

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

a. Persiapan Awal

Peneliti melakukan observasi lapangan untuk mencari suatu permasalahan lalu peneliti mengajukan tema penelitian. Setelah tema penelitian yang diajukan oleh peneliti disetujui oleh Kepala Program Studi Psikologi Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya, peneliti langsung melakukan persiapan penelitian. Diantaranya persiapan yang dilakukan oleh peneliti yaitu peneliti merumuskan masalah yang akan dikaji dan menentukan tujuan yang akan dicapai dalam penelitian yang akan dilakukan; peneliti melakukan studi kepustakaan untuk literatur-literatur yang relevan dengan variabel-variabel yang akan diteliti baik dari jurnal, buku, artikel, skripsi, maupun pemberitaan dari media cetak dan elektronik; peneliti menentukan metodologi penelitian yang akan digunakan dalam penelitiannya, mempersiapkan alat ukur yang akan digunakan dalam rangka pengumpulan data.

b. Penyusunan Skala

Alat ukur yang digunakan untuk mengungkapkan hubungan *body dissatisfaction* dengan harga diri (*self esteem*) pada pria dan wanita dewasa awal adalah dengan menggunakan skala *body dissatisfaction* dan

skala harga diri (*self esteem*). Langkah yang dilakukan peneliti dalam mempersiapkan alat ukur, yaitu:

1. Menentukan dimensi dari kedua variabel berdasarkan teori. Variabel *body dissatisfaction* memiliki 2 dimensi yaitu bagian-bagian tubuh dan penampilan keseluruhan. Sedangkan variabel harga diri (*self esteem*) memiliki 5 dimensi yaitu kepercayaan diri (*self confidence*), penghormatan diri (*self respect*), perasaan dicintai (*feeling of belonging*), perasaan berkompeten (*feeling of competence*), perasaan berharga (*feeling of worth*).
2. Membuat *blue print* sesuai dimensi dan indikator yang telah ditentukan dari kedua alat ukur untuk menentukan proporsi jumlah aitem pada tiap-tiap indikator.
3. Membuat dan menyusun aitem atau pernyataan yang mencakup pernyataan *favorable* (mendukung indikator) dan pernyataan *unfavorable* (tidak mendukung indikator) sesuai dengan *blueprint* yang telah dibuat.
4. Melakukan validasi (*expert judgement*) dengan dosen pembimbing tentang skala *body dissatisfaction* dan harga diri (*self esteem*) yang akan digunakan, untuk pemberian masukan demi kesempurnaan skala.
5. Melakukan uji coba pada kedua skala, agar mendapatkan aitem yang valid dan reliabel. Skala penelitian yang digunakan setelah

diuji coba yaitu 25 aitem untuk skala harga diri (*self esteem*) dan 23 aitem untuk skala *body dissatisfaction*.

c. Penskoran Skala

Pemberian skor dilakukan dengan menggunakan metode skala *Likert* untuk kedua variabel yaitu variabel *body dissatisfaction* dan harga diri. Namun dalam pemilihan respon jawaban untuk masing-masing variabel berbeda. Untuk variabel *body dissatisfaction*, dalam pemilihan respon jawaban terdapat 4 kategori pilihan yaitu “Selalu, Pernah, Jarang dan Tidak Pernah”. Berikut adalah perincian penskoran per aitem:

Tabel 4.1 Skoring Aitem Variabel *Body Dissatisfaction*

| Respon Jawaban | <i>Favorable</i> | <i>Unfavorable</i> |
|-----------------------|-------------------------|---------------------------|
| Selalu | 1 | 4 |
| Pernah | 2 | 3 |
| Jarang | 3 | 2 |
| Tidak Pernah | 4 | 1 |

Berdasarkan Tabel 4.1 dapat dilihat bahwa, pada pernyataan *favorable* nilai bergerak dari satu sampai empat, sebaliknya pada pernyataan *unfavorable* nilai bergerak dari empat sampai satu.

