

Hubungan Antara *Body Image* dan *Self-Esteem* Pada Dewasa Awal Tuna Daksa

Dahlia Nur Permata Sari
Fakultas Psikologi Universitas Surabaya, 2012

Abstrak. Penelitian ini meneliti mengenai pengaruh *body image* terhadap *self-esteem* pada dewasa awal tuna daksa. Hipotesis pada penelitian ini adalah adanya hubungan positif antara *body image* dan *self-esteem* pada dewasa awal tuna daksa. Semakin positif *body image* maka semakin tinggi *self-esteem* yang dimiliki, begitu juga sebaliknya, semakin negatif *body image* maka semakin rendah *self-esteem* yang dimiliki. Sampel penelitian sebanyak 30 dewasa awal tuna daksa yang memiliki cacat tubuh setelah kelahiran. Data diperoleh melalui pengisian skala *body image* dan skala *self-esteem* berupa angket. Hasil yang diperoleh menunjukkan adanya hubungan antara *body image* dan *self-esteem* pada dewasa awal tuna daksa. Demikian juga dengan uji korelasi antara *body image* dengan aspek-aspek *self-esteem*, hanya aspek *self-esteem* keseluruhan dan aspek rasa berharga di mata orang lain yang berkorelasi dengan *body image*.

Kata kunci: body image, self-esteem, tuna daksa

Setiap manusia di dunia pasti diharapkan memiliki tubuh yang normal sehingga membuat mereka mampu melakukan beragam aktivitas yang disukai, namun tidak semua manusia memiliki kondisi tubuh normal seperti yang diinginkan sehingga membuat mereka kesulitan melakukan beragam aktivitas yang disukai. Cacat tubuh terbagi atas berbagai macam yaitu tuna netra, tuna rungu, tuna wicara dan tuna daksa. Masyarakat menyebut individu yang mengalami cacat tubuh sebagai penyandang cacat. Tuna daksa merupakan cacat tubuh dikarenakan kelainan orthopedia pada tulang, sendi dan otot yang disebabkan bawaan sejak lahir atau penyakit atau kecelakaan yang membutuhkan alat bantu untuk bergerak (Maramis, 1992). Kelainan ini dapat terjadi karena beberapa faktor seperti genetik, trauma secara fisik, kekurangan oksigen, keracunan bahan kimia, penyakit atau kombinasi dari beberapa faktor (Patton, Kauffman, Blackbourn & Brown, 1991).

Kelainan anggota tubuh yang dialami akan memengaruhi tuna daksa dalam menjalin relasi karena

lingkungan akan memberikan berbagai macam reaksi, namun penerimaan reaksi ini akan diterima berbeda-beda antara tuna daksa sejak lahir dan tuna daksa setelah kelahiran, karena tuna daksa sejak lahir sudah dapat menerima keadaan tubuhnya, sedangkan tuna daksa setelah kelahiran harus menjalani hidup baru sebagai penyandang cacat. Peristiwa ini disebut peristiwa non-normatif karena individu mengalami peristiwa yang tidak biasa tapi memiliki pengaruh penting dalam kehidupan mereka (Baltes, dalam Santrock, 2012).

Reaksi lingkungan akan memberikan pengaruh terhadap tuna daksa, karena pengalaman yang terjadi secara langsung akan lebih mudah diingat oleh tuna daksa (Baron & Bryne, 2004). Apabila reaksi negatif yang diterima maka tuna daksa akan langsung menyalahkan dirinya atas tubuhnya yang akan memengaruhi *self-esteem* menjadi rendah. *Self-esteem* merupakan evaluasi seseorang terhadap dirinya (Dusek, 1996). *Self-esteem* terbagi atas enam komponen menurut Nugent dan Thomas (dalam

Megawati, 2002), yaitu *self-esteem* keseluruhan, kompetensi sosial, kemampuan memecahkan masalah, kemampuan intelektual, kemampuan diri dan rasa berharga di mata orang lain. Komponen-komponen inilah yang akan membentuk keyakinan dan kemampuan tuna daksa. Apabila tuna daksa percaya diri, serta mampu menerima diri apa adanya maka *self-esteem* yang dimiliki akan tinggi, sedangkan tuna daksa yang menunjukkan penghargaan yang buruk terhadap dirinya sehingga tidak mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan akan memiliki *self-esteem* yang rendah (Papalia, 1995).

