

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Persiapan penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan citra tubuh ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif. Adapun beberapa persiapan yang dilakukan oleh peneliti sebelum melakukan pengambilan data antara lain :

1. Mempersiapkan Alat ukur

Skala yang digunakan dibuat oleh peneliti sendiri, pada penelitian ini adalah skala Citra tubuh dengan menggunakan aspek dari Cash & Pruzinsky (2002).

2. Lokasi penelitian

Penelitian ini dilakukan pada seluruh mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur dari angkatan 2019 – 2023.

3. Subjek penelitian

Teknik pengambilan sampel yang dilakukan adalah *random sampling* dengan karakteristik sebagai berikut :

- a. Mahasiswa Psikologi UMKT
- b. Usia 18 – 25 tahun
- c. Laki – laki dan Perempuan
- d. Bersedia menjadi responden

B. Hasil Uji Coba Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala citra tubuh yang dibuat sendiri oleh peneliti dengan melewati expert judgement dari 4 rater. Setelah skala tersebut dibuat oleh peneliti, kemudian seluruh aitem pernyataan dari skala tersebut diberikan kepada 3 Dosen Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur dan 1 Asisten Dosen untuk melakukan *expert judgement*. *Expert Judgment* dilakukan peneliti dari tanggal 21-22 September 2023, kemudian hasil *expert judgement* dari 4 rater tersebut peneliti lakukan uji validasi isi di dalam *software Microsoft Excel*.

1. Hasil Uji Validitas

Uji validitas menggunakan teknik correct item-total correclation dengan mengambil keputusan berdasarkan uji validitas setiap aitem uji, jika :

- a. Jika r hitung positif dan r hitung $>$ r tabel (0,13), maka variabel tersebut dikatakan valid
- b. Jika r hitung negatif dan r hitung $<$ r tabel (0,13), maka variabel dikatakan tidak valid

Uji validitas pada variabel citra tubuh ini dilakukan sebanyak 2 kali sampai di peroleh aitem yang valid sebanyak 19 aitem. Uji validitas pertama pada variabel citra tubuh terdapat 4 aitem yang gugur. Yaitu aitem 15,17,27,dan 40. Kemudian uji validitas kedua diperoleh semua aitem yang valid terdiri sebanyak 19 aitem yaitu

1,2,4,5,6,8,10,18,19,23,28,29,32,35,44,45,46,49,dan 50.

Berdasarkan hasil uji validitas dengan skala citra tubuh diperoleh bahwa semua aitem valid dengan nilai rata- rata 0,315 – 0,667 dengan rtabel 0,13.

2. Hasil uji Reliabilitas

Dalam menguji realibitasnya sesudah data diuji validitas dan dipilih hanya aitem yang dinyatakan valid saja. Metode yang biasa dipakai dalam pengukuran skala rentang ialah *Cronbach Alpha* dengan berdasar kriteria uji menurut Priyatno (2011) yaitu :

- a. Bila angka *Cronbach Alpha* $> 0,60$ maka reliabilitas instrumennya baik atau disebut reliable .
- b. Bila angka *Cronbach Alpha* $< 0,60$ maka reliabilitas instrumennya tidak reliable .

Tabel 1. Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
Citra Tubuh	0,863	Reliabel

C. Prosedur Pengumpulan Data

Prosedur pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan skala dalam bentuk kertas dan goegle form. Pada penyebarakan skala dalam bentuk kertas peneliti datang langsung ke tempat penelitian, sehingga peneliti berhadapan secara langsung dengan mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. Pengumpulan data di mulai dari tanggal

16 Oktober – 27 Oktober 2023. Peneliti menggunakan teknik pengambilan random sampling dengan karakteristik sebagai berikut:

1. Mahasiswa Psikologi UMKT
2. Usia 18 – 25 tahun
3. Laki – laki dan Perempuan
4. Bersedia menjadi responden

D. Hasil Analisa Data

1. Deskripsi Karakteristik Subjek

Pada penelitian ini terdapat sebanyak 250 mahasiswa yang terdiri dari 102 mahasiswa laki – laki dan 142 mahasiswa perempuan yang menjadi responden dalam penelitian ini. Karakteristik subjek penelitian ini adalah usia, jenis kelamin, dan semester atau angkatan. Perhitungan distribusi frekuensi ini dilakukan dengan software Microsoft Excel sebagai berikut :

