

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. HASIL PENELITIAN

1. Persiapan Penelitian

Sebelum mengadakan penelitian, langkah awal yang perlu dilakukan oleh penelitian adalah persiapan penelitian terlebih dahulu agar tidak ada kendala ketika melaksanakan penelitian dilapangan. Persiapan yang dilakukan oleh peneliti dalam penelitian ini meliputi penyusunan instrument penelitian, penentuan skoring alat ukur serta persiapan adminitrasi. Namun sebelum persiapan penelitian ini dilakukan ada tahap-tahap lain yang harus dilakukan antara lain:

- a. Merumuskan masalah yang akan dikaji dan menentukan tujuan yang akan dicapai dari penelitian tersebut.
- b. Peneliti melakukan survai awal dalam kaitannya dengan upaya pendekatan yang dikatakan peneliti terhadap pihak Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya mengenai kemungkinan boleh tidaknya diadakan penelitian ini dan meminta data mahasiswa tahun ajaran 2013/2014, untuk memilah karakteristik mahasiswi yang akan dijadikan responden penelitian.

- c. Langkah selanjutnya adalah melakukan studi pustaka. Pada tahap ini, penelitian mencari, mempelajari, dan memperdalam aitem literature yang relevan baik berupa teori, asumsi maupun data berupa hasil dari penelitian terdahulu yang berkaitan dengan fokus permasalahan yang diteliti.

2. Penyusunan Instrumen

Dalam penyusunan instrumen dilakukan beberapa langkah, yaitu: pertama, peneliti menentukan indikator-indikator dari variabel penelitian yaitu variabel *body image* dan *self concept*. Setelah blue print tersusun lengkap dengan proposinya, peneliti kemudian merumuskan instrumen yang akan digunakan. Untuk variabel *body image* instrumen yang akan digunakan di adaptasi dari Cash yang dikembangkan Raisa Andea (2010). kemudian untuk variabel *self concept* di adaptasi dari Berzonsky yang dikembangkan Simanjutak (2009). Aitem-aitem mengandung pernyataan yang sifatnya mendukung (*favourable*) dengan konstruk teori dan aitem yang mengandung pernyataan yang sifatnya kontra (*unfavourable*) dengan konstruk teori.

3. Penentuan Skoring Alat Ukur

Setiap aitem yang disusun dalam kuisisioner diberi nilai masing-masing alternatif jawaban. Dalam penelitian ini digunakan skala *Likert*, dengan alternatif jawaban yang bergerak dari interval 4 sampai dengan 1, yaitu tiap-tiap aitem yang *favourable* atau *unfavourable* mempunyai jawaban: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

4. Persiapan Administrasi

Ada beberapa hal yang berkaitan dengan persyaratan administrasi yang harus dipenuhi berkaitan dengan prosedur perijinan penelitian, antara lain meliputi:

- a) Mengajukan surat permohonan ijin penelitian kepada pihak staf akademik prodi Psikologi.
- b) Menyerahkan surat ijin penelitian dari pihak staf prodi Psikologi kepada pihak Rektorat Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- c) Peneliti menyebarkan 376 kuisisioner atau angket kepada mahasiswa wanita dewasa awal di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya pada tanggal 5 Juni 2014 sampai 23 Juni 2014.

5. Deskripsi Hasil Penelitian

Pada awalnya dalam penelitian ini peneliti menggunakan analisis statistik parametris uji *korelasi product moment*. Sedangkan persyaratan yang harus dipenuhi apabila menggunakan teknik korelasi *product moment* yaitu:

- a) Data kedua variabel berbentuk data kuantitatif (interval dan rasio)
- b) Data berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

Namun karena ada salah satu data pada variabel *y* (*self concept*) tidak berdistribusi normal yang dihasilkan pada uji *shapiro wilk*, maka peneliti menggunakan uji statistik non parametris uji korelasi *Kendall's Tau*.

Uji korelasi *Kendall's Tau* digunakan untuk uji korelasi yang datanya berbentuk ordinal atau berjenjang (rangking) dan bebas distribusi (Muhid, 2012).