Terdapat lima faktor yang memengaruhi *self-esteem*, yaitu pengalaman, pola asuh, lingkungan, sosial ekonomi dan *body image* (Burn, 1993). *Body image* merupakan perasaan seseorang terhadap tubuhnya. Apabila individu memandang tubuhnya positif maka *body image* yang dimiliki positif, sedangkan apabila individu memandang tubuhnya negatif maka *body image* yang dimiliki negatif (*National Eating Disorders*

Association, 2005). Hal ini tidak terlepas dari ketiga faktor yang dapat memengaruhi *body image*, yaitu media massa, keluarga dan hubungan interpersonal (Cash & Purzinsky, 2002). Relasi yang mereka dapatkan di lingkungan akan dapat membentuk komponen-komponen yang dapat membuat *body image* individu semakin kuat yaitu, *appearance evaluation*, *appearance orientation*, *body weight satisfaction*, *overweight preoccupation* dan *self-classified weight* (Cash, dalam Andea (2010) & Sari (2009))

Menurut Hurlock (dalam Henggaryadi & Fakhrurrozi, 2008), memiliki bentuk fisik yang baik akan menimbulkan kepuasan dalam diri terhadap tubuhnya. Semakin menarik atau efektif kepercayaan diri terhadap tubuh maka semakin positif harga diri yang dimiliki, karena *body image* positif akan meningkatkan nilai diri, kepercayaan diri serta mempertegas jati diri pada orang lain maupun dirinya sendiri, yang akan memengaruhi harga diri (Henggaryadi & Fakhrurrozi, 2008). *Body image* dan *self-esteem* dapat memengaruhi semua tahap

perkembangan, namun peneliti ingin melihat pada tahap dewasa awal karena tahap ini merupakan masa transisi dari remaja ke dewasa, selain itu juga di masa ini individu diharapkan lingkungan sekitar untuk menjadi individu yang mandiri dengan menjalankan tugas-tugas perkembangan yang diharapkan oleh lingkungan (Hurlock, 1990). Tugas-tugas perkembangan yaitu mencari pekerjaan, menikah dan mengasuh anak, mencari pasangan hidup, menjadi warga negara yang baik, dll. Apabila tuna daksa mampu menjalani tugas-tugas perkembangan seperti yang diharapkan dengan baik, maka hal ini juga akan memengaruhi penilaian diri mereka yang juga dapat memengaruhi *body image* dan *self-esteem* mereka.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *body image* dan *self-esteem* pada dewasa awal tuna daksa, yaitu adanya pengaruh *body image* terhadap *self-esteem* tuna daksa. Apabila individu memiliki *body image* positif maka *self-esteem* mereka juga akan tinggi, begitu juga sebaliknya, apabila individu

memiliki *body image* negatif maka *self-esteem* mereka juga akan rendah.

Metode Penelitian

Sampel penelitian merupakan 30 anggota organisasi FKPCTI berusia 18-40 tahun, memiliki cacat tubuh setelah kelahiran dan pendidikan minimal SMP. Data diperoleh menggunakan skala *body image* yang diadaptasi dari skripsi Andea (2001) yang dikembangkan berdasarkan *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire Appearance Scales (MBSRQ-AS)* yang dikemukakan oleh Cash (dalam Andea, 2001), sedangkan skala *self-esteem* menggunakan skala milik Nugent dan Thomas (dalam Fischer & Corcoran, 2007). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang bersifat hubungan, yaitu menghubungkan variabel antara satu dengan yang lain. Teknik pengambilan data dilakukan dengan *accidental*, yaitu teknik pengambilan data yang dilakukan secara spontanitas yang memiliki karakteristik responden yang sesuai dengan penelitian.

Uji validitas pada penelitian ini menggunakan *product moment pearson* dan uji reliabilitas dengan menggunakan *alpha cronbach* (Azwar, 1999). Pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan teknik *Korelasi Pearson's Product Moment* yaitu dengan cara menganalisis hubungan antara *body image* dan *self-esteem* serta *body image* dengan komponen-komponen *self-esteem*.

Hasil penelitian

Dari hasil skala *body image* diperoleh bahwa dari 30 butir aitem terdapat 16 butir aitem gugur dengan nilai *alpha cronbach* 0,834, sedangkan pada hasil skala *self-esteem* diperoleh bahwa dari 40 butir aitem terdapat 13 butir gugur dengan nilai *alpha cronbach* 0,904. Dari kedua variabel tersebut diketahui bahwa kedua variabel tersebut memiliki data yang reliabel karena hasilnya $>0,60$.

Uji asumsi

Sebelum melakukan uji hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji asumsi untuk melihat normalitas sebaran

data serta juga dilakukan uji linieritas.

a. Uji Normalitas

Dari hasil uji normalitas dengan menggunakan teknik *kolmogorov-smirnov test* pada *body image* dan *self-esteem* diketahui nilai $p=0,2$ ($p>0,5$), yang menunjukkan bahwa data kedua variabel memiliki sebaran data yang normal.

b. Uji Linieritas

Dari hasil uji linier dengan menggunakan *curve fit estimation* diketahui bahwa $p=0,028$ ($p>0,05$), maka disimpulkan bahwa hubungan antar variabel *body image* dan *self-esteem* bersifat linier.

