

**HUBUNGAN PERLAKUAN *BODY SHAMING* DENGAN CITRA DIRI  
PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

**SKRIPSI**

*Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Islam  
Riau Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan  
Mendapatkan Derajat Sarjana Psikologi*



**DELA RESTI**  
**168110228**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
PROGRAM STUDI ILMU PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU  
PEKANBARU  
2022**

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN PERLAKUAN *BODY SHAMING* DENGAN CITRA DIRI  
PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU

DELA RESTI  
168110228

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Pada Tanggal  
31 Maret 2022

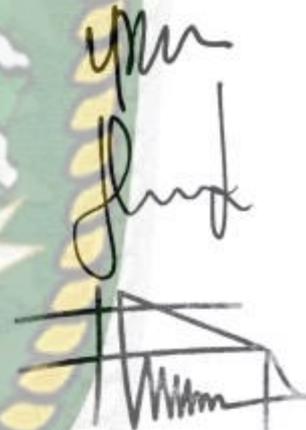
DEWAN PENGUJI

TANDA TANGAN

Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog

Dr. Leni Armayati, M.Si

Dr. Fikri, S.Psi, M.Si



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

Pekanbaru, 18 Mei 2022

Mengesahkan  
Dekan Fakultas Psikologi



Yanwar Arief, M.Psi Psikolog

## HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dela Resti

NPM : 168110228

Judul Skripsi : Hubungan Perlakuan *Body shaming* Dengan Citra Diri Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau

Dengan hal ini saya menyatakan bahwa skripsi merupakan karya ilmiah yang dibuat sendiri dan belum pernah diajukan kepada Universitas manapun. Berdasarkan pengetahuan saya sejauh ini tidak ada karya ilmiah atau pendapat orang lain mengenai yang ditulis atau dipublikasikan oleh orang lain, namun karya yang sudah dituliskan akan disebutkan dalam daftar pustaka. Sehingga ketika hal-hal tidak sesuai dengan pernyataan ini, peneliti siap untuk dicabut gelar sarjananya.

Pekanbaru, 28 Februari 2022

Yang menyatakan,



Dela Resti

## HALAMAN PERSEMBAHAN

...Atas izin Allah SWT...

Kupersembahkan Karya Ini Untuk :

Kedua orang tua ku terhebat yang selalu mendoakan ku serta selalu berusaha memberikan yang terbaik untuk anaknya, kini tiba saatnya saya

**“Dela Resti”**

Mempersembahkan hasil kerja keras saya untuk ayah dan ibu tercinta :

**RETNO & YETTI HERAWATI**

Salam dari anakmu, yang tak dapat berbuat apapun tanpa campur tangan Allah SWT dan doa darimu.

Kasih dan sayang kalian tiada henti

Semoga dengan segala hasil kerja kerasku ini dapat membanggakan keluarga.

## MOTTO

“Banyak hal mungkin datang kepada mereka yang menunggu, tetapi hanya hal-hal yang disisakan oleh mereka yang bekerja keras.”

**-Albert Einstein-**

“ Angin tidak berhembus untuk menggoyahkan pepohonan, melainkan menguji kekuatan akarnya.”

**-Ali bin Abi Thalib**



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Warahmatullaahi Wabarakaatuh,*

*Alhamdulillahirobbilalamin*, segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang selalu melimpahkan rahmat, karunia dan hidayahnya kepada penulis dan atas izin-Nyalah sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul **“Hubungan Perlakuan *Body shaming* Dengan Citra Diri Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau”**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana program studi strata 1 (S1) pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari bantuan pihak manapun baik secara langsung maupun secara tidak langsung. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebanyak-banyaknya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Syafrinaldi S.H., M.C.L, selaku rektor Universitas Islam Riau.
2. Bapak Yanwar Arief Mpsi.,Psikolg selaku dekan fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
3. Bapak Dr. Fikri, S.Psi., M.Si selaku wakil dekan I Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
4. Ibu Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog selaku wakil dekan II Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau dan dosen pembimbing skripsi yang selalu membimbing serta memberikan arahan dan memberikan ilmu

kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini

5. Ibu Yulia Herawati, S.Psi., M.A selaku wakil dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
6. Ibu Juliarni Siregar, M.Psi., Psikolog selaku ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
7. Bapak Didik Widiatoro, M.Psi., Psikolog selaku sekretaris Progam Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
8. Ibu Syarifah Farradinna, S.Psi., M.A., Ph.D selaku dosen pembimbing akademik yang selalu memberikan waktu, dukungan, dan perhatian kepada penulis dari awal semester hingga saat ini.
9. Ibu dr. Raihanatu Binqalbi Ruzain, M.Kes, Ibu T.Nila Fadhlia, M.Psi., Psikolog, Ibu Leni Armayati, S.Psi., M.Si, Ibu Icha Herawati, S.Psi., M.Soc.Sc, Ibu Irfani Rizal, S.Psi., M.Si, Ibu Wina Diana Sari, S.Psi., M.B.A, Ibu Nindy Amita, M.Psi Psikolog, Bapak Dr. Sigit Nugroho, M.Psi., Psikolog, Bapak Bahril Hidayat, M.Psi., Psikolog, Bapak Ahmad Hidayat, S.Th.I, M.Psi., Psikolog dan Bapak Tukiman Khateni, S.Ag., M.Si, selaku dosen Psikologi di Universitas Islam Riau. Terima kasih atas semua dukungan yang sangat bermanfaat bagi penulis, serta telah memberikan ilmu dan berbagai pengalaman selama penulis belajar di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
10. Kepala Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, Bapak Zulkifli Nur, SH dan seluruh staf serta karyawan Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, Bapak Ridho Lesmana, S.T, Bapak

Wan Rahmad Maulana, S.E, Ibu Masriva, S.Kom, Ibu Liza Fahrani, S.Psi, Ibu Eka Mailina, S.E, dan Bapak Bambang Kamajaya Barus, S.P, yang telah membantu dalam proses administrasi perkuliahan.

