

BAB V

PEMBAHASAN DAN KESIMPULAN

5.1. Pembahasan Hasil Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh citra tubuh terhadap penerimaan diri mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah Teknik *sampling kuota* yaitu pengambilan sampel dari populasi yang mempunyai ciri-ciri tertentu sampai jumlah kuota yang diinginkan terpenuhi. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswi Fakultas Psikologi diambil berdasarkan rumus *Isaac* dan *Michael* dengan taraf kesalahan 5%.

Setelah data terkumpul kemudian dilakukan pengujian untuk analisis data pada setiap skala. Dari analisis data rumusan masalah didapatkan bahwa terdapat pengaruh citra tubuh terhadap penerimaan diri pada mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang dengan nilai sig. $0,000 < 0,05$ yang artinya H_a diterima dan H_0 ditolak. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ridha (2012) mengemukakan bahwa penerimaan diri banyak dipengaruhi oleh citra tubuh yang merupakan budaya dan standar masyarakat mengenai penampilan.

Hasil analisis data uji koefisien determinasi menunjukkan bahwa pengaruh yang disumbangkan oleh variabel citra tubuh terhadap penerimaan diri sebesar 85% ($R^2 = 0,853$) dan 15% lainnya dipengaruhi oleh variabel dan faktor lain diantaranya harga diri seperti penelitian yang dilakukan oleh Hasmalawati (2017) bahwa individu yang memiliki harga diri tinggi dapat menerima diri dan menganggap dirinya lebih dari orang lain walaupun sadar dirinya tidak sempurna.

Analisis skala citra tubuh menunjukkan bahwa citra tubuh mahasiswa Fakultas Psikologi berada pada citra tubuh yang negatif dengan persentase sebesar 52,6% atau 103 individu. Menurut Thompson dan Althabe (dalam Willianto, 2017) Citra tubuh sebagai penilaian mengenai fisik individu seperti ukuran tubuh, berat badan, dan aspek tubuh lain yang berkaitan dengan penampilan. Oleh karena itu, sebanyak 103 individu mengindikasikan bahwa mereka memiliki citra tubuh yang negatif.

Analisis skala penerimaan diri pada mahasiswa Fakultas Psikologi memiliki penerimaan diri yang negatif dengan persentase sebesar 50,5% atau 99 individu. Menurut Hurlock (2011) individu yang dapat beradaptasi dengan baik adalah individu dengan kepribadian sehat. Individu yang memiliki penerimaan diri positif akan mampu memuaskan kebutuhan, minat, serta cita-citanya melalui perilaku yang sesuai dengan harapan masyarakat, sebaliknya jika individu memiliki penerimaan diri yang negatif maka akan sulit dalam memuaskan kebutuhan, minat, serta cita-citanya melalui perilaku yang sesuai dengan harapan masyarakat. Oleh karena itu, sebanyak 99 individu

mengindikasikan bahwa mereka memiliki penerimaan diri yang negatif. Melihat dari teori Hurlock (2011) di atas dapat dikatakan bahwa mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang memiliki penerimaan diri yang negatif yang akan sulit dalam memuaskan kebutuhan, minat, serta cita-citanya melalui perilaku yang sesuai dengan harapan masyarakat. Menurut Hasmalawati (2017) jika seseorang memiliki citra tubuh positif, maka individu akan memiliki penerimaan diri yang positif dan sebaliknya jika individu memiliki citra tubuh negatif maka individu akan memiliki penerimaan diri yang negatif pula. Melihat teori di atas mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang memiliki citra tubuh yang negatif dan penerimaan diri yang negatif sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh citra tubuh terhadap penerimaan diri mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang.

Analisis skala citra tubuh dan penerimaan diri berada dalam kategori positif, hal ini sesuai dengan pernyataan Hasmalawati (2017) bahwa citra tubuh yang baik akan berdampak pada penerimaan diri yang baik pula.

5.2. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data di atas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh citra tubuh terhadap penerimaan diri mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang, dibuktikan dengan nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$, hipotesis dalam penelitian ini H_a diterima dan H_0 ditolak.

5.3. Saran

a. Bagi Mahasiswi

Dalam penelitian ini sebaiknya mahasiswi dapat meningkatkan penerimaan diri dengan segala karakteristik mengenai pemahaman diri yang dimiliki. Bisa lebih memahami tugas perkembangannya sehingga siap dalam menghadapi perubahan fisik. Mahasiswi tidak perlu merasa cemas dengan perubahan fisik karena itu adalah hal yang wajar.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dalam penelitian ini peneliti sadar bahwa banyak kekurangan dalam proses penelitian. Bagi peneliti selanjutnya yang akan melaksanakan penelitian dengan fenomena yang sama sebaiknya mengkaji kembali serta memperdalam lagi perihal fenomena yang akan diteliti. Dalam pengukuran sebaiknya menggunakan alat ukur serta teori yang lebih tepat sehingga mampu mengukur lebih dalam dan tepat mengenai hal yang akan diukur.

Untuk penelitian selanjutnya disarankan agar meneliti serta menganalisa pengaruh dari variabel lain selain variabel yang sudah dijelaskan di atas. Selain itu, disarankan kepada penelitian selanjutnya yang akan melakukan penelitian di sebuah instansi agar menggunakan kuesioner secara *offline*, hal ini dipertimbangkan agar semua sampel dapat terpenuhi serta menghindari hal-hal yang tidak diinginkan seperti terjadinya *error system* apabila peneliti selanjutnya ingin menggunakan kuesioner secara *online*.