Uji Hipotesis

Dari hasil analisis data yang dilakukan dengan teknik korelasi *pearson (one tailed)* diketahui nilai r sebesar $0,4$ dengan nilai signifikansi $0,014$ ($p<0,05$). Hal ini menunjukkan terdapat hubungan positif antara *body image* dan *self esteem* pada dewasa awal tuna daksa. Selain itu, peneliti juga mengkorelasikan *body image* dengan keenam komponen

self-esteem, didapatkan hasil bahwa hanya *self-esteem* keseluruhan dan rasa berharga di mata orang lain yang berkorelasi dengan *body image*. Hasil analisis data antara *body image* dengan *self-esteem* keseluruhan didapatkan nilai r sebesar $0,505$ dengan nilai signifikansi $0,002$ ($p>0,05$), yang menunjukkan bahwa ada korelasi antara *body image* dengan *self-esteem* keseluruhan, sedangkan hasil analisis data antara *body image* dengan rasa berharga di mata orang lain didapatkan nilai r sebesar $0,377$ dengan nilai signifikansi $0,02$ ($p<0,05$), yang menunjukkan bahwa ada korelasi antara *body image* dengan rasa berharga di mata orang lain.

Pembahasan

Berdasarkan hasil uji hipotesis diketahui terdapat hubungan antara *body image* dan *self-esteem* dengan nilai r $0,400$ dan signifikansi $0,014$ ($p<0,05$), yang menunjukkan bahwa hipotesis diterima, yang artinya terdapat hubungan yang positif antara *body image* dan *self-esteem* pada dewasa awal tuna daksa. Semakin positif *body image* yang

dimiliki dewasa awal tuna daksa maka akan semakin tinggi pula *self-esteem* yang dimiliki, begitu pula sebaliknya, semakin negatif *body image* yang dimiliki dewasa awal tuna daksa maka akan semakin rendah pula *self-esteem* yang dimiliki.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Henggaryadi dan Fakhurrozi (2008) serta Hildebrandt (2007) yang menunjukkan adanya hubungan antara *body image* dan *self-esteem*.

Self-esteem pada individu tuna daksa terbentuk dari *body image* mereka. Pandangan ini terbentuk dari reaksi lingkungan yang memberikan pengaruh terhadap diri mereka. Menurut Jourard dan Secord (dalam Burn, 1993), tingkat kepuasan terhadap tubuh yang dimiliki individu sepadan dengan tingkat penerimaan diri secara keseluruhan. Saat tuna daksa memandang tubuhnya positif maka akan muncul kepuasan terhadap tubuh sehingga akan muncul rasa penerimaan terhadap diri yang akan membuat *self-esteem* menjadi tinggi.

Tubuh merupakan hal yang sensitif bagi dewasa awal tuna daksa, karena hal tersebut akan memengaruhi *body image* mereka. *Body image* merupakan perasaan seseorang mengenai tubuhnya dalam konteks standar budaya dari kecantikan atau kesempurnaan (Dusek, 1996). Perasaan ini merupakan pandangan mereka saat mereka melihat diri sendiri di cermin terkait tubuhnya (Papalia, Olds & Fedman, 2001). Ketika individu merasa malu terhadap tubuhnya maka hal ini akan memengaruhi tahap perkembangan mereka. Pada tahap perkembangan dewasa awal, individu tuna daksa dihadapkan pada berbagai tugas perkembangan dan diharapkan dapat memainkan peran-peran tersebut dengan baik di lingkungan (Hurlock, 1990). Perasaan malu dan tidak percaya diri karena kecacatan yang dimiliki membuat subjek merasa kesulitan saat berinteraksi dengan lingkungan dan membuat mereka tidak menjalankan tugas-tugas perkembangan dengan baik.

Pada *self esteem* keseluruhan *body image* akan memengaruhi *self-*

esteem tuna daksa secara keseluruhan dengan baik apabila tuna daksa memiliki pandangan yang baik terhadap tubuh sehingga mereka dapat menilai diri dengan baik, bangga terhadap diri sendiri, mampu menerima kelebihan dan kekurangan dalam diri serta senang dengan penampilan fisik yang mereka miliki, dan begitu pula sebaliknya. Sedangkan pada rasa berharga di mata orang lain tuna daksa yang memiliki pandangan yang baik terhadap tubuhnya akan memiliki penilaian diri yang baik di mata orang lain terkait kemampuan mereka, keyakinan orang lain akan berpendapat baik terhadap mereka dan paham akan kelebihan dan kekurangan diri dan orang lain.