11. Bapak Retno dan ibu Yetti Herawati, selaku orang tua penulis yang penulis cintai dan sayangi. Terimakasih telah memberikan segala bentuk usaha dan segala doa yang dicurahkan serta kasih sayang dan dorongan semangat kepada penulis sehingga penulis dapat sampai ke tahap ini
12. Adik-Adik Tersayang Dina Alfiah dan Raihan Alvaro yang selalu memberikan dorongan, semangat, nasehat, serta kasih sayang yang tiada henti kepada peneliti ketika peneliti mulai merasakan sesuatu hal yang gagal. Terimakasih kasih atas kasih sayang dan rasa peduli yang diberikan kepada peneliti sampai saat ini
13. Sahabat ku Mia Williani, Yosita Candra Bella, Diva Clarisa, Elva Rahmi, Winesha Meilandhari, Tri Azalia Petrina, Vivi afifa, Azza Hanjelis dan Della Amelia. Terimakasih selama ini telah bersedia menjadi tempat peneliti untuk bertukar pikiran dan selalu memberikan semangat dan dorongan tiada henti yang diberi kepada peneliti hingga saat ini.
14. Terimakasih kepada teman kuliah, Dwiki Rizki Ramadhan S.Psi, Faramia Karunia Asmed S.Psi, Widya Noviana S.Psi, Tri Putri Islamiana, S.Psi, Bagas Rukmana S.Psi, Muhammad Rizky Fauji S.Psi, Robby Fernanda Arifin S.Psi, Astrid Indraswari S.Psi yang selalu memberikan motivasi dan selalu bersedia menjadi teman diskusi peneliti.

15. Kepada seluruh teman-teman angkatan 2016 dan angkatan 2017 yang tidak bisa di sebutkan satu persatu. Terimakasih untuk kebersamaan dan rasa kekeluargaan selama ini
16. Kepada semua pihak yang telah bersedia membantu proses penyelesaian skripsi ini yang tidak bisa disebutkan satu persatu. Penulis mengucapkan ribuan kata terimakasih atas bantuan, dukungan dan motivasi yang telah diberikan kepada peneliti. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi banyak orang.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata kesempurnaan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang positif demi kesempurnaan skripsi ini.

Pekanbaru, 28 Februari 2022

Dela Resti

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERNYATAAN.....	Error! Bookmark not c
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	ii
MOTTO .....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii
ABSTRAK .....	xiii
ABSTRACT .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	8
1.3. Tujuan Penelitian.....	9
1.4. Manfaat Penelitian.....	9
1.5. Penelitian Sebelumnya .....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>13</b>
2.1. Kajian Teori.....	13
2.1.1. Pengertian Citra Diri .....	13
2.1.2. Aspek-aspek Citra Diri .....	17
2.1.3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Citra Diri.....	20
2.2. Body Shaming .....	23
2.2.1. Pengertian <i>Body shaming</i> .....	23
2.2.2. Aspek-aspek <i>Body shaming</i> .....	27
2.2.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Body Shaming</i> .....	28
2.2.5. Dinamika Psikologi <i>Body shaming</i> .....	32
2.3. Kerangka Berpikir .....	35
2.4. Hipotesis.....	37

<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>38</b>
3.1. Identifikasi Variabel Penelitian .....	38
3.2. Defenisi Operasional .....	38
3.2.1.Citra Diri .....	38
3.2.2.Body shaming .....	39
3.3. Subjek Penelitian .....	40
3.4. Populasi Penelitian .....	40
3.5. Sampel Penelitian .....	41
3.6. Teknik Pengambilan Sampel .....	42
3.7. Metode Pengumpulan Data .....	43
3.8. Pelaksanaan Uji Coba .....	44
3.8.1.Skala Citra Diri .....	45
3.8.2.Skala Body shaming .....	48
3.9. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	51
3.9.1.Uji Validitas .....	51
3.9.2.Uji Reliabilitas .....	51
3.10. Metode Analisis Data .....	53
3.10.1.Uji Asumsi .....	53
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>55</b>
4.1. Prosedur Penelitian .....	55
4.1.1 Persiapan Penelitian .....	55
4.1.2 Pelaksanaan Penelitian .....	55
4.2. Deskripsi Data Penelitian .....	56
4.1.3 Data Demografi .....	56
4.1.4 Deskripsi Data Penelitian .....	62
4.1.5 Uji Asumsi .....	64
4.1.6 Uji Normalitas .....	64
4.1.7 Uji Linieritas .....	65
4.1.8 Uji Hipotesis .....	66
4.4. Pembahasan .....	67

<b>BAB V PENUTUP</b> .....	<b>71</b>
5.1. Kesimpulan.....	71
5.2. Saran.....	71

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**



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

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1.	Jumlah Mahasiswa Aktif Fakultas Psikologi, Universitas Islam Riau .....	41
Tabel 3.2.	<i>Blue Print</i> Skala Citra Diri Sebelum <i>Try out</i> .....	45
Tabel 3.3.	<i>Blue Print</i> Skala Citra Diri Setelah <i>Try Out</i> .....	49
Tabel 3.4.	<i>Blue Print</i> Skala <i>Body Shaming</i> Sebelum <i>Try Out</i> .....	53
Tabel 3.5.	<i>Blue Print</i> Skala <i>Body Shaming</i> Setelah <i>Try Out</i> .....	54
Tabel 3.6.	Hasil Uji Realiabilitas .....	56
Tabel 4.1.	Data Demografi .....	62
Tabel 4.4.	Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Partisipan Skala Citra Diri	
Tabel 4.6.	Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Partisipan Skala <i>Body Shaming</i> .....	63
Tabel 4.7.	Hasil Uji Normalitas .....	64
Tabel 4.8.	Hasil Uji Linear.....	65

