perhitungan uji normalitas terhadap Skala Kepercayaan Diri pada Mahasiswi, diperoleh nilai K-SZ sebesar 0,624 ($p > 0,05$), yang berarti bahwa sebaran itemnya normal.

Sedangkan perhitungan uji normalitas terhadap Skala Citra Raga, menunjukkan nilai K-SZ sebesar 0,990 ($p > 0,05$), yang berarti bahwa sebaran itemnya normal. Hasil perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran F-1.

b. Uji Linieritas Hubungan

Uji linieritas ini dilakukan dengan menggunakan program *Statistical Packages for Social Science (SPSS) for Windows Realease 13.0*. Berdasarkan perhitungan terhadap hubungan antara citra raga dengan kepercayaan diri pada remaja putri, diperoleh F linier sebesar 27,953 dengan nilai $p = 0,000 < 0,01$. Hal ini berarti bahwa korelasi kedua variabel tersebut linier. Hasil perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran F-2.

2. Hasil Analisis

Setelah diketahui bahwa data yang diperoleh memenuhi syarat uji asumsi, maka selanjutnya dilakukan analisis data dengan menggunakan teknik korelasi *product moment* untuk menguji hipotesis. Analisis data dilakukan dengan program *Statistical Packages for Social Science (SPSS) for Windows Realease 13.0*. Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya koefisien korelasi $r_{xy} = 0,509$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hal ini berarti bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara citra raga dengan kepercayaan diri pada mahasiswi. Dengan demikian, hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hasil perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran G.

B. Pembahasan

Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya koefisien korelasi $r_{xy} = 0,509$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil ini menunjukkan adanya

hubungan positif yang sangat signifikan antara citra raga dengan kepercayaan diri pada mahasiswi. Hal ini berarti bahwa semakin positif citra raga seorang mahasiswi maka semakin tinggi tingkat kepercayaan dirinya. Sebaliknya, semakin negatif citra raga seorang mahasiswi maka semakin rendah tingkat kepercayaan dirinya. Hasil penelitian di atas sesuai dengan teori Centi (1993, h.36) yang mengatakan bahwa orang yang menerima dan puas dengan keadaan dan penampilan fisiknya, pada umumnya memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi daripada yang mereka yang tidak.

Seorang mahasiswi yang mempunyai citra raga positif akan melihat tubuhnya sebagai sesuatu yang berharga atau baik adanya. Dia tidak akan mengkritik dirinya sendiri ataupun membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain. Dengan demikian, ia mampu untuk menemukan dan menentukan identitas dirinya sendiri tanpa ragu. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Walgito (1986, h.6) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah kepercayaan seseorang pada kemampuan yang ada dalam dirinya atau dikatakan lebih lanjut bahwa percaya diri (*self confidence*) adalah suatu perasaan atau sikap yang tidak perlu membanding-bandingkan diri dengan orang lain, yang berisi kekuatan, kemampuan, dan ketrampilan untuk menghasilkan sesuatu, yang didasarkan pada keyakinan akan keberhasilan dalam melaksanakannya. Pendapat tersebut diperkuat juga oleh Kartono (1992, h.51) yang menuliskan bahwa dengan kepercayaan diri muncul kesanggupan untuk menilai kembali segala perilaku dan untuk melakukan devaluasi terhadap pola tingkah laku yang dianggap tidak berguna lagi, sehingga

individu dapat mengadakan identifikasi baru dengan obyek-substitusi yang baru.

Mahasiswi yang memiliki kepercayaan diri akan memiliki ciri-ciri seperti yang dikemukakan oleh Guilford dan Lauster (dalam Afiatin dan Martinah, 1998, h.67), salah satunya adalah percaya sekali terhadap dirinya serta memiliki ketenangan sikap. Hal ini didasari oleh adanya keyakinan terhadap kekuatan dan kemampuannya. Orang yang percaya diri akan bersikap tenang, tidak mudah gugup, cukup toleran terhadap berbagai macam situasi. Mahasiswi dengan citra raga positif merasa puas dengan tubuhnya. Dia tidak perlu merasa malu dengan tubuh yang ia miliki, bahkan ia dapat mensyukuri keadaan dirinya. Mahasiswi tersebut dapat dengan tenang dan terbuka menghadapi pandangan ataupun kritikan orang lain tentang tubuhnya tanpa rasa takut. Keadaan tersebut membuat mahasiswi tumbuh menjadi pribadi yang mudah bergaul dengan lingkungan di sekitarnya. Hambly (1989, h.3) mengatakan bahwa dengan kepercayaan diri, seseorang memiliki keyakinan diri dalam menangani segala situasi dengan tenang tanpa hambatan perasaan *inferior* apapun. Hal tersebut juga memudahkan mahasiswi untuk mengembangkan potensi-potensi yang ia miliki dengan optimis, sehingga nantinya ia dapat mencapai prestasi yang diinginkan. Hakim (2002, h.6,10) menyatakan bahwa rasa percaya diri dapat dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk mencapai berbagai tujuan didalam hidupnya.

Hasil analisis data yang dilakukan menunjukkan bahwa kepercayaan diri pada mahasiswi memiliki *mean empiric* sebesar 43,91 dan *mean hypothetic* sebesar 37,5 dengan nilai standard deviasi sebesar 7,5. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kepercayaan diri pada mahasiswi Unika Soegijapranata Semarang tergolong sedang (diatas rata-rata).

Hasil analisis data lebih lanjut, menunjukkan bahwa citra raga memiliki *mean empiric* sebesar 50,06 dan *mean hypothetic* sebesar 47,5 dengan nilai standard deviasi sebesar 9,5. Hasil tersebut menunjukkan bahwa citra raga yang dimiliki oleh mahasiswi Unika Soegijapranata Semarang tergolong sedang (diatas rata-rata).