Temuan lain yang ditemukan adalah munculnya *baseline self-esteem* pada dewasa awal tuna daksa karena perasaan malu yang muncul dalam diri tuna daksa walaupun mereka sudah memiliki prestasi yang dapat meningkatkan *self-esteem* mereka. Selain itu, juga muncul komparasi sosial yang diakibatkan perbandingan yang dilakukan tuna daksa dengan teman mereka, namun

muncul kohesivitas dalam diri mereka karena perasaan nyaman saat berkumpul dengan teman-teman FKPCTI sehingga membuat mereka merasa berharga. Selain itu, prestasi juga memengaruhi *self-esteem* tuna daksa karena mereka merasa dengan berprestasi mereka dapat membuktikan kepada lingkungan jika mereka dapat melakukan kegiatan tanpa merepotkan orang lain.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara *body image* dan *self-esteem* pada dewasa awal tuna daksa. Temuan lain yang didapatkan adalah muncul komparasi sosial karena mereka membandingkan diri dengan teman mereka yang membuat *self-esteem* mereka menjadi rendah, namun, terdapat kohesivitas dalam kelompok karena perasaan nyaman yang terbentuk saat bergaul dengan teman-teman FKPCTI serta adanya dukungan sosial yang diberikan oleh teman-teman mereka sehingga mereka dapat meminimalisir rasa rendah diri dalam diri.

Kecacatan yang dialami oleh individu tuna daksa kebanyakan dialami pada usia remaja sehingga membuat mereka kesulitan karena perasaan malu dalam diri terhadap tubuh dan membuat mereka putus sekolah dan membatasi pergaulan di lingkungan, namun prestasi dapat

meningkatkan *self-esteem* tuna daksa karena saat mereka melakukan suatu hal yang dapat membanggakan diri, mereka dapat membuktikan hal tersebut pada lingkungan bahwa keterbatasan mereka tidak membatasi mereka berprestasi.

Daftar Pustaka

- Andea, R. (2010). *Hubungan Antara Body Image dan Perilaku Diet pada Remaja*. Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Sumatra Utara, Medan. Retrieved April 10, 2012 from <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/14525/1/10E00103.pdf>
- Azwar, S. (2003). *Sikap manusia (Ed.2, cet.5)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Maramis, D. E. (1992). *Ilmu kedokteran jiwa*. Surabaya: Airlangga University Pers
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2004). *Psikologi Sosial Jilid I (Ed.10)*. (Djuwita, Pengalih bhs.). Jakarta: Erlangga
- Burn, R. B. (1993). *Konsep diri: Teori, pengukuran, perkembangan dan perilaku. (Cet.1)*. (Eddy, Pengalih bhs.). Jakarta: Pencetak Arcan
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body Image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. The Guilford Press. Retrieved March 23, 2012 from http://www.drugs.am/upload/BODY%20IMAGE_1243919696562.pdf
- Fischer, J., & Corcoran, K. (2007). *Measures For Clinical Practice And Research: A Sourcebook (4th ed. Vol. 2 Adults)*. Oxford University Press, Inc.
- Henggaryadi, M. G., & Fakhurrozi, M. (2008). *Hubungan Antara Body Image dengan Harga Diri pada Remaja Pria yang Mengikuti Latihan Fitness/Kebugaran*. Retrieved March 6, 2012 from <http://papers.gunadarma.ac.id/index.php/psychology/article/viewFile/49/57>

- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (Ed.5)*. (Istiwidayanti & Soedjarwo, Pengalih bhs.). Jakarta: Erlangga
- Megawati, F. (2012). *Hubungan Antara Pengalaman Perlakuan Tindak Kekerasan dengan Harga Diri Remaja*. Skripsi, Program Strata 1 Fakultas Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia, Jakarta. Retrieved May 1, 2012 from s_ppb_034714_chapter2.pdf
- National Eating Disorders Association. (2005). *Body Image*. Retrieved September 16, 2011 from <http://stuasf.hiv.ed/csds/bodyimag.pdf/>
- Papalia, D. E. & Olds, S. W. (1995). *Human Development (6th ed.)*. New York: Mc Grow Hill, Inc.
- Patton, J. R., Kauffman, J. M., Blackbourn, J. M., Brown, G. B. (1991). *Exceptional Children In Focus (5th ed.)*. New York: Macmillan Publishing Company
- Santrock, J. W. (2002). *Life-Span Development: Perkembangan masa hidup (5th ed.)* (Chuisari & Damanik, Pengalih bhs.). Jakarta: Erlangga