

BAB V

PEMBAHASAN

Dalam bab V ini peneliti menjelaskan tentang hasil yang telah didapatkan dari penelitian di lucky fit club kota Kediri. Berdasarkan hasil olah data yang telah dilakukan oleh peneliti, disini peneliti akan memaparkan hasil penelitian dengan membandingkan hasil penelitian dengan teori yang digunakan oleh peneliti. Penelitian ini berjudul “Pengaruh *Self Obejctification* dan *Body Shaming* Terhadap Konsep Diri Pada Perempuan D Gym Lucky Fit Club Kota Kediri”. Dari hasil penelitian didapatkan 80 sampel dari 100 member pada gym lucky fit club yang merupakan populasi penelitian ini, peneliti mendapatkan temuan-temuan berikut guna menjawab rumusan masalah yang telah diajukan dalam penelitian ini

A. Pengaruh Self Objectification Terhadap Konsep Diri Pada Perempuan Di Gym Lucky Fit Club Kota Kediri.

Berdasarkan hasil olah data yang dilakukan menggunakan program *SPSS 26.0 for windows*, didapatkan hasil berupa nilai Sig. (0,00) < Alpha (0,05). Hal tersebut menyatakan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak, yang berarti terdapat pengaruh antara *self objectification* dan konsep diri pada perempuan di gym lucky fit club kota Kediri. Selain itu juga didapatkan nilai R sebesar 0,462 dan nilai R Square sebesar 0,214 yang bermakna bahwa pengaruh *self objectification* terhadap konsep diri pada perempuan di gym lucky fit club kota kediri sebesar 21,4%.

Menurut McKinley & Hyde *Self Objectification* (objektifikasi diri) menentukan bahwa individu adalah pusat untuk melihat dan menilai tubuhnya,

mengajarkan standar masyarakat yang ada seolah-olah itu berasal dari dirinya sendiri, dan menghadapi standar yang bertentangan dengan fakta yang ada⁶². Selain McKinley & Hyde tokoh lain juga berpendapat tentang *Self Objectification* salah satunya yaitu Fredrickson dan Robert, menurutnya *Self Objectification* merupakan penilaian terhadap tubuh yang menekankan pada aspek penampilan fisik yang tampak (seperti warna kulit, ukuran tubuh) daripada menekankan aspek kompetensi fisik yang tidak tampak (seperti kesehatan, dan stamina).⁶³ Dengan kata lain perasaan *self objectification* seseorang, berarti individu tersebut tertarik pada penampilan untuk menentukan kualitasnya. Kesimpulannya objektifikasi diri adalah perasaan yang muncul dari diri seseorang karena faktor lingkungannya yang membuat seseorang tersebut tidak memiliki kepercayaan terhadap diri sendiri. Konsep diri seseorang ditentukan oleh lingkungan yang ia tinggali, jika lingkungan tersebut positif akan berdampak positif juga contohnya; akan lebih memiliki sifat percaya diri, optimis, dan masih banyak sifat positif yang lain. Apabila yang diberikan lingkungan itu negatif maka hasilnya juga akan negatif salah satu contohnya kita akan merasakan *self objectification*, dengan merasa diri kita buruk jika tidak sama dengan standart yang ada di lingkungan yang kita tinggali.

⁶² Syita astila, dkk. "Hubungan antara Self-Compassion dengan Self-Objectification Pada Remaja Pengguna Instagram di Makassar", *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, Vol. 1 No. 1 Juni 2021, Hal. 56

⁶³ Fredrickson, B. L., & Roberts, T. A. (1997). "Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks", *Psychology of women quaterly*, 21(2), 175

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chiara Rollero, dan Norma De Poiccoli yang berjudul “*self objectification and personal values. An exploratory study*” hasil yang dipaparkan oleh penelitian ini adalah dalam nilai diri di paparkan beberapa aspek yaitu (peningkatan diri, konservasi, trandensi, dan keterbukaan terhadap perubahan), metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisi regresi. Analisi regresi menunjukkan bahwa pengaruh self objectification terhadap peningkatan diri sama tingginya terhadap laki-laki maupun perempuan, sedangkan aspek konservasi hanya tigggi pada perempuan, ini menunjukkan bahwa perempuan lebih menjaga dan mengawasi dirinya sendiri (*body surveillance*), aspek selanjutnya trendensi diri lebih tinggi pengaruhiya daripada lai-laki dari pada perempuan, dan aspek terakhir keterbukaan terhadap perubahan lebih tinggi pengaruhnya terhadap perempuan disbanding laki-laki⁶⁴.

