

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Data

##### 1. Gambaran Umum Responden Penelitian

###### a. Gambaran Responden Berdasarkan Usia

Berikut ini adalah gambaran responden berdasarkan usia dari 120 responden. Lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 4.1**

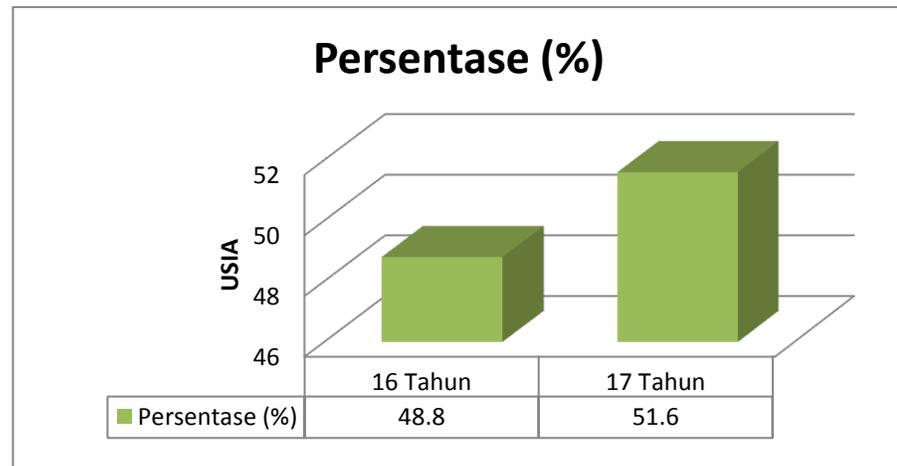
#### Jumlah responden berdasarkan usia

Usia	Frekuensi	Persentase
16 Tahun	58	48.8
17 Tahun	62	51.6
Jumlah	120	100

Berdasarkan tabel 4.1, dapat dilihat bahwa responden penelitian yang terdiri dari siswi berusia 16 tahun sebanyak 58 orang atau 48.8 % dan siswi berusia 17 tahun lebih banyak dibanding siswi berusia 16 tahun yaitu sebanyak 62 orang atau 51.6 %. Berikut grafik data tersebut:

Grafik 4.1

Grafik Responden Berdasarkan Usia



**b. Gambaran Responden Berdasarkan IMT (Indeks Massa Tubuh)**

Tabel 4.2

Jumlah responden berdasarkan IMT (Indeks Massa Tubuh)

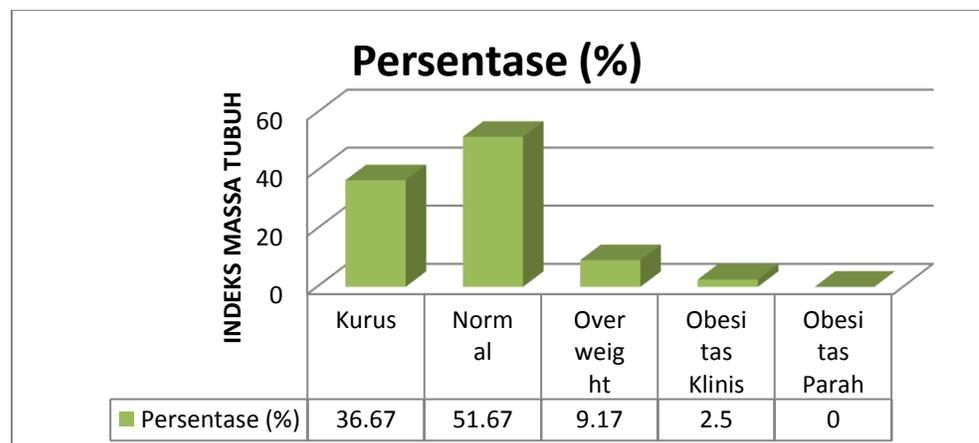
IMT (Indeks Masa Tubuh)	Frekuensi	Presentase
<18.5 (Kurus)	44	36.67
18.5 – 24.9 (normal)	62	51.67
25 – 29.9 ( <i>overweight</i> )	11	9.17
30 – 39.9 (obesitas klinis)	3	2.5
>40 (obesitas parah)	0	0
Total	120	100

