

BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancah dan Penelitian

1. Orientasi Kancah

Penelitian mengenai *body image* ini ditinjau dari seberapa besar sifat kepercayaan diri yang dimiliki oleh remaja putri. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terhadap remaja putri yang dilakukan oleh peneliti pada beberapa remaja putri, mengeluhkan bentuk tubuh yang dimilikinya menurut mereka kurang memuaskan dan jauh dari ideal. Ada pula yang mengatakan bahwa berat badan terlalu gemuk untuk ukuran mereka.

Subjek penelitian yang digunakan oleh peneliti untuk mengambil data penelitian adalah remaja putri yang berada di Yogyakarta dengan jumlah subjek sebanyak 140 yang berusia 18 sampai 23 tahun. Pengambilan data uji coba (*try out*) dilakukan peneliti dengan menyebar kepada beberapa remaja putri di Yogyakarta sebanyak 70 subjek.

2. Persiapan Penelitian

Persiapan yang dilakukan oleh peneliti sebelum melakukan penelitian ini meliputi persiapan administrasi dan persiapan alat ukur. Berikut adalah penjelasan secara detail dari masing-masing persiapan yang dilakukan :

a. Persiapan Administrasi Penelitian

Pelaksanaan diawali dengan mengurus surat perijinan untuk melakukan penelitian. Pada penelitian ini beberapa subjek diminta untuk mengisi *informed consent* sebagai bukti ketersediaan menjadi subjek penelitian.

b. Persiapan Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan dua alat ukur, yaitu skala kepercayaan diri dan skala *body image*. Alat ukur tersebut diuji cobakan dengan tujuan untuk mengetahui validitas dan reliabilitas aitem-aitemnya. Selanjutnya aitem-aitem yang sah dari uji coba tersebut digunakan sebagai data penelitian. Setelah pengambilan skala yang telah disebar, peneliti melakukan skoring dan menganalisis validitas dan reliabilitas skala. Uji validitas dan reliabilitas skala dilakukan pada tanggal 20 November 2018. Subjek uji coba alat ukur adalah remaja putri yang berada di Yogyakarta. Subjek data penelitian adalah remaja putri yang berada di Yogyakarta.

1) Skala Kepercayaan Diri

Skala kepercayaan diri ini diambil dari Ramadhansyah (2017). Skala kepercayaan diri ini terdiri dari 20 aitem yang terdiri dari 11 aitem *favourable* dan 9 aitem *unfavourable*. Hasil analisis pada program SPSS versi 23 dari 70 responden yang mengisi kepercayaan diri yang sah 17 aitem dan yang gugur 3 aitem. Koefisien alpha cronbach pada skala kepercayaan diri adalah 0,864. Aitem yang gugur adalah nomor 2,3 dan 19 dianggap gugur karena koefisien korelasi totalnya tidak mencapai angka $r \geq 0,3$ dengan demikian skala kepercayaan diri terdiri dari 17 aitem total bergerak antara 0,319 sampai

dengan 0,703. Sebaran aitem kepercayaan diri dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 3
Distribusi Butir Kepercayaan Diri Setelah Uji Coba

No.	Subkomponen	Nomor butir pertanyaan		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1	Keyakinan kemampuan diri	3*,4	1,2*	2
2	Optimis	6,7,8	5	4
3	Objektif	10,11,13	9,12	5
4	Bertanggung jawab	16,17	14,15	4
5	Rasional dan realistis	20	18,19*	2
Total Item				17

Catatan : angka dengan * adalah nomor butir yang gugur setelah uji coba

2) Skala *Body Image*

Skala *body image* dalam penelitian ini diambil dari Amalia (2018) berdasarkan *The Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scale* (MBSRQ-AS). Skala *body dissatisfaction* terdiri dari 19 aitem yang terdiri dari 14 aitem *favourable* dan 5 aitem *unfavourable*. Hasil analisis statistik pada program SPSS versi 23 dari 70 subjek yang mengisi *body image* yang sah 14 aitem dan yang gugur 5 aitem. Koefisien alpha cronbach pada skala *body image* adalah 0,833. Aitem yang gugur adalah nomor 2, 8, 9, 15 dan 17 dianggap gugur karena koefisien korelasi totalnya tidak mencapai angka $r \geq 0,3$ dengan demikian skala *body image* terdiri dari