!Unexpected End of Formula

## DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN I *Try Out* SKALA LAMPIRAN

LAMPIRAN II Skala Penelitian

LAMPIRAN III OUTPUT SPSS

LAMPIRAN IV Surat-surat



Dokumen ini adalah Arsip Miik :  
Perpustakaan Universitas Islam Riau

HUBUNGAN PERLAKUAN *BODY SHAMING* DENGAN CITRA DIRI  
PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU

DELA RESTI  
168110228

FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU

ABSTRAK

Perkembangan media dan teknologi yang semakin pesat memungkinkan berbagai informasi dan budaya-budaya baru masuk ke berbagai penjuru dunia. Secara terus-menerus, keadaan ini kemudian memengaruhi standarisasi dan nilai-nilai dalam berbagai bidang kehidupan di masyarakat, tidak terkecuali citra mengenai bentuk tubuh ideal bagi kaum wanita maupun pria. Citra diri adalah penilaian yang dilakukan individu mengenai penampilan diri dan perasaan yang menyertai serta pandangan orang lain terhadap diri kita. *Body shaming* merupakan evaluasi negatif pada tubuh dan emosinya serta adanya keinginan untuk menyembunyikan dirinya ataupun bentuk tubuhnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan Perlakuan *body shaming* dengan citra diri pada mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Populasi dari penelitian ini yaitu mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Islam Riau sebanyak 843 populasi. Proses pengumpulan data menggunakan skala citra diri yang dikembangkan oleh peneliti sendiri dan skala *body shaming* yang dikembangkan oleh peneliti sendiri. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *purposive sampling* dengan jumlah subjek 272 sampel. Sedangkan analisa statistik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan *product moment*. Hasil uji analisis yang telah dilakukan menunjukkan skor koefisien korelasi antara *body shaming* dan citra diri adalah sebesar 0,093 dengan nilai  $p = 0,125$  ( $p > 0,05$ ) Artinya berdasarkan hasil tersebut maka hipotesis dalam penelitian ini di tolak.

**Kata kunci :** *Body shaming*, Citra Diri

***THE RELATIONSHIP OF BODY SHAMING TREATMENT WITH SELF-  
IMAGE IN STUDENTS OF THE FACULTY OF PSYCHOLOGY RIAU  
ISLAMIC UNIVERSITY***

DELA RESTI

168110228

**FACULTY OF PSYCHOLOGY  
ISLAMIC UNIVERSITY OF RIAU**

**ABSTRACT**

*The rapid development of media and technology allows various information and new cultures to enter various parts of the world. Continuously, this situation then affects the standardization and values in various fields of life in society, including the image of the ideal body shape for women and men. Self-image is an individual's assessment of one's appearance and accompanying feelings and views of others towards us. Body shaming is a negative evaluation of the body and emotions and the desire to hide himself or his body shape. This study aims to determine the relationship between body shaming treatment and self-image in students of the Psychology Faculty of the Islamic University of Riau. The population of this study were students of the Psychology Faculty of the Islamic University of Riau with a population of 843. The data collection process used a self-image scale developed by the researcher himself and a body shaming scale developed by the researcher himself. The sampling technique used in this study is purposive sampling with a total sample of 272 subjects. While the statistical analysis used in this research is using the product moment. The results of the analytical test that have been carried out show that the correlation coefficient score between body shaming and self-image is 0.093 with a p value of 0.125 ( $p > 0.05$ ). This means that based on these results, the hypothesis in this study was rejected.*

*Keywords : Body shaming, Self-Image*

علاقة معاملة تعبير الجسد بالصورة الذاتية لدى طلبة كلية علم النفس في  
الجامعة الإسلامية الرياوية

ديلا ريستي

168110228

UNIVERSITAS ISLAM RIAU  
كلية علم النفس

الجامعة الإسلامية الرياوية

الملخص

يسمح التطور السريع لوسائل الإعلام والتكنولوجيا بدخول مختلف المعلومات والثقافات الجديدة إلى أجزاء مختلفة من العالم. ويؤثر هذا الوضع بشكل مستمر على التوحيد والقيم في مختلف مجالات الحياة في المجتمع، بما في ذلك صورة شكل الجسم المثالي للمرأة والرجل. الصورة الذاتية هي تقييم الفرد لمظهره وما يصاحب ذلك من مشاعر وآراء الآخرين تجاهها. عار الجسد هو تقييم سلبى للجسم والعواطف والرغبة في إخفاء شكله أو شكل جسده. يهدف هذا البحث إلى تحديد علاقة معاملة تعبير الجسد بالصورة الذاتية لدى طلبة كلية علم النفس في الجامعة الإسلامية الرياوية. كان مجتمع هذا البحث من طلبة كلية علم النفس بالجامعة الإسلامية الرياوية التي يبلغ عدد مجتمعتها 843 نسمة. استخدمت عملية جمع البيانات مقياس الصورة الذاتية الذي طورته الباحثة نفسها تعبير الجسد طورته الباحثة نفسه. تقنية أخذ العينات المستخدمة في هذا البحث هي أخذ عينات هادفة مع عينة إجمالية من 272 شخص. وفي الوقت نفسه، فإن التحليل الإحصائي المستخدم في هذا البحث يستخدم ضرب العزوم. أظهرت نتائج اختبار التحليل الذي تم إجراؤه أن درجة معامل الارتباط بين تعبير الجسد والصورة الذاتية هي  $0,093 < 0,125$  (ب)  $< 0,05$  وهذا يعني أنه بناءً على هذه النتائج، فإن الفرضية في هذا البحث تمت رفضها.

الكلمات المفتاحية: تعبير الجسد، الصورة الذاتية

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1. Latar Belakang Masalah

Media dan teknologi yang saat ini sedang berkembang pesat memungkinkan berbagai budaya-budaya dan informasi baru yang masuk ke berbagai penjuru dunia. Secara terus-menerus, kondisi ini kemudian memengaruhi nilai-nilai dan standarisasi di berbagai bidang kelangsungan hidup di masyarakat, tidak terkecuali citra mengenai bentuk tubuh ideal untuk kaum wanita maupun pria. Bagi mayoritas Negara di dunia utamanya pada negara maju dan berkembang salah satunya Indonesia, standar bentuk tubuh ideal merupakan tubuh yang mempunyai keserasian antara tinggi dan berat badan. Tubuh ideal wanita dideskripsikan dengan tubuh yang cenderung sehat, kuat, berlekuk, dan kurus (Standbu & Kvaalem, 2012). Persepsi ini kian kuat dan berkembang sejalan dengan maraknya konfrontasi lewat berbagai media yang menunjukkan wanita maupun pria dengan sosok dan tubuh ideal (Widiaswati, 2016).