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki jumlah yang tergolong normal (51.67 %) dan kurus

(36.67 %). Angka ini berbeda sangat jauh dengan responden yang tergolong *overweight* (9.17 %) dan mengalami obesitas klinis (2.5 %). Responden pada penelitian ini juga tidak ada sama sekali yang memiliki IMT di atas 40 atas yang tergolong obesitas parah. Berikut grafik data tersebut

**Grafik 4.2**

**Responden Berdasarkan IMT (Indeks Massa Tubuh)**



**2. Gambaran Umum Hasil Penelitian**

**a. Data *Body Dissatisfaction***

**Tabel 4.3**

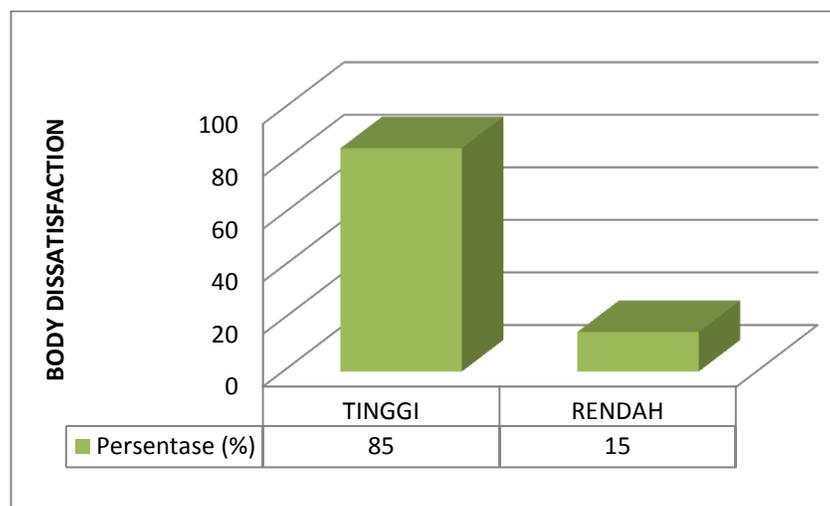
**Kategorisasi Data *Body Dissatisfaction***

Skor	Kategorisasi	Jumlah Responden	Persentase (%)
> 92	Rendah	18	15
< 92	Tinggi	102	85
TOTAL		120	100

Dari data yang diperoleh dapat dilihat bahwa skor *body dissatisfaction* siswi SMAN 13 Jakarta Utara yang berada di kategorisasi *body dissatisfaction* tinggi dengan presentase 85% maksudnya adalah sebanyak 102 siswi tergolong memiliki *body dissatisfaction* yang tinggi atau memiliki ketidakpuasan terhadap tubuh dan melakukan upaya merubah bentuk tubuh dengan melakukan diet. Sedangkan pada kategori rendah berjumlah 18 siswi dengan persentase 15 % yang berarti hanya 15 siswi dari 120 yang tergolong memiliki kepuasan terhadap tubuhnya atau memiliki *body dissatisfaction* yang rendah dan tidak melakukan diet dalam upaya untuk merubah bentuk tubuhnya. Berikut grafik data tersebut:

