

## HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DENGAN PERILAKU KONSUMTIF PADA MAHASISWI BIMBINGAN DAN KONSELING

### *CORRELATION BETWEEN BODY IMAGE AND CONSUMPTIVE BEHAVIOUR OF GUIDANCE AND COUNSELING STUDENTS*

Oleh: dewi septiyaningsih, bimbingan dan konseling, fakultas ilmu pendidikan universitas negeri yogyakarta, [dewi.septiyaningsih2015@student.uny.ac.id](mailto:dewi.septiyaningsih2015@student.uny.ac.id)

#### **Abstrak**

Penelitian ini dilakukan berdasarkan gejala-gejala perilaku konsumtif yang nampak pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan perilaku konsumtif pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Subjek penelitian adalah mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2015, 2016, dan 2017 sejumlah 126 mahasiswa. Alat pengumpulan data menggunakan skala citra tubuh dan skala perilaku konsumtif. Uji validitas instrument dengan expert judgement. Teknik analisis data menggunakan uji product moment Pearson. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara citra tubuh dengan perilaku konsumtif pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling ditunjukkan dengan  $r$  sebesar  $-0,210$  dan  $p$   $0,018$  ( $p < 0,05$ ). Variabel citra tubuh memberikan sumbangan atau pengaruh pada variabel perilaku konsumtif sebesar  $4,4\%$ .

Kata kunci: *citra tubuh, perilaku konsumtif*

#### **Abstract**

*This research was conducted based on symptoms of consumptive behaviour that appears in Guidance and Counseling students. This research aims to determine the correlation between body image and consumptive behavior of Guidance and Counseling students. The method used in this research is quantitative with the type of correlation research. The research subjects are 126 students from 2015, 2016, and 2017 classes of Guidance and Counseling. The data collection technique is using the scale of body image and the scale of consumptive behavior. The instrument validity is conducted by expert judgement. The technique of data analysis is using Pearson's product moment. The research results show that there was a significant negative correlation between body image and consumptive behavior of Guidance and Counseling students indicated by coefficient correlation value that is  $-0,210$  with the significance is  $0,018$  ( $p < 0,05$ ). Variable of body image contribute/influence to consumptive behavior of  $4,4\%$ .*

Keywords: *body image, consumptive behaviour*

#### **PENDAHULUAN**

Dewasa ini remaja putri menjadi pembeli paling implusif dalam pembelian produk-produk *fashion*. Pinasthi<sup>[11]</sup> menyatakan bahwa kelompok usia 18-24 tahun menjadi pembeli produk pakaian yang paling impulsif dalam laporan survei dari ThredUP pada tahun 2018. Selain produk *fashion*, remaja putri juga melakukan konsumsi terhadap produk-produk kecantikan dan perawatan tubuh demi menunjang penampilan fisik yang dimiliki.

Produk tersebut berupa kosmetik dan produk perawatan kulit serta wajah. Semakin berkembangnya tren kecantikan dan bervariasinya merek serta ragam produk kecantikan menyebabkan tingginya minat remaja putri terhadap pembelian produk-produk tersebut.

Sumartono<sup>[1]</sup> mengatakan bahwa perilaku konsumtif begitu dominan dikalangan mahasiswa. Hal tersebut terjadi karena secara psikologis usia mahasiswa berada dalam proses mencari identitas

diri dan sangat rentan terhadap pengaruh dari luar. Remaja sebagai kelompok yang mudah terpengaruh oleh teman sebaya, konformitas, suka ikut-ikutan, mudah terpengaruh tren, mudah terbuju rayu iklan sehingga mudah untuk menghabiskan uangnya untuk kebutuhan yang kurang bahkan tidak diperlukan. Faktor lingkungan memberikan peranan sangat besar terhadap pembentukan perilaku konsumtif seseorang<sup>[2]</sup>.

Diperkuat dengan pendapat dari Monks<sup>[3]</sup> bahwa konsumen mahasiswi memiliki kemampuan membeli yang tinggi karena pada umumnya mahasiswi memiliki ciri khas dalam pakaian, berdandan, gaya rambut, tingkah laku, kesenangan musik, pertemuan serta pesta. Kebanyakan dari mereka membelanjakan uangnya untuk keperluan tersebut. Keadaan yang demikian pada akhirnya mengarah pada perilaku konsumtif.