Menurut Lippman (dalam varadilla, 2021) citra ialah penggambaran mengenai realitas dan tidak harus disesuaikan dengan realitas. Citra merupakan dunia berdasarkan persepsi seorang individu. Lippman berpendapat *“the picture in our head”*. Identitas diri terbangun dari penerimaan informasi. Realitas yang diperlihatkan oleh media ialah realitas yang telah melewati jalur penyeleksian atau realitas tangan kedua (*second hand reality*). Masyarakat akhirnya membangun identitas diri terkait lingkungan individu atau sosial menurut realitas yang ditampilkan oleh media massa.

Menurut Wellek & Warren (dalam varadilla, 2021) Identitas diri yang negatif maupun positif seseorang bisa didapatkan dari penilaian orang lain terhadap dirinya. Kebanyakan dari hal tersebut dialami oleh perempuan. Perempuan selaku makhluk ciptaan Tuhan yang diciptakan untuk memiliki harkat, martabat, serta derajat yang sama dengan laki-laki, pada kenyataannya selalu serta masih memperoleh pelabelan sebagai makhluk kelas dua serta penyitaan wanita selaku makhluk inferior diantaranya dikarenakan adanya pencitraan pada diri wanita selalu berimajinasi selalu negatif. Berkenaan dengan pencitraan, Wellek dan Warren dalam buku mereka yang judulnya *“Theory of Literature”*. Mengkategorikan pencitraan sebagai topik di bidang studi sastra dan Psikologis. Pada Psikologi, kata “citra” artinya reproduksi mental, suatu ingatan masa terdahulu yang sifatnya indrawi dan menurut persepsi, dan tidak selalu sifatnya visual.

Citra diri disebut pula sebagai gambaran diri, Citra diri merupakan cara pandang atau sikap seorang individu akan tubuhnya secara tidak sadar ataupun sadar. Sikap ini meliputi perasaan dan persepsi mengenai potensi, ukuran, bentuk, dan fungsi penampilan tubuh sekarang ini dan masa terdahulu yang secara berkesinambungan di perbaiki dengan pengalaman baru tiap orang (Yusuf, 2015).

Citra diri merupakan kategori penting dalam perkembangan remaja, dikarenakan masa remaja banyak mengalami perubahan maka mereka mulai berpikir bagaimana cara untuk tampil cantik dan merawat tubuhnya. Menurut mereka sangatlah penting untuk masa depannya (Bragina, 2015).

Mengacu penelitian dari Purnamasari & Agustin (2018) citra diri remaja putri di Kota Prabumulih masih dikategorikan antara positif dengan negatif yakni sejumlah 104 orang dari persentase 68,9%. Lalu tersisa 47 orang dikategorikan positif dari persentase 31,1%.

Selanjutnya Hasil riset dari Duarte (2017) dari 114 wanita yang mengalami diagnosis *Binge Eating Disorse* (BED) atau gangguan makan 78% peserta memberi jawaban dari rasa malu akan tubuh bisa berefek negatif maka ada kecenderungan untuk mengikuti apa yang individu lain kemukakan mengenai kondisi tubuh, ketidakteraturan perilaku makan yang mendapat pengaruh dari berapa jauh pengalaman rasa malu yang dirasakan maka bisa memicu rasa ketidakpercayadirian, tidak layak dalam kelompok sosial, merasa tidak menarik. Serta 22% memberi jawaban biasa saja pada saat ada yang mengejek mereka dan menganggap hal tersebut sebagai motivasi untuk mereka agar membuat tubuhnya lebih ideal. Sedangkan penelitian dari Hidayat (2019) memperlihatkan mayoritas responden mempunyai citra diri negatif ada 60 responden (58,3%) serta 43 responden (41,7%) mempunyai citra diri positif.

Beberapa penelitian yang sudah pernah dilakukan menyatakan bahwa wanita lebih negatif memandang citra diri daripada pria (Davison & McCabe, 2005). Wanita ingin memiliki diri kurus menyerupai ideal yang digunakan untuk menarik perhatian pasangannya dan memiliki kecenderungan untuk menurunkan berat badan disebabkan oleh media massa yang mempromosikan penurunan berat badan (Ningsih dan Bawono, 2016). Pada usia remaja, citra diri menjadi aspek yang penting untuk diperhatikan. Hal ini berdampak pada usaha berlebihan untuk

mengontrol berat badan. Umumnya hal ini terjadi pada remaja putri daripada remaja putra. Remaja putri mengalami kenaikan berat badan yang normal pada masa pubertas. Adanya perasaan tidak bahagia mengenai penampilan dan citra diri negatif ini dapat menyebabkan gangguan perilaku makan. Ketidakpuasan remaja putri pada dirinya meningkat pada awal hingga pertengahan usia remaja (Papalia & Olds, 2003). Ketakutan untuk menjadi gemuk sangat umum terjadi pada remaja putri sehingga hal ini disebut sebagai ketidakpuasan normatif bagi kelompok usia dan gender ini (Gibney, dkk., 2004).

Faktor-faktor yang mempengaruhi citra diri adalah penilaian atau komentar orang lain, perbandingan dengan orang lain, peran seseorang, identifikasi terhadap orang lain. Citra diri bisa tertanam pikiran bawah sadar oleh pengaruh orang lain, pengaruh lingkungan pengalaman masa lalu atau sengaja di tanamkan oleh pikiran bawah sadar. Citra diri ada yang bersifat positif dan ada juga yang bersifat negatif (Gunarsih, 2013).

Brown (1998) Mengungkapkan Faktor internal yang mempengaruhi pada citra diri yaitu faktor perilaku, perhatian selektif (*selective attention*) terhadap masukan yang mendukung citra diri individu. Individu cenderung memilah-milah, masukan mana yang ingin diperhatikannya. Faktor eksternal yang mempengaruhi pada citra diri yaitu faktor sosial, interaksi selektif, individu bisa memilih dengan siapa ia ingin bergaul dan perbandingan sosial yang bias, individu cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain yang menurutnya lebih rendah kemampuannya dari pada dirinya.

Menurut Gilbert & Miles, (2002) *body shaming* merupakan pengalaman memalukan yang dipusatkan dari dalam diri orang itu sendiri yang mencakup kondisi pikiran, *perceived personality*, tingkah laku, maupun perasaan malu. Terjadinya pengalaman memalukan sebelumnya yang pernah dialami dapat dijadikan identitas diri dan sebagai kenangan traumatis mengenai perasaan malu di masa mendatang dan mempertinggi kerentanan akan traumatis, traumatis merupakan salah satu efek dari perlakuan *body shaming* tersebut. (Matos, 2013).

