

HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DAN GAYA HIDUP HEDONISME DENGAN BODY IMAGE

VEBY NUR DESRYANI

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara Harga Diri dan Gaya Hidup Hedonisme dengan *Body Image*. Tujuan yaitu : 1) Mengetahui Hubungan Harga Diri dengan *Body Image* ; 2) Mengetahui Hubungan Gaya Hidup Hedonisme dengan *Body Image* ; 3) Mengetahui Hubungan Harga Diri dan Gaya Hidup Hedonisme dengan *Body Image*. Subyek dalam penelitian ini adalah 80 karyawan wanita yang bekerja diperusahaan batu bara. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria khusus. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara body image dengan harga diri dengan nilai signifikan adalah $0,000 < 0,05$ yang berarti terdapat korelasi yang signifikan. Koefisien korelasi body image dengan harga diri sebesar 0,601 kuat. $n 0,015 < 0,05$ yang berarti terdapat korelasi yang signifikan. Nilai signifikansi antara body image dengan gaya hidup hedonisme, nilai signifikansi signifikan antara harga diri dengan gaya hidup hedonisme adalah $0,025 < 0,05$ yang berarti terdapat korelasi yang signifikan.

Kata Kunci: *Body Image*, Harga Diri, Gaya Hidup Hedonisme

ABSTRACT

This study aims to determine whether there is a relationship between Self-Esteem and Lifestyle hedonism with Body Image. Objectives, namely: 1) Knowing the relationship between Self-Esteem and Body Image; 2) Knowing the relationship between The Lifestyle of Hedonism and Body Image; 3) Knowing the relationship between Self-Esteem and The Lifestyle of Hedonism with Body Image. Subjects in this study were 80 female employees who work in the company of coal. Sampling using purposive sampling technique with specific criteria. The results show there is a positive and significant relationship between body image and self-esteem with a significant value is $0.000 < 0.05$, which means there is a significant correlation. The correlation coefficient body image and self esteem of 0.601 strong. $n = 0.015 < 0.05$, which means there is a significant correlation. Significant value between body image and lifestyle of hedonism, a significant value significantly between self-esteem with a lifestyle of hedonism is $0.025 < 0.05$, which means there is a significant correlation.

Keywords: *Body image, Self-esteem, Lifestyle of hedonism*

Pendahuluan

Setiap orang terutama wanita selalu ingin dikatakan dirinya cantik dalam berbagai hal. Kecantikan batin maupun raga akan selalu menjadi suatu fokus yang ingin dicapai pada setiap wanita. Berbagai keinginan untuk menjadi cantik adalah suatu yang lumrah bagi setiap wanita. Tuntutan-tuntutan menjadi cantik pun adalah alasan utama, seperti yang telah peneliti amati didalam dunia kerja. Wanita diharuskan berpenampilan menarik sebagai salah satu contoh apabila kita ingin mendapatkan pekerjaan, hal tersebut menjadi alasan utama mengapa wanita ingin selalu berparas cantik, adanya tuntutan didalam pekerjaan salah satunya.

Cantik adalah suatu kata yang mendefinisikan seseorang atau sesuatu itu menarik. Definisi cantik setiap orang berbeda-beda, mereka menggambarkan kecantikan menurut setiap versi dari pandangan setiap individu masing-masing. Keadaan yang membuat seseorang merasa cantik terkadang membuat seseorang itu akan selalu merasa bahagia dan puas terhadap dirinya ketika dirinya sudah mendapatkan label berparas cantik dari lingkungan sekitar atau setiap orang yang melihatnya. Menurut Crandall & Rothblum (Striegel-Moore & Smolak; Sparhawk, 2003) mempelajari perempuan dan kecantikan dan menemukan bahwa anak perempuan yang kelebihan berat badan dan wanita yang mengalami tekanan sosial yang signifikan, termasuk dalam yang

mendapatkan sindiran tentang berat badan, diskriminasi, dan kecaman. Hal-hal tersebut tentu akan mempengaruhi harga diri seorang wanita.