Mahasiswi dikatakan memiliki perilaku konsumtif apabila “besar pasak dari pada tiang” artinya lebih besar pengeluaran dari pada pemasukan yang dimiliki. Hakikatnya mahasiswi diberi uang saku yang diperuntukkan guna memenuhi kehidupan sehari-hari selama proses perkuliahan seperti pembelian peralatan penunjang kuliah atau kebutuhan mencetak dan menggandakan bahan pembelajaran. Akan tetapi, apabila mahasiswi membelanjakan uang saku yang seharusnya hanya cukup untuk kebutuhan perkuliahan namun ditambah dengan pembelian barang-barang penunjang penampilan maka dikatakan mahasiswi berperilaku konsumtif yang bermasalah.

Perilaku konsumtif pada remaja putri dapat terjadi salah satu penyumbangannya adalah adanya

ketidakpuasan remaja putri terhadap tubuh dan penampilan yang dimiliki atau biasa disebut dengan citra tubuh yang rendah. Rombe<sup>[4]</sup> mengemukakan bahwa banyaknya media yang menampilkan figur-figur remaja dan produk-produk remaja serta adanya ketidakpuasan terhadap kondisi tubuh mempengaruhi remaja untuk menjadi konsumtif pada penampilannya, sehingga mereka semakin boros dalam pengeluaran uang saku demi memperoleh penampilan yang menurut mereka ideal. Masalah yang utama dalam perilaku konsumtif pada mahasiswi adalah uang yang dikeluarkan dalam membeli produk-produk *fashion* dan kecantikan lebih besar dari pada pemasukan atau uang saku yang diperoleh mahasiswi. Apalagi mahasiswi belum memiliki penghasilan sendiri karena berfokus pada pendidikannya.

Rasa puas atau tidak puas dan bagaimana remaja menilai penampilan fisik dan bentuk tubuhnya disebut dengan citra tubuh. Citra tubuh atau *body image* merupakan imajinasi subjektif yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya, khususnya yang terkait dengan penilaian orang lain, dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi ini<sup>[5]</sup>. Pada masa remaja citra tubuh dinilai sangat penting. Hal ini karena penilaian atas penampilan fisik dan tubuhnya memiliki pengaruh dalam lingkungan sosial, sehingga mereka akan berupaya untuk terus meningkatkan penampilan yang dimiliki.

Kepuasan terhadap penampilan fisik individu dapat didukung dengan pemakaian busana beserta aksesoris penunjang penampilan yang menarik. Pada hal ini tentunya dibutuhkan produk-produk *fashion* dan kecantikan seperti

pakaian, alas kaki, tas, bedak, pewarna bibir, dan produk-produk kecantikan lain yang digunakan oleh remaja. Pembelian atau konsumsi terhadap produk-produk diatas menyebabkan remaja putri merasa puas akan penampilan fisik yang dimilikinya kini.

Fenomena yang terjadi pada kalangan mahasiswi Bimbingan dan Konseling saat ini banyak mahasiswi yang menggunakan barang *fashion* atau mengonsumsi produk kecantikan dan perawatan tubuh guna memperoleh penampilan diri yang menarik. Hal ini mendorong timbulnya perilaku konsumtif pada mahasiswi. Padahal jika ditelaah barang-barang tersebut bukan merupakan kebutuhan pokok bagi seorang mahasiswa.

Idealnya citra tubuh seseorang adalah positif, sehingga jika ia memiliki citra tubuh positif maka tidak akan memiliki perilaku konsumtif yang tinggi. Apalagi bagi mahasiswi Bimbingan dan Konseling yang merupakan calon konselor dan guru BK hendaknya memiliki citra tubuh yang tinggi karena akan berhadapan langsung dengan klien serta siswa yang memungkinkan memiliki permasalahan citra tubuh sehingga sangat penting untuk menampilkan penampilan yang baik.

Perilaku konsumtif terhadap barang-barang *fashion* dan produk-produk kecantikan serta perawatan tubuh pada mahasiswi yang muncul akibat adanya citra tubuh yang rendah menjadi sebuah masalah karena mahasiswi yang hakikatnya sedang menuntut ilmu di perguruan tinggi tidak memiliki penghasilan tetap yang dapat digunakan untuk membeli produk-produk penunjang penampilan tersebut. Akibat terdapat ketidakpuasan akan penampilan dan tubuh

menyebabkan citra tubuh rendah, sehingga remaja berupaya meningkatkan citra tubuh dengan pengonsumsi produk-produk *fashion* dan kecantikan yang kemudian memunculkan perilaku konsumtif akan produk-produk tersebut pada remaja putri. Apabila citra tubuh yang dimiliki sudah baik maka tidak terdapat perilaku konsumtif pada mahasiswi.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih dalam mengenai hubungan antara citra tubuh dengan perilaku konsumtif dikalangan mahasiswi Bimbingan dan Konseling.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel citra tubuh dengan variabel perilaku konsumtif pada mahasiswi Bimbingan dan Konseling.