Terkait *body shaming* sendiri yakni faktor yang memberi pengaruh ketidaknyamanan oleh para korban *body shaming* tersebut, dapat mula muncul rasa tidak percaya diri akan dirinya yang memiliki fisik yang cukup dipandang berbeda dengan masyarakat umumnya. Pemicu lain pula dapat muncul kecemasan akan dirinya apabila berjumpa dengan makhluk sosial lain dan subjek akan diperlakukan sama seperti itu lagi yakni *body shaming*. Kecemasan itu sendiri pula memicu gangguan Psikologis lain misal mengakibatkan stress dikarenakan terlalu banyak berpikir tentang peristiwa tersebut, serta dia memikirkan bagaimana caranya ia memiliki *body image* harus dapat bisa terlihat lebih proposional *body imagenya*.

Sehubungan dengan penjabaran terkait *body shaming* serta kasus dan fenomena diatas peneliti mengambil subjek mahasiswa dari universitas Islam Riau Fakultas Psikologi yang didasari adanya ketidakpuasan mahasiswa terhadap penampilan mereka. Alasan selanjutnya peneliti mengambil subjek mahasiswa dikarenakan mahasiwa adalah remaja akhir menuju ke dewasa awal dimana memiliki status rata-rata mahasiswa dan selaras berdasarkan teori yang dipakai

tersebut remaja akhir selalu berubah termasuk kondisi fisik dan lebih memperhatikan selaras akan fenomena diatas yakni terkait *body shaming*.

Pengaruh keberadaan perilaku tersebut menimbulkan sejumlah respon secara garis besar yakni “respon *insecure* dan sakit hati atas perilaku tersebut berikutnya menjalankan perawatan tubuh serta seiring berjalannya waktu akan jauh dengan yang namanya *toxic people*”. Terdapat juga rasa malu hingga membuat pikiran dan melakukan apa yang menurut evaluasi seseorang tersebut salah dan sifatnya negatif serta secara berkelanjutan mengontrol pola makan. Lalu respon berikutnya misal marah namun korban tidak menunjukkan respon marah tersebut berikutnya dibalik itu para korban melakukan upaya untuk mengubah dirinya. Terdapat respon *down* takan orang tersebut selanjutnya mencari teman dekat untuk sebagai suport sistemnya. Ada juga pengaruh dari seseorang yakni ia menjalankan misi balas dendam atas perlakuan tersebut yang dirasakannya. Terdapat pula yang tidak menghiraukan atas perilaku tersebut namun memandang siapa yang memberi perlakuan tersebut.

Alasan peneliti menentukan subjek dari korban *body shaming* dikarenakan dari korban *body shaming* sendiri mempunyai bentuk tubuh yang tidak proporsional sebagaimana evaluasi individu lain pada biasanya dan disesuaikan dengan kasus fenomena apabila tidak mengikuti trend di era modern saat ini akan menimbulkan bahan ejekan tersebut akan tampilan fisi per individu. Oleh karena itu *body shaming* sendiri yang memberi pengaruh munculnya rasa ketidakpercayaan atau penurunan diri seorang individu.

Menurut Murasmutia (2012) Mahasiswa sering merasa tidak puas akan penampilannya dikarenakan ada perubahan bentuk fisik yang sangatlah besar dari masa mahasiswa. Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa penampilan fisik sangatlah mempunyai rasa kepercayaan diri mahasiswa, bahwa penampilan fisik berhubungan paling kuat dengan rasa kepercayaan diri. Salah satu faktor kesuksesan seorang mahasiswa dalam mencapai prestasi ialah berupa pengalaman. Dari sekumpulan pengalaman yang diperoleh semasa perkuliahan serta aktivitas akademik lain, membawa mahasiswa paham akan gambaran mengenai dirinya. Gambaran ini yang disebut dengan citra diri. Penelitian yang hampir mirip dengan variable independen *body shaming* adalah *body image* yang objeknya adalah mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau diteliti oleh Nanda Ariska (2009) mengenai “hubungan *body image* dengan *online-self presentation* pada mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau Pengguna Instagram” didapatkan hasil temuan tidak ada hubungan signifikan antara *body image* terhadap *online-self presentation* pada mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau Pengguna Instagram.

Dari pengamatan peneliti, Di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau terdapat beberapa mahasiswa terdengar dipanggil dengan keadaan fisik paling menonjol yang dipunyai, dengan panggilan “tongos” sebab bagian gigi atasnya lebih ke depan, “tiang listrik” sebab mempunyai tinggi tubuh melebihi rata rata, “hitam” sebab warna kulit yang dipunyainya, “ndut” dikarenakan bentuk tubuhnya gendut dan ada mahasiswa yang dipanggil “cantik” karenakan secara fisik orang lain menganggapnya mempunyai kriteria yang cantik dan lain sebagainya.

Untuk membuktikan fakta permasalahan tersebut peneliti melakukan pra penelitian melalui *google form* yang diedarkan kepada 40 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau dengan hasil pra riset penelitian yaitu sebanyak 32,5% mahasiswa merasa malu atau tidak percaya diri terhadap tubuh yang dimiliki, sebanyak 30% mahasiswa suka mengkritik penampilan orang lain tanpa sepengetahuan mereka, dan sebanyak 35% mahasiswa selalu merasa tidak puas dengan penampilan diri. Berangkat dari hal tersebutlah, penulis beranggapan bahwa adanya kondisi emosi yang belum stabil serta keadaan fisik yang pula tumbuh dengan membingungkan, membuat seseorang berkomentar akan fisik mahasiswa semestinya memperoleh perhatian penting dikarenakan dapat terganggunya keadaan mental mahasiswa jika kritikan sifatnya menjatuhkan. Maka *body shaming* yang diterapkan terhadap mahasiswa akan berpengaruh buruk pada citra diri mahasiswa itu sendiri.

