

HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DAN KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF DENGAN CITRA TUBUH PADA PEREMPUAN YANG MELAKUKAN PERAWATAN DI KLINIK KECANTIKAN

Benidha Roos Feri Nisa

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA, email: Benidhanisa@mhs.unesa.ac.id

Diana Rahmasari

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA, email: dianarahmasari@unesa.ac.id

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara harga diri dan kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh pada perempuan yang melakukan perawatan di klinik kecantikan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan metode pengumpulan data berupa kuesioner. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah perempuan yang melakukan perawatan di klinik kecantikan yang berjumlah 100 orang dengan 30 orang digunakan untuk uji coba dan 70 orang untuk penelitian. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data menggunakan skala harga diri, skala kesejahteraan subjektif dan skala citra tubuh. Jenis instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *likert*. Teknik analisis data dari penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi berganda. Hasil analisis data menunjukkan hubungan yang sedang antara kedua variabel bebas dengan variabel terikat. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara harga diri dan kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh pada perempuan yang melakukan perawatan di klinik kecantikan.

Kata Kunci: harga diri, kesejahteraan subjektif, citra tubuh

Abstract

The purpose of this study was to determine the relationship between self esteem and subjective well being with body image of women customer in beauty clinic. This study uses a quantitative method with a method of collecting data in the form of a questionnaire in women customer in beauty clinic which amounted to 100 people who were selected using population sampling techniques with 30 people used for trials and 70 people for main research. The instrument used to collect data is the scale of self esteem, subjective well being scale, and body image scale. The instrument used in this study is the Likert scale. Data analysis techniques from this study used multiple regression analysis techniques. The results of the data analysis showed a low correlation between the three variables with a coefficient's correlation of 0.417 and with a significance value of 0.002 ($p < 0.05$) and was reportedly have a positive relation or as the same direction. This result showed that there is a significant relationship between self esteem and subjective well being with body image of women customer in beauty clinic.

Keywords: self esteem, subjective well being, body image

PENDAHULUAN

Penampilan dianggap penting dan utama bagi seorang perempuan. Perempuan sering membandingkan penampilan fisik khususnya bentuk tubuh dirinya dengan tubuh perempuan lain yang dianggap lebih menarik. Munculnya pandangan negatif perempuan pada dirinya disebabkan banyak perempuan yang merasa tidak puas dengan tubuhnya terutama dengan ukuran tubuh, kecantikan, dan berat badan (Sunartio, Sukanto, & Dianovinina, 2011). Selain itu, banyaknya tuntutan pada perempuan seperti mendapatkan pasangan hidup, mencari pekerjaan, menikah, dan menjadi seorang ibu memberikan tuntutan untuk tampil lebih cantik dan menarik (Sari, 2012).

Beberapa upaya dilakukan oleh perempuan untuk meningkatkan kepuasan pada penampilan fisiknya. Salah satu upaya dengan melakukan perawatan kecantikan agar mendapatkan wajah cantik yang

mereka inginkan. Munculnya banyak klinik kecantikan merupakan fenomena yang menjawab kebutuhan perempuan tampil cantik. Larissa Aesthetic Center merupakan klinik kecantikan yang banyak dikunjungi oleh perempuan remaja hingga dewasa.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan, tujuh responden mengatakan bahwa bidang pekerjaan dan lingkungan sosialnya menuntut responden untuk tampil lebih cantik dan menarik, selain itu responden seringkali membandingkan tubuhnya dengan tubuh perempuan lain, merasa tidak percaya diri ketika berhadapan dengan perempuan yang dianggap lebih cantik. Awalnya, responden hanya mengikuti saran dari teman sebaya untuk melakukan perawatan di klinik kecantikan, namun setelah melakukan secara rutin, responden menyadari perubahan pada dirinya menjadi lebih positif, lebih menerima diri pada kondisi sekarang, lebih bahagia, dan merasa puas dengan dirinya sendiri. Mengacu pada hasil studi pendahuluan

tersebut, perempuan melakukan perawatan di klinik kecantikan karena memiliki citra tubuh yang negatif, sehingga beberapa orang melakukan perawatan di klinik kecantikan dengan tujuan untuk meningkatkan citra tubuh pada dirinya.

Ketidakpuasan perempuan terhadap keadaan tubuhnya biasa disebut dengan citra tubuh negatif (Cash, 2000). Menurut Seawell dan Burg (2005) *body image* atau citra tubuh merupakan sebuah konstruk berbagai dimensi yang terdiri dari persepsi, kognisi, emosi, dan perilaku yang berkaitan dengan atribut fisik. Beberapa dimensi tersebut mendeskripsikan cara seseorang dalam berpikir, merasakan, serta berperilaku berdasarkan pengalaman yang dapat mempengaruhi persepsi seseorang terhadap penampilan fisiknya.