Meskipun penlitian diatas sejalan dengan penelitian ini, keduanya tetap memiliki perbedaan yaitu pada variabel konsep diri dan nilai diri. Konsep diri adalah konsep diri adalah sikap yang mendukung cara pandangan dan penilaian diri sendiri pada masa sekarang, masa lalu dan masa depan.⁶⁵ Sedangkan nilai diri seperangkat nilai-nilai dasar ada pada dri yang diakui disemua masyarakat dan disusun menjadi suatu sistem yang bersangkut paut yang mendasari sikap

⁶⁴ Chiara Rollero and Norma De Piccoli “self objectification and personal values an exploratory study“ *Jurnal Empirical Study*, 2017. Vol.08. No.1055. Hal.1

⁶⁵ Pamela Felita, dkk.”Pemakaian Media Sosial Dan Self Konsep Pada Remaja” *Jurnal Ilmiah Psikologi MANASA*. 2016, Vol. 5, No. 1, Hal.33

dan perilaku⁶⁶. Tetapi jika di pelajari lebih lanjut mereka saling berhubungan satu sama lain.

B. Pengaruh Body Shaming Terhadap Konsep Diri Pada Perempuan Di Gym Lucky Fit Club Kota Kediri.

Berdasarkan hasil olah data yang dilakukan menggunakan program *SPSS 26.0 for windows*, didapatkan hasil berupa nilai Sig. (0,03) < Alpha (0,05). Hal tersebut menyatakan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak, yang berarti terdapat pengaruh antara *body shaming* terhadap konsep diri pada perempuan di gym lucky fit club kota Kediri. Selain itu juga didapatkan nilai R sebesar 0,325 dan nilai R Square sebesar 0,105 yang bermakna bahwa pengaruh *body shaming* terhadap konsep diri pada perempuan di gym lucky fit club kota Kediri sebesar 10,5%.

Gilbert & evans (dalam Sumi Lestari) mendefinisikan *body shaming* sebagai sikap, perilaku, atau komentar penampilan terhadap diri sendiri maupun orang lain, hal-hal yang menjadi komentar diantaranya berat badan, tinggi badan, dan hal-hal yang menyangkut fisik seseorang. Sama halnya dengan gilbert & evans, Fredricson dan Robert juga menjelaskan bahwa *body shaming* merupakan suatu bentuk perilaku yang menilai penampilan diri sendiri dan orang lain terhadap internalisasi standar kecantikan yang ideal.⁶⁷ Selain itu Evans menjelaskan bahwa efek dari *body shaming* adalah mereka

⁶⁶ Chiara Rollero and Norma De Piccoli "self objectification and personal values an exploratory study" Hal.2

⁶⁷ Sumi Lestari, "Bullying or Body Shaming? Young Women in Patient Body Dysmorphic Disorder" *Philanthropy Journal of Psychology*. Vol 3 Nomor 1, hal. 60

menjadi depresi, merasa tertekan oleh lingkungan yang dirasa tidak menerima keberadaannya karena bentuk dan ukuran tubuhnya yang berlebih atau tidak sesuai standart ideal masyarakat. Konsep diri seseorang akan rendah jika berada dalam lingkungan yang dipenuhi dengan perilaku body shaming. Kembali dengan pengertian dari konsep diri adalah sikap yang mendukung cara pandangan dan penilaian diri sendiri pada masa sekarang, masa lalu dan masa depan melalui lingkungannya. Di sisi lain menurut Roger, konsep diri adalah kumpulan kesadaran diri sebagai “aku” konsep diri terdiri dari unsur-unsur seperti persepsi dan konsep tentang hubungan diri dengan individu, orang lain dan lingkungan.⁶⁸ Dengan begitu jika lingkungan yang dipenuhi oleh perilaku body shaming maka akan terjadi konsep diri yang negatif.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Celine Pricilia, dkk yang berjudul “*Pengaruh Bodily Shame di iInstagram terhadap konsep diri remaja perempuan*” dalam hasil penelitiannya menyebutkan bahwa bodily shame mempengaruhi konsep diri remaja perempuan, pengaruh yang diberikan tergolong dalam kategori lemah. Meskipun remaja mendapatkan body shame dikolom komentarnya dan remaja tersebut cenderung khawatir akan pendapat orang lain tetapi dengan demikian onsep diri remaja tetap positif.⁶⁹ Sama halnya dengan dengan penelitian ini di jabaran bahwa presentase pengaruh terhadap konsep diri sebesar 10.5% dan itu termasuk golongan rendah. Jadi body shaming bukan satu-satunya penyebab rendahnya konsep diri seseorang.

