

**PEGARUH *BODY SHAMING* TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI
MAHASISWA UIR DI MEDIA SOSIAL**

SKRIPSI

**Kepada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Strata Satu Psikolog**



**AJENG LAKSMINI
168110195**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU
2022**

**Dokumen ini adalah Arsip Milik :
Perpustakaan Universitas Islam Riau**

LEMBAR PENGESAHAN

PENGARUH *BODY SHAMING* TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI
MAHASISWA UNIVERSITAS ISLAM RIAU DI MEDIA SOSIAL

AJENG LAKSMINI

168110195

Telah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Pada Tanggal
27 FEBRUARI 2022

DEWAN PENGUJI

TANDA TANGAN

Irma Kusuma Salim, M.Psi., Psikolog



Ahmad Hidayat, S.Th.I., M.Psi., Psikolog

Juliarni Siregar, M.Psi., Psikolog

**Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi**

Pekanbaru, _____

Mengesahkan
Dekan Fakultas Psikologi

(Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog)

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Ajeng Laksmi

NPM : 168110195

Judul Skripsi : Pengaruh *Body Shaming* Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa Universitas Islam Riau Di Media Sosial

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah murni hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu Perguruan Tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat satupun karya atau pendapat yang pernah ditulis atau dipublikasikan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis telah diacu dalam skripsi ini dan telah disebutkan seluruhnya secara sistematis pada daftarpustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan pernyataan ini, maka saya bersedia gelar keserjanaan saya dicabut.

Pekanbaru, 2022

Yang Menyatakan,

Ajeng Laksmi

NPM. 168110195

PERSEMBAHAN

Atas izin Allah SWT dengan rasa hormat dan penuh kasih skripsi ini ku persembahkan khusus untuk :

Alm. MAMA DAN BAPAK YANG SELALU MENDO'AKAN, MEMBERIKAN SEMANGAT DAN SELALU MEMBERI KASIH SAYANG TIADA HENTINYA KEPADAKU.

SERTA ABANG-ABANG, KAKAK, DAN ADEK YANG SELALU MENYEMANGATI, MENGAJARI, MEMBIAYAI KEPERLUAN SELAMA KULIAH.

SEMOGA KELULUSAN INI DAPAT MEMBANGGAKAN KALIAN



MOTTO

JANGAN MEMBANDINGKAN HIDUPMU DENGAN HIDUP ORANGLAIN.
KAMU HANYA TAK TAHU APA YANG TERJADI DIBALIK LAYAR
MEREKA



Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh,

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kepada Allah SWT, karena berkat rahmat dan Hidayahnya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik. Salawat serta salam kepada jujungan ulama Nabi Muhammad SAW yang telah membimbing umat manusia dari alam kegelapan ke alam yang berilmu pengetahuan seperti yang kita rasakan saat ini.

Penulisan skripsi ini adalah sebagai tugas akhir di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau untuk memperoleh syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Psikologi Strata Satu (S1) pada jurusan Ilmu Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Pekanbaru. Adapun judul skripsi ini adalah “Pengaruh *Body Shaming* Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa Uniersittas Islam Riau Di Media Sosial”.

Dalam menyelesaikan penulisan dan penyusunan skripsi ini penulis telah banyak mendapatkan bimbingan dan pengarahan serta motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya terutama kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Syafrinaldi., S.H.,M.C.,L selaku Rektor Universitas Islam Riau yang telah memberikan kesempatan penulis menimba ilmu pengetahuan di Universitas ini.

2. Bapak Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang telah memberikan kesempatan dan kepercayaan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Dr. Fikri, S.Psi.,M.Si, selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Univeristas Islam Riau
4. Ibu Lisfariska Napitupulu M.Psi., Psikolog, selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Univeristas Islam Riau
5. Ibu Yulia Herawati.,S.Psi., MA, selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Univeristas Islam Riau
6. Ibu Juliarni Siregar,M.Psi.,Psikolog selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Sekaligus Penguji II dalam ujian skripsi saya.
7. Bapak Didik Widiantoro.M.Psi., selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Univeristas Islam Riau
8. Ibu Irma Kusuma Salim M.Psi.,Psikolog selaku Dosen Pembimbing Akademik dan Pembimbing Skripsi yang telah banyak membantu meluangkan waktu serta pikiran dalam memberikan bimbingan dan arahan yang sangat berguna kepada penulis,sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
9. Bapak Ahmad Hidayat S.Th.,M.Psi.,Psikolog selaku Penguji I dalam ujian skripsi saya .

10. Bapak/Ibu dosen dan staff karyawan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terimakasih atas dukungannya yang sangat bermanfaat bagi penulis,serta telah memberikan ilmu dan berbagai pengalaman selama proses belajar di fakultas psikologi Univeritas Islam Riau.
11. Terimakasih kepada Orang Tua penulis Bapak dan Mama (bapak Muchtar dan mama alm.Fauziah Marzuki) yang selama ini telah memberikan dukungan dan motivasi utama bagi saya untuk dapat segera menyelesaikan skripsi ini,serta keluarga yang lain, ibu Mariati marzuki, selaku ibu pengganti mama . Abang pertama Delfitrah Adrian,abang kedua Okto Rio, kakak perempuan Ivrawati, dan adek bungsu yang paling saya sayangi Rizki Amanda. Kak Fitri Kak Fika,Kak Husna,Bang Ari Dan dua keponakan yang sangat lucu Rasyid Dan Raka. Yang selalu memberikan motivasi serta dukungan kepada penulis.
12. Terimakasih untuk diri sendiri yang mau mengerjakan skripsi,mau berjuang,mau memperbaiki,mau maju dan tegar hingga saat ini.
13. Terimakasih kepada sahabat seperjuangan Welmi,Iki,Ipit,Tia,icut,fatur, agus dan Abrian
14. Terimakasih kepada para teman dan sahabat tongkrongan di Kampoenng Tengah yang turut membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
15. Kepada semua pihak yang telah bersedia membantu selama proses penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis ucapkan terimakasih atas bantuan,dukungan dan motivasinya.
Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi banyak orang.

Semoga Allah SWT memberi dan melipat gandakan pahala segala amal baik kepada semua pihak yang telah membantu penulis selama penulisan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran berharga dari semua pihak, dan mohon maaf apabila ada kekhilafan atau kesalahan yang penulis lakukan selama ini.

Pekanbaru,2022

Penulis

Ajeng Laksmi



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PENGSAHAN.....	
HALAMAN PERNYATAAN.....	
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	
HALAMAN MOTTO	
KATA PENGANTAR.....	
DAFTAR ISI.....	
DAFTAR TABEL.....	
DAFTAR LAMPIRAN	
ABSTRACK.....	
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Kepercayaan Diri	6
2.1.1 Pengertian Kepercayaan Diri.....	6
2.1.2 Aspek-aspek Kepercayaan Diri	7
2.1.3 Faktor yang mempengaruhi Kepercayaan Diri.....	8

2.2	<i>Body Shaming</i>	10
2.2.1	Pengertian <i>Body Shaming</i>	10
2.2.2	Aspek-aspek <i>Body Shaming</i>	11
2.2.3	Jenis-jenis <i>Body Shaming</i>	12
2.2.4	Dampak <i>Body Shaming</i>	13
2.3	Media Sosial.....	14
2.3.1	Pengertian Media Sosial	14
2.3.2	Fungsi Media Sosial	15
2.3.3	Bentuk-bentuk Media Sosial	16
BAB III METODE PENELITIAN		
3.1	Identifikasi Variabel Penelitian.....	18
3.2	Definisi Operasional.....	18
3.2.1	<i>Body Shaming</i>	18
3.2.2	Kepercayaan Diri.....	19
3.3	Subjek Penelitian.....	19
3.3.1	Populasi	19
3.3.2	Sampel Penelitian	20
3.3.3	Teknik Pengambilan Sampel.....	20
3.4	Metode Pengumpulan Data.....	20
3.4.1	Skala <i>Body Shaming</i>	21
3.4.2	Skala Kepercayaan Diri	22
3.5	Validitas dan Reliabilitas	23

3.5.1	Validitas	23
3.5.2	Reliabilitas.....	24
3.6	Metode Analisis Data.....	25
3.6.1	Uji Normalitas	24
3.6.2	Uji Linearitas	25
3.6.3	Uji Hipotesis.....	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		
4.1	Pelaksanaa Penelitian	27
4.2	Hasil Penelitian	27
4.2.1	Deskripsi Subjek Penelitian.....	27
4.2.2	Kategorisasi Data Penelitian.....	28
4.2.3	Uji Asumsi.....	32
4.3	Pembahasan.....	35
BAB V PENUTUP		
5.1	Kesimpulan.....	40
5.2	Saran.....	40
DAFTAR PUSTAKA		41
LAMPIRAN.....	

DAFTAR TABEL

3.1	<i>Blueprint Skala Body Shaming Setelah Try Out</i>	21
3.2	<i>Blueprint Skala Kepercayaan Diri Setelah Try Out</i>	22
4.1	Sampel Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	27
4.2	Data Sebaran Fakultas	28
4.3	Rumus Kategorisasi	29
4.4	Gambaran Hipotetik dan Empirik Variabel <i>Body Shaming</i>	30
4.5	Kategorisasi Variabel <i>Body Shaming</i>	30
4.6	Gambaran Hipotetik dan Empirik Variabel Kepercayaan Diri	31
4.7	Kategorisasi Variabel Kepercayaan Diri	31
4.8	<i>One Sample Kolmogrov Smirnov Test</i>	32
4.9	ANOVA	33
4.10	Hasil Uji Hipotesis 1	34
4.11	Hubungan masing-masing Variabel	35

**PEGARUH *BODY SHAMING* TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI
MAHASISWA UIR DI MEDIA SOSIAL**

**AJENG LAKSMINI
168110195**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

ABSTRAK

Memiliki rasa percaya diri atau memiliki kepercayaan diri membantu individu dalam menjalankan interaksi terhadap lingkungan sekitarnya. Media sosial dapat memengaruhi rasa percaya diri. Gambar-gambar tubuh sempurna di perlihatkan pada media sosial bisa menciptakan rasa kecemasan dan rasa tidak aman bagi individu. Bahkan hingga membuat mereka malu dengan tubuh sendiri yang diakibatkan komentar dan kritikan orang lain. Sebuah perlakuan individu dengan memberikan pendapat ataupun komentar untuk individu ataupun dirinya sendiri terkait dengan kondisi tubuhnya yakni definisi dari *body shaming*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa UIR di media sosial. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 270 orang mahasiswa yang dipilih menggunakan *Insidental sampling*. Penelitian ini menggunakan skala *body shaming* dan skala kepercayaan diri. Analisis yang digunakan yaitu regresi linear sederhana. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara *body shaming* dan kepercayaan diri pada mahasiswa UIR di media sosial. Dengan nilai t sebesar -6,186 dan sig sebesar 0,000 ($p < 0.05$). adapun sumbangan efektifnya *body shaming* terhadap kepercayaan diri adalah sebesar 12,5 %, dimana sisanya yaitu 87,5% dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata Kunci : kepercayaan diri, *body shaming*, media sosial, dan mahasiswa.