**Grafik 4.3**

**Kategorisasi Data *Body Dissatisfaction***



## b. Data Konsep Diri

**Tabel 4.4**

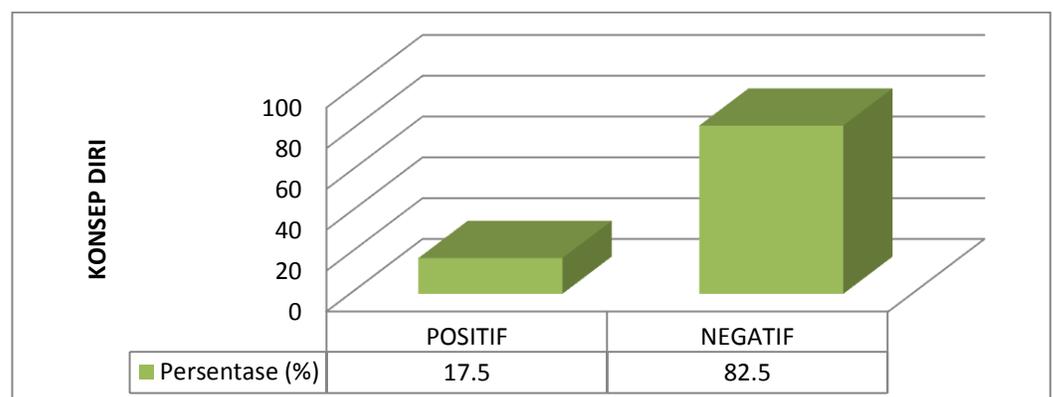
### Kategorisasi Data Konsep Diri

Skor	Kategorisasi	Jumlah Responden	Persentase (%)
>93	Positif	21	17.5
< 93	Negatif	99	82.5
TOTAL		120	100

Dari data yang diperoleh, dapat dilihat bahwa skor konsep diri siswi SMAN 13 Jakarta Utara yang berada di kategorisasi positif berjumlah 17.5 % maksudnya adalah sebanyak 21 siswi dari 120 tergolong memiliki konsep diri yang positif. Sedangkan pada kategori negatif berjumlah 99 siswi dengan persentase 82.5 % yang berarti sebanyak 99 siswi dari 120 tergolong memiliki konsep diri yang negatif. Berikut grafik data tersebut

**Grafik 4.4**

### Kategorisasi Data Konsep Diri



## B. Pengujian Persyaratan Analisis

### 1. Normalitas

Menurut (Salkind, 2004), ketika sampel penelitian yang diambil merupakan sampel besar (lebih dari 30 responden) dapat diasumsikan data tersebut merupakan data normal. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 120 responden sehingga data penelitian sudah dapat diasumsikan sebagian data berdistribusi normal.

### 2. Linearitas

Asumsi yang harus terpenuhi dalam menggunakan teknik korelasi *product moment (bivariate correlation)* adalah uji linearitas. Uji linearitas dilakukan dengan melihat taraf signifikansi pada curve estimation. Apabila  $p < \alpha$  maka hubungan kedua variabel antara konsep diri dengan *body dissatisfaction* bersifat linear. Berikut hasil penghitungan uji linearitas:

**Tabel 4.5**

#### Hasil Penghitungan Uji Linearitas

Variabel	Sig. ( <i>p</i> )	Interpretasi
Konsep diri dengan <i>body dissatisfaction</i>	0.00	Linear

Dari data di atas dapat diambil kesimpulan bahwa hubungan antara konsep diri dengan *body dissatisfaction* bersifat linear.

## C. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan

### 1. Pengujian Hipotesis

Dalam penelitian ini, hipotesis yang dirumuskan adalah hipotesis alternatif ( $H_0$ ) yang menyatakan adanya hubungan negatif antara konsep diri dengan *body dissatisfaction* pada remaja putri di SMA Negeri 13 Jakarta. Untuk melihat hubungan kedua variabel dapat dilihat pada tabel 4.5 (hasil penghitungan menggunakan SPSS versi 20)

**Tabel 4.6**

#### **Hasil Penghitungan Uji Korelasi *Product Moment***

Korelasi antara	$r_{xy}$	p	$\alpha$	Keterangan
X dan Y	-0.476	0.00	0.05	Signifikan

Setelah data yang didapat diolah dengan SPSS 20, diperoleh koefisien korelasi sebesar  $r_{xy} = -0.476$  dan p sebesar 0.00. Karena koefisien korelasi bernilai (-) maka hubungannya berlawanan atau terbalik, artinya semakin remaja putri memiliki konsep diri positif maka semakin rendah siswi merasa tidak puas terhadap tubuhnya dalam melakukan diet. Untuk mengetahui uji keberartian (signifikansi) koefisien korelasi dilakukan dengan membandingkan nilai p dan  $\alpha$  (0.05). Berdasarkan hasil analisis data tersebut diperoleh  $p < 0.05$  yaitu  $0.00 < 0.05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan *body dissatisfaction*.