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti berminat untuk mengadakan penelitian yang berjudul **“Hubungan perlakuan *Body Shaming* dengan citra diri pada mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Islam Riau ”**

## **1.2. Rumusan Masalah**

Sesuai pemaparan yang telah disebutkan di latar belakang diatas bahwa *body shaming* dapat terjadi pada mahasiswa. Apabila terdapat persepsi negatif terhadap *body shaming* dan begitu sebaliknya. Mengetahui fenomena tersebut, peneliti berminat untuk mengetahui gambaran apakah ada hubungan perlakuan *body shaming* dengan citra diri pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

### 1.3. Tujuan Penelitian

Berlandaskan pemaparan yang telah tertulis dalam latar belakang masalah di atas, sehingga tujuan penelitian ini yaitu “untuk mengetahui hubungan perlakuan *body shaming* dengan citra diri pada mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Islam Riau”.

### 1.4. Manfaat Penelitian

Mengacu tujuan diatas dilaksanakannya penelitian ini bisa diambil sejumlah manfaat dari penelitian ini yakni berikut ini:

1. Manfaat Teoritis

Mengembangkan informasi mengenai perilaku *body shaming* dengan citra diri pada mahasiswa sehingga dapat menambah referensi ilmiah dibidang Sosial, dan Psikologi Klinis.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini bisa berguna menjadi masukan bagi mahasiswa serta pihak-pihak yang bersangkutan sebagai pemahaman mengenai hubungan antara *body shaming* terhadap citra diri mahasiswa.

### 1.5. Penelitian Sebelumnya

Dari sejumlah masalah yang telah ditemukan pada latar belakang diatas, didapatkan kesimpulan bahwa tujuan penelitian ini ialah agar dapat melihat bagaimana hubungan antara *body shaming* terhadap citra diri. Hal tersebut diperkuat adanya penelitian terdahulu yang bisa menjadi landasan penelitian yang dilaksanakan. Adapun beberapa penelitian pendukung tersebut:

1. Hasil riset dari Celine Pricilia, Desi Yoanita, Daniel Budiana (2019) “Pengaruh *Bodily Shame* di Instagram terhadap Konsep Diri Remaja Perempuan”. Berdasarkan hasil temuan yang dilakukan yang menunjukkan adanya pengaruh *body shaming* di Instagram terhadap konsep diri remaja perempuan, saran yang bisa diberikan peneliti ialah memperluas jangkuan responden seperti usia, jenis kelamin dan melakukan penelitian secara kualitatif terhadap remaja yang konsep diri negatif setelah menerima komentar *bodyshaming*.
2. Tria, Angraini Putri (2015) “Hubungan Antara *Body Image* Dengan Citra Diri Mahasiswi Yang Mengalami Obesitas”. Dihasilkan penelitian bahwasanya terdapat hubungan sangat signifikan antara *body image* dan citra diri mahasiswi yang menderita obesitas. Yang berarti kian tingginya *body image* maka citra diri yang menderita obesitas juga kian tinggi. Kebalikannya, kian rendahnya *body image* sehingga citra diri mahasiswa yang menderita obesitas juga kian rendah. Tingkat *body image* mahasiswa yang menderita obesitas Universitas Muhammadiyah Surakarta masih dikategorikan sedang.

Kontribusi efektif body image pada citra diri yang menderita obesitas ialah 46,9% artinya masih tersisa 53,1% mendapat pengaruh faktor lain.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Rahmad Hidayat, Eka Malfasari & Rina Herniyanti (2019) dengan judul “Hubungan perlakuan *body shaming* dengan citra diri mahasiswa” dihasilkan penelitian ini bahwasanya terdapat hubungan dengan perlakuan *body shaming* dan citra diri kepada mahasiswa STIKes Payung Negeri Pekanbaru senilai OR 0,343 disimpulkan bahwa responden yang diperlakukan *body shaming* buruk mempunyai citra diri negatif 0,343 kali dibanding responden yang mendapat perlakuan *body shaming* yang baik. Penelitian ini menemukan bahwa perlakuan *body shaming* bisa memunculkan evaluasi diri sendiri yang buruk. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kebanyakan yang diperlakukan *body shaming* citra dirinya negatif mereka mengasumsikan serius pihak lain mengejek mereka kurus ataupun gendut maka bisa memberi pengaruh citra dirinya negatif yang membuat dirinya tidak memiliki kepercayaan diri, tidak mau makan, merasa malu.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Dela Geovani (2019) mengenai “Pengaruh cyberbullying *body shaming* pada media sosial instagram terhadap citra diri wanita karir di pekanbaru”. Hasil temuan diketahui bahwa *cyberbullying body shaming* dalam media sosial instagram bisa memberi pengaruh pada citra diri wanita karir di Pekanbaru. Hal ini

dapat diketahui bahwa hasil analisis regresi sederhana dihasilkan Thitung 6,963 melebihi Ttabel, yakni 1,984, dari tingkat signifikansi 0,000 dibawah  $\alpha = 0,05$ , maka didapatkan kesimpulan bahwa variabel X mempengaruhi variabel Y. Sementara itu koefisien determinasi ( $R^2$ ) yang dihasilkan sebesar 0,5752 serta koefisien determinasi (Rsquare) ialah 0,331 hasil dari mengkuadratkan koefisien korelasi 0,575 x 0,575. Dihasilkan angka tersebut bahwa pengaruh *cyberbullying body shaming* pada media sosial Instagram pada citra diri wanita karir sebanyak 33,1% dikategorikan rendah dan sebagiannya mendapat pengaruh dari faktor lain. Teori yakni teori stimulus-response (S-R) asumsi dalam teori ini adalah mendeskripsikan proses komunikasi sederhana yang hanya ada keterlibatan dua komponen yakni media massa serta penerima pesan (khalayak) dan hal tentunya selaras dengan hasil penelitian dimana terdapatnya pengaruh antara variabel X *cyberbullying body shaming* dengan variabel Y yaitu Citra Diri.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1. Kajian Teori

##### 2.1.1. Pengertian Citra Diri

Brown (1998) menerapkan istilah *self knowledge* yang mempunyai makna sama dengan citra diri yang diungkapkan oleh tokoh lain yakni sebagai apa yang dipikirkan seseorang tentang dirinya. Brown mengungkapkan bahwa terdapat tiga aspek pada pengetahuan akan diri sendiri yakni dunia fisik (*physical world*), dunia sosial (*social world*), serta dunia dalam atau Psikologis (*inner atau psychological world*).