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di Program Studi Bimbingan dan Konseling FIP UNY Karangmalang No. 1, Caturtunggal, Depok, Sleman, D. I. Yogyakarta. Adapun waktu penelitian yaitu pada bulan April 2019.

### **Subjek Penelitian**

Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswi Bimbingan dan Konseling FIP UNY. Populasi penelitian dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswi Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2015, 2016 dan 2017

sejumlah 185 mahasiswi. Adapun jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian berjumlah 126 mahasiswi.

### Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian adalah skala psikologis. Penelitian ini menggunakan skala citra tubuh dan skala perilaku konsumtif berupa pertanyaan-pertanyaan dengan jawaban yang berbentuk skala kesesuaian atau ketidaksesuaian terhadap pernyataan. Skala citra tubuh yang menunjukkan kesesuaian atau ketidaksesuaian tersebut dinyatakan dalam empat bentuk pilihan jawaban yang meliputi “Sangat Sesuai”, “Sesuai”, “Tidak Sesuai”, dan “Sangat Tidak Sesuai”. Setiap pilihan jawaban memiliki skor penilaian berbeda-beda, mulai dari satu sampai dengan empat. Sedangkan skala perilaku konsumtif memilih atau mencentang setiap pernyataan yang sesuai dengan yang dirasakan oleh diri sendiri yang dinyatakan dalam empat bentuk pilihan jawaban yang meliputi “Selalu”, “Sering”, “Kadang-kadang”, dan “Jarang”. Nilai setiap pilihan bergerak dari 1 sampai 4.

### Validitas dan Reliabilitas

Penelitian ini menggunakan validitas konstruk. Validitas konstruk digunakan karena menurut Sugiyono<sup>[6]</sup> instrumen yang digunakan untuk mengukur sikap cukup memenuhi validitas konstruk. Untuk menguji validitas ini digunakan pendapat dari ahli (*expert judgement*). Pengujian oleh ahli dilakukan setelah instrumen disusun sesuai dengan kisi-kisi instrumen.

Pengujian reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan rumus *Alpha Chronbach*. Rumus *Alpha Chronbach* digunakan untuk mencari reliabilitas instrumen yang skornya bukan 1 dan 0, misal angket atau soal bentuk uraian<sup>[7]</sup>. Realibilitas skala citra tubuh adalah sebesar 0,952 sedangkan reliabilitas skala perilaku konsumtif sebesar 0,919.

### Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini akan menggunakan uji persyaratan analisis dan uji hipotesis. Uji persyaratan analisis berupa uji normalitas dan uji linearitas, selanjutnya dilakukan uji hipotesis. Uji hipotesis dilakukan menggunakan uji korelasi *Product Moment* dari Pearson dalam menganalisis hipotesis pada penelitian ini dengan perhitungan melalui *SPSS 25 for Windows*.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### a. Citra Tubuh

Variabel citra tubuh (X) diukur melalui skala citra tubuh yang terdiri atas 37 item pernyataan dengan 4 alternatif jawaban dimana memiliki rentang skor 1 sampai skor 4, sehingga skor minimal yang dapat diperoleh sebesar 37 dan skor maksimal yang dapat diperoleh sebesar 148.

Berikut adalah tabel sebaran data kategori citra tubuh pada mahasiswi Bimbingan dan Konseling.

Tabel 1. Sebaran data kategorisasi citra tubuh

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	13	10,3%
Sedang	113	89,7%
Rendah	0	0%
Jumlah	126	100%

Sumber : Data Primer Diolah, 2019

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswi Bimbingan dan Konseling memiliki citra tubuh dengan kategori tinggi sebanyak 13 mahasiswi (10,3%), kategori sedang sebanyak 113 mahasiswi (89,7%), dan kategori rendah sebanyak 0 mahasiswi (0%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswi program studi Bimbingan dan Konseling memiliki citra tubuh dalam kategori sedang.