Telah dikemukakan pada bab sebelumnya metode penelitian. Sebelum data dianalisis dengan teknik uji analisis non parametrik *Kendall's Tau*, maka uji asumsi yang mendasari pengkajian dengan teknik *Kendall's Tau* harus terpenuhi terlebih dahulu. Uji asumsi itu adalah uji normalitas sebaran dan uji linieritas sebaran antar variabel.

a. Hasil Uji Validitas Kuisiner *Body Image*

Perhitungan validitas aitem dalam penelitian ini menggunakan *Statistic Package for Sosial Science for Windows (SPSS)* versi 16.0 dengan syarat bahwa aitem-aitem tersebut adalah valid, nilai korelasi (r_{hitung}) harus positif dan lebih besar atau sama dengan r_{tabel} sebesar 0,113.

- 1) Di dalam pengujian diskriminasi aitem, untuk menentukan aitem yang valid adalah apabila harga *Corrected Item Total Correlation* bertanda positif dan $> r_{tabel}$ (0,113). Jumlah daya diskriminasi aitem dalam penelitian ini menggunakan bantuan komputer program *SPSS for windows* versi 60.0 for windows. Dari 40 aitem skala *body image* yang telah diuji cobakan pada 376 subyek penelitian, dengan taraf 5% maka diperoleh 27 aitem yang valid yaitu aitem nomor 1, 2, 4, 5, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 24, 25, 27, 29, 30, 36, 37, 38, 40 dan aitem yang gugur ada 13 aitem yaitu nomor 3, 6, 10, 15, 23, 26, 28, 31, 32, 33, 34, 35, 39. Hasil dari uji daya diskriminasi aitem yang telah dilakukan terhadap aitem-aitem yang terdapat pada skala *body image* adalah sebagai berikut:

Tabel 4.1**Uji Validitasi Aitem *Body Image***

No.	Nomor Aitem	<i>Corrected Item Total Correlation</i>	Keterangan
1	Aitem 1	0,246	VALID
2	Aitem 2	0,161	VALID
3	Aitem 3	0,068	GUGUR
4	Aitem 4	0,257	VALID
5	Aitem 5	0,150	VALID
6	Aitem 6	0,110	GUGUR
7	Aitem 7	0,190	VALID
8	Aitem 8	0,177	VALID
9	Aitem 9	0,345	VALID
10	Aitem 10	0,073	GUGUR
11	Aitem 11	0,206	VALID
12	Aitem 12	0,191	VALID
13	Aitem 13	0,115	VALID
14	Aitem 14	0,420	VALID
15	Aitem 15	0,061	GUGUR
16	Aitem 16	0,184	VALID
17	Aitem 17	0,299	VALID
18	Aitem 18	0,249	VALID

19	Aitem 19	0, 503	VALID
20	Aitem 20	0, 405	VALID
21	Aitem 21	0, 486	VALID
22	Aitem 22	0, 532	VALID
23	Aitem 23	-0, 108	GUGUR
24	Aitem 24	0, 395	VALID
25	Aitem 25	0, 167	VALID
26	Aitem 26	-0, 055	GUGUR
27	Aitem 27	0, 196	VALID
28	Aitem 28	0, 062	GUGUR
29	Aitem 29	0, 207	VALID
30	Aitem 30	0, 287	VALID
31	Aitem 31	-0, 124	GUGUR
32	Aitem 32	-0, 123	GUGUR
33	Aitem 33	0, 110	GUGUR
34	Aitem 34	-0, 243	GUGUR
35	Aitem 35	-0, 022	GUGUR
36	Aitem 36	0, 398	VALID
37	Aitem 37	0, 468	VALID
38	Aitem 38	0, 441	GUGUR
39	Aitem 39	0, 084	GUGUR
40	Aitem 40	0, 159	VALID

2) Di dalam pengujian diskriminasi aitem, untuk menentukan aitem yang valid adalah apabila harga *Corrected Item Total Correlation* bertanda positif dan $> r$ tabel (0,113). Jumlah daya diskriminasi aitem dalam penelitian ini menggunakan bantuan komputer program SPSS versi 60.0 *for windows*. Dari 38 aitem skala *self concept* yang telah diuji cobakan pada 376 subyek penelitian, dengan taraf 5% maka diperoleh 30 aitem yang valid yaitu aitem nomor 1, 2, 3, 4, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 25, 27, 28, 30, 31, 32, 33, 35, 36, 37, 38 dan aitem yang gugur ada 8 aitem yaitu nomor 5, 7, 19, 23, 24, 26, 29, 34. Hasil dari uji daya diskriminasi aitem yang telah dilakukan terhadap aitem-aitem yang terdapat pada skala *self concept* adalah sebagai berikut:

Tabel 4.2

Uji Validitas Aitem *Self Concept*

No.	Nomor Aitem	<i>Corrected Item Total Correlation</i>	Keterangan
1	Aitem 1	0, 284	VALID
2	Aitem 2	0, 118	VALID
3	Aitem 3	0, 263	VALID
4	Aitem 4	0, 172	VALID
5	Aitem 5	-0, 388	GUGUR
6	Aitem 6	0, 179	VALID
7	Aitem 7	-0, 048	GUGUR
8	Aitem 8	0, 313	VALID
9	Aitem 9	0, 246	VALID
10	Aitem 10	0, 261	VALID
11	Aitem 11	0, 428	VALID
12	Aitem 12	0, 428	VALID
13	Aitem 13	0, 276	VALID
14	Aitem 14	0, 193	VALID
15	Aitem 15	0, 196	VALID
16	Aitem 16	0, 345	VALID
17	Aitem 17	0, 488	VALID
18	Aitem 18	0, 341	VALID

19	Aitem 19	-0,068	GUGUR
20	Aitem 20	0,214	VALID
21	Aitem 21	0,363	VALID
22	Aitem 22	0,358	VALID
23	Aitem 23	-0,036	GUGUR
24	Aitem 24	-0,089	GUGUR
25	Aitem 25	0,195	VALID
26	Aitem 26	0,108	GUGUR
27	Aitem 27	0,155	VALID
28	Aitem 28	0,353	VALID
29	Aitem 29	-0,239	GUGUR
30	Aitem 30	0,319	VALID
31	Aitem 31	0,485	VALID
32	Aitem 32	0,247	VALID
33	Aitem 33	0,282	VALID
34	Aitem 34	-0,192	GUGUR
35	Aitem 35	0,225	VALID
36	Aitem 36	0,414	VALID
37	Aitem 37	0,424	VALID
38	Aitem 38	0,309	VALID

3) Hasil Uji Reliabilitas

Pengukuran Realiabilitas dilakukan dengan rumus *Chonbach's Alpha* dan menggunakan bantuan SPSS versi 16.0. Jika nilai korelasi sama dengan atau $>$ (lebih besar) dari r tabel maka instrumen tersebut sangat reliabel, sebaliknya jika nilai korelasi $<$ (lebih kecil) dari r tabel maka instrumen tersebut dikatakan tidak reliabel.

a) Skala *Body Image*

Berdasarkan uji reabilitas diperoleh nilai koefisien *Cronbach's Alpha* (0,789) yang bernilai positif dan lebih besar dari r tabel (0,113), jadi dapat dinyatakan bahwa seluruh pernyataan dalam kuesioner *body image* yang ditunjukkan pada wanita dewasa awal adalah **reliabel** sesuai dengan konsistensi dan jawaban-jawaban responden pada kuesioner. Berikut dibawah ini hasil uji reliabilitas *body image* :

Tabel 4.3

Uji Reliabilitas *Body Image*

Variabel	Reliabilitas
<i>Body Image</i>	0,789

b) Skala *Self Concept*

Berdasarkan uji reabilitas diperoleh nilai koefisien *Cronbach's Alpha* (0,804) yang bernilai positif dan lebih besar dari *r* tabel (0,113), jadi dapat dinyatakan bahwa seluruh pernyataan dalam kuesioner *self concept* yang ditunjukkan pada wanita dewasa awal adalah **reliabel** sesuai dengan konsistensi dan jawaban-jawaban responden pada kuesioner. Berikut dibawah ini hasil uji reliabilitas *self concept* :

Tabel 4.4

Uji Reliabilitas *Self Concept*

Variabel	Reliabilitas
<i>Self Concept</i>	0,804

4) Hasil Uji Normalitas

Dalam penelitian ini untuk menguji normalitas data, peneliti menggunakan rumus *Kolmogorov Smirnov* dengan ketentuan jika Signifikansi (*Significance level*) $> 0,05$ maka distribusi normal, sebaliknya jika signifikansi (*Significance level*) $< 0,05$ maka distribusi tidak normal (Anwar, 2009).