Citra diri atau pula dinamakan sebagai *self-image*, secara Psikologi bisa didefinisikan sebagai penggambaran psikis akan kondisi fisik seorang individu, yang ada hubungannya dengan persepsi dan perilaku akan tampilan fisiknya, seksualitas, kondisi kesehatan, dan kemampuan. Citra diri pula bisa didefinisikan sebagai persepsi atau penilaian seorang individu akan dirinya dan interaksinya bersama individu lain, dan mempunyai batasan-batasan dan kepemilikan dirinya. Sebuah citra terbangun secara Psikologis dan lewat sistem neorologis otak, lewat sistem vestibular, propiosepsi, dan penglihatan (Leary & Tangney, 2012).

Pada buku *Psycho-Cybernetics*, citra diri ialah konsepsi diri sendiri tentang individu seperti apakah diri sendiri. Hal tersebut termasuk produk dari pengalaman masa lalu yang berhasil dan kegagalannya, kemenangan dan penghinaannya, dan cara individu lain berespons pada diri sendiri, utamanya semasa kecil.

Citra diri disebut pula sebagai gambaran diri, Citra diri merupakan cara pandang atau sikap seorang individu akan tubuhnya secara tidak sadar ataupun sadar. Sikap ini meliputi perasaan dan persepsi mengenai potensi, ukuran, bentuk, dan fungsi penampilan tubuh sekarang ini dan masa terdahulu yang secara berkesinambungan di perbaiki dengan pengalaman baru tiap orang (Yusuf, 2015).

Citra diri merupakan kategori penting dalam perkembangan remaja, dikarenakan masa remaja banyak mengalami perubahan maka mereka mulai berpikir bagaimana cara untuk tampil cantik dan merawat tubuhnya. Menurut mereka sangatlah penting untuk masa depannya (Bragina, 2015).

Mocanu (2013) mengartikan citra diri merupakan pandangan seorang individu, perasaan dan pikiran akan dirinya. Citra diri seorang individu pula bisa memberi pengaruh potensinya dalam memiliki hubungan dengan individu lain serta juga akan mempengaruhi bagaimana individu lain merespons padanya. Sedangkan, merujuk pemaparan Honigman dan Castle (dalam Bestiana, 2012) citra diri ialah gambaran mental seseorang akan ukuran dan bentuk dirinya. Hal tersebut berhubungan dengan evaluasi seorang individu dalam memandang dan memberi evaluasi atas apa yang dirasakan dan pikirkan akan bentuk dan ukuran dirinya, dan atas evakuasi orang lain padanya.

Citra diri merupakan cara pandang atau sikap seorang individu akan tubuhnya secara tidak sadar ataupun sadar. Sikap ini meliputi perasaan dan persepsi mengenai potensi, ukuran, bentuk, dan fungsi penampilan tubuh sekarang ini dan masa terdahulu yang secara berkesinambungan di perbaiki dengan pengalaman baru tiap orang. (Stuart dan Sundeen, 2008). Kata citra diri dari asal

istilah *Self Concept* dan disebut juga dengan *Self Branding*, mencakup seluruh sikap, keyakinan, dan nilai akan diri seorang individu dalam kaitannya dengan lingkungan, dan termasuk paduan dari beberapa persepsi diri yang memberi pengaruh serta bahkan menjadi penentu perilaku dan persepsi.

Sebagaimana yang dikemukakan Mappiere (2010) ada persamaan arti pada istilah *self image* (citra diri) ataupun *self concept*. Kedua istilah ini yang dikemukakan oleh Mappiere (2010) menekankan kepada pengertian atau pandangan seorang individu akan dirinya pribadi. Baron & Byrne (1991) berpendapat bahwa hanya seseorang yang menurut individu mempunyai respons dan penilaian yang penting yang bisa memberi pengaruh konsepsi seseorang akan dirinya. Orang-orang penting tersebut diantaranya guru, anggota keluarga, orang tua, dan teman dekat. Maka didapatkan kesimpulan bahwa penggambaran tentang diri individu yang nampak (dibayangkan) sendiri oleh individu, atau pula diri yang hendak dilihat oleh orang yang bisa mendapat pengaruh dari individu lain. Berdasarkan pemaparan tersebut didapatkan kesimpulan oleh peneliti bahwa citra diri ialah penggambaran individu terkait tampilan fisik dan perasaan yang mengikutinya baik dalam bagian tubuhnya ataupun pada tubuh secara menyeluruh menurut evaluasinya sendiri yang mendapat pengaruh dari sejumlah aspek dan bisa dibentuk menyesuaikan kehendak individunya.

Citra diri merupakan gagasan kompleks serta mencakup emosi, kesadaran, dan emosi seorang individu yang terkait dirinya. Citra diri merupakan penggambaran mental yang dipunyai terhadap dirinya pribadi. Citra diri bukan hanya mengenai bagaimana seorang individu mengevaluasi dirinya, akan tetapi

pula tentang bagaimana perasaan mereka akan persepsi tersebut (Kim & Lennon, 2007).

Menurut Achmad dalam Dela Geovani (2019), citra ialah penghargaan atau evaluasi dari orang lain. Diartikan juga citra diri sebagai sumber energi untuk memberi motivasi dirinya sendiri maupun oranglain. Yang akan lebih semangat untuk bekerja, berkomunikasi, dan belajar. Seluruhnya itu bisa memperkuat dirinya selaku makhluk yang terbaik. Citra diri diibartkan sebagai harum wangi bunga, semerbak memenuhi alam sekelilingnya. Citra diri membuat seseorang sebagai makhluk yang berucap, kharismatik, berpikir, dan berperilaku secara positif, sebagai manusia yang disenangi, dikarenakan selalu menyebar kebaikan.