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Subjek Penelitian

Karakteristik	N	(%)
Jenis Kelamin		
a) Laki - laki	102	42%
b) perempuan	142	58%
Usia		
a) 18 tahun	29	12%
b) 19 tahun	50	20%
c) 20 tahun	59	24%
d) 21 tahun	50	20%
e) 22 tahun	32	13%
f) 23 tahun	18	7%
g) 24 tahun	5	2%

h) 25 tahun	1	0%
Karakteristik	N	(%)
Semester/Angkatan		
1 (2023)	63	26%
3 (2022)	62	25%
5 (2021)	40	16%
7 (2020)	55	23%
9 (2019)	24	10%

Berdasarkan hasil tabel di atas diketahui bahwa karakteristik responden penelitian ini didominasi jenis kelamin perempuan sebanyak 142 responden (58%) dan jenis kelamin laki – laki sebanyak 102 responden (42%). Berdasarkan rentang usia 18 tahun sebanyak 29 responden (12%), usia 19 tahun sebanyak 50 responden (20%), usia 20 tahun sebanyak 59 (24%), usia 21 tahun sebanyak 50 (20%), usia 22 tahun sebanyak 32 (13%), usia 23 tahun sebanyak 18 (7%), usia 24 tahun sebanyak 5 (2%) dan usia 25 tahun sebanyak 1 (0%). Berdasarkan semester atau angkatan dari angkatan 2023 semester 1 sebanyak 63 responden (26%), angkatan 2022 semester 3 sebanyak 62 responden (25%), angkatan 2020 semester 7 sebanyak 55 responden (23%) dan angkatan 2019 semester 9 sebanyak 24 responden (10%).

2. Hasil Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji Normalitas ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah nilai residual berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas memiliki syarat yaitu apabila nilai signifikansi lebih dari 0,05 ($p > 0,005$) maka data

berdistribusi normal dan jika nilai signifikansi kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) maka tidak berdistribusi normal.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas Citra Tubuh

Variabel	Signifikansi (p)	Keterangan
Citra Tubuh	0,011	Tidak Normal

Berdasarkan tabel diatas signifikansi normalitas yaitu 0,011 ($p < 0,05$) yang menunjukkan distribusi datanya tidak normal.

b. Uji Homogenitas

Peneliti melakukan uji homogenitas setelah melakukan uji normalitas. Uji homogenitas memiliki syarat yaitu apabila nilai signifikansi lebih dari 0,05 ($p > 0,005$) maka kedua varians atau kelompok data tersebut adalah homogen dan jika nilai signifikansi kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) maka tidak homogen.

Tabel 4. Hasil Uji Homogenitas Citra Tubuh

Uji homogenitas Varians			
Citra Tubuh			
Level Statistic	df1	df2	Sig.
1.669	1	242	.198

Berdasarkan tabel 5. uji homogenitas di atas diketahui nilai signifikansi 0,198 ($p > 0,005$) yang menunjukkan bahwa data berdistribusi homogen.

3. Hasil Analisis Data

a. Uji Hipotesis

Independent sampel t-test yang digunakan pada uji hipotesis bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan rata – rata antara laki – laki dan perempuan. Uji *Independent sampel t-test* memiliki syarat yaitu jika nilai signifikansinya lebih 0,05 ($p > 0,005$) maka H_0 diterima dan H_1 ditolak yang berarti tidak adanya perbedaan rata – rata citra tubuh laki – laki dan perempuan, sedangkan jika nilai signifikansinya kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti adanya perbedaan rata – rata citra tubuh laki – laki dan perempuan.

Tabel 5. Uji Sample T-test Independent

Group Statistic						
Citra Tubuh	Jenis kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	
	Laki - laki	102	54,76	6,571	0,651	
Perempuan	142	50,39	5,782	0,485		
<i>Independent Sampel T-test</i>						
Leven's Test for Equality of Variances				t-test for Equality of Means		
		F	Sig.	t	df	Sig (2-tailed)
Total Skor	Equal Variances assumed	1.669	.198	5.508	242	.000
	Equal Variances not assumed			5.394	200.231	.000