⁶⁸ Pamela Felita, dkk.”Pemakaian Media Sosial Dan Self Konsep Pada Remaja” Jurnal Ilmiah Psikologi MANASA. 2016, Vol. 5, No. 1, Hal.33

⁶⁹ Celine Pricilia, dkk. “pengaruh boidly shame di instagram teradap konsep diri reaja perempuan” *jurnal E-Komunikasi* Vol.7,No.2, (2019). Hal 1-2

Adapun selain body shaming kepercayaan diri, tuntutan orang tua, pola asuh, dan lingkungan.

C. Pengaruh Self Obejctification dan Body Shaming Terhadap Konsep Diri Pada Perempuan Di Gym Lucky Fit Club Kota Kediri.

Berdasarkan hasil olah data yang dilakukan menggunakan program *SPSS 26.0 for windows*, didapatkan hasil berupa nilai Sig. (0,00) < Alpha (0,05). Hal tersebut menyatakan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak, yang berarti terdapat pengaruh antara *self objectification* dan *body shaming* terhadap konsep diri pada perempuan di gym lucky fit club kota Kediri. Selain itu juga didapatkan nilai R sebesar 0,588 dan nilai R Square sebesar 0,345 yang bermakna bahwa pengaruh *self objectification* dan *body shaming* terhadap konsep diri pada perempuan di gym lucky fit club kota Kediri sebesar 34,5%. Yang artinya *self objectification* dan *body shaming* memberikan sumbangan sebesar 34,5 % dan sisanya 65,5% dipengaruhi oleh faktor lain.

Jersild menjelaskan bahwa konsep diri merupakan sikap yang mendukung cara pandangan dan penilaian diri sendiri pada masa sekarang, masa lalu dan masa depan.⁷⁰ Pandangan diri baik atau buruk, negatif atau positif tergantung cara pandang seseorang tersebut terhadap diri sendiri dari penelitian diatas dipaparkan beberapa faktor yang mempengaruhi konsep diri diantaranya *self objectification* dan *body shaming*. Menurut McKinley & Hyde

⁷⁰ Pamela Felita, dkk. "Pemakaian Media Sosial Dan Self Konsep Pada Remaja" Jurnal Ilmiah Psikologi MANASA. 2016, Vol. 5, No. 1, Hal.33

Self Objectification (objektifikasi diri) menentukan bahwa individu adalah pusat untuk melihat dan menilai tubuhnya, mengajarkan standar masyarakat yang ada seolah-olah itu berasal dari dirinya sendiri, dan menghadapi standar yang bertentangan dengan fakta yang ada⁷¹. Gilbert & Evans (dalam Sumi Lestari) mendefinisikan *body shaming* sebagai sikap, perilaku, atau komentar penampilan terhadap diri sendiri maupun orang lain, hal-hal yang menyangkut fisik seseorang, terhadap internalisasi standar kecantikan yang ideal.⁷² Dari dua faktor yang telah di jelaskan di atas mempunyai dampak yang negatif terhadap konsep diri, jika seseorang mendapatkan *self objectification* dan *body shaming* di lingkungannya akan merubah cara pandang negatif terhadap diri sendiri

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Putri Shania dan Ratna Jatnika dengan judul “Gambaran *Self-Concept* pada Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran yang Pernah Mengalami Body Shame”. Penelitian yang dilakukan dengan menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif tersebut menunjukkan sebanyak 63% mahasiswi di Universitas Padjadjaran pernah mengalami *body shaming* yang masuk ke dalam kategori sedang dan sebanyak 27% mahasiswi mengalami *body shaming* yang masuk ke dalam kategori tinggi berdasarkan frekuensi terjadinya *body shaming*.⁷³ Sebanyak 10,5% mahasiswi yang

⁷¹ Syita Astila, dkk. “Hubungan antara Self-Compassion dengan Self-Objectification Pada Remaja Pengguna Instagram di Makassar”, *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, Vol. 1 No. 1 Juni 2021, Hal. 56

⁷² Sumi Lestari, “Bullying or Body Shaming? Young Women in Patient Body Dysmorphic Disorder” *Philanthropy Journal of Psychology*. Vol 3 Nomor 1, hal. 60

⁷³ Ristianto, Putri Shania Maulidia & Ratna Jatnika, “Gambaran Self-Concept pada Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran yang Pernah Mengalami Body Shame (Description of Self-Concept in Students of the Faculty of Psychology, Padjadjaran University Who Have Experienced Body Shame)” *Kajian Psikologi dan Kesehatan Mental (KPKM)*, 1(2), 2023, h. 87-95

mengalami *body shaming* menunjukkan konsep diri yang rendah yang menunjukkan bahwa pengalaman *body shaming* memberikan pengaruh terhadap konsep dirinya.