Enam responden mengatakan pernah mencoba untuk berhenti melakukan perawatan di klinik kecantikan. Setelah berhenti melakukan perawatan, keenam responden merasa menjadi individu yang mudah khawatir dengan kondisi fisiknya, mudah sedih, merasa tidak aman, tidak nyaman, dan mudah tersinggung apabila teman atau pasangan sedang membicarakan topik mengenai penampilan fisik. Lebih lanjut, ketika tidak menggunakan produk perawatan kecantikan dalam waktu lama maka responden kurang percaya diri, dan merasa wajahnya kurang menarik. Keseluruhan kondisi yang dialami responden ini merupakan bagian dari evaluasi diri yang negatif. Penelitian yang dilakukan oleh Nurvita dan Handayani (2015) juga menjelaskan bahwa tingginya evaluasi yang negatif terhadap perempuan merupakan cerminan dari harga diri yang rendah.

Grogan (2008) mengatakan bahwa ketidakpuasan bentuk tubuh terjadi jika individu memiliki perasaan negatif pada tubuhnya, sehingga membuat individu merasa memiliki bentuk tubuh dan penampilannya tidak sesuai dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan sosialnya. Terdapat 4 faktor yang mempengaruhi citra tubuh antara lain sosialisasi kebudayaan, pengalaman interpersonal, karakteristik fisik, dan faktor kepribadian. Pada faktor kepribadian, menurut Cash & Pruzinsky (2002) harga diri merupakan faktor yang sangat penting terkait dengan perkembangan citra tubuh. Harga diri yang positif akan memfasilitasi kepercayaan dan kenyamanan sosial, sedangkan harga diri yang negatif akan memunculkan rasa kurang percaya diri, hambatan dan kecemasan sosial.

Tujuh responden mengatakan pernah mencoba untuk berhenti melakukan perawatan di klinik kecantikan. Setelah berhenti melakukan perawatan, keseluruhan responden merasa menjadi individu yang mudah khawatir dengan kondisi fisiknya, mudah sedih,

merasa tidak aman, tidak nyaman, dan mudah tersinggung apabila teman atau pasangan sedang membicarakan topik mengenai penampilan fisik. Lebih lanjut, ketika tidak menggunakan produk perawatan kecantikan dalam waktu lama maka responden kurang percaya diri, dan merasa wajahnya kurang menarik. Keseluruhan kondisi yang dialami responden ini merupakan bagian dari evaluasi diri yang negatif. Penelitian yang dilakukan oleh Nurvita dan Handayani (2015) juga menjelaskan bahwa tingginya evaluasi yang negatif terhadap perempuan merupakan cerminan dari harga diri yang rendah.

Menurut Cobb (2000) *self esteem* atau harga diri adalah evaluasi yang berisi penilaian positif maupun negatif tentang diri mereka sendiri. Cash (2002) mengatakan harga diri merupakan hal yang sangat penting terkait dengan perkembangan citra tubuh dan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kepribadian. Individu yang memiliki harga diri yang tinggi akan mengembangkan evaluasi yang positif terhadap tubuhnya, sebaliknya individu yang memiliki harga diri yang rendah akan meningkatkan citra tubuh yang negatif.

Keseluruhan responden mengatakan bahwa banyak keuntungan yang didapatkan ketika melakukan perawatan di klinik kecantikan dibandingkan dengan melakukan perawatan secara mandiri. Keuntungan yang didapatkan antara lain penggunaan *skincare* di klinik kecantikan lebih terkontrol dan diawasi oleh tenaga profesional, perubahan yang didapatkan tidak membutuhkan waktu yang lama, produk yang dipakai sangat spesifik untuk satu jenis kulit saja. Hal tersebut menyebabkan responden mendapatkan perubahan yang signifikan sehingga membuat responden menjadi lebih puas dengan dirinya, lebih merasa percaya diri. Responden juga mengatakan bahwa dirinya merasa memiliki kualitas diri yang setara dengan perempuan lain, merasa berharga dan memandang lebih positif. Persepsi responden terhadap tubuhnya merupakan sebuah bentuk harga diri. Responden yang melakukan perawatan di klinik kecantikan merasa memiliki harga diri yang lebih tinggi dibandingkan ketika mereka melakukan perawatan kecantikan secara mandiri.