Berdasarkan uji normalitas menggunakan *Kolmogorov Smirnov* pada variabel x (*body image*) diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,011 > 0,05$ yang artinya sebaran data tersebut tidak normal. Sedangkan pada variabel y (*self concept*) diperoleh nilai signifikansi $0,07 < 0,05$ yang artinya sebaran data tersebut tidak normal. Berikut dibawah ini hasil uji normalitas skala *body image* dan *self concept*:

Tabel 4.5

Uji Normalitas

Variabel	Signifikansi	Keterangan
<i>Body Image</i>	0,011	Tidak Berdistribusi Normal
<i>Self Concept</i>	0,007	Tidak Berdistribusi Normal

B. PENGUJIAN HIPOTESIS

Berdasarkan tujuan penelitaian yang sudah dipaparkan sebelumnya oleh penulis, bahwa penelitian ini bertujuan untuk mengetahui taraf signifikansi hubungan dalam menjawab rumusan hipotesis di atas, maka perlu adanya pengujian hipotesis yaitu dengan menggunakan pengujian secara statistik. Analisis menggunakan uji analisis non parametrik *Kendall's Tau*.

Adapun hipotesis yang diajukan sebagai berikut:

Ho : Tidak terdapat hubungan antara *body image* dengan *self concept* wanita dewasa awal

Ha : Terdapat hubungan antara *body image* dengan *self concept* wanita dewasa awal

Dalam membuktikan hipotesis, data yang terkumpul kemudian ditabulasi dan diolah menggunakan *statistical package SPSS versi 16,0 for windows* dengan teknik statistik non parametris (*Kendll's Tau*), maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4.6

Uji Hipotesis *Kendall's Tau*

Variabel	Korelasi	Signifikansi	Hasil
<i>Body Image</i>	0,071	0,04 < 0,05	TERBUKTI
<i>Self Concept</i>			

Pada tabel *correlation coefficient*, diperoleh harga koefisien korelasi sebesar 0,071 dengan signifikansi sebesar 0,04. Berdasarkan data tersebut di atas maka dapat dilakukan pengujian hipotesis dengan membandingkan taraf signifikansi (p-value) dengan galatnya.

- Jika signifikansi > 0,05, maka H_0 diterima
- Jika signifikansi < 0,05, maka H_0 ditolak

Pada hasil uji ini menyatakan bahwa koefisien korelasi adalah 0,071 dengan signifikansi 0,04, karena signifikansi < 0,05, maka H_0 ditolak, berarti H_a diterima. Artinya ada hubungan yang signifikan antara *body image* dengan *self concept* wanita dewasa awal. Hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi (r) sebesar 0,071 menandakan adanya hubungan dengan arah positif yang sangat signifikan antara ke dua variabel. Karena hasil dari koefisien korelasi mengarah pada angka positif sempurna. Hal ini berarti apabila variabel *body image* tinggi maka akan diikuti variabel *self concept* positif dan sebaliknya, jika variabel *body image* rendah maka akan diikuti variabel *self concept* negatif.

Uji korelasi dapat menghasilkan korelasi yang bersifat positif (+) dan negatif (-). Tanda positif (+) pada harga koefisien korelasi menunjukkan adanya arah hubungan yang searah, artinya hubungan kedua variabel (x dan y) adalah berbanding lurus. Semakin tinggi x akan diikuti dengan semakin tinggi pula y, dan sebaliknya. Jika tanda negatif (-) pada harga koefisien korelasi menunjukkan adanya arah hubungan yang berlawanan, artinya hubungan kedua variabel (x dan y) adalah berbanding terbalik. Semakin tinggi x akan diikuti dengan semakin rendah y, dan sebaliknya.

Nilai koefisien korelasi berkisar antara 0 sampai dengan 1, dengan ketentuan semakin mendekati angka satu maka semakin kuat hubungan kedua variabel, dan sebaliknya semakin mendekati angka nol semakin lemah hubungan kedua variabel.

C. PEMBAHASAN

Tujuan dari penelitian ini adalah menguji hipotesis, pada penelitian ini ditemukan bahwasanya terdapat hubungan antara *body image* dengan *self concept* pada wanita dewasa awal. Berdasarkan hasil uji yang diperoleh menyatakan bahwa koefisien korelasi adalah 0,071 dengan signifikansi 0,04, karena signifikansi $< 0,05$, maka H_0 ditolak, berarti H_a diterima. Artinya ada hubungan yang signifikan antara *body image* dengan *self concept* wanita dewasa awal.

Hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi (r) sebesar 0,071 menandakan adanya hubungan dengan arah positif yang sangat signifikan antara ke dua variabel. Karena hasil dari koefisien korelasi mengarah pada angka negatif sempurna. Hal ini berarti apabila variabel *body image* tinggi maka akan diikuti variabel *self concept* positif dan sebaliknya, jika variabel *body image* rendah maka akan diikuti variabel *self concept* negatif.