Berdasarkan hasil perhitungan *mean empiric* dan *mean hypothetic* di atas, menunjukkan adanya perbedaan antara hasil penelitian dengan asumsi awal penelitian. Perbedaan tersebut dikarenakan peneliti kurang cermat dalam melakukan observasi awal. Selain itu, observasi dan wawancara yang hanya dilakukan pada 10-15 orang mahasiswi saja, kurang mampu menggambarkan keadaan yang sebenarnya.

Observasi awal dan wawancara yang kurang cermat, berpengaruh dalam proses identifikasi permasalahan. Pada identifikasi permasalahan di awal, peneliti menemukan bahwa kepercayaan diri pada mahasiswi Unika Soegijapranata Semarang masih cukup rendah karena mahasiswi tersebut mempunyai citra raga yang tergolong negatif. Hal tersebut berbeda dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa kepercayaan diri pada mahasiswi Unika Soegijapranata Semarang tergolong sedang

(diatas rata-rata) karena mahasiswi tersebut mempunyai citra raga yang sedang (diatas rata-rata).

Hasil perhitungan pengaruh citra raga terhadap kepercayaan diri pada mahasiswi memberikan sumbangan efektif sebesar 25,9%. Hal ini dikarenakan citra raga mempunyai dampak yang menyeluruh pada perasaan seseorang mengenai dirinya sendiri yang nantinya akan berpengaruh pada keyakinan diri orang tersebut dalam proses berinteraksi sosial dengan lingkungan sekitarnya. Data menyatakan bahwa remaja memiliki efek yang bermakna pada citra raga, harga diri, mood, dan hubungan dengan orang tua dan anggota jenis kelamin lawan (Atkinson, 1987, h.190).

Selain itu, remaja sendiri (mahasiswi) merupakan salah satu penilai yang penting terhadap tubuhnya sendiri sebagai rangsang sosial. Bila ia mengerti bahwa badannya memenuhi syarat, maka hal ini berakibat positif terhadap dirinya, namun bila ada penyimpangan-penyimpangan timbullah masalah-masalah yang berhubungan dengan penilaian diri dan sikap sosialnya (Monks, dkk., 2001, h.268).

Hal tersebut sejalan dengan pendapat Burn (1993, h.190) yang menyatakan bahwa pada masa remaja penekanan pada kualitas fisik ditandai dengan kuat dan pada masa ini kekurangan fisik (baik yang riil maupun yang dibayangkan) dapat berpengaruh besar terhadap perkembangan konsep dirinya. Maka, cacat badan sangat merisaukan terutama pada masa remaja karena penampilan fisik pada masa ini dianggap sangat penting (Monks, dkk, 2001, h.268).

Jersild (dikutip Tilaar, 1981, h.6) mengatakan bahwa tingkat citra raga individu digambarkan oleh seberapa jauh individu merasa puas terhadap bagian-bagian tubuhnya dan penampilan fisik secara keseluruhan. Apabila seorang mahasiswi menyadari dirinya tidak mungkin mencapai atau mendapatkan sifat-sifat ideal, akan timbul dalam dirinya perasaan kurang. Seringkali keadaan demikian membuat mahasiswi tidak dapat menerima keadaan fisiknya seperti apa adanya, sehingga citra raganya menjadi rendah dan negatif. Sebaliknya apabila seorang mahasiswi dapat menerima keadaan fisiknya, maka akan timbul dalam dirinya perasaan bahagia, yang untuk selanjutnya dapat menimbulkan sikap positif yang diekspresikan melalui rasa percaya diri, keyakinan diri dan konsep diri yang sehat. Dengan demikian mahasiswi tersebut dapat dikatakan memiliki citra raga yang tinggi atau positif.

Selain citra raga, masih terdapat faktor-faktor lain yang mempengaruhi citra raga, diantaranya faktor dari dalam individu seperti mental, religiusitas, konsep diri dan harga diri, pengetahuan dan penerimaan diri, dan juga faktor dari luar individu yaitu lingkungan sosial.

Setelah hasil penelitian diperoleh, peneliti menyadari adanya beberapa kelemahan yang mungkin dapat mempengaruhi hasil penelitian, yaitu :

1. Pembagian dan pengisian skala penelitian dilaksanakan di dalam kampus. Dengan demikian, diperkirakan bahwa sebagian kecil mahasiswi yang menjadi subjek penelitian mempunyai keperluan sendiri. Selain itu, sebagian kecil dari subjek telah jenuh mengisi

skala, karena mereka sudah sering melakukannya. Hal tersebut mengakibatkan sebagian kecil dari subjek tampak tergesa-gesa dalam mengisi skala (asal coret atau asal pilih), sehingga jawaban yang diberikan mungkin kurang menggambarkan kondisi yang sebenarnya.

2. Pembagian skala yang dilakukan pada siang hari kurang efektif dikarenakan kondisi fisik dan psikis sebagian kecil subjek yang mungkin sudah letih setelah mengikuti perkuliahan di kelas maupun aktivitas lainnya.
3. Penggunaan teknik *Incidental Sampling* membuat setiap individu dalam populasi tidak mendapatkan peluang yang sama untuk menjadi subjek penelitian.
4. Kepercayaan diri yang diungkap dalam penelitian ini tidak dapat diartikan sebagai kepercayaan diri secara menyeluruh atau *general*, karena hanya sebatas kepercayaan diri yang berkaitan dengan penerimaan diri secara fisik atau citra raga pada individu saja yang diungkap.