14 aitem total bergerak antara 0,319 sampai dengan 0,718. Sebaran aitem *body image* dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 4
Distribusi Butir Skala Body Image Setelah Uji Coba

No.	Subkomponen	Nomor butir pertanyaan		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1	<i>Appearance evaluation</i> (evaluasi penampilan)	11, 12	2*, 4, 8*	3
2	<i>Appearance orientation</i> (orientasi penampilan)	1, 5, 7, 9*, 10, 13		5
3	<i>Overweight preoccupation</i> (kecemasan akan kegemukan)	3, 6, 14, 15*		3
4	<i>Self classified weight</i> (klasifikasi berat tubuh)	16, 17*		1
5	<i>Body areas satisfaction</i> (kepuasan terhadap bagian tubuh)		18, 19	2
Total Item				14

Catatan : angka dengan * adalah nomor butir yang gugur setelah uji coba

B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Pengumpulan data penelitian dilakukan selama 2 minggu pada tanggal 12 November sampai 25 November 2018. Pada pelaksanaan penelitian, peneliti memberikan skala *body image* dan kepercayaan diri. Pengambilan data dilakukan dengan mendatangi subjek di kediaman masing-masing, sehingga peneliti menyebarkan skala secara personal. Peneliti memperkenalkan diri, dan kemudian menjelaskan maksud dan tujuan pengambilan data kemudian meminta kesediaan subjek untuk mengisi skala.

C. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini merupakan remaja putri yang berusia 18 sampai 23 tahun dan berdomisili di Yogyakarta. Total subjek dari pengumpulan data sebanyak 140 subjek.

Berikut gambaran mengenai subjek penelitian :

Tabel 5

Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase
18	17	12,14%
19	29	20,71%
20	30	21,42%
21	21	15%
22	30	21,42%
23	13	9,28%
Total	140	100%

Berdasarkan Tabel 5 dapat dilihat bahwa subjek dengan usia 18 tahun sebanyak 17 orang (12,14%), usia 19 tahun sebanyak 29 orang (20,71%), usia 20 tahun sebanyak 30 orang (21,42%), usia 21 tahun sebanyak 21 orang (15%), usia 22 tahun sebanyak 30 orang (21,42%), dan usia 23 tahun sebanyak 13 orang (9,28%).

Tabel 6

Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Uang Saku

Uang Saku (Rp)	N	Persentase (%)
<1.000.000	48	34,28%
1.000.000-1.500.000	60	42,85%
1.500.000-2.000.000	17	12,14%
>2.000.000	15	10,71%
Total	140	100%

Berdasarkan tabel 6 di atas, dapat dilihat bahwa subjek dengan uang saku <1.000.000 sebanyak 48 orang (34,28%), 60 orang (42,85%) dengan uang saku 1.000.000-1.500.000, 17 orang (12,14%) dengan uang saku 1.500.000-2.000.000, dan 15 orang (10,71%) dengan uang saku >2.000.000.

Tabel 7
Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Tinggi Badan

Tinggi Badan	N	Persentase (%)
140-150	12	8,57%
151-160	100	71,42%
161-170	27	19,30%
171-180	1	0,71%
Total	140	100%

Berdasarkan tabel 7 di atas, dapat dilihat bahwa subjek dengan tinggi badan 140-150 sebanyak 12 orang (8,57%), 100 orang (71,42%) dengan tinggi badan 151-160, 27 orang (19,30%) dengan tinggi badan 161-170, dan 1 orang (0,71%) dengan tinggi badan 171-180.

Tabel 8
Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Indeks Massa Tubuh

IMT	Kategorisasi	N	Persentase (%)
< 18,5	Kurus	28	20%
18,5 – 22,9	Normal	71	50,71%
23,0 – 24,9	Gemuk	17	12,14%
25,0 – 30,0	Obesitas	24	17,14%
Total		140	100%

Sumber data primer yang diolah menjadi indeks massa tubuh (IMT), yakni dihitung dengan rumus berat badan (kg) / tinggi badan (m). Berdasarkan tabel 8 di atas, dapat dilihat bahwa subjek yang memiliki

IMT dengan kategori kurus sebanyak 28 orang (20%), 71 subjek (50,71%) masuk ke dalam kategori normal, 17 subjek (12,14%) masuk ke dalam kategori gemuk, dan 24 subjek (17,14%) masuk ke dalam kategori obesitas.

2. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian bertujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat *body image* dan kepercayaan diri. Berikut hasil data penelitian yang di dapat pada tabel berikut :

Tabel 9
Deskripsi Data Penelitian

Variabel Penelitian	Min	Max	Mean	Standar Deviasi
<i>Body Image</i>	14.0	56.0	35	7
Kepercayaan Diri	17.0	68.0	42.5	8,5

Berdasarkan Tabel 9 di atas, dapat dilihat bahwa perilaku *body image* skor minimal (Min) sebesar 14.0, dan skor maksimal (Max) sebesar 56.0, rerata (Mean) sebesar 35 dan standar deviasi (SD) sebesar 7. Sedangkan kepercayaan diri memiliki skor minimal (Min) sebesar 17.0, skor maksimal (Max) sebesar 68.0, rerata (Mean) sebesar 42.5 dengan standar deviasi (SD) sebesar 8,5.

Tabel 10
Norma Kategorisasi Variabel Penelitian

Kategori	Nilai
Sangat Rendah	$X < M - 1,8 SD$
Rendah	$M - 1,8 SD < X \leq M - 0,6 SD$
Sedang	$M - 0,6 SD < X \leq M + 0,6 SD$
Tinggi	$M + 0,6 SD < X \leq M + 1,8 SD$
Sangat Tinggi	$X > M + 1,8 SD$

Catatan : M= rerata; SD = satuan standar deviasi

Berdasarkan norma kategorisasi yang telah disebutkan sebelumnya, maka subjek penelitian ini dapat dikelompokkan ke dalam lima kategori pada masing-masing variabel.

Berikut ini kategorisasi skor subjek penelitian pada kedua variabel penelitian dalam tabel berikut ini :

Tabel 11
Kategorisasi Skor Variabel Kepercayaan Diri

Skor	Kategorisasi	Jumlah	%
$X < 27$	Sangat Rendah	0	0%
$27 < X \leq 37$	Rendah	0	0%
$37 < X \leq 48$	Sedang	9	6,42%
$48 < X \leq 58$	Tinggi	102	72,85%
$X > 58$	Sangat Tinggi	29	20,71%
Total		140	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa subjek yang berada pada kategori sangat rendah sebanyak 0%, subjek yang berada pada kategori rendah sebanyak 0%, subjek yang berada pada kategori sedang sebanyak 9 subjek dengan persentase 6,42%, subjek yang berada pada kategori tinggi sebanyak 102 dengan persentase 72,85% dan subjek yang berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 29 subjek dengan persentase 20,71%.

Tabel 12
Kategorisasi Skor Variabel Body Image

Skor	Kategorisasi	Jumlah	%
$X < 22$	Sangat Rendah	2	1,42%
$22 < X \leq 31$	Rendah	24	17,14%
$31 < X \leq 39$	Sedang	76	54,28%
$39 < X \leq 48$	Tinggi	35	25%
$X > 48$	Sangat Tinggi	3	2,14%
Total		140	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa subjek yang berada pada kategori sangat rendah sebanyak 2 subjek dengan persentase 1,42%, subjek yang berada pada kategori rendah sebanyak 24 subjek dengan persentase 17,14%, subjek yang berada pada kategori sedang sebanyak 76 subjek dengan persentase 54,28%, subjek yang berada pada kategori tinggi sebanyak 35 subjek dengan persentase 25% dan subjek yang berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 3 subjek dengan persentase 2,14%.

3. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas Sebaran

Uji normalitas digunakan untuk melihat apakah data yang didapatkan terdistribusi normal atau tidak. Data akan dikatakan normal jika nilai signifikansi dari statistic test of normality (Kolmogorov-Smirnov) lebih besar dari 0.05 ($Sig > 0.05$) dan data tidak berdistribusi normal bila nilai signifikansi kurang dari 0.05 ($Sig < 0.05$).