**THE INFLUENCE OF BODY SHAMING ON THE CONFIDENCE OF UIR
STUDENTS IN SOCIAL MEDIA**

**AJENG LAKSMINI
168110195**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

ABSTRACT

Having self-confidence or having self-confidence helps the individual in carrying out interactions with the surrounding environment. Social media can affect self-confidence. Pictures of perfect bodies displayed on social media can create feelings of anxiety and insecurity for individuals. Even to the point of making them ashamed of their own bodies caused by other people's comments and criticism. An individual treatment by giving opinions or comments to the individual or himself related to his body condition, namely the definition of body shaming. This study aims to determine whether there is an effect of body shaming on self-confidence in UIR students on social media. The subjects in this study were 270 students who were selected using purposive sampling. This study uses a body shaming scale and a self-confidence scale. The analysis used is quantitative analysis. The results of this study indicate that there is an influence between body shaming on self-confidence in UIR students on social media. With a t value of -6.186 and a sig of 0.000 ($p < 0.05$). as for the effective contribution of body shaming to self-confidence is 12.5%, where the remaining 87.5% is influenced by other factors.

Keywords: self-confidence, body shaming, social media, and students.

تأثير *Body Shaming* على تفاعل الطلاب في الجامعة الإسلامية رياو في الوسائل الاجتماعية

أجينج لأكسمني

168110195

كلية علم النفس

الجامعة الاسلامية الرياوا

UNIVERSITAS ISLAM RIAU

المخلص

كان التفائل يساعد الفرد في معاملة مع البيئة التي تعيش فيها الفرد. ويؤثر الوسائل التعليمية على التفائل. وأما صور جسد الناس كاملا الذي يعرض في الوسائل الاجتماعية فيستطيع ظهور الخوف وشعور غير الأمن للفرد. بل الحياء بجسده لأن التعليقات من الآخرين. إن السلوك المتعلق بإعطاء التعليقات للشخص أو لنفسه عن أحوال جسده فهذا يسمى با *Body Shaming*. يهدف هذا البحث إلى معرفة هل وجود تأثير *Body Shaming* على تفائل الطلاب في الجامعة الاسلامية رياو في الوسائل الاجتماعية. ويتكون أفراد البحث على 270 طالبا الذي تختارهم الباحثة باستخدام *Insidental sampling*. يستخدم البحث مقياس *body shaming* ومقياس التفائل وأما التحليل المستخدم هو *regresi linear sederhana*. ودلت نتيجة البحث على أن وجود تأثير واثقي بين *body shaming* والتفائل لدى الطلاب في الجامعة الاسلامية الرياوية في الوسائل الاجتماعية ونتيجة $t = -6.186$ و $sig < 0.05$ ($p < 0.000$). وأما نتيجة مشاركة من *body shaming* على التفائل لدى الطلاب دلت على 12.5% والباقي 87.5% يؤثره العوامل الأخرى.

الكلمات الرئيسية: التفائل، *body shaming*، الوسائل الاجتماعية، الطلاب

BAB I

1.1 Latar Belakang

Memiliki rasa percaya diri atau memiliki kepercayaan diri membantu individunya dalam menjalankan interaksi terhadap lingkungan sekitarnya. Memiliki rasa percaya diri dapat membuat individu memiliki kemampuan seperti komunikasi, ketegasan, penampilan diri, dan pengendalian perasaan. Karakteristik kepercayaan diri batin membuat orang merasa bahwa kepribadiannya dalam keadaan baik. Keyakinan batin dapat dilihat dari kemampuan yaitu cinta diri, pemahaman diri, tujuan positif, dan pemikiran positif (Patari, DzakwanAchhmad Limpad. 2021).

Kepercayaan diri merupakan sebuah rasa yakin jika dirinya bisa berhasil serta memiliki usaha dan kemauan yang keras, sekaligus sadar dan mencari kelebihan terhadap kemampuan atau potensinya tanpa mendengarkan komentar-komentar miring (sumbang) yang bisa melemahkannya hingga nantinya bisa menyusun rancangan yang benar-benar matang (Mastuti & Aswi, 2008).

Berkembangnya media komunikasi serta teknologi sangat mendukung banyak aspek di kehidupan yang serba modern ini, contohnya internet yang semakin memperlihatkan adanya beragam *trend* yang perkembangannya cukup pesat di berbagai kalangan masyarakat. Khususnya munculnya *trend* terkait gaya hidup kalangan wanita contohnya terkait kesehatan, perawatan tubuh, serta kecantikan yang perkembangannya sangat pesat. Di zaman yang serba modern ini, hampir semua orang menggunakan lebih dari satu media sosial untuk berbagai keperluan.

Media sosial merupakan media penghubung dengan bantuan jaringan internet sehingga memudahkan penggunanya untuk melakukan komunikasi secara virtual atau *online*. Namun kenyataannya media sosial menjadi salah satu pemicu yang dapat membuat penggunanya mengalami krisis kepercayaan diri. Dengan menggunakan media sosial, individu akan berfokus kepada media sosial untuk berkomunikasi dengan orang lain dan membuat penggunanya merasa menurunnya rasa percaya diri dan membuat penggunanya lupa untuk berkomunikasi secara langsung (Jeko. 2017).

Pada beberapa individu media sosial dapat memengaruhi rasa percaya diri. Gambar-gambar tubuh sempurna di perlihatkan pada media sosial bisa menciptakan rasa kecemasan dan rasa tidak aman bagi individu. Bahkan hingga membuat mereka malu dengan tubuh sendiri. Hasil survey yang menunjukkan bahwa jutaan anak muda di Inggris mengkhawatirkan citra tubuh mereka. Kekhawatiran tentang citra tubuh dapat menyebabkan masalah kesehatan mental. Dalam beberapa kasus, terkait dengan melukai diri sendiri dan pikiran, serta perasaan bunuh diri (Cristiyaningsih, 2019).

Fenomena yang terlihat dengan media sosial yang sangat mudah digunakan dan dengan mudahnya orang-orang yang membandingkan diri mereka dengan orang lain. Hal inilah yang terjadi pada orang-orang yang terus membandingkan diri mereka dengan orang lain seperti model atau hasil gambar editan. Inilah yang menjadi faktor berkurangnya rasa percaya diri dan berdampak negative pada kepercayaan diri (Sindonews, 15 Februari 2022)

Sebuah perlakuan individu dengan memberikan pendapat ataupun komentar untuk individu ataupun dirinya sendiri terkait dengan kondisi tubuhnya yakni definisi dari *body shaming*. Dalam hal ini, komentar yang diucapkan tidak tergolong kritikan yang sifatnya membangun, tetapi bermaksud membuat seseorang merasa malu dengan cara mencela fisiknya. Chaplin (2005) juga menjelaskan bahwa perilaku perkataan yang berupa komentar terhadap tubuh seseorang ataupun penampilannya disebut *body shaming*.

Body shaming sudah termasuk perundungan secara verbal atau kata-kata bahkan dalam berinteraksi sehari-hari tidak jarang terselip candaan yang berujung pada perlakuan *body shaming*. Perilaku *body shaming* dapat membuat seseorang semakin tidak nyaman bahkan tidak percaya diri terhadap penampilan fisiknya dan mulai menutup diri pada lingkungan masyarakat. Korban *body shaming* bisa siapa saja dan dari berbagai kalangan baik itu orang tua, dewasa, remaja, anak-anak, bahkan bayi pun bisa mendapatkan perlakuan *body shaming* (Yoanda, Suarti & Muzanni, 2021).

Fathi (2011) dalam penelitiannya menyebutkan bila individu yang terkena *body shaming* berat badannya seperti dikecam dan dikritik oleh teman sebaya karena ukuran mereka gemuk cenderung merasa takut, stress, cemas, malu, serta hilangnya kepercayaan pada dirinya. Dampak dari *body shaming* tersebut membuat korban melakukan berbagai cara untuk menurunkan berat badan dengan taktik berbahaya

seperti muntah yang diinduksikan. Sehingga menimbulkan upaya bunuh diri diantaranya.

Kasus *body shaming* yang terjadi di Indonesia masih banyak terjadi, walaupun tindakan *body shaming* sudah menjadi salah satu tindakan melanggar hukum yang diatur dalam UU ITE (informasi dan Transaksi elektronik) No. 11 Tahun 2008, Pasal 27 Ayat (3) seperti yang sudah dirubah oleh UU No.19 Tahun 2016. Namun perilaku ini masih banyak di jumpai, dan yang menjadi pelaku tindakan *body shaming* adalah orang terdekat seperti keluarga atau teman. Dampak *body shaming* dapat menimbulkan tingkat kepercayaan diri turun, seseorang akan mulai membenci dirinya sendiri dan selalu merasa bahwa dirinya kurang. Seseorang yang sering mendapatkan perlakuan *body shaming* juga bisa menjadi depresi, merasa ada yang salah dengan dirinya, menurunnya tingkat motivasi, jatuhnya harga diri, dan lain sebagainya (Pramudita, Rafasah Alvira. 2021).

Berdasarkan pemaparan fenomena yang terjadi diatas, hal inilah yang memotivasi peneliti untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri Mahasiswa UIR di Media Sosial”.

1.2 Rumusan Masalah

Bersumber dari pemaparan latar belakang masalah diatas, peneliti menyusun rumusan masalah yakni apakah ada “Pengaruh *Body Shaming* terhadap Kepercayaan Diri di Media Sosial pada Mahasiswa UIR?”.

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan peneliti yaitu, untuk mengetahui apakah ada pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri di media sosial pada mahasiswa UIR.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Harapannya, penelitian ini bisa menambahkan sumber literatur ataupun referensi dalam bidang psikologi, terutama psikologi sosial dan klinis. Selain itu diharapkan bisa menjadikan wawasan/pengetahuan yakni bila objektivitas diri berlebih yang menghasilkan *body shaming* bisa mengakibatkan seseorang mengalami risiko terganggunya kesehatan psikologis (mental).