Penelitian lain menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *self objectification* dan *self compassion*. Penelitian yang dilakukan oleh Syita Astila, dkk, dengan judul “Hubungan antara Self-Compassion dengan Self-Objectification Pada Remaja Pengguna Instagram di Makassar” menunjukkan semakin tinggi *self objectification* pada seseorang, maka semakin rendah konsep diri yang dimilikinya.⁷⁴ Penelitian yang dilakukan oleh Astila ini mendukung temuan dalam penelitian ini dimana *self compassion* yang tinggi akan membentuk konsep diri yang matang sehingga akan menjadikan individu yang positif.⁷⁵ Dengan demikian, *self objectification* yang dimiliki seseorang juga berpengaruh pada konsep diri yang terbentuk.

Dalam penelitian ini didapatkan temuan baru dimana ada pengaruh antara tiga variabel yaitu *self objectification*, *body shaming*, dan konsep diri. *Self objectification* dan *body shaming* secara bersamaan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap konsep diri yang artinya semakin tinggi *self objectification* dan *body shaming* yang dimiliki oleh seseorang maka semakin rendah konsep diri yang dimilikinya. Penelitian serupa yang dilakukan oleh Nur Izzati dapat mendukung temuan baru yang didapatkan oleh Peneliti dalam penelitian ini dimana *body shaming* menjadi mediator antara *self*

⁷⁴ Astila, Syifa, dkk, “Hubungan antara Self-Compassion dengan Self-Objectification Pada Remaja Pengguna Instagram di Makassar” *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 1(1), 2021, h. 61.

⁷⁵ Athalla, Dela, dkk, “Pengaruh Self Compassion dan Penyesuaian Diri terhadap Konsep Diri Remaja di Kabupaten Seluma” *Journal of Islamic Guidance and Counselling*, 2(3), 2023, h. 366.

objectification dan kepercayaan diri yang artinya *self objectification* pada individu akan mempengaruhi kepercayaan dirinya jika terjadi *body shaming* di saat yang bersamaan.⁷⁶ Novita menjelaskan bahwa konsep diri yang negatif dapat menyebabkan individu mengembangkan rasa ketidakpercayaan pada dirinya sehingga dapat menghambat aktivitas sosial yang dilakukan oleh individu tersebut.⁷⁷ Individu yang memiliki kepercayaan diri yang rendah akan menunjukkan sikap yang minder dan merasa dirinya tidak layak dikarenakan konsep diri yang negatif, dan sebaliknya konsep diri yang positif akan mempengaruhi kepercayaan diri yang tinggi. Hal tersebut sejalan dengan penelitian ini bahwa konsep diri yang terbentuk pada seseorang dapat dipengaruhi oleh *self objectification* dan *body shaming*. Penelitian ini menambah kajian baru dalam pembentukan konsep diri sebagaimana yang telah disebutkan Peneliti dari penelitian-penelitian sebelumnya bahwa *self objectification* dan *body shaming* masing-masing memiliki pengaruh yang signifikan terhadap konsep diri, pada penelitian ini ditemukan bahwa secara bersamaan, kedua variabel tersebut secara bersama-sama juga mempengaruhi pembentukan konsep diri pada individu.

Dalam penelitian yang berjudul “*peran pola asuh orang tua dalam membentuk konsep diri pada anak*” oleh afida korna dan avisa afiory dijelaskan bahwa pola asuh orang tua sangat perlu untuk dipelajari apalagi dipahami oleh

⁷⁶ Masrifah, Nur Izzatul, “Pengaruh Self Objectification dan Body Shaming terhadap Kepercayaan Diri pada Mahasiswi Fakultas Ekonomi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang”, *Undergraduate Thesis UIN Maulana Malik Ibrahim*, 2020, h. 70-71.

⁷⁷ Novita, Lina & Sumiarsih “Pengaruh Konsep Diri terhadap Kepercayaan Diri Siswa”, *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran Guru Sekolah Dasar (JPPGuseda)*, 4(2), 2021, h.93

orang tua dimanapun berada, karena sangat mempengaruhi bentuk konsep diri sang anak. Didikan yang positif, seperti diarahkan, diberi pengertian, dinasehatkan hingga anak bisa memperbaiki kesalahannya, memungkinkan terbentuknya pembawaan/konsep yang positif pada anak.⁷⁸

⁷⁸ Korna, afida dan avisa afiory, “*peran pola asuh orang tua dalam membentuk konsep diri pada anak*” *jurnal psikologi talenta*, vol.6 no.1, 2020, (hal.1)