Tabel 13

Uji Asumsi Normalitas Sebaran Variabel Penelitian

Variabel Penelitian	Kolmogorov-Smirnov			Kategori
	Statistic	df	Sig.	
<i>Body Image</i>	,073	140	,067	Normal
Kepercayaan Diri	,120	140	,000	Tidak Normal

Berdasarkan Tabel 13 di atas, pada hasil uji normalitas menunjukkan bahwa penyebaran data untuk variabel *Body Image* terdistribusi normal dengan nilai signifikansi sebesar 0,067 ($Sig > 0,05$) dan

untuk variabel Kepercayaan Diri terdistribusi tidak normal dengan nilai signifikansi sebesar 0.000 (Sig < 0.05).

b. Uji Linearitas Hubungan

Uji linearitas hubungan dilakukan untuk menguji antara variabel independen dengan variabel dependen apakah membentuk garis linier (lurus) atau tidak. Kedua variabel dikatakan linier apabila nilai signifikansi dari F Deviation from Linearity lebih besar dari 0.05 (Sig>0.05).

Tabel 14

Uji Asumsi Linearitas Hubungan Variabel Penelitian

Variabel Penelitian	F	Sig.	Ket
<i>Body Image</i> *			
Kepercayaan Diri Deviation from Linearity	1,395	,125	Linear

Berdasarkan Tabel 14 di atas, pada hasil uji linearitas menunjukkan nilai Deviation from Linearity menunjukkan nilai F sebesar 0,125 (Sig>0,05) maka hal ini menunjukkan bahwa variabel kepercayaan diri dengan variabel *body image* mempunyai korelasi yang linear.

4. Uji Hipotesis

Uji korelasi antara variabel kepercayaan diri dengan *body image* menggunakan korelasi *product moment* dari Spearman's rho dengan menggunakan program SPSS 23.0 for Windows.

Tabel 15

Uji Hipotesis Variabel Penelitian

Variabel Penelitian	R	r ²	P	Keterangan
<i>Body Image</i>				
*Kepercayaan Diri	-.042	-.084	.312(p>0.05)	Tidak Signifikan

Hasil analisis data di atas menunjukkan korelasi antara variabel kepercayaan diri dengan *body image* adalah $r = -0.042$ dengan $p = 0.312$ ($p > 0.05$). Hasil tersebut menjelaskan bahwa tidak terdapat korelasi antara kedua variabel.

5. Analisis Tambahan

Pada penelitian ini, peneliti melakukan beberapa analisis tambahan yakni uji beda menggunakan teknik *independent sample T-test*. Uji beda dilakukan dengan bantuan program SPSS 23.0 for Windows. Analisis uji beda ini peneliti gunakan untuk mengetahui adakah perbedaan variabel *body image* dan variabel kepercayaan diri pada kelompok normal dan kelompok tidak normal (kurus, gemuk, obesitas).

Tabel 16

Hasil uji beda kelompok normal dan tidak normal(kurus, gemuk, obesitas)

Variabel	Statistik Deskriptif		<i>Independent Sampel T-test</i>			
	Normal	Tdk Normal	T	Df	Sig	Ket
Body Image	35, 591	36, 782	-1,197	138	0,233	Tidak Ada Beda
Kepercayaan Diri	55, 253	54, 318	1,065	138	0,289	Tidak Ada Beda

Berdasarkan hasil analisis perbedaan pada kelompok normal dan tidak normal (kurus, gemuk, obesitas), diperoleh hasil nilai signifikansi pada kelompok *body image* sebesar 0,233 yang berarti ($p>0,05$), dengan rerata pada kelompok normal sebesar 35,591 dan rerata pada kelompok tidak normal sebesar 36,782. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan citra tubuh (*body image*) pada subjek dengan kelompok normal maupun kelompok tidak normal. Pada kelompok kepercayaan diri diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,289 yang berarti ($p>0,05$), dengan rerata pada kelompok normal sebesar 55,253 dan rerata pada kelompok tidak normal sebesar 54,318. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan kepercayaan diri pada kelompok normal maupun kelompok tidak normal (kurus, gemuk, obesitas).

D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan *body image* pada remaja putri. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa tidak ada hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja putri. Uji normalitas yang dilakukan peneliti menunjukkan hasil $p=0,067$ ($p>0,05$) pada skala *body image* yang berarti sebaran data terdistribusi normal. Berbeda halnya dengan skala kepercayaan diri menunjukkan hasil $p=0,000$ ($p<0,05$) yang berarti sebaran data tidak terdistribusi normal. Maka hasil uji normalitas pada kedua variabel *body image* dan kepercayaan diri terdistribusi tidak normal. Pada hasil uji linearitas yang dilakukan pada kedua variabel

menunjukkan nilai koefisien deviation from linearity 0,125 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara *body image* dengan kepercayaan diri karena kedua variabel menunjukkan garis linear.