Untuk variabel harga diri, dalam pemilihan respon jawaban terdapat 4 kategori pilihan yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Berikut adalah perincian penskoran per aitem:

Tabel 4.2 Skoring Aitem Variabel Harga Diri (*Self Esteem*)

| Respon Jawaban | <i>Favorable</i> | <i>Unfavorable</i> |
|---------------------------|-------------------------|---------------------------|
| Sangat Setuju (SS) | 4 | 1 |
| Setuju (S) | 3 | 2 |
| Tidak Setuju (TS) | 2 | 3 |
| Sangat Tidak Setuju (STS) | 1 | 4 |

Berdasarkan Tabel 4.2 dapat dilihat bahwa, pada pernyataan *favorable* nilai bergerak dari empat sampai satu, sebaliknya pada pernyataan *unfavorable* nilai bergerak dari satu sampai empat.

d. Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian terdiri dari berbagai tahapan, diantaranya yaitu meminta surat izin penelitian, membuat skala penelitian, melakukan uji coba skala penelitian, menyebarkan skala penelitian, dan menyusun laporan. Penelitian dilakukan dengan menyebarkan skala yang berisi pernyataan-pernyataan yang dikembangkan dari indikator-indikator variabel. Setelah memahami sampel penelitian, skala disebar kepada seluruh subjek penelitian. Setelah selesai proses penyebaran skalanya, langkah selanjutnya yaitu penskoran, data yang diperoleh akan diolah dengan menggunakan bantuan komputer melalui Program *Statistical Package For Science* (SPSS) for Windows versi 16.00. Setelah skoring, peneliti menyusun dan membuat laporan hasil penelitian dan dilanjutkan dengan pengambilan kesimpulan.

2. Deskripsi Hasil Penelitian

Pengolahan data dalam penelitian ini dimulai dengan skoring dan tabulasi data dengan menggunakan bantuan Program *Statistical Package For Science* (SPSS) for Windows versi 16.00. Berikut adalah pembahasan dari hasil pengolahan data:

a. Pengukuran Analisis Validitas dan Reliabilitas

Untuk mencari indeks daya beda aitem, peneliti menggunakan analisis statistik SPSS. Fungsi dari penghitungan tersebut yaitu untuk menyeleksi aitem yang layak dipakai. Batasan koefisien korelasi antara aitem dengan skor total yaitu 0,30.

Pengujian reliabilitas dilakukan dengan menggunakan metode *Alpha Cronbach's*. Kaidah yang digunakan yaitu suatu instrumen alat ukur dikatakan reliabel dan bisa diproses pada tahap selanjutnya jika nilai *Cronbach Alpha* > 0,7 dan sebaliknya jika instrumen alat ukur memiliki nilai *Cronbach Alpha* < 0,7 maka alat ukur tersebut tidak reliabel (Sekaran, 2006). Berikut tabel reliabilitas skala *body dissatisfaction* dan harga diri:

Tabel 4.3 Uji Reliabilitas Skala *Body Dissatisfaction* dan Harga Diri

| Variabel | Reliabilitas |
|-----------------------------------|--------------|
| <i>Body Dissatisfaction</i> | 0,830 |
| Harga Diri (<i>Self Esteem</i>) | 0,832 |

Berdasarkan Tabel 4.3, hasil uji reliabilitas variabel *body dissatisfaction* diperoleh koefisien *Alpha Cronbach's* sebesar 0,830, maka skala tersebut reliabel artinya dua puluh tiga aitem sangat reliabel sebagai alat ukur pengumpulan data untuk mengungkapkan *body dissatisfaction* pria dan wanita dewasa awal.

Uji reliabilitas variabel harga diri diperoleh koefisien *Alpha Cronbach's* sebesar 0,832, maka skala tersebut reliabel artinya dua puluh lima aitem sangat reliabel sebagai alat ukur pengumpulan data untuk mengungkapkan harga diri pria dan wanita dewasa awal.

b. Uji Normalitas Sebaran

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui normal tidaknya sebaran skor variabel *body dissatisfaction* dan harga diri. Data dari variabel penelitian diuji normalitas sebarannya dengan menggunakan Program *Statistical Package For Science* (SPSS) for Windows versi 16.00 yaitu uji *Kolmogorov Smirnov*. Kaidah yang digunakan untuk menguji normalitas adalah apabila nilai signifikansi $p > 0,05$ maka distribusi data dikatakan normal, dan apabila nilai signifikansi $p < 0,05$ maka distribusi data dikatakan tidak normal. Berikut adalah tabel hasil penghitungannya:

Tabel 4.4 Uji Normalitas Skala *Body Dissatisfaction* dan Harga Diri

| Variabel | Signifikansi |
|-----------------------------------|--------------|
| <i>Body Dissatisfaction</i> | 0,002 |
| Harga Diri (<i>Self Esteem</i>) | 0,041 |