Individu yang memiliki harga diri yang tinggi akan mengembangkan evaluasi yang positif terhadap tubuhnya. Harga diri yang tinggi menandakan bahwa individu dapat menilai, menerima, dan menghargai apapun yang ada pada dirinya, sehingga akan menimbulkan kepuasan dalam dirinya termasuk melihat gambaran tubuhnya, namun sebaliknya individu yang memiliki harga diri yang rendah akan meningkatkan citra tubuh yang negatif. Hal tersebut dapat menjadikan individu tidak percaya diri dengan

bentuk tubuhnya. Harga diri yang rendah menandakan bahwa seseorang belum dapat menilai, menerima, dan menghargai apa yang ada pada dirinya, sehingga akan memunculkan pemikiran negatif tentang tubuhnya (Cash & Pruzinsky, 2002). Lebih lanjut Michener & DeLamater (dalam Sari, 2012) mengatakan individu diharapkan memiliki harga diri tinggi karena individu dengan harga diri tinggi akan mampu bersikap terbuka dan memiliki kepercayaan diri terhadap dirinya. Individu yang memiliki harga diri tinggi juga berarti memandang dirinya secara positif dan sadar akan kelebihan-kelebihan yang dimilikinya sehingga dapat memandang kelebihan-kelebihan tersebut lebih penting daripada kelemahannya.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan, kondisi ketika berhenti melakukan perawatan kecantikan membuat responden merasakan ketidakpuasan dalam hidupnya dan memiliki suasana hati serta emosi negatif yang berujung pada ketidakbahagiaan. Akibatnya responden menilai tubuhnya sebagai hal yang buruk dibandingkan dengan orang lain. Sari (2012) mengatakan bahwa suasana hati dan emosi yang negatif akan timbul menjadi perasaan mudah bersalah yang membuat perempuan tidak nyaman dan tidak bisa menikmati hidup dengan tenang. Hal tersebut sejalan dalam konsep *subjective well-being* atau kesejahteraan subjektif.

Menurut Compton (2005) kesejahteraan subjektif merupakan evaluasi seseorang terhadap pengalaman hidupnya, yang terdiri dari evaluasi kognitif dan afeksi dalam kesejahteraan psikologis. Perempuan yang memiliki kesejahteraan subjektif akan mampu mengontrol emosi dan menghadapi berbagai peristiwa dalam hidup dengan lebih baik. Sebaliknya, individu dengan kesejahteraan subjektif yang rendah cenderung tidak dapat mengontrol emosi dan memiliki penyelesaian masalah yang kurang baik (Diener, 2005). Kesejahteraan subjektif yang tinggi akan memfasilitasi individu menjadi seseorang yang memiliki kepuasan hidup dan kenyamanan sosial, sehingga hal tersebut akan berpengaruh terhadap citra tubuh yang tinggi pada individu. Sebaliknya kesejahteraan subjektif yang rendah akan berdampak pada suasana hati dan kondisi emosi yang tidak stabil serta ketidakpuasan pada tubuh individu (Sunartio, Sukanto, & Dianovinina, 2011).

Berdasarkan penjelasan pada studi pendahuluan, harga diri yang rendah dan kesejahteraan subjektif yang rendah berpengaruh pada citra tubuhnya, sehingga hal tersebut menarik untuk diteliti. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan tujuan untuk mencari hubungan antara harga diri dan kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh pada

perempuan yang melakukan perawatan di klinik kecantikan.

METODE

Pada penelitian ini, menggunakan jenis penelitian dengan metode kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran data yang diperoleh dan penampilan hasilnya (Arikunto, 2010). Berdasarkan analisis data, metode penelitian ini menggunakan analisis data korelasional, yang mengacu pada pencarian hubungan antar variabel dalam penelitian dan bertujuan untuk meneliti sejauh mana variabel satu berkaitan dengan faktor pada variabel lainnya (Arikunto, 2010).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui secara keseluruhan adanya hubungan antara harga diri dan kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh pada perempuan yang melakukan perawatan di klinik kecantikan. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 70 perempuan yang melakukan perawatan di klinik kecantikan. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan uji regresi berganda.

HASIL PENELITIAN

Data penelitian yang telah didapatkan kemudian diolah dengan menggunakan *descriptive statistics*. Data statistik tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1
Descriptive statistics

	<i>N</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>
Harga Diri	70	100	127	114,81	5,814
Kesejahteraan Subjektif	70	111	139	126,43	6,593
Citra Tubuh	70	85	105	95,36	4,709

Berdasarkan tabel statistik deskriptif yang telah dipaparkan diatas, dapat diketahui bahwa penelitian ini melibatkan subjek 70 perempuan yang ditunjukkan dengan N=70. Nilai rata-rata untuk variabel harga diri 114,81 dan nilai terendah sebesar 100 serta standar deviasi sebesar 5,814. Variabel kesejahteraan subjektif memiliki nilai rata-rata sebesar 126,43 dan nilai terendah sebesar 111 serta standar deviasi sebesar 6,593. Variabel citra tubuh memiliki nilai rata-rata 95,36 dan nilai terendah 85 serta memiliki nilai standar deviasi sebesar 4,709.