1.4.2 Manfaat Praktis

Harapannya penelitian ini bisa memudahkan individu untuk menyadari penilaian tubuh mereka dan dampak apa yang diakibatkan oleh *body shaming*, menyadari keadaan tubuh serta tidak menilai secara sewenang-wenang terhadap tubuhnya dan dapat mencintai diri sendiri dan selalu percaya diri dengan kondisi tubuhnya.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kepercayaan Diri

2.1.1 Pengertian Kepercayaan Diri

Menurut Willis (2012) definisi dari kepercayaan diri ialah suatu rasa yakin dalam diri individu atas kemampuannya dalam menggulangi sebuah masalah dengan kondisi sebaik mungkin serta bisa memberi sesuatu yang menyenangkan individu lainnya. Menurut pendapat yang dikemukakan Antony (2012), kepercayaan diri ialah sebuah sikap dalam diri seseorang yang bisa menerima kenyataan, bisa mengembangkan keadaan diri, berpikir positif, mempunyai kemandirian serta mempunyai kemampuan guna memiliki serta mewujudkan semua hal yang diinginkan.

Lauster (2012) juga menjelaskan apabila kepercayaan diri didapat dari sebuah pengalaman hidup. Rasa percaya diri menjadi suatu aspek kepribadian yang berwujud rasa yakin atas kemampuan dalam diri individu oleh karena itu tidak dapat dipengaruhi oleh oranglain serta bisa bertindak sebagaimana dengan keinginan, tanggung jawab, toleransi, optimis, serta gembira.

Suatu kekuatan yang bisa membuat individu menjadi berkembang dan senantiasa memperbaiki dirinya serta berperilaku dengan keyakinan penuh, dalam apapun, serta masalah yang dihadapinya dalam keadaan apapun dirinya tetap berupaya meraih cita-cita ialah ciri-ciri dari kepercayaan diri (Elfiky, 2009). Dalam

hal ini, bila individu tidak memiliki rasa percaya diri dalam hidupnya, maka ia akan hidup di bawah bayangan individu lainnya, dimana dirinya merasa ketakutan kepada suatu hal, dengan demikian orang tersebut menjadi tidak memiliki keberanian untuk keluar dari zona nyaman sebab rasa takutnya bila terjadi kegagalan.

Berdasarkan beberapa teori diatas, simpulannya yakni definisi dari kepercayaan diri adalah sebuah keyakinan yang ada dalam diriseseorang mengenai kemampuan yang dimilikinya serta tidak berpengaruh dengan orang lain agar bisa mewujudkan semua hal yang dikehendaki.

2.1.2 Aspek-aspek Kepercayaan Diri

Individu yang memiliki rasa kepercayaan diri tentunya menjadi lebih yakin atas kemampuannya, dengan demikian segala bentuk permasalahan yang dihadapi dapat ditanganinya. Individu yang rasa percaya diri akan senantiasa memberikan pertanggung jawabannya atas setiap kebijakan (keputusan) yang diambilnya. Menurut Kauster 2012 aspek-aspek kepercayaan diri sebagai berikut:

- a. Keyakinan, kemampuan diri yakni suatu positif seseorang mengenai pribadinya sendiri. Dirinya bisa bersungguh-sungguh terhadap hal yang dikerjakannya.
- b. Optimis ialah suatu sifat positif dalam diri individu yang senantiasa berpandangan baik ketika menghadapi semua hal tentang diri dan kemampuan yang dimilikinya.

- c. Objektif, yakni sikap seseorang yang menganggap permasalahan sebagaimana dengan fakta yang sesungguhnya, atau tidak didasarkan pada persepsinya atau kebenaran menurutnya.
- d. Bertanggung jawab, yakni kesediaan individu guna menanggung semua hal yang sudah menjadi akibatnya.
- e. Rasional dan realistis, yakni analisis atas kejadian, suatu hal, serta permasalahan yang menggunakan pemikiran yang bisa dinalar serta sejalan dengan fakta yang ada.

Bersumber dari uraian pendapat ahli tersebut, bisa disimpulkan bila kepercayaan diri individu terdiri dari bermacam aspek-aspek, yaitu realistis, rasional, bertanggung jawab, objektif, optimis, serta keyakinan.

2.1.3 Faktor yang mempengaruhi Kepercayaan Diri

Menurut Anthony (2012) ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, yaitu;

- a. Konsep diri

Menurut Anthony 2012 terbentuknya kepercayaan diri pada seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperbolehkan dalam pergaulannya dalam suatu kelompok. Hasil interaksi yang terjadi akan menghasilkan konsep diri.

b. Harga diri

Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri yang positif pula. Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Santono 2012 berpendapat bahwa tingkat harga diri seseorang akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang.

c. Pengalaman

Sebuah pengalaman bisa memunculkan kepercayaan diri individu. Namun, sebuah pengalaman pun dapat menurunkan tingkat kepercayaan diri individu. Menurut Antony 2012, sebuah pengalaman masa lalu menjadi aspek utama dalam proses menumbuhkan kepribadian yang sehat.

d. Pendidikan

Aspek pendidikan memberi pengaruh besar pada tingkat kepercayaan diri individu. Bila individu memiliki tingkat pendidikan yang tinggi maka dirinya pun mempunyai kepercayaan diri yang tinggi pula. Di sisi lain, tingkat pendidikan rendah membuat individu tergantung serta posisinya dibawah kekuasaan individu lainnya yang memiliki kepandaian yang lebih.

Bersumber dari pendapat ahli tersebut bisa diketahui bahwa beberapa aspek (faktor) yang mempengaruhi tingkat kepercayaan diri meliputi tingkat pendidikan, pengalaman, harga diri, serta konsep diri individu tersebut.

2.2 *Body Shaming*

2.2.1 Pengertian *Body Shaming*

Damanik (2018) menjelaskan *Body shame* merupakan perasaan malu akan salah satu bentuk bagian tubuh ketika penilaian orang lain dan penilaian diri sendiri tidak sesuai dengan diri ideal yang diharapkan individu. Hal tersebut membuat individu merasa perilaku, kepribadian, aktifitas, pikiran dan perasaan atau emosi menjadi memalukan.

Brigitta, dkk (2018) mendefinisikan *body shaming* sebagai bentuk kekerasan verbal-emosional, dimana pelaku sering tidak menyadarinya sebab secara umum dipersepsikan sebagai sesuatu yang wajar. Sedangkan *body shaming* yang dijelaskan Chaplin (2005) adalah suatu tindakan atau perkataan berupa komentar terhadap citra diri individu, penampilan, serta fisiknya.

Menurut Fauziah dan Rahmiaji (2019) *body shaming* termasuk kedalam *bullying* (kekerasan) yang secara verbal dan dapat menyebabkan trauma psikis karena ucapan yang menyakitkan seseorang, seperti mempermalukan didepan umum sehingga membuat individu tersebut menjadi malu. Jika perlakuan ini berlangsung terus menerus korban tidak hanya mendapatkan trauma secara psikis, akan tetapi individu yang menjadi korban itu akan berdampak pada tindakan dan perilakunya. *Body shaming* akan membuat individu semakin merasa tidak nyaman dan tidak aman terhadap penampilan fisiknya dan mulai menutup diri baik terhadap lingkungan dan orang-orang disekitarnya.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas yang menjelaskan *body shaming* adalah sebuah tindakan yang dapat merugikan orang lain dan termasuk kedalam kekerasan verbal yang merugikan oranglain untuk berkomentar atau berkeritik tentang tubuh atau citra tubuh orang lain.

2.2.2 Aspek-aspek *Body Shaming*

Vargas (Chairani, 2018) yang menjelaskan tentang aspek-aspek *body shaming* sebagai berikut;

1. Mengomentari diri sendiri serta membandingkannya dengan oranglain yang dianggap ideal. Misalnya seseorang yang melibatkan dirinya lebih gemuk daripada oranglain.
2. Mengomentari penampilan atau fisik seseorang di depan orang tersebut dan memmbandingkannya dengan oranglain. Seperti mengatakan bahwa orang tersebut memiliki kulit yang gelap sehingga harus memakai pemutih wajah.
3. Mengomentari penampilan atau fisik orang lain tanpa sepengetahuan orang tersebut.seperti mengosipkan penampilan teman yang pakaiannya terlihat kurang bagus atau tidak pantas.

Berdasarkan aspek *body shaming* yang dijelaskan oleh Vargas adalah mengomentari diri sendiri dan membandingkan dirinya dengan orang lain, mengomentari penampilan serta mengomentari penampilan orang lain.

2.2.3 Jenis-jenis *Body Shaming*

Fauziah dan Rajmiaji (2019) menjelaskan pendapatnya tentang bentuk atau jenis-jenis *body shaming* ke dalam beberapa bagian, yaitu;

1. *Fat shaming*,

Fat shaming adalah sebuah tindakan memberikan komentar/kritik terhadap ukuran tubuh individu sebagaimana dengan standar tubuh ideal. Caranya yakni memanggil individu itu dengan sebutan hewan yang tubuhnya berukuran sangat besar, contohnya panda, badak, gajah, dan lainnya. Dimana komentarnya itu memperlihatkan bila individu yang dinilai gemuk masuk dalam kategori ini.

2. *Skinny shaming*

Skinny shaming ini berbeda dengan *fat*, definisi dari *skinny* ialah memberikan komentar/kritik terhadap tubuh orang yang berukuran kecil, dimana ukurannya ini tidak sesuai dengan ukuran standar ideal tubuh. Contohnya yakni memanggilnya dengan sebutan gizi buruk, kurang gizi, kurus, dan sebagainya.

3. Tubuh berbulu/Rambut Tubuh

Tumbuh bulu atau rambut tubuh seperti memberikan komentar ataupun kritik terhadap tubuh individu sebab rambut yang ada di tubuhnya, contohnya memiliki sedikit alis sehingga dirinya dipanggil tuyul, ataupun mempunyai alis lebat sehingga dipanggil kera.

4. Warna Kulit

Bentuk *body shaming* warna kulit ini seperti memberikan kritik ataupun komentar individu atas pigmen kulit individu yang dimilikinya, contoh panggilan ‘*black*’ sebab warna kulit yang dimiliki agak gelap.

Berdasarkan pendapat yang dijelaskan diatas, ada empat jenis bentuk *body shaming* yaitu, *fat shaming*, *skinny shaming*, tubuh berbulu atau rambut tubuh dan warna kulit.