Dari Tabel 4.4 dapat dilihat bahwa nilai signifikansi variabel *body dissatisfaction* adalah $0,002 < 0,05$ dan nilai signifikansi variabel harga diri adalah $0,041 < 0,05$. Sesuai dengan kaidah yang telah ditentukan, jika nilai signifikansi $< 0,05$, maka distribusi kedua data dikatakan **tidak normal**. Dikarenakan data dari kedua variabel tersebut tidak berdistribusi normal, maka peneliti menggunakan analisis statistik non parametrik dengan uji *Kendall Tau*.

c. Uji Linieritas

Uji linieritas dalam penelitian ini menggunakan uji linieritas dari Program *Statistical Package For Science* (SPSS) for Windows versi 16.00. Penggunaan *Uji Linieritas Hubungan* digunakan untuk memastikan

apakah derajat hubungannya linier atau tidak. Kaidah yang digunakan untuk menguji linieritas hubungan yaitu jika signifikansi $p < 0,05$, maka hubungannya adalah linier dan sebaliknya jika signifikansi $p > 0,05$, maka hubungannya adalah tidak linier. Berikut adalah tabel hasil penghitungannya:

Tabel 4.5 Hasil Uji Linieritas Skala *Body Dissatisfaction* dan Harga Diri

| | R Squared | F | Signifikansi |
|---|--------------|---------------|--------------|
| Linieritas <i>Body Dissatisfaction</i> dan Harga Diri (<i>Self Esteem</i>) | 0,053 | 22,324 | 0,000 |

Berdasarkan uji linieritas hubungan, maka diperoleh harga R Squared = 0,053 dengan F = 22,324 dan signifikansi = 0,000 < 0,05, maka dapat diartikan hubungan kedua variabel adalah **linier**.

d. Statistik Deskriptif

Tabel 4.6 Statistik Deskriptif Data BMI Laki-laki

| Kategori | Frekuensi | Persen |
|--------------------------|------------|--------------|
| Normal | 33 | 27,0 |
| <i>Overweight</i> | 74 | 60,7 |
| Obesitas | 15 | 12,3 |
| Total | 122 | 100,0 |

Dilihat dari hasil uji statistik di atas menunjukkan bahwa dari seluruh jumlah mahasiswa yaitu 285, terdapat 122 mahasiswa. Dari 122 mahasiswa, sebesar 27% dengan jumlah 33 mahasiswa yang memiliki ukuran tubuh yang normal (tidak gemuk dan tidak kurus), 60,7% dengan jumlah 74 mahasiswa mengalami kegemukan (*overweight*) dan mahasiswa yang mengalami obesitas sebesar 12,3% dengan jumlah 15 mahasiswa.

Tabel 4.7 Statistik Deskriptif Data BMI Perempuan

| Kategori | Frekuensi | Persen |
|-------------------|-----------|--------|
| Kurus | 5 | 3,1 |
| Normal | 58 | 35,6 |
| <i>Overweight</i> | 81 | 49,7 |
| Obesitas | 19 | 11,7 |
| Total | 163 | 100,0 |

Dilihat dari hasil uji statistik di atas menunjukkan bahwa dari seluruh jumlah mahasiswa yaitu 285, terdapat 163 mahasiswi. Dari 163 mahasiswi, yang memiliki tubuh kurus sebesar 3,1% dengan jumlah 5 mahasiswi, sebesar 35,6% dengan jumlah 58 mahasiswi yang memiliki ukuran tubuh yang normal (tidak gemuk dan tidak kurus), 49,7% dengan jumlah 81 mahasiswi mengalami kegemukan (*overweight*) dan mahasiswa yang mengalami obesitas sebesar 11,7% dengan jumlah 19 mahasiswi.

B. Pengujian Hipotesis

Berdasarkan tujuan penelitian yang sudah dipaparkan oleh peneliti sebelumnya yaitu 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*, hal ini dikarenakan data dari setiap variabel tidak berdistribusi normal. Berdasarkan kaidah penggunaan analisis data statistik parametrik seperti uji-t, analisis korelasi, analisis regresi, dan analisis varian mensyaratkan bahwa data setiap variabel yang akan dianalisis harus berdistribusi normal (Muhid, 2010). Adapun hipotesis yang diajukan sebagai berikut:

Ho : Tidak ada hubungan antara *Body Dissatisfaction* dengan Harga Diri pada pria dan wanita dewasa awal

Ha : Terdapat hubungan antara *Body Dissatisfaction* dengan Harga Diri pada pria dan wanita dewasa awal

Untuk mengetahui hasil pengujian hipotesis, peneliti membandingkan taraf signifikansi (*p-value*) dengan galatnya. Adapun kaidah yang digunakan yaitu jika nilai signifikansi $p > 0,05$ maka Ho diterima, artinya tidak terdapat hubungan antara variabel X dengan variabel Y. Sebaliknya, jika nilai signifikansi $p < 0,05$ maka Ho ditolak, artinya terdapat hubungan antara variabel X dengan variabel Y.