Setelah melakukan penilaian statistik deskriptif, uji yang dilakukan adalah uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinieritas, uji heterokedasdisitas, dan uji autokorelasi. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang

diperoleh berdistribusi normal atau tidak pada setiap variabel yang digunakan. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan *Test of Normality Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan program *SPSS 24.0 for windows*. Data dapat dikatakan berdistribusi normal jika memiliki nilai signifikan lebih dari 0,05 ($p > 0,05$) dan sebaliknya data dikatakan tidak berdistribusi normal jika kurang dari 0,05 ($p < 0,05$). Berikut hasil dari uji normalitas variabel harga diri, variabel kesejahteraan subjektif, dan variabel citra tubuh sebagai berikut:

Tabel 2
Hasil Uji Normalitas Data

Variabel	Nilai Signifikansi	Keterangan
Harga Diri	0,200	Data berdistribusi normal
Kesejahteraan Subjektif	0,200	Data berdistribusi normal
Citra Tubuh	0,200	Data berdistribusi normal

Berdasarkan hasil tabel diatas, menunjukkan bahwa nilai signifikansi dari uji *kolmogorov-smirnov* variabel harga diri, variabel kesejahteraan subjektif, dan variabel citra tubuh. Hasil tersebut dapat dikatakan bahwa uji normalitas memiliki sebaran data yang berdistribusi normal dengan nilai signifikansi lebih dari 0,05 ($p > 0,05$).

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui hubungan linier dari variabel yang digunakan. Uji linearitas dihitung menggunakan *Test for Linearity* dengan bantuan program *SPSS versi 24.0 for windows*. Data dapat dikatakan linear jika memiliki nilai kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) dan sebaliknya jika lebih dari nilai 0,05 dapat dikatakan tidak linear atau berhubungan. berikut hasil uji linearitas pada variabel harga diri dengan variabel citra tubuh dan variabel kesejahteraan subjektif dengan variabel citra tubuh:

Tabel 3
Hasil Uji Linearitas Data

Variabel	Nilai Signifikansi	Keterangan
Harga diri*Citra tubuh	0,03	Linear
Kesejahteraan Subjektif*Citra tubuh	0,013	Linear

Berdasarkan hasil tabel diatas, bahwa variabel harga diri dengan citra tubuh dan variabel kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh memiliki nilai signifikansi kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) dan dapat dikatakan memiliki nilai signifikansi yang linear serta terdapat hubungan yang linear antar variabel.

Uji multikolinieritas digunakan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang kuat diantara variabel bebas. Uji multikolinieritas dilakukan dengan bantuan pengolahan data *SPSS versi 24.0 for windows*. Data dikatakan tidak terjadi multikorelasi jika nilai VIF kurang dari 10 ($VIF < 10,00$) dan nilai Tolerance lebih dari 0,1 ($T > 0,1$). Hasil uji multikorelasi adalah sebagai berikut:

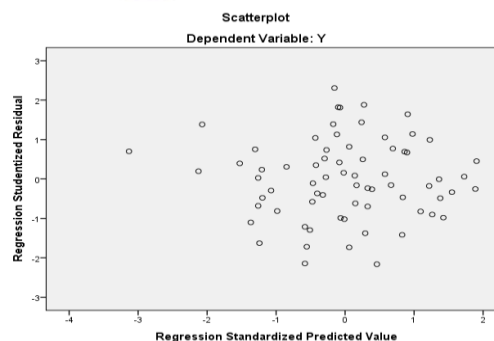
Tabel 4
Hasil Uji Multikolinieritas

Model	Colinierity Statistic	
	Tolerance	VIF
Constant		
HD (var X1)	0,979	1,022
SWB (var X2)	0,979	1,022

Berdasarkan tabel hasil uji multikolinieritas diatas, nilai tolerance dan nilai VIF untuk variabel harga diri dan variabel keejjahteraan subjektif sebesar 0,979 lebih besar dari 0,10 dan 1,022 kurang dari 10,0. Maka mengacu pada dasar pengambilan dalam uji multikolinieritas dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi gejala multikolinieritas dalam regresi berganda.