## 2. Pembahasan

Dari hasil pengujian hipotesis data diperoleh data yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan *body dissatisfaction* pada siswi SMA Negeri 13 Jakarta Utara. Koefisien korelasi yang diperoleh yaitu  $-0.476$ . Hubungan yang ditunjukkan bersifat berlawanan arah, artinya ada hubungan negatif antara konsep diri dengan *body dissatisfaction*. Dengan arti lain, semakin positif konsep diri pada siswi, maka semakin rendah rasa ketidakpuasaan terhadap tubuh siswi. Sebaliknya, semakin negatif konsep diri pada siswi, maka semakin tinggi rasa ketidakpuasaan terhadap tubuhnya.

Hasil IMT (Indeks Massa Tubuh) remaja putri menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tubuh yang tergolong normal  $51.67\%$  dan kurus  $36.67\%$ . Angka ini berbeda jauh dengan responden yang tergolong *overweight* yaitu  $9.17\%$  dan obesitas klinis  $2.5\%$ . Responden pada penelitian ini juga tidak ada sama sekali yang memiliki IMT di atas 40 atau yang tergolong obesitas parah, walaupun hasil menunjukkan bahwa banyak responden yang memiliki tubuh tergolong normal tidak menunjukkan bahwa mereka sudah puas dengan tubuh mereka, terdapat 40 remaja putri dari 62 yang memiliki tubuh tergolong normal memilih item pernyataan ingin membuat tubuhnya lebih kurus dari tubuhnya yang sekarang, dan melakukan diet seperti menahan makan untuk

mendapatkan tubuh yang ideal, menggunakan pakaian yang membuat tubuh terlihat langsing, tidak makan teratur untuk menurunkan berat badan, dan meminum pil pelangsing untuk membantu menurunkan berat badan. Dari hasil diatas menunjukkan bahwa individu yang sudah memiliki tubuh tergolong normal bahkan kurus juga merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya dan melakukan perilaku – perilaku diet yang membahayakan tubuhnya. Persepsi tubuh ideal menurut mereka adalah jika memiliki tubuh yang sama dengan kebanyakan temannya, jika ada teman yang lebih kecil dibagian tertentu seperti perut, atau lengan para siswi termotivasi juga untuk menurunkan berat badan dengan cara menahan makan, melakukan *gym* dan meminum pil pelangsing atau teh herbal untuk menurunkan dan menahan nafsu makan. Jadi, para siswi yang mempunyai badan dikategori normal tetap merasa tidak puas karena terpengaruh oleh teman, merasa tidak mau kalah, dan menganggap bahwa seorang perempuan yang mempunyai badan bagus akan lebih mudah untuk bersosialisasi itu terlihat dari banyaknya siswi memilih item pernyataan “ perempuan bertubung langsing akan mudah untuk bergaul”.

Diet yang dilakukan oleh remaja bukanlah hal yang dapat diabaikan. Saat remaja adalah saat ketika tubuh seseorang sedang berkembang pesat dan sudah seharusnya mendapatkan

komponen nutrisi penting yang dibutuhkan untuk berkembang (Hill, Oliver, & Rogers, 1992). Kebiasaan diet pada remaja dapat membatasi masukan nutrisi yang mereka butuhkan agar tubuh dapat tumbuh. Selain itu, diet pada remaja juga dapat menjadi sebuah titik awal berkembangnya gangguan pola makan (Polivy & Herman, 1985; dalam Hill, Oliver, & Rogers, 1992). Beberapa penelitian lain juga mengatakan bahwa seorang remaja yang berdiet kemudian menghentikan dietnya dapat menjadi *overeater* pada tahun-tahun berikutnya (Hill, Rogers, & Blundell, 1989; dalam Hill, Oliver, & Rogers, 1992). Hasil-hasil penelitian di atas menjadi sebuah bukti bahwa perilaku diet dapat membawa dampak yang buruk bagi kesehatan remaja yang melakukannya.