**b. Perilaku Konsumtif**

Variabel perilaku konsumtif (Y) diperoleh melalui skala perilaku konsumtif yang terdiri atas 32 item pernyataan dengan 4 alternatif jawaban dimana memiliki rentang skor 1 sampai skor 4, sehingga skor minimal yang dapat diperoleh sebesar 32 dan skor maksimal yang dapat diperoleh sebesar 128.

Berikut adalah tabel sebaran data perilaku konsumtif mahasiswi Bimbingan dan Konseling.

Tabel 2. Sebaran Data Perilaku Konsumtif Mahasiswi Bimbingan dan Konseling

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	1	0,8%
Sedang	46	36,5%
Rendah	79	62,7%
Jumlah	126	100%

Sumber: Data Primer Diolah, 2019

Hasil penelitian menunjukkan mahasiswi program studi Bimbingan dan Konseling memiliki perilaku konsumtif dengan kategori rendah sebanyak 62,7%, kategori sedang sebanyak 36,5%, dan kategori tinggi sebanyak 0,8%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswi program studi Bimbingan dan Konseling memiliki perilaku konsumtif dengan kategori rendah.

**c. Uji Prasyarat Analisis**

**1. Uji Normalitas**

Pada uji normalitas diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,200 lebih besar dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa data yang diuji terdistribusi normal. Hasil uji normalitas disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 3. Hasil uji normalitas One Sample Kolmogorov-Smirnov Test

			Skor
N			126
Normal Parameters	Mean	<i>a,b</i>	100,0000
		Std. Deviation	12,57237
Most Extreme Differences	Absolute		,049
		Positive	,049
Test Statistic	Negative		-,037
		Asymp. Sig. (2-tailed)	,200

- a. Test distribution is Normal
- b. Calculated from data

**2. Uji Linearitas**

Pada uji linearitas diperoleh nilai signifikansi 0,101 lebih besar dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan linier secara signifikan antara variabel citra tubuh dan variabel perilaku konsumtif.

**d. Uji Hipotesis**

Diketahui bahwa nilai koefisien korelasi sebesar 0,018 dengan tingkat signifikansi sebesar -0,210. Dengan demikian citra tubuh memiliki hubungan negatif yang signifikan terhadap perilaku konsumtif. Hasil uji hipotesis *product momen* disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 4. Hasil uji *product moment* Correlations

		Citra Tubuh	Perilaku Konsumtif

Citra Tubuh	Pearson Correlation	1	-,210*
	Sig. (2-tailed)		,018
	N	126	126
Perilaku Konsumtif	Pearson Corelation	-,210*	1
	Sig. (2-tailed)	,018	
	N	126	126

\*Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh bahwa citra tubuh memiliki hubungan yang negatif dan signifikan terhadap perilaku konsumtif mahasiswi Bimbingan dan Konseling. Maka dengan demikian dapat diartikan bahwa hipotesis yang berbunyi “terdapat hubungan negatif antara citra tubuh dengan perilaku konsumtif pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling” dapat diterima.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebanyakan mahasiswi Bimbingan dan Konseling sebagai subjek penelitian memiliki citra tubuh dengan kategori sedang. Kategori sedang yang diperoleh dari hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa mahasiswi Bimbingan dan Konseling memiliki citra tubuh yang positif.

Citra tubuh pada mahasiswi mayoritas berkategori sedang, artinya kebanyakan mahasiswi Bimbingan dan Konseling merasa bahwa penampilan secara keseluruhan yang dimilikinya sekarang sudah cukup menarik. Seperti yang dikemukakan oleh Chaplin<sup>[8]</sup> bahwa citra tubuh merupakan ide seseorang mengenai betapa penampilan badannya menarik dihadapan orang lain. Mahasiswi telah menerima keadaan tubuhnya dan merasa cukup puas tetapi masih

berupaya untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan diri. Hal ini ditunjukkan dengan gambaran individu yang lebih banyak memilih indikator orientasi penampilan yaitu melakukan usaha agar tampak menarik, memperbaiki cara berpakaian, melakukan perawatan kecantikan (wajah dan tubuh), menggunakan masker wajah, melakukan luluran, dan melakukan olahraga teratur. Wajar bila kebanyakan mahasiswi Bimbingan dan Konseling saat ini memiliki citra tubuh dalam ketagori sedang karena didukung oleh bagaimana individu ingin meningkatkan kualitas diri yaitu penampilan dengan melakukan upaya-upaya tersebut.