Uji heterokedasdisitas dilakukan untuk menguji apakah di dalam model regresi berganda terjadi kesamaan varians dari residual daru ke pengamatan yang lain. ui heterokedasdisitas dilakukan dengan *uji Scatterplot* dengan bantuan pengolahan data *SPSS versi 24.0 for windows*. Data dikatakan identik apabila plot residualnya menyebar secara acak dan tidak membentuk suatu pola tertentu. Hasil uji heterokedasdisitas adalah sebagai berikut:

Tabel 5
Hasil Uji Heterokedasdisitas



Berdasarkan hasil uji heterokedasdisitas diatas dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi gejala heterokedasdisitas dalam model regresi berganda. Uji autokorelasi digunakan untuk mengetahui ada tidaknya korelasi *error* dalam suatu pengamatan dengan pengamatan lain dalam model. Pengujian autokorelasi dalam penelitian ini menggunakan uji *Durbin Watson* dengan bantuan *SPSS 24.0 for*

windows. Suatu data dapat dikatakan tidak terjadi autokorelasi apabila nilai *Durbin Watson* lebih dari nilai d_U pada kolom $K=2$ dalam tabel ketentuan nilai *Durbin Watson*. Hasil uji autokorelasi adalah sebagai berikut:

Tabel 6
Hasil Nilai Tabel Nilai Durbin Watson (K=2)

N	Nilai Durbin Watson	Keterangan
70	1,672	Tidak terdapat autokorelasi

Tabel 7
Nilai Durbin Watson

N	Nilai Durbin Watson	Keterangan
70	1,853	Tidak terdapat autokorelasi

Sesuai dengan ketentuan nilai pada tabel *Durbin Watson* dapat disimpulkan bahwa data pada perhitungan tersebut yaitu $1,853 > 1,672$, sehingga dalam hal ini dapat dikatakan bahwa tidak terjadi autokorelasi.

Setelah melakukan uji asumsi, maka uji selanjutnya adalah uji hipotesis. Analisa data yang digunakan dalam uji hipotesis menggunakan analisis regresi berganda dengan bantuan program *SPSS versi 24.0 for windows*. Analisis ini digunakan untuk mengetahui keeratan hubungan kedua variabel. Dalam menginterpretasi terhadap kuat atau tidaknya suatu hubungan maka besaran nilai korelasi (r) haruslah dibuat pedoman. Menurut Sugiyono (2013) dalam memberikan interpretasi uji hipotesis adalah sebagai berikut:

Tabel 8
Tingkat Keeratan Hubungan

Nilai Koefisien	Keterangan
0,00-0,199	Sangat lemah
0,20-0,399	Lemah
0,40-0,559	Sedang
0,60-0,799	Kuat / Tinggi
0,80-1,00	Sangat Kuat

Tabel 9
Hasil Uji Hipotesis

Model	Unstandardized		Coefficients		t	Sig.
	B	Std. Error	Beta			
1						
	(Constant)	44,855	13,451		3,335	,001
	HD	,228	,091	,281	2,504	,015
	SWB	,193	,081	,270	2,404	,019

a. Dependent Variable: CT

Pengujian hipotesis pertama pada tabel diatas, nilai signifikansi pada hasil perhitungan dengan menggunakan SPSS menunjukkan nilai sebesar 0,015 yang berarti kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) sehingga

hubungan antara harga diri dengan citra tubuh adalah signifikan. Berdasarkan hasil uji hipotesis, maka hipotesis pertama yang menyatakan bahwa “terdapat hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada perempuan yang melakukan perawatan kecantikan.” diterima. Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa besarnya hubungan antara variabel harga diri dengan citra tubuh sebesar 0,228 yang berarti bahwa terdapat hubungan yang lemah antara variabel harga diri dengan citra tubuh. Pengaruh yang lemah disebabkan karena terdapat beberapa faktor lain yang dapat mempengaruhi citra tubuh antara lain faktor kebudayaan, pengalaman interpersonal, karakteristik fisik, dan faktor kepribadian lain.

Nilai signifikansi pada hasil perhitungan dengan menggunakan SPSS menunjukkan nilai sebesar 0,019 yang berarti kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) sehingga hubungan antara kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh adalah signifikan. Berdasarkan hasil uji hipotesis, maka hipotesis pertama yang menyatakan bahwa “terdapat hubungan antara kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh pada perempuan yang melakukan perawatan kecantikan.” diterima. Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa besarnya hubungan antara variabel kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh sebesar 0,193 yang berarti bahwa terdapat hubungan yang lemah antara variabel kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh. Pengaruh yang lemah disebabkan karena terdapat beberapa faktor lain yang dapat mempengaruhi citra tubuh antara lain faktor kebudayaan, pengalaman interpersonal, karakteristik fisik, dan faktor kepribadian lain. Pengujian hipotesis ketiga adalah sebagai berikut:

Tabel 10
Hasil Uji Hipotesis

Model	R	R Square	Sig. F Change
1	,417 ^a	,174	,002

a. Predictors: (Constant), SWB (Var X2), HD (Var X1)

Berdasarkan tabel tersebut, dapat diketahui nilai signifikansi sebesar 0,002 yang berarti kurang dari 0,05 ($p < 0,05$), sehingga hubungan antara harga diri dan kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh adalah signifikan. Berdasarkan hasil uji hipotesis, maka hipotesis yang menyatakan bahwa “terdapat hubungan antara harga diri dan kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh pada perempuan yang melakukan perawatan di klinik kecantikan” diterima. Hubungan antara kedua variabel tersebut menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,514 ($r = 0,417$) yang dapat diartikan bahwa variabel harga diri dan kesejahteraan

subjektif dengan citra tubuh termasuk kategori korelasi yang sedang.

Nilai koefisien determinasi (R^2) antara harga diri dan kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh adalah sebesar 0,174. Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel harga diri dan variabel kesejahteraan subjektif berkontribusi 17,4% terhadap variabel citra tubuh. Sedangkan, 82,6% sisanya merupakan variabel-variabel yang terdapat diluar penelitian yang turut serta mempengaruhi citra tubuh antara lain faktor kebudayaan, pengalaman interpersonal, karakteristik fisik, dan faktor kepribadian lainnya.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada perempuan yang melakukan perawatan kecantikan, hubungan antara kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh pada perempuan yang melakukan perawatan kecantikan, dan hubungan antara harga diri dan kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh pada perempuan yang melakukan perawatan kecantikan. Berdasarkan uji analisis data yang telah dilakukan terhadap 70 perempuan dengan menggunakan teknik analisis regresi berganda, diketahui bahwa harga diri memiliki hubungan dengan citra tubuh secara signifikan. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai signifikansi sebesar 0,015 ($p < 0,050$). Hipotesis pertama yang menyatakan “terdapat hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada perempuan yang melakukan perawatan kecantikan” diterima. Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa besarnya hubungan antara variabel harga diri dengan citra tubuh sebesar 0,228 yang berarti bahwa terdapat hubungan yang lemah antara variabel harga diri dengan citra tubuh. Pengaruh yang lemah disebabkan karena terdapat beberapa faktor lain yang dapat mempengaruhi citra tubuh antara lain faktor kebudayaan, pengalaman interpersonal, karakteristik fisik, dan faktor kepribadian lain.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Ildil, Denich & Ilyas (2017) mengatakan bahwa individu yang menganggap dirinya berharga atau melihat dirinya sebagai manusia yang bernilai, maka individu tersebut akan mendapatkan kenyamanan sosial. Hal tersebut dapat mencegah penilaian citra tubuh yang negatif pada dirinya. Sedangkan individu yang selalu menganggap dirinya tidak berharga, tidak berdaya dan menilai dirinya sebagai manusia yang lemah akan cenderung memiliki penilaian yang buruk tentang tubuhnya.

Harga diri mengacu pada penilaian diri, kontrol diri, dan kemampuan yang dimiliki oleh tiap individu

dalam sebuah lingkungan sosial. Harga diri dapat membentuk kenyamanan pada diri individu. Hal tersebut dapat dilihat bagaimana harga diri dapat mempengaruhi citra tubuh yang dimiliki oleh perempuan (Tafarodi & Milne, 2002). Diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurvita & Handayani (2015) menghasilkan hubungan yang signifikan antara variabel harga diri dengan citra tubuh pada perempuan remaja. Harga diri yang rendah akan membentuk citra tubuh yang negatif pada perempuan. Penelitian yang mendukung lainnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Khaira (2018) meneliti tentang hubungan antara *esteem* dengan *body image* pada remaja pria. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara harga diri dengan citra tubuh. Semakin tinggi harga diri maka akan semakin tinggi juga citra tubuh yang dimiliki laki-laki.

Harga diri merupakan aspek yang penting dalam fungsinya manusia karena setiap individu sangat memperhatikan berbagai hal tentang dirinya, mengenai siapa dirinya, seberapa positif atau negatif seseorang individu memandang dirinya, dan bagaimana citra tubuh yang akan dimiliki oleh setiap individu (Byron & Byrne dalam Aditomo & Retnowati, 2004). Coopersmith (dalam Mruk, 2006) perempuan yang memiliki harga diri yang tinggi akan memunculkan citra tubuh yang positif, karena harga diri yang tinggi akan mengembangkan evaluasi yang positif pula terhadap bentuk tubuhnya, sehingga memunculkan kepuasan dalam dirinya termasuk saat melihat gambaran tubuhnya. Aspek yang berkaitan dengan hal ini adalah *self liking* yaitu sebuah perasaan berharga pada dirinya sendiri dan lingkungan sekitarnya.

