

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan mulai tanggal 23 Desember 2019, penelitian ini dilakukan di SMP X Batu Malang. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Subyek penelitian diambil dengan cara *Simple random sampling* yang melibatkan subyek sebanyak 75 orang. Skala pengumpulan data yang digunakan adalah skala harga diri dengan skala citra tubuh. Analisis data menggunakan teknik korelasi *Product Moment*, karena data yang didapat menunjukkan hubungan yang normal dan linier. Hasil perhitungan yang didapat dari korelasi *Product Moment* menunjukkan koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,688 dengan $p = 0.000$; ($p < 0.05$). Artinya ada korelasi yang signifikan antara harga diri dengan citra tubuh, jadi hipotesis yang diajukan diterima.

B. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk menguji hubungan antara harga diri dengan citra tubuh. Hasil hipotesis sebelumnya menyatakan bahwa ada hubungan antara harga diri dengan citra tubuh, artinya jika harga diri tinggi maka semakin rendah citra tubuh yang dimiliki seseorang, sebaliknya jika harga diri individu rendah maka semakin tinggi citra tubuh yang dimiliki seseorang. Hasil penelitian menyatakan hipotesis tersebut sesuai atau diterima, hal ini berdasarkan pada hasil dari uraian analisa data dalam penelitian ini yang menyatakan ada korelasi antara harga diri dengan citra tubuh pada siswa perempuan di SMP X Batu Malang. Berdasarkan hasil dari penelitian ini diketahui bahwa penelitian ini diterima, artinya hasil penelitian ini mendukung teori-teori yang telah dikemukakan sebelumnya. Hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan antara harga diri dengan citra tubuh. Hasil yang didapat dengan menggunakan teknik korelasi *Product Moment* menunjukkan koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,688 dengan $p = 0.000$; ($p < 0.05$) yang artinya ada korelasi yang signifikan antara harga diri dengan citra tubuh pada remaja followers selebgram.

Penelitian ini juga mendukung pendapat dari (Rosenberg, 1969) yang mengemukakan bahwa individu yang memiliki harga diri yang tinggi menunjukkan bahwa individu mampu memenuhi beberapa dimensi harga diri yang meliputi: 1) Physical self esteem dimana pada dimensi ini seseorang individu menerima kondisi fisik yang dimiliki secara positif serta bagian-bagian tertentu yang ada pada tubuhnya dengan baik. 2) Social self esteem dimana dalam dimensi ini individu memiliki kemampuan dalam bersosialisasi

serta mampu berinteraksi dengan lingkungannya dengan baik. 3) Performance self esteem dimana dalam dimensi ini individu mampu serta yakin dengan kemampuan akan diri dalam melaksanakan suatu tugas serta dapat mengatasi suatu hambatan dan menyelesaikannya dengan baik.

Harga diri sendiri adalah sikap yang dimiliki individu tentang dirinya sendiri. Dimana individu sangat memperhatikan berbagai hal mengenai dirinya, termasuk siapa dirinya, seberapa positif atau negative seorang individu dalam memandang dirinya serta bagaimana citra yang ditampilkan pada orang lain maupun dalam lingkungannya. Remaja yang memiliki citra tubuh yang positif akan membuat remaja merasa puas terhadap bentuk maupun penampilan fisiknya atau bagian-bagian yang menjadi perhatian.

Hal ini sesuai dengan pendapat Rosenberg (dalam Murk, 2006) menjelaskan bahwa individu yang memiliki harga diri yang tinggi akan merasa dirinya berharga, individu akan aktif serta dapat mengekspresikan diri dengan baik. Dapat menerima kritikan, percaya pada persepsi dan reaksinya sendiri. Sedangkan individu yang memiliki harga diri yang rendah adalah individu merasa malu dan tidak dapat mengekspresikan diri saat berinteraksi dengan orang lain, cenderung pesimis dan kecewa terhadap kemampuan yang dimiliki saat melakukan kegagalan.