2.2.4 Dampak *Body Shaming*

Sakinah (2018) menjelaskan ada beberapa dampak dari perilaku *body shaming* antara lain;

1. Memiliki perasaan tidak aman dan merasa kehilangan kepercayaan diri

Seseorang yang menjadi korban atau seseorang yang mengalami perilaku *body shaming* cenderung menjadi tidak percaya diri karena merasa dirinya berbeda dengan orang lain, hal seperti inilah yang akan mempengaruhi kepribadiannya.

2. Memiliki keinginan untuk bisa menjadi ideal

Seseorang yang mengalami tindakan *body shaming* cenderung berkeinginan untuk menjadi lebih ideal dengan tujuan untuk diterima lingkungan dan orang disekitarnya. Terkadang hanya berupa candaan, namun bagi beberapa orang sering kali melakukan tindakan nekat hanya untuk menjadikan dirinya ideal dimana orang lain, contoh tindakan nekatnya seperti melakukan diet ketat, mengkonsumsi suplemen

penggemuk, serta sampai melakukan olahraga ekstrim yang membahayakan kondisi fisiknya.

Berdasarkan penjelasan diatas, dampak dari perilaku *body shaming* adalah, seseorang yang mengalami perilaku *body shaming* cenderung akan merasa tidak aman serta kehilangan kepercayaan diri dan memiliki keinginan untuk menjadikan tubuhnya ideal agar diterima di lingkungan dan orang disekitarnya.

2.3 Media Sosial

2.3.1 Pengertian Media Sosial

Definisi dari media komunikasi (sosial) yakni suatu bagian dari komunikasi interpersonal yang memberi sarana/fasilitas bagi orang yang melakukan komunikasi tidak langsung (Hernandez, 2005). Seiring dengan teknologi yang berkembang pesat, kemunculan internet menghilangkan adanya keterbatasan waktu serta jarak suatu lokasi, oleh karena itu memudahkan individu saling melakukan komunikasi dengan sesamanya di manapun serta kapanpun. Dimana komunikasi yang menggunakan media internet ini yang akhirnya dikenal dengan sebutan media sosial.

Selanjutnya, Yunus (2010) mengemukakan bila media sosial merupakan media yang tersambung dengan akses (jaringan) internet sehingga memudahkan penggunaanya untuk saling berkomunikasi secara online (virtual). Bersumber dari pendapat Tapscoot & William (2010), media sosial juga dikenal dengan sekelompok aplikasi berbasis internet dimana fungsiya dijalankan dengan partisipasi penggunaanya dengan membuat isi, merubahnya, berkontribusi pada dialog masyarakat, serta

menggabungkan beberapa media. Selanjutnya, Jalonen (2004) menyatakan jika secara umum suatu media sosial diartikan sebagai bentuk alat komunikasi yang digunakan antar individu dimana mereka bisa menciptakan, membagi, serta saling bertukar informasi dalam *networks*(jaringan internet). Tidak hanya itu, Ahlqvist (2018) mengatakan bila media sosial juga disebut dengan suatu komunikasi yang menggunakan mediasi kompoturisasi, contohnya chat online serta email yang memudahkan penggunaannya dalam bertukar isi (konten) lewat internet.

Bersumber dari sejumlah pendapat yang dikemukakan ahli di atas, simpulan yang didapat yakni media sosial ialah suatu media terkomputerisasi berwujud aplikasi yang tersambung internet serta memudahkan pengguna dalam berkomunikasi online (tidak langsung) dalam jaringan internet (*networks*).

2.3.2 Fungsi media sosial

Menurut Jalonen (2014), terdapat bermacam fungsi utama yang dimiliki media sosial dalam perannya sebagai alat berkomunikasi, diantaranya yakni:

a. Media komunikasi (*communication*)

Dalam hal ini, media sosial memfasilitasi dengan berbagai alat, menyatakan pendapat, berdiskusi, mempublikasikan isi, serta menyimpan.

b. Media Kolaborasi

Suatu media sosial memudahkan penggunaannya untuk menciptakan konteks kolektif serta merubah konteks tersebut tanpa kendala tempat dan waktu.

c. Media penghubung

Fungsi media sebagai penghubung yakni memberikan cara terbaru dalam membangun jaringan (*networks*) dengan individu lainnya, menciptakan dunia virtual, serta memperkenalkan profilnya pada masyarakat.

d. Media pelengkap

Dalam media sosial terdapat alat yang memungkinkan pengguna dalam melengkapi konten dimana caranya yakni dengan menunjukkan keterkaitan antar konten, menandai konten, menyaring informasi ataupun menambahinya.

e. Media penggabung

Salah satu fungsi lainnya yakni media sosial sebagai penghubung, atau yang dikenal dengan sebutan *mash-up*. Dimana media ini memudahkan pengguna dalam membuka konten dari beragam aplikasi, mencampurkan, serta menggabungkannya.

2.3.3 Bentuk-bentuk Media sosial

Jalonen (2014) mengklasifikasikan bentuk media sosial yang dilakukan secara tidak langsung lewat jaringan internet, antara lain:

- a. *Mikroblog* (contohnya : *linkedln, google+, twitter*)
- b. *Blog* (contohnya: *facebook, wordpress, blogger*)
- c. *Videocasts* (contohnya: *YouTube, Tiktok*)
- d. *Podcasts* (contohnya: *iTunes*)
- e. Forum diskusi (contohnya: *Kaskus, Apple support communitie,*)
- f. *Media Sharing system* (contohnya: *instagram, dropbox, slideShare*)

- g. *Shared workspaces* (contohnya: *googleDocs*)
- h. Pesan instan (contohnya: *LINE, whatsapp, skype*)
- i. *Wikis* (contohnya: *drama Wiki, wikipedia*)
- j. *Mash-ups* (contohnya: *Foursquare, Google Maps*)

Bersumber dari penjelasan diatas, simpulannya yakni media sosial bisa ditemui dalam beragam bentuk. Dimana bentuknya tersebut tidak terbatas pada wujud tulisan saja, namun bisa berbentuk suara, gambar, ataupun kombinasi antara ketiga bentuk tersebut.

2.4. Kerangka Berpikir Teoritis



BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Identifikasi Variabel Penelitian

Bersumber dari rancangan hipotesis yang telah diajukan, selanjutnya dibuatlah variabel penelitian yakni:

1. X (Variabel bebas) : *Body Shaming*
2. Y (Variabel terikat) : Kepercayaan Diri

3.2 Defenisi operasional

Berdasarkan pada judul ini tentang pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri, maka identifikasi hanya identifikasi dua variabel yaitu : Kepercayaan Diridan *Body Shaming*

3.2.1 Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah sebuah kesadaran untuk yakin pada kemampuan yang dimiliki, paham atas kekurangan diri, memiliki rasa optimis, berfikir Rasional dan bertanggung jawab. Kepercayaan diri seseorang berbeda satu sama yang lain, yaitu kepercayaan diri yang tinggi menghasilkan aktualisasi diri yang baik, dan merealisasikan segala kemampuan diri, menyelesaikan permasalahan dan mencari solusi masalah, Namun kepercayaan diri yang rendah akan kesulitan mengeluarkan potensi yang memunculkan rasa malu.

Kepercayaan diri diukur dengan menggunakan skala kepercayaan diri yang disusun oleh Pangestianto (2018) berdasarkan aspek-aspek kepercayaan diri yang dikemukakan oleh Kauster (2012) yaitu keyakinan akan kemampuan diri, optimis,

objektif, bertanggung jawab, dan aspek rasional atau realistis. Semakin tinggi skor skala mengungkapkan semakin tinggi kepercayaan diri, begitupun sebaliknya jika semakin rendah skor skala maka mengungkapkan semakin rendah kepercayaan diri.

3.2.2 *Body Shaming*

Definisi dari *body shaming* ialah suatu perlakuan memberikan kritikan, komentar, ataupun pendapat terhadap kondisi tubuh individu lainnya ataupun dirinya sendiri. Dimana bentuk kritiknya itu tidak membangun, tetapi justru bermaksud memermalukan ataupun menjatuhkannya dengan celaan fisik. Dalam hal ini, memberikan komentar pada diri sendiri seperti kurang bersyukur ataupun rasa rendah diri juga termasuk sebagai *body shaming*.

Body shaming diukur dengan menggunakan skala *body shaming* yang disusun oleh Sari (2020) yang berdasarkan aspek *body shaming* yang dikemukakan oleh Vargas (Chairani, 2018) yaitu mengomentari penampilan, membandingkan fisi dan mengomentari fisik. Semakin tinggi skor skala menunjukkan semakin tinggi *body shaming*, begitujuga sebaliknya semakin rendah skor skala maka menunjukkan semakin rendah *body shaming*.

3.3 Subjek Penelitian

3.3.1 Populasi penelitian

Arti dari populasi dalam hal ini ialah suatu objek dalam penelitian, diantaranya peristiwa, udara, tumbuhan, hewan, dan manusia sehingga bisa digunakan sebagai sumber data penelitian (Bungin, 2011). Terdapat sebuah

karakteristik yang ditentukan dalam penelitian yakni subjek yang berjenis kelamin laki-laki ataupun perempuan yang tergolong sebagai mahasiswa UIR yang aktif.

Adapun yang dijadikan sebagai populasi oleh peneliti yakni semua mahasiswa aktif UIR (Universitas Islam Riau) jumlahnya 27.657 mahasiswa yang diperkirakan menggunakan media sosial, dari 9 Fakultas diantaranya sebagai berikut: a) Hukum 2.873, b) Agama Islam 1.321, c) Teknik 4.483, d) Pertanian 2.190, e) Ekonomi 5.015, f) Fkip 5.426, g) Fisipol 3.995, h) Psikolog 1.045, i) Fikom 1.309.

3.3.2 Sampel Penelitian

Sugiyono (2011) menjelaskan jika sampel penelitian ialah total dari sebagian yang terdapat dalam populasi, kemudian Bungin (2011) juga menyatakan bila sampel penelitian ialah wakil dari setiap populasi. Definisi lainnya menyatakan bila sampel penelitian ialah sebagian dari total keseluruhan populasi (Azwar, 2017). Bila populasi berjumlah sangat banyak, sampel yang digunakan yakni perwakilan dari tiap populasi yang didapatkan.

Peneliti menentukan sampel penelitian memakai tabel Isacc dan Michael serta tingkat kesalahan menggunakan 10% yaitu 270 orang mahasiswa UIR.