Uji korelasi dapat menghasilkan korelasi yang bersifat positif (+) dan negatif (-). Tanda positif (+) pada harga koefisien korelasi menunjukkan adanya arah hubungan yang searah, artinya hubungan kedua variabel (x dan y) adalah berbanding lurus. Semakin tinggi x akan diikuti dengan semakin tinggi pula y , dan sebaliknya. Jika tanda negatif (-) pada harga koefisien korelasi menunjukkan adanya arah hubungan yang berlawanan, artinya hubungan kedua variabel (x dan y) adalah berbanding

terbalik. Semakin tinggi x akan diikuti dengan semakin rendah y, dan sebaliknya.

Nilai koefisien korelasi berkisar antara 0 sampai dengan 1, dengan ketentuan semakin mendekat angka satu maka semakin kuat hubungan kedua variabel, dan sebaliknya semakin mendekati angka nol semakin lemah hubungan kedua variabel.

Sedangkan untuk menguji signifikansi korelasi (apakah koefisien korelasi itu dapat digeneralisasikan atau tidak) diperoleh dari :

$$Z = \frac{\tau}{\sqrt{\frac{2(2N+5)}{9N(N-1)}}}$$

$$Z = \frac{0,071}{\sqrt{\frac{2(2.376+5)}{9 \cdot 376(376-1)}}}$$

Hipotesis

- H_0 = Harga koefisien korelasi tidak signifikan
- H_a = Harga koefisien korelasi signifikan

Pengujian

- Jika $Z_{hitung} > Z_{tabel}$, maka H_0 ditolak
- Jika $Z_{hitung} < Z_{tabel}$, maka H_0 diterima

Maka diperoleh penghitungan uji dua pihak, dengan $\alpha = 5\%$ dan uji dua sisi (5% dibagi 2 menjadi 2,5%), maka luas kurva normal adalah $50\% - 2,5\% = 47,5\%$. Karena uji dua sisi, maka pada tabel Z, untuk luas 0,475 maka didapat nilai Z tabel = 1,96. Sehingga mendapat hasil Z hitung lebih besar dari Z tabel ($2,333 > 1,96$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya harga koefisien korelasi signifikan.

Hal ini sesuai dengan penelitian Bestiana (2012) bahwa ukuran dan bentuk tubuh menjadi sesuatu yang penting, terutama jika dihubungkan dengan penampilan. Menurut para Mahasiswi, ukuran dan bentuk tubuh yang ideal sangat menunjang penampilan. Wanita dengan bentuk tubuh yang ideal dinilai lebih menarik, salah satu alasannya karena bisa menggunakan berbagai macam jenis dan model pakaian sesuai dengan yang mereka inginkan.

Begitu juga dalam penelitian yang dikemukakan oleh Becker (2001) ditemukan peningkatan kelainan mental terutama pada kecemasan pada wanita muda usia 18-25 tahun. Mereka merasa cemas, sedih dan tak jarang stress karena penampilannya menimbulkan kesan tidak baik terhadap orang lain termasuk lawan jenisnya, akibat dari obesitas. Sehingga dapat diambil kesimpulan citra tubuh yang bersifat negatif akan mempengaruhi sikap perilaku, dan psikologisnya (Romansya & Natalia, 2012).

Begitu pula dalam penelitian Muhammad Ridha (2012) yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan penerimaan diri pada Mahasiswa Aceh yang tinggal di asrama Yogyakarta. Mengungkapkan hasil penelitiannya terdapat hubungan yang positif signifikan antara *body image* dengan penerimaan diri pada Mahasiswa Aceh yang berada di asrama Yogyakarta, yang artinya semakin positif *body image* maka semakin tinggi penerimaan diri, sebaliknya semakin rendah *body image* maka semakin rendah penerimaan diri.

Dalam kaitannya Atwater juga mengungkapkan konsep diri terdiri atas tiga bentuk. Pertama, *body image*, kesadaran tentang tubuhnya, yaitu bagaimana seseorang melihat dirinya sendiri. Kedua, *idea self*, yaitu bagaimana cita-cita dan harapan-harapan seseorang mengenai dirinya. Ketiga, *social self*, yaitu bagaimana orang lain melihat dirinya.