Berdasarkan uji analisis data yang telah dilakukan dengan menggunakan teknik analisis regresi berganda bahwa terbukti signifikan dan bersifat positif. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai signifikansi sebesar 0,019 ($p < 0,05$), dapat disimpulkan hipotesis kedua yang menyatakan “hubungan antara kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh pada perempuan yang melakukan perawatan di klinik kecantikan” diterima. Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa besarnya hubungan antara variabel kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh sebesar 0,193 yang berarti bahwa terdapat hubungan yang lemah antara variabel kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh. Pengaruh yang lemah disebabkan karena variabel citra tubuh memiliki beberapa faktor lain yang dapat mempengaruhi antara lain faktor kebudayaan, pengalaman interpersonal, karakteristik fisik, dan faktor kepribadian lainnya

Pada dasarnya, setiap individu memiliki sikap yang berbeda-beda dalam menyikapi setiap

permasalahan, beberapa individu dapat menghadapi permasalahan yang menyenangkan, namun sebaliknya terdapat individu yang tidak dapat mengendalikannya. Individu yang tidak dapat menghadapi permasalahan yang tidak menyenangkan akan cenderung mengalami emosi yang negatif dalam hidupnya. Kondisi yang dialami termasuk kedalam konsep kesejahteraan subjektif yang rendah. Permasalahan perempuan mengenai kondisi fisik yang tidak dapat teratasi akan berdampak pada munculnya emosi negatif yang dialami perempuan, sehingga akan berakibat pada ketidakpuasan pada bentuk tubuhnya.

Ratnawati & Sofiah (2012) mengatakan bahwa kesejahteraan subjektif yang tinggi akan membentuk individu yang memiliki kenyamanan sosial dan kepuasan dalam hidup, sehingga individu akan memiliki citra tubuh yang tinggi. Sebaliknya, kesejahteraan subjektif yang rendah akan berdampak pada suasana hati dan kondisi emosi yang tidak stabil serta ketidakpuasan pada tubuh individu.

Hipotesis ketiga yang menyatakan “terdapat hubungan antara harga diri dan kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh pada perempuan yang melakukan perawatan kecantikan” setelah dilakukan perhitungan menggunakan teknik analisa regresi berganda dengan bantuan program SPSS 24.0 for windows dinyatakan bahwa hipotesis ketiga tersebut diterima. Hal ini dapat dilihat dari nilai signifikansi sebesar 0,002 ($p < 0,05$) yang memiliki arti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel harga diri dan kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh pada perempuan yang melakukan perawatan di klinik kecantikan. Artinya, variabel harga diri dan variabel kesejahteraan subjektif secara bersama-sama memiliki hubungan dengan variabel citra tubuh. Masing-masing variabel bebas yaitu harga diri (X_1) dan citra tubuh (X_2) memiliki kontribusi dengan arah hubungan yang sama.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan, keseluruhan responden mengatakan bahwa perawatan di klinik kecantikan dirasa dapat meningkatkan harga dirinya dibandingkan ketika mereka melakukan perawatan kecantikan secara mandiri. Hal tersebut dikarenakan ketika melakukan perawatan di klinik kecantikan, responden mendapatkan beberapa keuntungan antara lain penggunaan produk dikontrol oleh tenaga profesional, perubahan pada kondisi wajahnya lebih cepat dan signifikan, dan produk yang dipakai hanya berfokus pada satu jenis kulit saja. Perubahan dan fasilitas yang didapatkan oleh responden tersebut menyebabkan perubahan yang signifikan sehingga responden merasa lebih puas, menyukai perubahan positif pada dirinya, menjadi percaya diri, dan membuat responden lebih bahagia pada kondisi

tersebut. Perubahan yang terjadi pada diri responden adalah sebuah bentuk harga diri dan kesejahteraan subjektif.

Pada hasil pengolahan data dapat diketahui bahwa besarnya hubungan antara harga diri dan kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh dihitung dengan koefisien korelasi (R) sebesar 0,417 hal tersebut berarti bahwa pengaruh yang sedang antara harga diri dan kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh. Pengaruh yang sedang pada penelitian tersebut disebabkan karena terdapat beberapa faktor lain yang dapat mempengaruhi citra tubuh perempuan seperti faktor kebudayaan, pengalaman interpersonal, karakteristik fisik, dan faktor kepribadian lainnya. Selain itu, nilai koefisien korelasi sebesar 0,417 yang menunjukkan bahwa citra tubuh dan kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh memiliki pola hubungan yang searah. Pola hubungan yang searah yang dimaksud adalah semakin tinggi tingkat harga diri dan kesejahteraan subjektif, maka semakin tinggi pula tingkat citra tubuh. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah tingkat harga diri dan kesejahteraan subjektif, maka semakin rendah pula citra tubuh.