3.3.3 Teknik Pengambilan Sampel

Dalam penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik Insidental sampling, yang dimana merupakan metode penetapan responden untuk dijadikan sampel dalam penelitian berdasarkan kebutuhan (Sugiyono, 2018).

3.4 Metode pengumpulan data

Peneliti mengumpulkan data dengan metode kuantitatif, dimana dalam penggunaannya dibantu dengan skala. Definisi dari skala ialah suatu susunan pertanyaan yang berfungsi dalam mengungkapkan tujuan penelitian (Azwar, 2017). Definisi lainnya menyatakan bila skala ialah sekumpulan dari pernyataan sikap yang ditulis, disusun, serta dianalisis sebagaimana mestinya sehingga bisa dilakukan penskoran terhadap jawaban responden dan selanjutnya diinterpretasikan (Bungin, 2011). Agar mendapatkan hasil yang akurat peneliti menggunakan dua skala yaitu:

3.4.1 Skala *Body Shaming*

Skala *body shaming* yang digunakan disusun oleh Sari (2020), dengan mengacu pada aspek *body shaming* yang dikemukakan oleh Vargas (Chairani, 2018) terdiri dari tiga aspek *body shaming* yaitu, mengomentari penampilan, membandingkan fisik dan mengomentari fisik. Skala *body shaming* terdiri dari 26 aitem yang terdiri dari aitem *favourable* dan *unfavourable*.

Aitem skala *body shaming* disusun menggunakan model skala Likert yang terdiri empat kategori jawaban yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Apabila subjek menjawab SS untuk aitem *favorable* maka akan diberi skor SS (4) dan jika S (3), TS (2), dan STS (1). Sedangkan pada *unfavorable* subjek menjawab SS mendapatkan skor SS (1), S (2), TS (3), dan STS (4).

Tabel 3.1
Blueprint Skala Body Shaming Setelah Try Out

<i>Aspek</i>	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Jumlah
Mengomentari Penampilan	1,2,3,7,8,19	4,5,6,9,10,21	12
Membandingkan Fisik	23,24	25,26	4
Mengomentari Fisik	11,12,13,17,18	14,15,16,20,22	10
Jumlah	13	13	26

3.4.2 Skala Kepercayaan Diri

Skala Kepercayaan Diri yang disusun oleh Pangestianto (2018) berdasarkan aspek Kepercayaan Diri yang dijelaskan oleh Kauster (2012). Aspek Kepercayaan Diri terdiri dari lima aspek yaitu, keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab dan aspek rasional dan realistis. Skala kepercayaan diri terdiri dari 18 aitem *favourable* dan *unfavourable*.

Aitem skala kepercayaan diri disusun menggunakan model skala Likert yang terdiri empat kategori jawaban yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Apabila subjek menjawab SS untuk aitem *favorable* maka akan diberi skor SS (4) dan jika S (3), TS (2), dan STS (1). Sedangkan pada *unfavorable* subjek menjawab SS mendapatkan skor SS (1), S (2), TS (3), dan STS (4).

Tabel 3.2
Blueprint Skala Kepercayaan Diri Setelah Try Out

<i>Aspek</i>	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Jumlah
Keyakinan akan kemampuan diri	1,13	2	3
Optimis	3	4,9,15	4
Objektif	5,10,16	12,6	5
Bertanggung Jawab	8,17	18	3
Rasional dan Realistis	11	7,14	3
Jumlah	9	9	18

3.5 Validitas dan Reliabilitas

Menurut Gronlound (2009), karakteristik utama yang harus dimiliki sebuah alat ukur diklasifikasikan menjadi karakter validitas, reabilitas dan tingkat kegunaannya.

3.5.1 Validitas dan Alat Ukur

Validitas berasal dari kata *validity* yang berarti sejauh mana akurasi suatu tes atau skala dalam menjalankan pengukurannya (Azwar, 2015). Validitas sering dikonsepsikan sebagai kemampuan suatu tes untuk mengukur secara akurat atribut yang seharusnya diukur. Apabila suatu instrument mampu menghasilkan skor yang mendeskripsikan atribut yang diukur secara akurat maka instrument tersebut dapat dikatakan valid.

Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi (*content validity*), berkaitan dengan kemampuan suatu instrument mengukur (konsep) yang harus diukur (Azwar,2012). Validitas isi berpusat pada hubungan dari pernyataan yang telah disediakan berdasarkan aturan yang benar untuk mengungkap apakah setiap aitem pernyataan sudah dapat menjadi wilayah yang akan diukur.

Pada penelitian ini menggunakan skala *body shaming* yang disusun oleh Sari (2020) yang telah diuji validitasnya dengan validitas isi (*content validity*) sebesar $r > 0,176$. Sedangkan skala kepercayaan diri disusun oleh Pangestianto (2018) yang telah diuji validitasnya dengan validitas isi (*content validity*) dengan $r > 0,377$.

3.5.2 Reliabilitas Alat Ukur

Kata reliabilitas merupakan terjemahan dari kata Reliability, reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu proses pengukuran dapat dipercaya (Azwar,2012). Suatu pengukuran yang menghasilkan data dengan tingkat reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliable. Reynold (2006) mengatakan bahwa reliabilitas mengacu pada kestabilan hasil penilaian atau disebut juga dengan kekonsistenan.

Pada penelitian ini menggunakan skala *body shaming* yang disusun oleh Sari (2020) dengan skor reliabilitas sebesar 0,918. Sedangkan skala kepercayaan diri disusun oleh Pangestianto (2018) dengan skor validitas sebesar 0,946.

3.6 Metode Analisis Data

Dalam penelitian ini menggunakan metode analisis data kuantitatif. Suatu metode analisa didefinisikan sebagai prosedur yang dilakukan guna mengetahui jawaban dari rumusan masalah penelitian. Dimana penggunaan metode ini bertujuan

dalam memperoleh kesimpulan dari hasil penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik analisis berupa kuantitatif korelasi, yang tujuannya yakni guna mengetahui terkait adanya pengaruh antara variabel independen terhadap variabel dependen ataukah tidak. Proses analisis data dilakukan dengan bantuan program SPSS versi 22. Dalam perhitungannya akan dilakukan beberapa uji diantaranya yakni:

3.6.1 Uji Normalitas

Suatu prosedur yang dipakai guna mengetahui jawaban dari rumusan masalah penelitian disebut dengan metode analisis data. Dimana metode ini bertujuan guna memperoleh kesimpulan dari hasil penelitian. Jenis teknik yang dipakai dalam penelitian ini ialah kuantitatif korelasi, yang tujuannya yakni membuktikan adakah pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Uji normalitas dengan teknik statistik *One Sample Kolmogorov-Smirnov* dengan nilai besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data variabel berdistribusi normal. Uji normalitas dilakukan menggunakan program SPSS 22.0 *for windows*.

3.6.2 Uji Linearitas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linier atau tidak secara signifikan. Uji linieritas ini dilakukan dengan menggunakan program SPSS 22.0 *for windows* dengan menggunakan *Test for Linierity* dengan taraf signifikansi 0,05.

3.6.3 Uji Hipotetis

Uji hipotesis bertujuan untuk mengetahui pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa UIR di media sosial. Sesuai dengan jenis penelitian ini yaitu penelitian korelasional yang bertujuan untuk menguji hipotesis tentang ada tidaknya pengaruh antara dua variabel maka akan digunakan teknik analisis *Simple Linier Regression* (Regresi Linier Sederhana) dengan program SPSS 22.0 *for windows*. Uji hipotesis dihaahar berdasarkan nilai signifikansi (sig.) lebih kecil $r <$ dari nilai probabilitas 0,05, maka ada pengaruh antara variabel *body shaming* (X) terhadap variabel kepercayaan diri (Y).



BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Pelaksanaan Penelitian

Peneliti mengumpulkan data melalui penyebaran skala kepada subjek, dimana skala tersebut terdiri dari dua jenis skala diantaranya yakni: Skala I (*Body Shaming*), dan skala II (Kepercayaan Diri). Penelitian dilakukan pada tanggal 20 September- 04 November. Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa/mahasiswi Universitas Islam Riau. Dari dua skala yang diberikan kepada responden seluruhnya diisi serta tidak ada satu pun nomor yang dilewati responden. Pada saat pengisian skala tidak ada jawaban yang dinilai salah, sehingga seluruh jawabannya diterima, sesuai dengan keadaan diri pada subjek. Pelaksanaan penelitian lapangan dilakukan dengan menggunakan *google form* dengan link <https://forms.gle/whNf9tX9ckhFPq4b9> yang disebarakan.

4.2 Hasil penelitian

4.2.1 Deskripsi demografi subjek penelitian

Dari 270 sampel yang didapatkan menggunakan uji deskriptif maka diperoleh gambaran sampel ditinjau dari jenis kelamin dengan jumlah yakni:

Tabel 4.1
Sampel Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis kelamin	Jumlah	Persentase (%)
Laki – Laki	83	14.1%
Perempuan	187	85.9%
Jumlah	270	100%

Pada tabel 4.1 dapat dilihat 14.1% sampel berjenis kelamin laki-laki (83responden) dan 85,9% jenis kelaminnya perempuan (187responden). Artinya sampel perempuan dalam penelitian ini lebih banyak dibandingkan sampel laki-laki. Selanjutnya berdasarkan fakultas maka sebaran data sebagai berikut:

Tabel 4.2
Data Sebaran Fakultas

Fakultas	Frequency	Percent
Agama islam	15	4,5%
Ekonomi	23	6,9%
Fisipol	28	8,4%
Psikologi	122	36,6%
Pertanian	25	7,5%
Teknik	18	5,4%
Hukum	12	3,6%
Fkip	27	8,1%
Jumlah	270	100%

Bersumber dari data perolehan yang disajikan dalam tabel 4.2 diatas bisa diketahui bila pada Fakultas Agama Islam terdapat 15 responden, Fakultas Ekonomi 23 responden, Fakultas Fisipol 28 responden, Fakultas Psikologi 122 responden, Fakultas Pertanian 25 responden, Fakultas Teknik 18 responden, Fakultas Hukum 12 responden dan Fakultas Fkip 27 responden. Pada tabel tersebut Fakultas Psikologi lebih tinggi dibanding Fakultas yang lain dengan hasil 122 responden (36,6%)

4.2.2 Kategorisasi Data Penelitian

Skor dalam suatu penelitian belum memberikan gambaran yang jelas mengenai subjek yang diteliti untuk memiliki makna yang memiliki nilai diagnostik. Sisi diagnostika suatu pengukuran atribut psikologi adalah pemberian makna atau interpretasi terhadap skor skala yang bersangkutan. Sebagai suatu hasil ukur angka (Kuantitatif), skor skala memerlukan suatu norma perbandingan agar dapat diinterpretasikan secara kuantitatif. Interpretasi skala psikologi selalu bersifat normatif, artinya makna skor dicantumkan pada posisi relative skor dalam suatu kelompok yang telah dibatasi terlebih dahulu (Azwar,2013).