Harga diri pada seorang wanita akan tinggi apabila mereka telah mendapatkan suatu label cantik menurut pandangan orang lain. Harga diri merupakan evaluasi diri seseorang terhadap kualitas-kualitas dalam dirinya dan terjadi terus-menerus dalam diri manusia (Adilia, dalam Ikhsanifa, 2014). Harga diri begitu intrinsik dengan pemikiran tentang tubuh seseorang secara penampilan fisik secara konsisten telah menjadikan prediktor diri dikalangan setiap umur. Seorang wanita yang mendapatkan label cantik akan selalu menjaga harga dirinya, karena dengan adanya label tersebut wanita akan memiliki perasaan yang selalu ceria dan membuat hati mereka selalu bahagia, karena mereka merasa telah memiliki suatu alat untuk menimbulkan kualitas pada harga diri mereka. Harga diri pada wanita yang telah diakui kecantikannya akan berhubungan gaya hidup mereka.

Gaya hidup pada wanita yang telah memiliki harga diri tinggi akan selalu menjadi pacuan mereka dalam menentukan sesuatu yang harus mereka dapatkan dalam hidup mereka. Gaya hidup setiap individu berbeda-beda dan memiliki ciri khas tertentu. Gaya hidup seseorang akan dinilai dari berbagai macam, seperti dari pengeluaran dan pendapatan suatu individu. Peneliti menemukan bahwa jika gaya hidup

seseorang wanita yang berpenghasilan tinggi akan menentukan bagaimana mereka akan meluangkan waktu untuk merawat diri mereka, wanita yang berpenghasilan tinggi cenderung memiliki gaya hidup yang memiliki standar tinggi pula, dimana gaya hidup hedonisme adalah salah satunya yang menjadi pola gaya hidup pada mereka yang berpenghasilan tinggi. Menurut Levan's & Linda (dalam Rianton, 2013) gaya hidup hedonis adalah pola perilaku yang dapat diketahui dari aktifitas, minat maupun pendapat yang selalu menekankan pada kesenangan hidup. Pola gaya hidup hedonisme berhubungan dalam menentukan harga diri setiap wanita yang berpenghasilan diatas rata-rata, mereka yang berpenghasilan diatas rata-rata tidak sedikit pula diantara mereka rela mengeluarkan hasil pendapatan mereka hanya untuk memuaskan diri mereka, seperti pergi untuk merawat diri, membeli pakaian-pakaian *branded*, dan produk yang harganya tidak murah. Demi diakui halayak ramai bahwa mereka adalah salah satu wanita cantik, wanita-wanita pada jaman sekarang dan terutama yang berpenghasilan tinggi tidak sedikit dari mereka rela berjuang untuk hal tersebut. Harga diri dan gaya hidup wanita yang rela mengeluarkan banyak materi hanya untuk memuaskan dirinya, juga berhubungan pada citra diri mereka.

Fenomena dari beberapa kasus yang diberitakan seperti kasus Melinda Dee, yang notabene dia adalah salah satu sosialita ibu kota dengan berpenghasilan sangat tinggi, memiliki penampilan yang sangat unik. Melinda Dee yang

berparas cantik, berpenghasilan tinggi, dan tidak sedikit memiliki barang-barang mewah, dari kacamatanya peneliti telah melakukan hipotesis awal dimana harga diri dan gaya hidup hedonisme berhubungan dengan *body image* seseorang. Cantik yang diinginkan setiap wanita berbeda-beda, beberapa dari mereka telah bersyukur dengan penampilan mereka, tidak perlu menghabiskan materi banyak untuk mendapatkan kepuasan atau nilai yang diterapkan dari masing-masing individu. Menurut Todd & Kent (dalam Picard, 2009) menyatakan bahwa banyak faktor, termasuk hubungan keluarga, persahabatan, dan penerimaan sosial mempengaruhi *body image* seseorang. Faktor-faktor tersebut akan mempengaruhi wanita dalam memandang dirinya. Menurut Gapinski, et.al (dalam Fortman, 2006) telah menunjukkan bahwa *body image* yang lebih rendah dan tingginya diri objektifikasi juga diduga terkait dengan peningkatan kecemasan.