Dalam membuktikan hipotesis, data yang berhasil dikumpulkan dan melewati tahap uji validitas-reliabilitas, dua uji prasyarat yaitu normalitas dan linieritas, maka tahap selanjutnya yaitu menguji hipotesis penelitian. Untuk mengolah data, peneliti menggunakan program *SPSS versi 16,0 for windows* dengan teknik statistik non parametris (*Kendall's Tau*), maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4.8 Hasil Korelasi Skala *Body Dissatisfaction* dan Harga Diri

| Variabel | Korelasi | Signifikansi | Hasil |
|--|----------|--------------|----------|
| <i>Body Dissatisfaction</i> Harga Diri (<i>Self Esteem</i>) | -0,106 | 0,037 < 0,05 | Terbukti |

Dari data Tabel 4.8 didapatkan harga koefisien korelasi sebesar -0,106 dengan signifikansi sebesar 0,037. Karena nilai signifikansi $p < 0,05$, maka Ho

ditolak dan H_a diterima, artinya terdapat hubungan negatif antara *body dissatisfaction* dengan harga diri pada pria dan wanita dewasa awal.

Tanda pada harga koefisien korelasi juga berpengaruh pada penafsiran terhadap hasil analisis korelasi, yaitu positif (+) menunjukkan adanya arah hubungan yang searah, artinya hubungan kedua variabel berbanding lurus. Semakin tinggi variabel X akan diikuti dengan semakin tinggi variabel Y. Dan jika tanda pada koefisien korelasi adalah negatif (-) menunjukkan adanya arah hubungan yang berlawanan, artinya hubungan kedua variabel berbanding terbalik, semakin rendah variabel X akan diikuti dengan semakin tinggi variabel Y dan sebaliknya.

Tanda negatif pada koefisien korelasi bersifat negatif, jadi menunjukkan arah hubungan berbanding terbalik. menunjukkan adanya hubungan negatif antar variabel. Semakin tinggi *body dissatisfaction* diikuti dengan semakin rendah harga diri dan begitu juga sebaliknya.

C. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang diuji dengan menggunakan teknik uji korelasi *Kendall's Tau*, menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *body dissatisfaction* dengan harga diri pada pria dan wanita dewasa awal. Hal ini ditunjukkan dengan hasil nilai signifikansinya sebesar $0,037 < 0,05$, sehingga hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara *body dissatisfaction* dengan harga diri pada pria dan wanita dewasa awal diterima. Sedangkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,106. Dari hasil ini menunjukkan bahwa hubungan antara *body dissatisfaction* dengan harga diri bersifat negatif

dan berbanding terbalik. Artinya semakin tinggi *body dissatisfaction* maka semakin rendah harga diri yang dimiliki oleh individu, begitu pula sebaliknya.

Studi telah menemukan bahwa penurunan harga diri berkontribusi terhadap rendahnya citra tubuh dan gejala bulimia. Seseorang yang memiliki fisik yang ideal dianggap lebih ramah, mempunyai mental yang sehat, dan cerdas. Orang-orang yang percaya bahwa mereka yang memenuhi standar fisik sesuai yang diharapkan akan mengalami manfaat psikologis serta harga dirinya. Selanjutnya, harga diri rendah telah terbukti memiliki efek negatif pada diri seseorang, mereka yang memiliki tubuh dengan berat badan yang lebih akan melakukan diet. Harga diri adalah prediktor yang signifikan pada ketidakpuasan bentuk tubuh dan gangguan makan (Milligan & Mary Pritchard (2006).

Seperti yang telah ditunjukkan dalam hasil penelitian yang dilakukan oleh Hatata H., Awaad, M., El. S. M. & Refaat, G. (2009) mengenai prediktor yang menyebabkan rendahnya harga diri, *body dissatisfaction* diketahui cukup memberikan kontribusi yang menyebabkan rendahnya harga diri, dengan $r = -0,53$ dan signifikansi sebesar 0,000 yang berarti terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *body dissatisfaction* dengan harga diri atau dengan kata lain rendahnya *body dissatisfaction* dapat meminimalkan kecenderungan akan harga diri yang rendah.