Lebih lanjut, nilai (R_{square}) antara variabel harga diri dan variabel kesejahteraan subjektif dengan variabel citra tubuh adalah sebesar 0,174. Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel harga diri dan variabel kesejahteraan subjektif berkontribusi 17,4% terhadap variabel citra tubuh, 82,6% sisanya merupakan variabel-variabel yang terdapat diluar penelitian yang turut serta mempengaruhi citra tubuh pada perempuan yang melakukan perawatan di klinik kecantikan. Hasil nilai kontribusi antara variabel harga diri dan variabel kesejahteraan subjektif dengan variabel citra tubuh yang ditunjukkan diatas dapat terjadi karena adanya karakteristik pada subjek dalam penelitian ini.

Berdasarkan penelitian yang relevan, terdapat nilai kontribusi pada faktor-faktor yang mempengaruhi citra tubuh. Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Wiranatha & Supriyadi (2015) menyatakan bahwa faktor kepercayaan diri mempengaruhi citra tubuh sebesar 12,2%. Penelitian yang dilakukan oleh Murasmutia, Hardjajani, dan Nugroho (2015) faktor perilaku konsumtif memberikan pengaruh sebesar 21,80%. Penelitian yang dilakukan oleh Sari & Suarya (2018) menjelaskan bahwa faktor *social comparison* memberikan sumbangan kontribusi terhadap citra tubuh sebesar 63,3%.

DAFTAR PUSTAKA

Aditomo, A., Retnowati S. (2004). Perfeksionisme, Harga Diri dan Kecenderungan Depresi pada

- Remaja Akhir. *Jurnal Psikologi*. No.1, 1-15. 2003.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Cash, T. F. (2000). The Multidimensional body-self relation questionnaire : MBSRQ User's Manual (3rd Revision). Virginia : Old Dominion, University Norfolk
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: The Guilford Press.
- Cobb, N.J. (2000). *Adolescence: Continuity, change, and diversity* (4th ed). California: Mayfield Publishing Company.
- Compton, William C. (2005). *An introduction to positive psychology*. USA: Thomson Learning, Inc.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco : Freeman and Company.
- Diener, E. (2005). *Guidelines for national indicators of Subjective well being and ill being*. The Positive Psychology Center: University of Pennsylvania.
- Grogan, S. (2008). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children (second edition)*. New York: Routledge.
- Ifdil., Denich, A, U., & Ilyas, A. (2017). Hubungan body image dengan kepercayaan diri remaja putri. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2 (3), 107-113.
- Khaira, P. (2017). Hubungan antara self esteem dengan body image pada remaja pria (skripsi di terbitkan). DSpace Repository. Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta.
- Michener, H.A., DeLamater, J.D. (1999). *Social psychology*. Fourth Edition. Orlando: Harcourt Brace College Publishers.
- Murasmutia, A., Hardjadjani, T., Nugroho, A. (2015). Hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri dengan perilaku konsumtif terhadap pakaian pada mahasiswi fakultas hukum Universitas Sebelas Maret. *Jurnal Psikologi*. 6(12), 206-218.
- Nurvita, V., Handayani, M.M. (2015). Hubungan antara *self esteem* dengan *body image* pada remaja yang mengalami obesitas. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*. 4 (1). 41-49.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sari, R. P., dkk. (2012). Pengungkapan diri mahasiswa tahun pertama universitas diponegoro ditinjau dari jenis kelamin dan harga diri. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 3(2), 11-25. [12 September 2015; 09.30].
- Seawell, A. H., Burg, S. D. (2005). Body image and sexuality in women with and without systemic lupus erythematosus. *Sex Roles*, 53 (11/12), 865-876.
- Sunartio, L., Sukanto, M. E., & Dianovinina, K. (2011). *Social comparison dan Body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal. *Jurnal Humanitas*, 9(2), 157-168.
- Tafarodi, R.W., & Swann Jr, W.B. (2001). Two-dimensional self-esteem: Theory and measurement. *Personal And Individual Differences*. 31(5). 653-673.
- Wiranatha, F.D., & Supriyadi (2015). Hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja pelajar putri di kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*. 2(1). 38-47