Pada usia mahasiswi mereka akan mengupayakan penampilan yang lebih menarik dengan cara mencocokkan warna dan gaya dalam berpakaian terkini, menggunakan riasan wajah seperti lipstik dan bedak, melakukan pembelian aksesoris atau barang penunjang penampilan, dan usaha-usaha lain untuk tampil lebih menarik. Seperti yang diungkapkan oleh Bell dan Rushforth<sup>[9]</sup> bahwa individu berupaya merawat tubuhnya dengan pakaian, kosmetik, membentuk model rambut dan sebagainya sehingga dapat membuat dirinya senang dan bangga terhadap penampilan fisik yang dimiliki. Selain itu, peraturan di sekolah yang lebih ketat dalam mengatur penggunaan pakaian (seragam), aksesoris dan riasan wajah daripada peraturan di lingkungan kampus menyebabkan mahasiswi lebih bebas dan berani untuk mengeksplor dirinya. Dapat dikatakan lingkungan kampus mendukung mahasiswi untuk memiliki citra tubuh yang lebih tinggi atau positif.

Mahasiswi tahun angkatan 2015 menempati posisi tertinggi untuk citra tubuh, hal ini dapat disebabkan karena mahasiswi angkatan 2015 sudah tidak memiliki beban kuliah. Sistem Kredit Semester (SKS) yang ditempuh oleh mahasiswi angkatan 2015 hanya tinggal SKS untuk Tugas Akhir Skripsi. Oleh karena itu, mahasiswi angkatan 2015 sudah tidak terlalu banyak memiliki beban perkuliahan dan lebih bebas untuk mengekspresikan diri dan lebih memberi perhatian pada penampilan dirinya. Berbeda dengan angkatan 2016 dan 2017 yang memiliki beban perkuliahan lebih banyak karena menempuh banyak SKS berupa teori dan praktikum sehingga waktu yang dimiliki tidak terlalu banyak untuk mengeksplor diri dan penampilan.

Pada hasil penelitian ini, tidak ditemukan mahasiswi yang memiliki citra tubuh dalam kategori rendah. Berdasarkan hal tersebut, peneliti berasumsi bahwa mahasiswi yang memiliki citra tubuh tergolong rendah kemungkinan merupakan mahasiswi yang secara tidak sengaja tidak terpilih menjadi subjek penelitian.

Rendahnya perilaku konsumtif pada mahasiswi ini kemungkinan dikarenakan mahasiswi menyadari pentingnya prioritas kebutuhan dalam mengonsumsi barang atau jasa dan dapat menempatkan kebutuhan di atas keinginan atau kesenangan semata. Hal ini ditunjukkan dengan gambaran responden yang banyak memilih item-item negatif pernyataan perilaku konsumtif seperti membeli produk karena kualitas bukan merek, membeli produk karena kebutuhan, tidak tertarik membeli produk hanya karena kemasan, tetap percaya diri meski memakai produk murah.

Berdasarkan hasil penelitian seperti yang telah dipaparkan di atas bahwa citra tubuh memiliki hubungan negatif yang signifikan terhadap perilaku konsumtif mahasiswi Bimbingan dan Konseling. Hal ini berarti semakin tinggi (positif) citra tubuh mahasiswi Bimbingan dan Konseling maka akan semakin rendah perilaku konsumtifnya. Sebaliknya, apabila semakin rendah (negatif) citra tubuh mahasiswi Bimbingan dan Konseling FIP UNY maka semakin tinggi perilaku konsumtifnya. Besarnya sumbangan citra tubuh untuk perilaku konsumtif sebesar 4,4%, sisanya berasal dari faktor lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini. Dengan demikian pada penelitian ini variabel citra tubuh bukan menjadi faktor utama yang dapat menimbulkan perilaku konsumtif pada mahasiswi Bimbingan dan Konseling. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi timbulnya perilaku konsumtif menurut Engel, Blackwell dan Miniard<sup>[10]</sup> antara lain kebudayaan, kelas sosial, kelompok referensi, situasi, keluarga, kepribadian, konsep diri, motivasi, pengalaman belajar dan gaya hidup.

Citra tubuh ditinjau dari aspek kognitif yaitu berhubungan dengan pikiran dan keyakinan yang berkaitan dengan bentuk dan penampilan tubuh. Mahasiswi yang tidak puas atas keadaan dirinya melakukan berbagai cara dan upaya demi mencapai kepuasan atas tubuh dan penampilan sesuai apa yang ia pikirkan dan yakini. Salah satu upayanya adalah melakukan konsumsi terhadap produk fashion dan kecantikan. Pembelian produk fashion dan kecantikan secara berlebihan dan tidak rasional yang dilatarbelakangi oleh citra tubuh rendah merupakan perilaku konsumtif.