Berdasarkan tabel diatas hasil uji *Independent sampel t-test* diketahui nilai signifikansi yaitu 0,000 ($p < 0,05$) yang menunjukkan

terdapat perbedaan antara citra tubuh mahasiswa laki – laki dan perempuan.

b. Deskripsi Kategorisasi Data Hasil Penelitian

Tabel 6. Rumus Mencari 5 Kategori Data

Interval Kecenderungan	Kategori
$X \leq M - 1,5SD$	SANGAT RENDAH
$M - 1,5SD < X \leq M - 0,5SD$	RENDAH
$M - 0,5SD < X \leq M + 0,5SD$	SEDANG
$M + 0,5SD < X \leq M + 1,5SD$	TINGGI
$M + 1,5SD < X$	SANGAT TINGGI

Keterangan :

M : Mean Empirik

SD : Standar Deviasi

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan hasil deskripsi data menggunakan rumus diatas ditetapkan untuk skala citra tubuh dalam penelitian ini terbagi menjadi 5 kategorisasi yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah.

Tabel 7. Kategorisasi Tingkat Citra Tubuh

Skor	Kategori	Jumlah	Presentase
$X \leq 42$	SANGAT RENDAH	9	4%
$42 < X \leq 49$	RENDAH	58	24%
$49 < X \leq 55$	SEDANG	72	30%
$55 < X \leq 62$	TINGGI	105	43%
$X > 62$	SANGAT TINGGI	0	0%
TOTAL		244	100%

Keterangan :

M : Mean Empirik

SD : Standar Deviasi

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan hasil bahwa kriteria pada citra tubuh terdapat 244 sampel, dimana citra tubuh pada kategori tinggi sebesar 43%, untuk kategori sedang sebesar 30%, untuk kategori rendah 24% dan untuk kategori sangat rendah 4%.

Tabel 8. Kategorisasi Tingkat Citra Tubuh Berdasarkan Jenis Kelamin

Citra Tubuh	Jenis Kelamin	Sangat Tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah
	Laki - laki	0	52	28	17	5
Perempuan	0	67	40	29	6	
Total	0	119	68	46	11	

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan hasil bahwa kategorisasi tingkat citra tubuh berdasarkan jenis kelamin bahwa laki – laki berada pada kategorisasi tinggi sebanyak 52 (51%) dan sebanyak 28 (27%) dalam kategorisasi sedang sedangkan perempuan berada kategorisasi tinggi sebanyak 67 (47%) dan sebanyak 40 (28%) dalam kategorisasi sedang.

E. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan citra tubuh ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur . Peneliti mengajukan hipotesis bahwa apakah terdapat perbedaan citra tubuh ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. Berdasarkan hasil uji hipotesis *Independent Sampel T-test* yang dilakukan diperoleh bahwa terdapat perbedaan citra tubuh yang disignifikan antara

mahasiswa laki – laki dan mahasiswa perempuan pada mahasiswa psikologi universitas muhammadiyah Kalimantan Timur. Hal tersebut ditunjukkan dengan signifikansi 0,000 ($p > 0,005$). Laki – laki memperoleh *mean* 54.76 dan perempuan *mean* 50,39 yang berarti laki – laki memiliki citra tubuh yang lebih positif daripada perempuan yang memiliki citra tubuh yang negatif. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Davista (2016) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan citra tubuh antara antara laki – laki dan perempuan, dimana laki-laki mempunyai citra tubuh yang lebih positif dibandingkan dengan perempuan yang mempunyai citra tubuh yang lebih negatif.

Penelitian Saputra & Widayanti (2014) menjelaskan bahwa laki – laki memiliki pikiran yang rasional dibandingkan perempuan yang lebih emosional dan sensitif. Menurut Utami (2014) citra tubuh yang positif membuat orang merasa lebih bersyukur atas apa yang dimilikinya dan tidak akan menyalahkan diri sendiri, menghargai dan merawat tubuhnya dengan baik, serta menerima dirinya sendiri. Dampak citra tubuh yang positif akan mempengaruhi bagaimana seseorang menjalani pola hidup sehat seperti olahraga teratur dan pola makan bergizi (Muklish, 2013).