Tabel 4.3
Rumus Kategorisasi

Rumus	Kategorisasi
Sangat Tinggi	$X \geq M + 1,5 SD$
Tinggi	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$
Sedang	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$
Rendah	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$
Sangat Rendah	$X \leq M - 1,5 SD$

a. **Skala *Body Shaming***

Pada skala *Body Shaming* dikelompokkan kedalam 5 kategori yaitu kategori sangat rendah, rendah, sedang, tinggi dan sangat tinggi. Diharapkan skor pada penelitian ini dapat memberikan gambaran yang jelas, untuk itu perlu dibuat suatu norma.

Untuk skala kebutuhan afiliasi terdiri dari 30 aitem dengan skor yang masing-masing aitemnya diberi skor yang berkisar dari 1,2,3 dan 4. Dengan demikian skor

minimum yang mungkin diperoleh oleh subjek adalah $1 \times 33 = 33$ dan skor maksimal yang mungkin diperoleh subjek adalah $4 \times 33 = 132$. Skor rata-rata(mean) $(132 + 33)/2 = 148,5$ dan standar deviasinya $(132-33)/6 = 19,5$. Gambaran empirik dan hipotetik kebutuhan afiliasi dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.4
Gambaran Hipotetik dan Empirik Variabel *Body Shaming*

Variabel penelitian	Skor X yang diperoleh (Empirik)				Skor X yang dimungkinkan (Hipotetik)			
	X_{max}	X_{min}	Rerata	SD	X_{max}	X_{min}	Rerata	SD
<i>Body Shaming</i>	103	56	85,17	8.053	132	33	148,5	19,5

Berdasarkan hasil perhitungan tabel 4.4 maka dilakukan pengkategorisasian. Kategori subjek pada variabel *body shaming* dapat dilihat dalam tabel 4.5 berikut

Tabel 4.5
Kategorisasi Variabel *Body Shaming*

Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi	$X > 97,246$	19	7,0%
Tinggi	$89,1932 > x \leq 97,24639$	65	24,1%
Sedang	$81,1401 \leq x \leq 89,19324$	107	39,6%
Rendah	$73,0869 \leq x \leq 81,1409$	62	23,0%
Sangat Rendah	$X < 73,06895$	17	6,3%
Jumlah		270	100%

Berdasarkan tabel 4.5 dapat dilihat bahwa perilaku *Body shaming* pada subjek yang berada pada kategori sangat tinggi 7,1% kategori tinggi 24,1% kategori sedang 39,6% kategori rendah 23,0% dan kategori sangat rendah 6,3%. Artinya pengaruh *body shaming* pada subjek berada pada kategori sedang dengan frekuensi sebanyak 107 atau 39,6%.

b. Skala Kepercayaan Diri

Pada skala kualitas kepercayaan diri subjek di kelompokkan kedalam 5 kategori yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi dan sangat tinggi. Diharapkan pada penelitian ini dapat memberikan gambaran yang jelas, untuk itu perlu dibuat suatu norma. Untuk skala kebutuhan afiliasi terdiri dari 18 aitem dengan skor masing-masing diberi skor yang berkisar mulai dari 1,2,3 dan 4. Dengan demikian skor minimum yang mungkin diperoleh oleh subjek adalah $1 \times 18 = 18$ dan skor maksimal yang mungkin diperoleh oleh subjek adalah $4 \times 18 = 72$. Skor rata-rata (mean) $(72 - 18) / 2 = 45$ dan standar deviasinya $(72 - 18) / 6 = 9$. Gambaran data empirik dan hipotetik kebutuhan afiliasi dapat dilihat pada tabel berikut:

Table 4.6

Gambaran Hipotetik dan Empirik Variabel Kepercayaan Diri

Variabel penelitian	Skor X yang diperoleh (Empirik)				Skor X yang dimungkinkan (Hipotetik)			
	X _{max}	X _{min}	Rerata	SD	X _{max}	X _{min}	Rerata	SD
Kepercayaan Diri	103	18	35.79	7.255	72	18	75	9

Berdasarkan hasil perhitungan tabel 4.6 maka dilakukan pengkategorisasian. Kategori subjek pada variabel kepercayaan diri dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.7
Hasil kategorisasi Kepercayaan diri

Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi	$X > 46,6757$	17	6,3%
Tinggi	$39,4203 > x \leq 46,675$	62	23,0%
Sedang	$32,1649 \leq x \leq 39,420$	107	39,6%
Rendah	$24,9095 \leq x \leq 32,1649$	65	24,0%
Sangat Rendah	$X < 24,90949$	19	7,0%
Jumlah		270	100%

Berdasarkan hasil kategoritis pada tabel 4.7 dapat dilihat bahwa kepercayaan diri pada subjek pada kategori sangat tinggi sebesar 6,3%, kategori tinggi 23,0% kategori sedang 39,6% kategori rendah 24,0% dan kategori sangat rendah 7,0%. Artinya kepercayaan diri pada subjek sebagian besar pada kategori sedang dengan hasil 39,6%.

4.2.3 Uji Asumsi

Sebelum dilakukan analisis data penelitian terlebih dahulu peneliti perlu melakukan uji asumsi yang bertujuan untuk mengetahui apakah data yang akan dianalisis memenuhi syarat agar data dapat dianalisis dengan analisis regresi sederhana. Uji asumsi terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas data.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah ada data berdistribusi normal atau tidak. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk melihat sebaran data normal atau tidak pada penelitian adalah dengan cara teknik *one sample kolmogrov-*

simrnov dan dianalisis menggunakan program SPSS 22.0 *for windows*, hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.8
Hasil Uji Normalitas

	Kolmogorov- Smirnov	Signifikan	Keterangan
<i>Body shaming</i>	1,11	0,169	Normal
Kepercayaan diri	0,837	0,485	Normal

Berdasarkan analisis data pada tabel 4.8 diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil analisis data dilihat dari nilai Asymp. Sig pada variabel (X) sebesar $0,485 > 0,05$ dan Variabel (Y) $0,169 > 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa hasil analisis data dari kedua variabel berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan linier atau tidak secara signifikan. Uji linieritas ini dilakukan dengan menggunakan program SPSS 22.0 *for windows* dengan menggunakan *Test for linierty* dengan ttarif signifikan 0,05. Hasil uji linieritas dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4.9
Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	P	Keterangan
Pengaruh <i>body shaming</i> terhadap kepercayaan diri mahasiswa UIR di media sosial	38,266	0,000	Linier

Berdasarkan tabel diatas, dengan membandingkan nilai signifikansi $< 0,05$, dimana sesuai tabel diatas didapat nilai sig $0,00 < 0,05$. Artinya *Body Shaming* berpengaruh terhadap kepercayaan diri.

4.2.4 Uji Hipotesis

Sesudah melakukan uji perkiraan terhadap data yang diperoleh pada penelitian ini, maka selanjutnya dilakukan analisis lebih lanjut untuk menjawab hipotesis pada penelitian menggunakan teknik analisis regresi sederhana. Adapun hasil analisisnya ialah sebagai berikut:

Tabel 4.10
Hasil Uji Hipotesi 1

Model	R	R Square	Adjusted R Square	df2	Sig.
1	0,353 ^a	0,125	0,122	6.79968	0,000 ^b

a. Predictors: (Constant), *body shaming*

Berdasarkan tabel 4.10 diketahui bahwasanya Pengaruh *Body Shaming* terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa Universitas Islam Riau di Media Sosial (tiktok) sebesar 0,125 atau dengan kata lain kepercayaan diri dapat mempengaruhi perilaku *body shaming* sebesar 12,5%, sedangkan sisanya 87,5% dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian ini. Selain itu, signifikan sebesar 0.000 (Sig. < 0.05) menunjukkan bahwa hipotesis yang berbunyi adanya Pengaruh *Body Shaming* terhadap Kepercayaan diri Mahasiswa Universitas Islam Riau di Media Sosial

diterima, kemudian peneliti melihat bagaimana pengaruh kedua Variabel dalam penelitian ini, adapun hasilnya sebagai berikut:

Tabel 4.11
Hubungan Masing-masing Variabel Bebas Terhadap Body Shaming

Model	Unstandardized Coefficients ^a		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error			
1 (Constant)	62,915	4,404		14,286	,000
PK	-,318	,051	-,353	-6.186	,000

a. Dependent Variable: Q

Dalam penelitian ini rumus persamaan regresi berganda adalah sebagai berikut:

$$Y = 62,915 - 318X$$

Dari tabel 4.11 dapat diketahui terdapat pengaruh yang signifikan antara kepercayaan diri terhadap *body shaming* dimana diperoleh hasil signifikan sebesar 0.000 (Sig. \leq 0.05). Nilai *beta* sebesar -0,318 hal ini menunjukkan adanya pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri, sehingga hipotesis penelitian yang menyatakan terhadap pengaruh diterima.

Tabel 4.12

Uji T

	T	Sig.
Body Shaming	- 6.186	0.000

Berdasarkan tabel diatas diperoleh t_{hitung} sebesar 6.186 dengan sig. sebesar 0.000 (sig. < 0.05). artinya Hipotesis diterima *body shaming* berpengaruh terhadap kepercayaan diri mahasiswa UIR di media sosial.

4.3 Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan judul pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri mahasiswa Universitas Islam Riau di media sosial, dimana peneliti pada awalnya membuat skala yang merupakan data primer pada penelitian ini. Skala yang sudah dibuat kemudian disebar kepada mahasiswa/mahasiswi Universitas Islam Riau yang menggunakan media sosial. Skala di sebar melalui link atau *google form* sehingga responden dapat mengisinya secara Online. Dalam penelitian ini responden sebanyak 270 orang mahasiswa UIR.

Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah adanya pengaruh antara *body shaming* terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa UIR di media sosial. Hasil penelitian dilihat pada nilai signifikansi sebesar 0.000 ($\text{Sig.} \leq 0.05$), nilai F sebesar 38.266 dan nilai Beta sebesar 0,318 (dengan nilai negatif) dan nilai T_{hitung} sebesar 6.186. Hal ini dapat disimpulkan bahwasanya Hipotesis dalam penelitian ini diterima, dimana terdapat pengaruh negatif antara *body shaming* terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa UIR di media sosial, dalam artian bahwasanya semakin tinggi perilaku *body shaming* maka akan semakin rendah kepercayaan diri. Begitu pula sebaliknya, jika semakin rendah perilaku *body shaming* maka akan semakin tinggi kepercayaan diri.

Hasil penelitian ini adanya pengaruh antara *body shaming* terhadap kepercayaan diri, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yolanda,

Suarti dan Muzanni (2021) dimana hasil dalam penelitiannya adalah adanya pengaruh antara *body shaming* terhadap kepercayaan diri pada siswa kelas XI di SMAN 1 Batulayar.

Sejalan dengan Penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati dan Zudhi (2022) dimana terdapat pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri mahasiswa. Para informan yang mengalami perlakuan *body shaming* merasa malu serta minder dengan temannya yang lain, sebab mereka merasa tidak bisa memenuhi standar masyarakat. Hal ini membuat informan merasa mendapat tekanan yang membuat informan melakukan perubahan terhadap dirinya, agar bisa diterima di masyarakat. Meski sudah melakukan perubahan, namun masih ada hal-hal yang sensitif jika ada yang mengomentari bentuk fisiknya.

Kepercayaan diri yang dijelaskan oleh Willis (2012) ialah suatu rasa yakin dalam diri individu atas kemampuannya dalam menggulangi sebuah masalah dengan kondisi sebaik mungkin serta bisa memberi sesuatu yang menyenangkan individu lainnya. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang baik maka akan menerima dengan yakin bagaimana kondisi fisik dan penampilannya tanpa membandingkan dengan orang lain.

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dalam jiwa manusia bahwa tantangan hidup apapun harus dihadapi dengan berbuat sesuatu. Rendahnya kepercayaan diri pada seseorang disebabkan oleh beberapa faktor. Santrock (Yolanda,

Suarti & Muzanni, 2021) menjelaskan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah penampilan fisik. Perubahan fisik menimbulkan dampak psikologis yang tidak diinginkan. Mayoritas anak muda lebih memperhatikan penampilan mereka dibanding aspek lain dalam diri mereka, banyak diantara mereka yang tidak suka melihat apa yang mereka lihat di cermin.

Body shaming merupakan tindakan yang mengomentari atau mengeluarkan pendapat kepada seseorang ataupun diri sendiri mengenai tubuh yang dimilikinya. Kritikan yang diberikan bukan berupa kritikan yang bersifat membangun, melainkan dengan maksud untuk menjatuhkan orang lain atau mempermalukannya melalui kritikan fisik yang dimiliki. Tidak hanya dari orang lain, tapi *body shaming* juga merupakan tindakan mengomentari diri sendiri sebagai bentuk rendah diri atau kurangnya rasa syukur yang dimiliki seseorang (Fitriana, 2019).

Mawaddah (2020) memiliki hasil penelitian yang telah dilakukan dengan judul penelitian Dampak *Body Shaming* Terhadap Kepercayaan Remaja Putri Di Desa Muara Uwai di Kecamatan Bangkinang dengan jumlah responden yaitu tiga orang menggunakan metode wawancara dan observasi didapatkan bahwa remaja yang mengalami tindakan *body shaming* mengalami kehilangan kepercayaan diri sehingga mengalami kesulitan dalam kehidupan sosial yang dibuktikan dengan tidak mampu berteman secara fleksibel, mudah terpengaruh oleh orang lain, tidak berani dan tidak tegas dalam penampilan dan tingkah laku, menghindari lingkungan, kesulitan belajar,

sedikit demi sedikit kehilangan sikap toleransi terhadap sesama dan juga tidak dapat bersikap tenang dalam menghadapi beberapa situasi.

Body shaming sangat berpengaruh pada kepercayaan diri seseorang. Bagi pelaku *body shaming* candaan yang dilontarkan atau diucapkan mungkin tidak seberapa, tetapi bagi korban *body shaming* banyak sekali dampak yang akan diterima, seperti akan terus diolok oleh teman lainnya, merasa diri tidak berharga dan berguna, merasa diri kurang, hilangnya rasa percaya diri, takut melakukan hal-hal yang bisa membuat diri korban menjadi pusat perhatian, dan sebagainya. Pelaku tidak tahu bagaimana survivenya korban atas dirinya, bagaimana usaha yang dilakukan korban untuk menutupi atau merubah sesuatu yang dianggap kurang oleh korban maupun pelaku, yang pelaku tahu hanya bisa berucap tapi tidak tahu dan tidak mau tahu dampak yang akan terjadi pada pelaku (Yolanda, Suarti & Muzanni, 2021).

Penelitian ini belum sempurna, peneliti memiliki beberapa keterbatasan dalam penelitian ini diantaranya, peneliti tidak bisa berinteraksi langsung kepada responden yang dikarenakan belum aktifnya proses perkuliahan tatap muka dengan alasan masih dalam situasi pandemi Covid-19, maka dari itu penelitian ini dilakukan dengan menyebarnya link *google from*.

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan judul pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri mahasiswa Universitas Islam Riau di media sosial. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara *body shaming* dan kepercayaan diri pada mahasiswa dengan nilai (r) -0,318 dengan 0,000(Sig.< 0,05). Dan nilai T_{hitung} sebesar -6.186 Orang yang memiliki kepercayaan diri rendah pernah mengalami perilaku *body shaming*.

5.2 SARAN

Berdasarkan asil penelitian tersebut, adapun saran peneliti berikan sebagai berikut :

- a. Kepada peneliti selanjutnya diharapkan jika ingin melakukan penelitian yang sama dapat mempertimbangkan pengaruh *body shaming* dengan variabel lainnya seperti Sabar, Rasa Bersyukur.
- b. Peneliti berharap ini menjadi pengingat maupun saran untuk terus mengedukasi diri terkait permasalahan-permasalahan yang sering terjadi dan tidak kita sadari.

DAFTAR ISI

- Ahlqvist, T., Bäck, A., Halonen, M., & Heinonen, S. (2008). *Social Media Roadmaps: Exploring the futures triggered by social media*. Espoo: VTT Technical Research Centre of Finland.
- Andiyati. (2016). Hubungan antara body image dengan kepercayaan diri siswa kelas X di SMA Negeri 2 Bantul. *E- Journal Bimbingan & Konseling*.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bungin, B. (2010). *Analisis Data Penelitian Kualitatif (Pemahaman Filosofis dan Metodologis ke Arah Penguasaan Model Aplikasi)*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Bungin, B. (2011). *Metodologi Penelitian Kuantitatif* Jakarta: Kencana.
- Cahyu. (2018). Ternyata Definisi Cantik di Setiap Daerah Indonesia Itu Berbeda. Retrieved January 16, 2021, from liputan6.com website: <https://www.liputan6.com/lifestyle/read/3656773/menakjubkan-ternyata-definisi-cantik-di-setiap-daerah-indonesia-itu-berbeda>
- Chaplin, J. . (2005). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali Press.
- Cristiyaningsih. (2019 Agustus 12). Media Sosial Pengaruhi Kepercayaan Diri Remaja Pada Tubuhnya. Diakses pada 01 Februari 2022. <https://www.republika.co.id/berita/pw4ot2459/media-sosial-pengaruhi-kepercayaan-diri-remaja-pada-tubuhnya>
- Damanik, T. M. (2018). *Dinamika Psikologis Perempuan Mengalami Body shaming*. Universitas Sanata Dharma.
- Elfiky, I. (2009). *Terapi Berpikir Positif (Biarkan Mukjizat dalam Diri Anda Melesat Agar Hidup Lebih Sukses dan Lebih Bahagia)*. Jakarta: Zaman.
- Elíasdóttir, E. L. F. (2016). *Is body shaming predicting poor physical health and is there a gender difference*. Reykjavik University.
- Fathi, F. (2011). Why weight matters: addressing body shaming in the social justice community. *Columbia Social Work Review*, 11.
- Gronlund, N. E., Linn, R. L., & Miller, M. D. (2009). *Measurement & evaluation in*

teaching. New York: MacMillan Publishing Company.

Gufron, & Rini. (2012). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.

Hernandez, R. E. (2005). *Remaja dan Media*. Bandung: Pakar Raya.

<https://www.dailymail.co.uk/news/article-3126927/Teenager-branded-fat-ugly-bullies-killed-claiming-feeling-second-best.html>

Jalonen, H. (2014). Social Media And Emotions In Organizational Knowledge Creation. *ACSIIS*, 2.

Joko. (2017 Oktober 09). Psikolog: Media Sosial Picu Krisis Kepercayaan Diri pada Remaja. Diakses pada 01 Februari 2022. <https://www.liputan6.com/tekno/read/3119901/psikolog-media-sosial-picu-krisis-kepercayaan-diri-pada-remaja>

Lauster, P. (2012). *Tes Kepribadian*. Jakarta: Bumi Aksara.

Lestari, A., & Wahyuni, S. (2018). Relasi Orangtua-Anak Menurut Perspektif Islam dan Kaitannya dengan Kesejahteraan Psikologis. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 3(2).

Ma, X. (2001). Bullying and Being Bullied: To What Extent Are Bullies Also Victims? *American Educational Research Journal*, 28(1).

Mastuti, H. S., & Aswi. (2008). *50 Kiat Percaya Diri*. Jakarta: PT Buku Kita.

Patir, Dzakhwam Achmad Limpad. (2021 Maret 26). Pentingnya Membangun Kepercayaan diri Sejak Dini. Diakses pada 01 Februari 2022. <https://www.hipwee.com/narasi/pentingnya-membangun-kepercayaan-diri/>.

Pramudita, Rafasah Alvira. (2021 Desember 08). Body Shaming mengakibatkan Kepercayaan Diri Seseorang Menghilang. Diakses pada 01 Februari 2022. <https://kumparan.com/rafasha-alvira/body-shaming-mengakibatkan-kepercayaan-diri-seseorang-menghilang-1x1XXK30xtk/full>.

Putri, Brigitta. Anggreani. S., Pranayama, A., & Sutanto, R. P. (2018). Perancangan Kampanye “Sizter’s Project” sebagai Upaya Pencegahan Body Shaming Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Seni dan Desain. *Jurnal DKV Adiwarna Universitas Kristen Petra*, 1(12).