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian yang berjudul “**Hubungan Antara Harga Diri Dan Gaya Hidup Hedonisme Dengan *Body Image***” dengan mengambil subyek wanita yang bekerja diperusahaan tambang batu bara. Bekerja disebuah perusahaan besar dengan pendapatan yang tinggi akan mempengaruhi setiap pandangan seseorang, dengan adanya tuntutan, tekanan sosial, dan pandangan orang lain akan menentukan harga diri, gaya hidup, dan *body image* seseorang.

Metode Penelitian

Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah metode kuantitatif korelasional.

Subyek Penelitian

Menurut Sugiono (2012:62, dalam Fitri Wahyuni, 2013) “Teknik sampling adalah merupakan teknik pengambilan sampel”. Menurut Sugiono (2012:68, dalam Fitri Wahyuni, 2013) “*Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu”. Individu yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah sebanyak 80 karyawan wanita perusahaan batu bara di samarinda.

Metode Pengumpulan Data

Alat ukur penelitian ini adalah alat ukur psikologi dengan skala Likert yang telah dimodifikasi menjadi empat kategori sehingga penilaian untuk setiap jawaban bergerak dari angka 1 sampai 4. (Hadi:2004).

Teknik Analisis Data

Untuk dapat melihat hasil dari hubungan antara harga diri dan gaya hidup hedonisme dengan *body image*, Maka penelitian ini menggunakan data yang bersifat kuantitatif, oleh karena itu data tersebut dianalisis dengan pendekatan statistik. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan *teknik analisis correlations/product moment* menggunakan SPSS (*Statistical Packade for Sosial Science*) 18 for Windows.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan hipotesis pertama antara variabel *body image* dengan variabel harga diri nilai signifikansi adalah $0,000 < 0,05$ yang berarti terdapat korelasi yang signifikan diantara kedua variabel pada karyawan wanita yang bekerja di perusahaan batu bara. Hasil uji korelasi antara *body image* dengan gaya hidup hedonisme, nilai signifikansi $0,015 < 0,05$ yang berarti terdapat korelasi yang signifikan, berarti bahwa ada hubungan antara gaya hidup hedonisme terhadap *body image* pada karyawan wanita yang bekerja di perusahaan batu bara. nilai signifikan antara harga diri dengan gaya hidup hedonisme adalah $0,025 < 0,05$ yang berarti terdapat korelasi yang signifikan. Dari ketiga variabel, semua variabel tersebut berkorelasi atau berhubungan atau berpengaruh antara satu dengan yang lainnya, karena dari hasil nilai $p > 0,05$.

Dari beberapa teori pula saling mendukung dengan adanya keterkaitan antara variabel. Harga diri berkorelasi dengan *body image*, gaya hidup berkorelasi dengan *body image*, dan begitu pula harga diri berkorelasi dengan gaya hidup hedonisme didalam penelitian ini. Gaya hidup hedonisme yang dapat dikontrol akan membawa kebaikan dalam cara berpikir untuk mendapatkan *body image* yang diinginkan. Begitu pula harga diri yang tinggi dapat membuat ekpekstasi terhadap *body image* baik pula.

Kesimpulan dan Saran

Penelitian ini meneliti tentang harga diri, gaya hidup hedonisme, dan *body image* pada karyawan wanita yang bekerja di perusahaan batu bara. Baik itu mengenai hubungan antara harga diri dengan *body image*, hubungan antara gaya hidup hedonime dengan *body image*, maupun hubungan *body image* terhadap harga diri dan gaya hidup hedonisme. Penelitian ini dilakukan di Perusahaan CV. Reski Jaya Abadi dibidang Batu Bara. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa dari hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa adanya korelasi di antara setiap variabel. Variabel harga diri berkorelasi dengan *body image*. Dimana artinya harga diri tinggi akan menimbulkan *body image* yang positif. Variabel gaya hidup hedonisme berkorelasi dengan *body image*. Antara ketiga variabel bersama-sama saling berkaitan satu sama lain didalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diajukan saran-saran, bagi karyawan karena pemikiran tentang *body image* yang rendah akan mengakibatkan sesuatu hal yang akan membawa pemikiran negatif tentang diri kita. Maka disarankan agar selalu berfikiran positif terhadap *body image*. Bagi perusahaan agar selalu menanamkan hal tentang bersosialisasi yang baik, karena aktifitas yang karyawan wanita rutini sangat berbeda dengan karyawan wanita yang bekerja di perkantoran biasa, karena seperti kita ketahui bekerja disebuah perusahaan dibidang batu bara akan membawa sesuatu kehidupan yang berbeda, sosialisasi yang bereda