Secara teoritis, wanita yang menginternalisasi bentuk tubuh ideal menurut masyarakat ke dalam dirinya akan lebih mudah untuk memiliki *body dissatisfaction* apabila standar ideal ini tidak terpenuhi (McCarthy, 1990; dalam Bearman, S.K., Martinez, E., & Stice, E. (2006) ). *Body dissatisfaction* sendiri merupakan perasaan tidak puas yang bersifat subjektif yang dimiliki seseorang terhadap penampilan fisiknya (Littleton & Ollendick, 2003; dalam Skemp-Arlt, Rees, Mikat, & Seebach, E. E. (2006) ).

Dari hasil penelitian ditemukan bahwa sebagian remaja putri ternyata memiliki *body dissatisfaction*, penelitian ini sesuai dengan

pendapat (Graber, Brooks-Gunn, Paikoff, & Warren, 1994; Tobin-Richards, Boxer, Kavrell, & Petersen, 1984; dalam Stice & Whitenton, 2002) hal tersebut dikarenakan pada saat mulai memasuki masa remaja, seorang wanita akan mengalami peningkatan jaringan lemak yang membuat tubuhnya menjadi semakin jauh dari badan kurus yang ideal. Persepsi mengenai tubuh yang negatif ini dapat mengakibatkan adanya usaha-usaha obsesif terhadap kontrol berat badan pada remaja (Davison & Birch, 2001; Schreiber et al., 1996; Vereecken & Maes, 2000; dalam Papalia, 2007).

Fuhrmann dan Foresman (1990) menyebutkan bahwa remaja awal pada rentang usia 9 sampai 14 tahun cenderung memiliki kekhawatiran yang akut mengenai bentuk tubuh. Individu juga cenderung sensitif terhadap kritik dari orang lain maupun dari diri sendiri. Konsep diri yang positif akan mempengaruhi individu menilai diri kita dan tidak terpengaruh oleh orang lain, Konsep diri yang terbentuk dengan baik akan membuat individu percaya akan kemampuannya dan akan menghargai dirinya sendiri tetapi itu semua tergantung apakah individu menemukan potensi atau “nilai jual” yang di miliki lebih besar sehingga individu dapat percaya diri meskipun memiliki badan yang tidak ideal dan tidak terpengaruh dengan orang lain yang memiliki tubuh yang lebih ideal, misalnya

saja Susan Boyle juara dalam ajang pencari bakat “*British got talent*” yang mempunyai badan yang tidak perpososional dan sudah tidak muda lagi dan saat tampil sudah dianggap remeh oleh penonton dan juri tetapi saat bernyanyi terlihat sangat percaya diri dan dapat memukau semua penonton bahkan juri. Lalu, Ryann Meagen Hoven atau yang dikenal sebagai Tess Holiday seorang model Amerika berukuran plus, dan dia seorang aktifis untuk mempunyai pikiran positif terhadap bentuk badan yang sudah kita miliki. Tess holiday membuktikan bahwa menjadi seorang model tidak harus berbadan langsing tetapi bertubuh besar pun dapat menjadi model ternama karena yang terpenting adalah pandangan diri kita yang positif dengan begitu berpengaruh kepada orang menilai kita, atau di dalam negeri kita terdapat artis yang mempunyai badan lebih besar seperti Dewi hughes, Oki lukman, Nunung srimulat yang merupakan *enterteiment* di layar kaca tapi tetap eksis dan percaya diri dalam menampilkan bakat pembawa acara, atau sebagai pelawak dengan kekurangan yang mereka miliki.

#### **D. Keterbatasan Penelitian**

Peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan yang dialami selama melakukan penelitian, diantaranya adalah:

1. Penelitian ini hanya mengambil populasi terjangkau satu sekolah yaitu pada siswi SMA Negeri 13 Jakarta Utara sehingga tidak dapat menjangkau populasi yang lebih luas.
2. Responden penelitian hanya berasal dari remaja madya, harusnya ada yang berasal dari remaja awal agar bisa mewakili remaja yang memiliki ketidakpuasaan terhadap tubuh.
3. Diperlukan adanya pendekatan lain sebagai pendekatan tambahan, misalnya dengan menggunakan pendekatan peneliti kualitatif dan eksperimen untuk memperkaya hasil – hasil penelitian yang relevan.