Pada penelitian ini juga terdapat 5 kategorisasi yakni kategori sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Pada subjek laki – laki didapatkan sebanyak 52 responden (51%) yang dominan berada pada kategori tinggi. Hal ini mengindikasikan kategori tinggi yang diperoleh mahasiswa laki – laki memberikan makna bahwa memiliki kecenderungan citra tubuh

yang positif sehingga memiliki kepuasan dalam memandang tubuhnya sesuai dengan keadaan tubuh yang sebenarnya dan menerima keadaan tubuhnya. Berdasarkan hasil jawaban responden dapat di simpulkan bahwa mahasiswa laki – laki merasa tubuh yang dimiliki tidak ada kekurangan, mahasiswa juga bersyukur dengan tubuhnya saat ini, menganggap tubuhnya sudah atletis dan merasa tubuhnya sudah cukup ideal. Sejalan dengan penelitian Maryam & Ifdil (2019) menyatakan bahwa gambaran citra tubuh yang positif mengindikasikan sikap puas dan kecenderungan tidak mengkhawatirkan tubuh, serta tidak menghindari aktivitas yang memperlihatkan bentuk tubuh. Orang yang puas pada bentuk tubuhnya dapat merasakan kenyamanan dan percaya diri saat di dalam lingkungan sosial (Sari & Suarya, 2018).

Pada karakteristik citra tubuh jenis kelamin perempuan dominan dalam kategori tinggi yaitu 67 responden (47%) namun jika dibandingkan dengan jenis kelamin laki – laki maka memiliki perbedaan. Berdasarkan hasil jawaban responden bahwa mahasiswa perempuan masih merasa kurang puas dengan tubuh yang dimiliki saat ini, merasa masih banyak kekurangan dalam postur tubuhnya seperti tinggi badan dan berat badan, serta merasa belum mencapai dengan idealnya dan keinginanya. Sejalan dengan penelitian Grogan (2021) mendapatkan bahwa sebagian besar wanita merasa tidak puas dengan citra tubuh mereka. Citra tubuh yang negatif inilah yang menimbulkan wanita untuk memperbaiki penampilannya. Pendapat Nourmalita (2016) menerangkan bahwa perempuan meyakini kecantikan itu penting, sehingga banyak permasalahan yang muncul jika cantik secara fisik

namun selalu berusaha tampil lebih cantik, hal ini menyebabkan perempuan banyak mengalami ketidakpuasan terhadap tubuhnya. Secara umum, perempuan lebih kritis dan tidak puas terhadap tubuh secara keseluruhan atau bagian tubuh tertentu dibandingkan laki-laki (Denich & Ifdil, 2015).

Pada penelitian Buser & McLaughlin (2019) menjelaskan penyebab perempuan sering merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya saat ini karena memandang tubuhnya terlalu besar, tidak berpenampilan modis sesuai dengan trend, merasa tidak memiliki hal yang dibanggakan pada bagian tubuh tertentu dan kecenderungan membandingkan – bandingkan tubuhnya dengan orang lain. Kemudian pada penelitian Sari & Suarya (2018) mengungkapkan bahwa salah satu penyebab ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh yaitu individu berusaha menyesuaikan diri dengan konsep citra tubuh atau standar ideal yang diinginkan, seperti bentuk dan ukuran tubuh yang termasuk pada indeks massa tubuh (IMT) normal. Hal tersebut dapat membuat individu merasa minder, cemas, tidak nyaman, khawatir dengan penampilan dan bentuk tubuhnya (Sari & Permatasari, 2016).

Pada penelitian Kurniawati & Suarya (2019) menjelaskan bahwa perempuan lebih mudah cemas dibandingkan laki – laki, sehingga ketika perempuan merasa ada sesuatu yang kurang pada tubuhnya, terlebih jika berat badan bertambah maka perempuan menjadi merasa khawatir dan merasa kurang percaya diri. Individu yang mendapat komentar negatif tentang tubuhnya juga akan berusaha mengubah dirinya seperti merawat tubuhnya, mengikuti diet ketat, dan merias wajah agar terlihat lebih baik (Fauzia &

Rahmiaji, 2019).

Penelitian ini memiliki keterbatasan dan kekurangan diantaranya yaitu peneliti hanya menggunakan subjek dari fakultas psikologi saja sehingga diharapkan peneliti selanjutnya mengambil sampel yang lebih luas. keterbatasan selanjutnya terletak pada proses pengambilan data langsung dimana terdapat beberapa subjek yang kurang serius dalam mengisi skala.