pula dengan memberikan pelatihan, workshop dll, untuk meningkatkan interaksi sosial karyawan. Bagi peneliti selanjutnya, ada sumbangan dari variabel-variabrl lain yang bisa diangkat dalam penelitian selanjutnya. Bahwasanya penelitian inipun masih dipengaruhi oleh variabel-variabel lain yang bersangkutan, oleh karena itu diharapkan terus menggali dan mencari apakah ada hal yang berkorelasi dengan variabel *body image*, harga diri, atau gaya hidup hedonisme.

Daftar Pustaka

- Bestiana, Desti. (2012). *Citra Tubuh dan Konsep Tubuh Ideal Mahasiswi FISIP Universitas Airlangga Surabaya*. Vol. 1. No. 1. 1-11.
- Dariuszky, Goran. (2004). *Membangun Harga Diri*. CV. Pionir Jaya. Bandung.
- Fortman, Tyler, L. (2006). *The Effects of Body Image on Self-Efficacy, Self Esteem, and Academic Achievement*. [Thesis] The Ohio State University.
- Ikhsanifa, Nur. (2014). *Pengaruh Konformitas Dan Harga Diri Terhadap Kecenderungan Menjadi Korban Kekerasan (Bullying Victim) Pada Remaja*. [Skripsi] Universitas 17 Agustus Samarinda: Fakultas Psikologi.
- Indika Kinanti. (2010). *Gambaran Citra Tubuh Pada Remaja Yang Obesitas*. [Skripsi] Universitas Sumatra Utara.
- K. Ajeng, Rohma. (2010). *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Gaya Hidup Hedonisme Pada Remaja*. [Skripsi] Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Mukhlis, Ahkmad. (2013). *Berpikir Positif Pada Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh (Body Image Dissatisfaction)*. Jurnal Psikologi Islam. Vol, 10. No. 10. Thn 2013.
- Nisak, Khairatun. (2014). *Perbedaan Gaya Hidup Hedonisme Mahasiswa Psikologi Yang Tinggal Di Kos Dan Tinggal Di Rumah Orang Tua*. [Skripsi] Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim.
- Picard, Kelly, Marie. (2009). *Adolescent Body Image and Self-Esteem*. [Thesis] Ball State University.
- Rianton. (2013). *Hubungan Antara Konformitas Kelompok Teman Sebaya Dengan Gaya Hidup Hedonis Pada Mahasiswa Kabupaten Dhamasraya Di Yogyakarta*. [Skripsi] Universitas Ahmad Dahlan.
- Sorga Perucha, Iful Prameswari, Siti Aisah, Mifbakhuddin. (2013). *Hubungan Obesitas Dengan Citra Diri Dan Harga Diri Pada Remaja Putri Di Kelurahan Jombang Kecamatan Candisari Semarang*. Jurnal Keperawatan Komunitas. Vol. 01, No. 1, 52-61.
- Sparhawk, Julie. M. (2003). *Body*

Image And The Media: The Media's Influence On Body Image.
[Thesis] University of Wisconsin-Stout

Strickland, Angie. (2004). *Body Image And Self-Esteem: A Study Of Relationships And Comparisons Between More And Less Physically Active College Women.* [Thesis] The Florida State University.

Susanti. (2012). *Hubungan Harga Diri dan Psychological Well-Being Pada Wanita Lajang Ditinjau Dari Bidang Pekerjaan.* Vol. 1, No. 1.

Wahyuni, Fitri. (2013). *Pengaruh Profitabilitas Terhadap Harga Saham.* [Skripsi] Universitas Pendidikan Indonesia

Yosephin. (2008). *Hubungan Citra Tubuh Terhadap Perilaku Diet Mahasiswa Disalah Satu Fakultas Dan Program Vokasi Rumpun Sosial Humaniora.* [Skripsi] Universitas Indonesia.