Self concept adalah pengetahuan dan gagasan seseorang tentang dirinya serta sikap terhadap diri dan perilakunya. *Self concept* dibagi menjadi *self concept* positif dan *self concept* negatif. Hurlock (dalam simanjutak, 2009) menyatakan individu dengan *self concept* positif akan mengembangkan sikap-sikap seperti kepercayaan diri, harga diri dan kemampuan untuk melihat dirinya secara realistis. Kemudian individu dapat menilai hubungan dengan orang lain secara tepat dan akan menumbuhkan penyesuaian sosial yang baik. Sebaliknya, *self concept* negatif akan mengembangkan perasaan tidak mampu dan rendah diri. Individu akan merasa ragu dan kurang percaya diri. Sedangkan menurut

Bruns (dalam Simanjutak, 2009) suatu *self concept* yang positif dapat disamakan dengan evaluasi diri yang positif, penghargaan diri yang positif dan *self concept* yang negatif disamakan dengan evaluasi diri yang negatif, membenci diri, perasaan rendah diri dan tiadanya perasaan yang menghargai pribadi dan penerimaan diri.

Body image adalah gambaran mental seseorang dan bagaimana seseorang mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dipikirkan dan dirasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya serta karakteristik-karakteristik fisik lainnya.

Body image yang baik akan menjadikan seseorang memiliki *self concept* yang positif. Oleh karena itu, seseorang yang memiliki kepuasan *body image* diharapkan juga memiliki *self concept* yang positif, dengan *self concept* yang positif, maka seseorang akan mudah menjalani hidupnya, tampil lebih percaya diri, dan lebih asertif. Bagi perempuan, *self concept* secara khusus didasarkan pada *body image* dan sebagai konsekuensinya, hal ini memperani fungsi sosial dan hubungan interpersonal mereka, yang pada akhirnya sangat menentukan bagaimana penyesuaian diri mereka (Newman & Newman, dalam Siregar 2012).

Body image yang positif atau sehat akan mempunyai sebuah persepsi yang baik akan ukuran dan bentuk tubuh mereka dan merasa nyaman dengan kondisi tubuhnya yang akan diekspresikan dalam sikap percaya diri dan *self concept* yang sehat. Contoh seseorang memiliki

persepsi tentang *body image* yang positif adalah menerima bagian dari tubuh mereka sebagaimana yang telah mereka miliki, menghargai tubuh mereka sendiri, merasa bangga dan menerima tubuh mereka dan menolak yang tidak masuk akal untuk menghabiskan waktu untuk khawatir tentang makan, berat dan kalori serta merasa nyaman dan percaya diri dengan tubuhnya. Sedangkan dengan *body image* yang negatif, seseorang akan mempunyai persepsi yang negatif akan bentuk dan ukuran tubuh mereka, membandingkan tubuh mereka dengan yang lain dan merasa malu dan cemas tentang tubuh mereka sehingga tidak puas dengan dirinya, menjadi sulit menerima diri apa adanya, peka terhadap kritik, responsive terhadap pujian dan pesimis. Menjadi tidak bahagia dengan tubuhnya dapat mempengaruhi bagaimana dia berpikir dan merasakan tentang dirinya. *Body image* yang lemah atau jelek dapat menuju *emotional distress*, kepercayaan diri rendah, perilaku diet, kecemasan, depresi dan gangguan makan (Simanjutak, 2009).

Dalam penelitian ini dapat dikatakan bahwa dimana seseorang yang mempunyai nilai *body image* yang tinggi, yakni mempunyai sebuah persepsi yang baik akan ukuran dan bentuk tubuhnya dan merasa nyaman dengan kondisi tubuhnya, maka mereka akan mempunyai *self concept* yang positif seperti mudah menjalani hidupnya, tampil lebih percaya diri, dan lebih asertif. Hal ini seperti yang telah dikatakan oleh Hurlock (1994) individu dengan *self concept* positif akan mengembangkan sikap-sikap seperti kepercayaan diri, harga diri dan kemampuan untuk melihat dirinya

secara realitis. Kemudian individu dapat menilai hubungannya dengan orang lain secara tepat dan akan menumbuhkan penyesuaian sosial yang baik. Sebaliknya jika seseorang mempunyai nilai *body image* yang rendah, yakni mempunyai sebuah persepsi yang kurang baik akan bentuk dan ukuran tubuh mereka, cemas tentang tubuh mereka sehingga tidak puas dengan dirinya dan tidak merasa nyaman dengan kondisi tubuhnya, maka mereka mempunyai *self concept* yang negatif yang dikembangkan dengan perasaan tidak mampu dan rendah diri, individu ini akan merasa ragu dan kurang percaya diri.