Implikasi Bimbingan dan Konseling dalam menangani permasalahan terkait citra tubuh dan perilaku konsumtif pada siswa atau mahasiswa yaitu dengan konseling Cognitive Behavior Therapy (CBT) yang berfokus atau menyasar pada citra tubuh sebagai kognitif dan perilaku konsumtif sebagai behaviornya. Pada penanganan citra tubuh dan perilaku konsumtif dengan Cognitive Behavior Therapy (CBT) konselor atau guru BK dapat menggunakan teknik *bibliotherapy*, menghentikan pikiran, atau *convert conditioning* untuk mencapai pikiran dan perilaku yang diharapkan. Mahasiswi yang sudah puas dan menerima keadaan yang diri serta tubuhnya akan lebih menghargai dirinya sendiri sehingga ia tidak akan memiliki perilaku konsumtif demi mencapai keadaan atau kondisi yang ideal menurutnya.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dalam penelitian ini, dapat ditarik simpulan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara citra tubuh dengan perilaku konsumtif pada mahasiswi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta. Hal ini ditunjukkan dengan koefisien korelasi sebesar -0.210 dan p sebesar 0,018 maka hubungan kedua variabel tersebut negatif dan signifikan. Artinya semakin tinggi citra tubuh maka semakin rendah perilaku konsumtif dan begitu pula sebaliknya.

### Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian penelitian ini bagi guru Bimbingan dan Konseling maupun konselor dapat dijadikan landasan dalam

menangani permasalahan citra tubuh dan perilaku konsumtif melalui konseling dengan menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan berfokus pada masalah citra tubuh sebagai kognitif dan perilaku konsumtif sebagai *behavior*.

### Saran

#### 1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling dan Konselor

Guru Bimbingan dan Konseling dan Konselor diharapkan agar mampu menangani permasalahan perilaku konsumtif dan citra tubuh dengan menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT).

#### 2. Bagi Mahasiswi Bimbingan dan Konseling

Mahasiswi Bimbingan dan Konseling diharapkan agar dapat menerima dirinya secara keseluruhan serta tidak membandingkan diri dengan orang lain agar memiliki citra tubuh yang baik. Mahasiswi diharapkan agar mampu mengelola keuangan dengan skala prioritas berdasarkan kebutuhan, bukan hanya keinginan atau kesenangan semata.

#### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang ingin meneliti topik yang sama dapat lebih memperluas populasi subjek penelitian dan menambah variabel-variabel lain yang belum disertakan dalam penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1]Sumartono. (2002). *Terperangkap dalam iklan*. Bandung: Alfabeta.
- [2]Hidayah, R. W. (2015). Perilaku konsumtif dalam membeli produk *fashion* pada mahasiswa putri di surakarta. *Naskah publikasi*. Surakarta: UMS.



- [3] Monks, F. J., & Knoers, A.M.P. (2004). *Psikologi perkembangan: pengantar dalam berbagai bagianya*. (Alih Bahasa: Siti Rahayu Haditono). Yogyakarta: UGM Press.
- [4] Rombe, S. (2014). Hubungan body image dan kepercayaan diri dengan perilaku konsumtif pada remaja putri di sma n 5 samarinda. *Ejournal Psikologi Fisip Unmul*, 2(1), 76-91
- [5] Reber, A. S., & Reber, E. S. (2010). *Kamus psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- [6] Sugiyono. (2017). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta.
- [7] Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- [8] Chaplin, J. P. (2011). *Kamus lengkap psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- [9] Bell, Lorraine dan Rushforth, Jenny. (2008). *Overcoming Body Image Distrubance: A Progran for People with Eating Disorder*. New York: Routledge.
- [10] Engel, J., Blackwell, Roger D., dan Miniard, Paul W. (2008). *Perilaku konsumen. jilid 1*. Alih Bahasa F.X Budiyanto. Tangerang: Binarupa Aksara.
- [11] Pinasthi, Tri Shanies, dkk. (11 Maret 2019). Baju rental, tampil mahal dengan modal minimal. Diakses pada tanggal 12 Maret 2019 dari <https://www.validnews.id/Baju-Rental--Tampil-Mahal-Dengan-Modal-Minimal-nNu>.