Reynolds, C. ., Livingston, R. B., & Willson, V. (2010). *Measurement and assessment in education*. New Jersey: Pearson Education.

Solistiawati, A., & Sitasari, N. (2015). Hubungan antara citra tubuh dengan harga diri remaja akhir putri (studi pada mahasiswi reguler Universitas Esa Unggul). *Jurnal Psikologi Esa Unggul*, 13(1), 13–20.

Stacey, E. M. (2007). *Histology for Pathologists*. Lippincott: Williams & Wilkins.

Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Tapscott, D., & Williams, A. D. (2007). *Wikinomics: How Mass Collaboration Changes Everything*. Toronto: Penguinn.

Yunus, S. (2010). *Jurnalistik Terapan*. Bogor: Ghalia Indonesia.



Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

RELIABILITAS

1. BODY SHAMING

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.874	26

2. KEPERCAYAAN DIRI

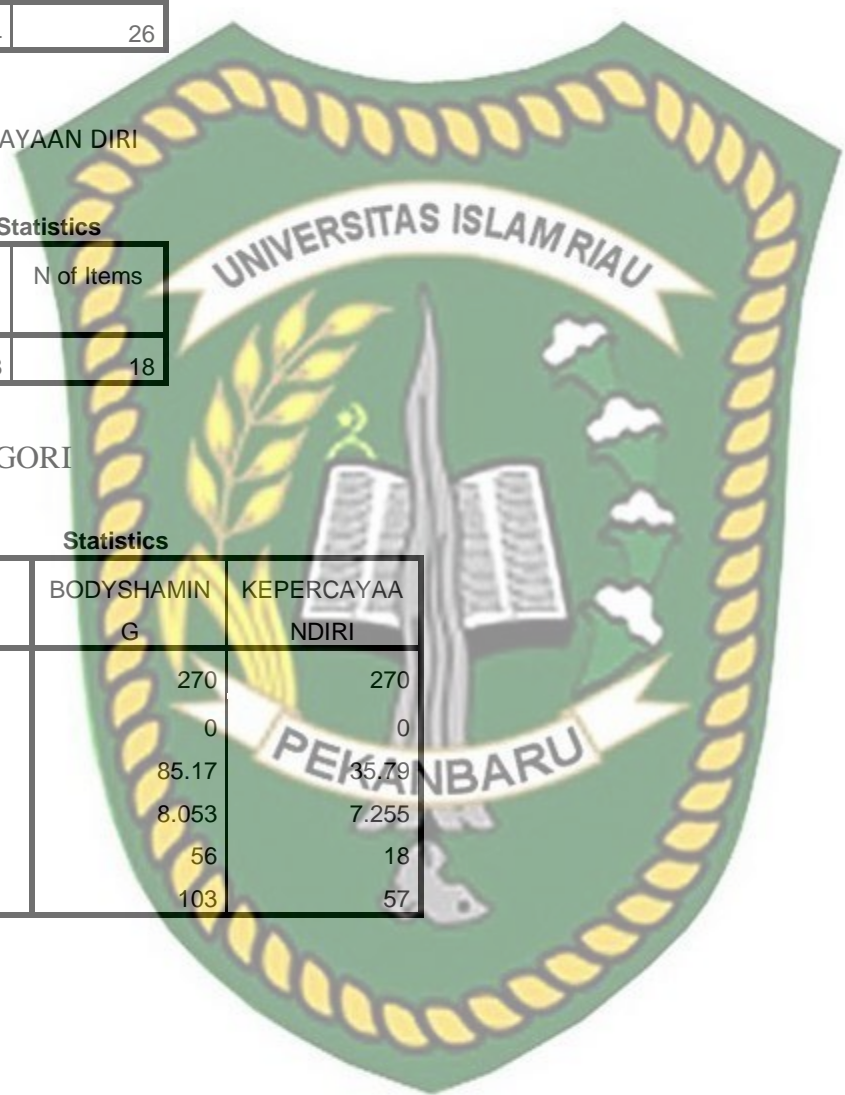
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.868	18

3. KATEGORI

Statistics

		BODYSHAMIN	KEPERCAYAA
		G	NDIRI
N	Valid	270	270
	Missing	0	0
Mean		85.17	35.79
Std. Deviation		8.053	7.255
Minimum		56	18
Maximum		103	57



BODY SHAMING		
SANGAT TINGGI	97,2464	103
TINGGI	89,1932	97,24639
SEDANG	81,1401	89,19324
RENDAH	73,0869	81,14009
SANGAT RENDAH	56	73,08695

BODY SHAMING		
SANGAT TINGGI	98	103
TINGGI	90	97
SEDANG	82	89
RENDAH	74	81
SANGAT RENDAH	56	73

KEPERCAYAAN DIRI		
SANGAT TINGGI	46,6757	57
TINGGI	39,4203	46,67569
SEDANG	32,1649	39,42029
RENDAH	24,9095	32,16489
SANGAT RENDAH	18	24,90949

KEPERCAYAAN DIRI		
SANGAT TINGGI	47	57
TINGGI	40	46
SEDANG	33	39
RENDAH	25	32
SANGAT RENDAH	18	24

KATEGORI BODYSHAMING

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid SANGAT RENDAH	19	7.0	7.0	7.0
Valid RENDAH	65	24.1	24.1	31.1
Valid SEDANG	107	39.6	39.6	70.7
Valid TINGGI	62	23.0	23.0	93.7
Valid SANGAT TINGGI	17	6.3	6.3	100.0
Total	270	100.0	100.0	

KATEGORI KEPERCAYAANDIRI

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
SANGAT RENDAH	22	8.1	8.1	8.1
RENDAH	60	22.2	22.2	30.4
Valid SEDANG	115	42.6	42.6	73.0
TINGGI	53	19.6	19.6	92.6
SANGAT TINGGI	20	7.4	7.4	100.0
Total	270	100.0	100.0	

A. UJI NORMALITAS

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Unstandardized Predicted Value
N	270
Normal Parameters ^{a,b}	
Mean	85.1666667
Std. Deviation	2.84657419
Absolute	.068
Most Extreme Differences	
Positive	.068
Negative	-.062
Kolmogorov-Smirnov Z	1.111
Asymp. Sig. (2-tailed)	.169

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

B. UJI LINEARITAS

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
(Combined)			6798.384	38	178.905	3.882	.000
BYSH_X * KP_Y	Between Groups	Linearity	2179.703	1	2179.703	47.291	.000
		Deviation from Linearity	4618.681	37	124.829	2.708	.000
Within Groups			10647.116	231	46.091		
Total			17445.500	269			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
BYSH_X * KP_Y	-.353	.125	.624	.390

C. UJI HIPOTESIS REGRESI LINIER SEDERHANA

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	BYSH_X ^b	.	Enter

a. Dependent Variable: KP_Y

b. All requested variables entered.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.353 ^a	.125	.122	6.79968

a. Predictors: (Constant), BYSH_X

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1769.249	1	1769.249	38.266	.000 ^b
	Residual	12391.136	268	46.236		
	Total	14160.385	269			

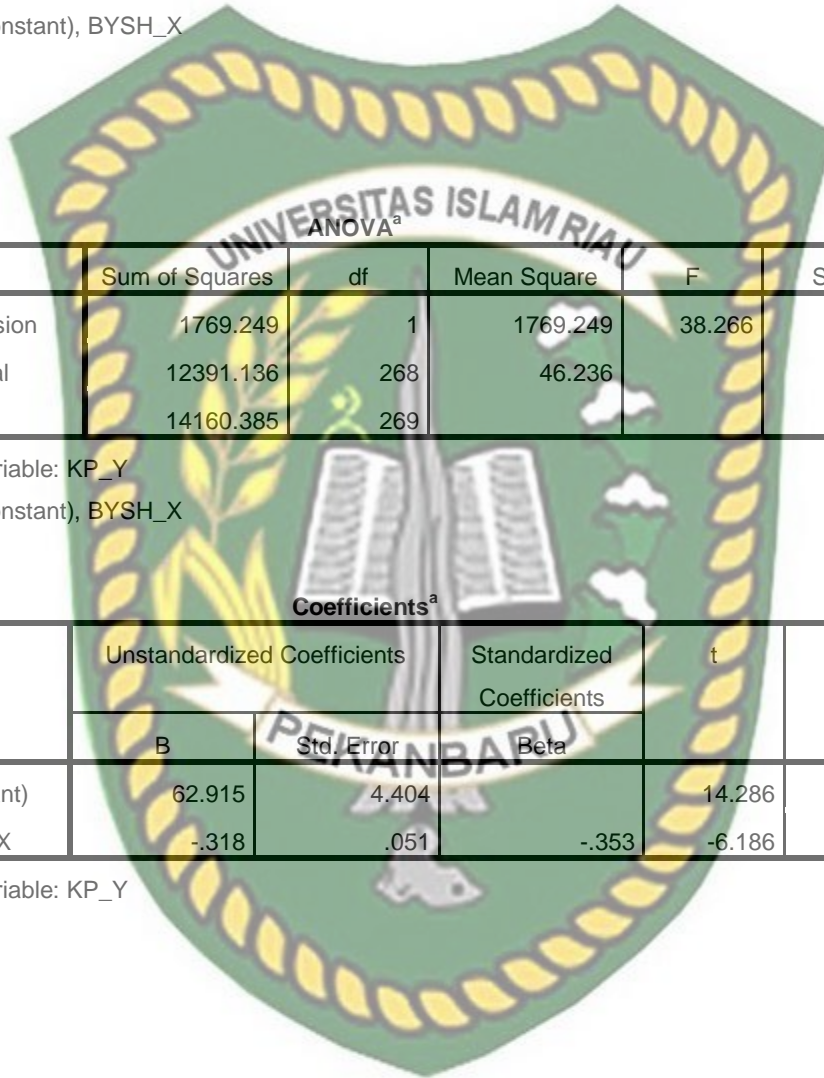
a. Dependent Variable: KP_Y

b. Predictors: (Constant), BYSH_X

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	62.915	4.404		14.286	.000
	BYSH_X	-.318	.051	-.353	-6.186	.000

a. Dependent Variable: KP_Y



ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
(Combined)			6798.384	38	178.905	3.882	.000
BYSH_X * KP_Y	Between Groups	Linearity	2179.703	1	2179.703	47.291	.000
		Deviation from Linearity	4618.681	37	124.829	2.708	.000
Within Groups			10647.116	231	46.091		
Total			17445.500	269			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
BYSH_X * KP_Y	-.353	.125	.624	.390