Citra tubuh yang positif dan harga diri tinggi pada individu cenderung akan memiliki gambaran tubuh seperti yang mereka harapkan. Sedangkan remaja yang memiliki citra tubuh negative dan harga diri yang rendah akan cenderung membandingkan tubuh serta penampilannya dengan bentuk tubuh yang dianggap ideal. Karena penilaian mengenai citra tubuh individu digambarkan seberapa jauh seseorang merasa puas dengan bagian tubuhnya dan penampilan fisik secara keseluruhan yang mereka miliki (Thompson,2000)

Citra tubuh yang negative merupakan keyakinan seorang individu bahwa bentuk tubuh dan penampilannya tidak memenuhi standart pribadinya, sehingga individu menilai rendah bentuk tubuh dan penampilan fisiknya. Hal ini yang membuat harga diri individu rendah, mengalami kecemasan sosial serta menarik diri dari lingkungan sosialnya. Hal inilah yang membuat citra tubuh pada seseorang adalah hasil dari perbandingan antara standar tubuh yang ideal yang ada di masyarakat dengan pikiran tentang citra tubuh yang dimilikinya. Dimana apabila perbandingan antara citra tubuhnya yang sebenarnya dan citra tubuh ideal semakin kecil, maka individu mempersepsikan tubuhnya secara tepat. Citra tubuh sendiri mempengaruhi kehidupan seseorang, timbulnya harga diri yang rendah menimbulkan

gangguan karena individu berusaha memperbaiki bentuk tubuh dan penampilan fisiknya dengan cara yang salah (Thompson,1996)

Menurut Thompson (2000) bahwa seseorang yang memiliki citra tubuh yang negative akan cenderung memiliki harga diri yang rendah, merasa cemas, kurang percaya diri, serta menarik diri dari lingkungannya dan dapat menyebabkan depresi.

Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan, penelitian yang dilakukan oleh Victoria Nurvita dan Muryantinah Mulyo Handayani (2015) dengan judul “Hubungan Antara Self-esteem dengan Body Image pada remaja awal yang mengalami obesitas”. Subyek penelitian ini berjumlah 41 remaja putri yang berusia 12-15 tahun yang mangalami obesitas. Hasil penelitian ini menunjukkan taraf signifikansi sebesar 0,00 yang berarti H ditolak, artinya terdapat hubungan antara variable self-esteem dan variable body image. Besar koefisien korelasi antar dua variable adalah 0,0855 yang menunjukkan hubungan positif dua variabel. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi self-esteem, maka body image yang dimiliki semakin positif. Dari hasil penelitian ini juga mendukung teori yang telah diungkapkan oleh Cash dan Pruzinsky (2002) bahwa harga diri berperan penting dalam perkembangan citra tubuh yang dimiliki seorang individu.

Penelitian yang dilakukan oleh Yulia Ratnasari, Yunani, Dita Wasthu Prasida (2013) dengan judul “Hubungan Citra Tubuh (Body Image) Dengan Harga Diri Remaja Putri Pada Masa Pubertas Di SMP N 33 Semarang”. Subyek pada penelitian ini adalah remaja putri kelas VII yang sudah menstruasi berjumlah 123 siswi dan sampel penelitian ini berjumlah 94 siswi. Hasil penelitian ini menunjukkan remaja putri pada masa pubertas SMP N 33 Semarang memiliki citra tubuh (body image) positif sebanyak 82 (87,2%) dan harga diri positif sebanyak 84 (89,4%). Hasil uji statistic didapatkan nilai p value = 0,022 ($p < 0,05$) sehingga H_0 diterima, maka ada hubungan antara citra tubuh (Body Image) dengan harga diri remaja putri pada masa pubertas di SMP N 33 Semarang.

Berdasarkan pembahasan diatas, dapat diketahui bahwa harga diri memiliki hubungan yang positif dengan citra tubuh pada remaja. Jika seorang remaja memiliki harga diri yang tinggi maka citra tubuh yang dimilikipun akan positif sebaliknya jika harga diri yang dimiliki remaja rendah maka citra tubuh yang dimiliki remaja akan cenderung negative.