Vohs, K. D., Voelz, Z. R., Pettit, J. W., Bardone, A. M., Katz, Z., Abramson, L. Y., Joiner, J. R. (2001) menjelaskan bahwa rendahnya harga diri dapat mewujudkan harapan yang rendah dan perasaan negatif tentang diri, mereka yang memiliki harga diri yang rendah akan lebih mungkin untuk

menunjukkan perilaku kontraproduktif, seperti stres yang berkaitan dengan berat badan. Pada wanita yang memiliki harga diri yang rendah, gejala bulimia kemungkinan akan berkembang jika mereka dihadapkan dengan stres yang berkaitan dengan bentuk dan berat badannya. Mereka yang menderita ketidakpuasan akan bentuk tubuh dan gangguan makan banyak disebabkan karena rendahnya harga diri, tidak memiliki coping stres yang baik dan memiliki tingkat stres yang lebih tinggi.

Mahasiswa dan mahasiswi yang memiliki bentuk tubuh yang ideal merasa bahwa saat berada di lingkungan masyarakat, dirinya diterima dengan baik, tidak mendapat ejekan, percaya diri dan bahagia. Mahasiswa dan mahasiswi yang memiliki perasaan tidak puas terhadap bentuk tubuhnya, akan merasa minder saat berada di masyarakat, merasa tidak diterima di masyarakat, banyak mendapat ejekan, tidak percaya diri dan selalu cemas. Selain itu mahasiswa dan mahasiswi sering merasa khawatir saat memasuki dunia kerja, takut akan mengalami kesulitan untuk mendapatkan pekerjaan karena menurut dirinya bahwa penampilan fisik sangat berpengaruh dalam karier (berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu mahasiswa dan mahasiswi).

Hal tersebut sesuai dengan pendapat Hurlock (1993) bahwa penampilan fisik berkaitan dengan peranan yang dipegang dalam kehidupan, khususnya dalam pergaulan. Cross&Cross (1879 dalam Milligan & Mary Pritchard 2006) menambahkan bahwa penampilan sangat penting bagi umat manusia karena dukungan sosial, popularitas, pemilihan teman hidup dan karier dipengaruhi oleh penampilan prima dan daya tarik fisik seseorang. Bagi individu yang menerima

respon positif dari masyarakat terhadap dirinya secara fisik maka harga dirinya juga positif, namun apabila seorang individu menerima respon negatif dari masyarakat tentang dirinya secara fisik maka harga diri yang terbentuk juga negatif.

Dalam sebuah era tertentu, terutama individu yang memiliki kepuasan pada bentuk tubuhnya merupakan aspek penting untuk harga diri yang dimilikinya. Sebaliknya, seseorang yang memiliki ketidakpuasan akan bentuk tubuhnya disebabkan karena harga diri yang dimilikinya rendah. Individu dengan perasaan negatif tentang dirinya, merasa dirinya tidak bisa diterima oleh masyarakat karena penampilan fisiknya kurang ideal, lebih rentan berada dalam keadaan yang terobsesi akan kesempurnaan fisik dan akan mencerminkan perasaan yang tidak berharga dalam melihat dirinya sendiri (Furnham, A., Badmin, N. and Sneade, I. 2002).

Harga diri terdiri dari penilaian evaluatif yang membuat karakteristik dan kualitas, termasuk sikap individu tentang dirinya sendiri serta perasaan untuk dihargai. Menurut Stanley Coopersmith (1967 dalam Gianini, L. M. & Smith, J. E. 2008), seorang peneliti awal memiliki pengetahuan yang baik tentang harga diri. Harga diri mencerminkan sejauh mana individu memiliki kepercayaan diri untuk menjadi mampu, signifikan, sukses, dan layak. Harga diri yang sehat banyak dikaitkan dengan kebahagiaan, kesuksesan, dan prestasi yang tinggi, sedangkan harga diri yang rendah banyak dikaitkan dengan depresi, kecemasan, dan kegagalan.

Berdasarkan dari hasil penelitian-penelitian sebelumnya dan didukung oleh teori-teori yang sejalan dengan penelitian ini terbukti bahwa hasil penelitian ini menyatakan bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara *body dissatisfaction* dengan harga diri.