Pada hasil uji normalitas menunjukkan bahwa sebaran data tidak normal, dan pada uji linearitas menunjukkan bahwa hasil data linear sehingga peneliti menganalisis dengan menggunakan teknik *Correlation Spearman's rho* (1-tailed). Berdasarkan pada hasil analisis yang dilakukan, dapat diketahui bahwa besarnya koefisien korelasi *body image* dan kepercayaan diri pada remaja putri sebesar $r = -0,042$ dengan nilai $p = 0,312$ ($p > 0,05$). Dari hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat korelasi antara kedua variabel yaitu *body image* dan kepercayaan diri. Demikian dengan dugaan bahwa terdapat korelasi diantara keduanya adalah dugaan yang salah maka hipotesis **ditolak**.

Pada variabel kepercayaan diri diperoleh 102 orang (72,8%) remaja putri memiliki kepercayaan diri pada kategori tinggi, yang artinya remaja putri memiliki penilaian positif terhadap diri mereka. Berdasarkan data diatas, dapat pula di ketahui bahwa jumlah remaja putri yang memiliki kepercayaan diri tinggi jauh lebih banyak dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki kepercayaan diri rendah. Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Lauster (2003) bahwa kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan dirinya sendiri, tidak cemas dalam setiap tindakan yang dilakukan, seseorang merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan, tanggung jawab atas perbuatan yang dilakukan, sopan dalam hal interaksi dengan

orang lain, dan dapat mengetahui kelebihan dan kekurangan yang ada dalam dirinya.

Hal ini menunjukkan bahwa *body image* tidak ditentukan oleh kepercayaan diri. Adapun yang menyebabkan hipotesis penelitian ini tidak terbukti disebabkan karena ada variabel lain yang lebih berpengaruh untuk variabel *body image*. *Social comparison*, *self esteem*, dan penerimaan diri lebih berpengaruh untuk variabel *body image*.

Hal lain yang mendasari hipotesis pada penelitian ini ditolak karena pada beberapa subjek yang memiliki standar tubuh yang tergolong normal terdapat ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya, dan beberapa subjek yang tergolong pada kelompok tidak normal (kurus, gemuk dan obesitas) merasa puas terhadap bentuk tubuhnya. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak selalu seseorang yang memiliki bentuk tubuh yang ideal/normal merasa puas terhadap bentuk tubuhnya, dan tidak selalu seseorang yang memiliki bentuk tubuh yang tidak normal (kurus, gemuk dan obesitas) merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya.

Berdasarkan hasil perhitungan yang telah dipaparkan di atas, di dapatkan untuk variabel *body image*, 35 orang (25%) remaja putri berada pada kategori tinggi, dan 76 orang (54,28%) berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan sebagian besar subjek merasa tidak puas terhadap bentuk tubuh yang mereka miliki. Berdasarkan data diatas, dapat diketahui bahwa jumlah remaja putri yang memiliki *body image* tinggi lebih banyak dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki *body image* rendah. Menurut Amalia (2007), individu memiliki gambaran diri yang ideal seperti keinginannya termasuk memiliki bentuk tubuh

yang ideal. Ketidaksesuaian bentuk tubuh yang ideal menurutnya akan memunculkan ketidakpuasan pada tubuhnya.

Terdapat beberapa subjek yang memiliki IMT yang tergolong normal/ideal namun masih merasa tidak puas akan bentuk tubuhnya. Ada pula yang merasa sudah puas terhadap bentuk tubuhnya, namun tergolong pada kategori tidak normal (kurus, gemuk dan obesitas). Pada beberapa subjek penelitian dapat dilihat bahwa ketidakpuasan pada tubuhnya tersebut pada bagian pinggul, lengan, paha, kaki dan pada bagian tertentu lainnya. Hal ini sejalan dengan pernyataan dari Cash, et al (Chase) pada aspek kepuasan terhadap bagian tubuh (*body areas satisfaction*).

Terlepas dari semua itu, peneliti menyadari bahwa pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti ini masih terdapat kelemahan, antara lain karena kurangnya referensi sehingga banyak menggunakan teori dari satu sumber sehingga pembahasan masih kurang mendalam.