Mengacu sejumlah teori konseptual diatas, didapatkan kesimpulan bahwa citra diri adalah suatu pencitraan dari diri seorang individu yang bisa diketahui lewat pikiran, yang memberi kebebasan seorang individu untuk melihat selera, kebutuhan diri, sensasi, dan emosi, serta untuk berinteraksi dengan lingkungan fisik. Citra diri pula dideskripsikan sebagai suatu area Psikologis dimana pikiran, kebudayaan, dan diri bergabung menjadi satu. Area ini meliputi anggapan, nilai-nilai, perilaku, persepsi, perasaan, dan pemikiran-pemikiran seorang individu tentang dirinya. Citra diri pula bisa diartikan sebagai penggambaran mental yang dipunyai seseorang mengenai dirinya mencakup dua komponen, yakni komponen sikap (apa yang dirasakan mengenai diri kita dan bagaimana perasaan ini mengarahkan kepada perilaku) serta komponen perseptual (performa diri, gerakan, karakteristik, berat, bentuk, dan ukuran).

### 2.1.2. Aspek-aspek Citra Diri

Brown (1998) mengutarakan bahwa terdapat 3 aspek pada pengetahuan akan diri sendiri, yakni:

a. Dunia fisik (*physical world*)

Realitas fisik bisa memberi suatu arti dimana kita bisa belajar mengenal diri kita pribadi. Sumber pengetahuan dari dunia fisik memberi pengetahuan diri pribadi. Namun pengetahuan dari dunia fisik dibatasi dari atribut yang dapat diukur dari yang sifatnya subjektif dan terlihat serta kurang berarti apabila dibanding orang lain.

b. Dunia Sosial (*social world*)

Sumber masukan untuk pencapaian terhadap citra diri ialah masukan dari lingkungan sosial orang itu sendiri. Proses capaian pemahaman diri lewat lingkungan sosial tersebut terdapat 2 macam, yakni:

1. Perbandingan sosial (*Social comparison*)

Sama halnya dengan dunia fisik, dunia sosial pula menunjang dalam memberi penggambaran diri lewat perbandingan dengan individu lain. Secara umum seseorang memanglah cenderung membanding-bandingkan dengan orang lain yang dianggap sama dengan dirinya guna mendapat penggambaran yang menurut mereka adil. Namun tak jarang seseorang yang membanding-bandingkan dirinya dengan seseorang yang lebih baik (dinamakan sebagai *upward comparison*) ataupun yang lebih buruk

(*downward comparison*) yang disesuaikan dengan tujuan masing-masing pribadi.

2. Penilaian yang tercerminkan (*reflected apraisal*)

Pengetahuan terhadap diri seseorang akan terwujud dengan cara memandang respons orang lain pada perilaku seseorang. Misal apabila seseorang berkata seperti gurauan dan orang lain tertara, hal ini bisa sebagai sumber untuk mengetahui pembawaan diri seseorang itu lucu.

c. Dunia dalam atau Psikologis (*inner / psychological world*)

Sementara untuk sumber bisa meliputi evaluasi dari dalam diri seseorang, terdapat 3 hal yang bisa memberi pengaruh pada capaian pemahaman akan citra diri seseorang, yakni:

1. Introspeksi (*Instrospektion*)

Intropeksi diterapkan supaya seseorang memandang dirinya untuk mencari hal-hal yang menjadi penunjang dirinya. Misal seorang individu yang merasa dirinya pintar, jika melakukan intropeksi dengan melihat berbagai peristiwa pada hidupnya, misal bagaimana dirinya menjawab pertanyaan, memecahkan masalah, serta lainnya.

2. Proses mempersepsi diri (*Self perception process*)

Proses ini mempunyai persamaan dengan intropeksi, perbedaannya ialah dari proses memandang diri dilakukan dengan kembali melihat dan memberikan kesimpulan seperti apa

gambaran dirinya sesudah mengingat terdapat ataukah tidak atribut yang dicari di peristiwa-peristiwa hidupnya, sementara instropeksi diterapkan kebalikannya.

### 3. Atribusi Kausal (*Causal attributions*)

Cara ini diterapkan melalui mencari tahun alasan dibalik tingkah laku. Weiner (dalam Brown, 1998) menyatakan bahwa atribusi kausal ialah dimana seseorang memberi jawaban pertanyaan mengapa bertindak hal seperti itu dalam hidupnya. Atribusi kausal ini pula bisa diterapkan ke perilaku individu lain yang ada hubungannya dengan seseorang. Dengan mengerti apa alasan individu lain bertindak sesuai yang berkaitan dengan individu, maka seseorang paham bagaimana penggambaran diri sebetulnya. Atribusi yang dibuat bisa memberi pengaruh persepsi seseorang akan dirinya.

Berdasarkan uraian diatas peneliti menyimpulkan bahwa, aspek-aspek dari citra diri adalah dalam dunia fisik yaitu sumber pengetahuan dunia sosial, dan dunia dalam atau piskologis sumber pengetahuan dari dunia fisikal memberi pengetahuan diri pribadi. Dalam dunia sosial sumber masukan untuk pencapaian terhadap citra diri ialah masukan dari lingkungan sosial orang itu sendiri. Dan dunia dalam atau Psikologis yaitu sumber bisa meliputi evaluasi dari dalam diri seseorang.

### 2.1.3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Citra Diri

Sebagaimana yang dikemukakan oleh Close dan Giles (dalam Nourmalita, 2016) citra diri terhadap remaja mulai terbangun sejalan dengan kematangan mental dan pertumbuhan fisiknya. Cara persepsi remaja akan dirinya biasanya mendapat pengaruh dari tayangan dan tampilan media massa yang menunjukkan bentuk diri model yang ideal, pertumbuhan fisik yang masih tengah berubah dan berkembang, pula kecenderungan untuk membanding-bandingkan bentuk dirinya dengan bentuk tubuh individu lain seumurannya.

Hal tersebut memicu timbulnya *hypercare*, yakni suatu fenomena upaya penyempurnaan dan perawatan daya kerja dan tampilan secara berlebih, melalui bantuan majunya teknologi medis dan kosmetik (Kasiyan, 2008). Pada perkembangannya, ada faktor-faktor yang memberi pengaruh pada perkembangan citra diri, diantaranya:

a. Jenis Kelamin

Chase (2001) mengutarakan bahwa jenis kelamin ialah faktor yang sangatlah penting dalam perkembangan diri seorang individu. Dacey & Kenny (2001) berpendapat bahwasanya jenis kelamin bisa memberi pengaruh pada citra diri. Sejumlah penelitian yang telah meriset sebelumnya mengungkapkan bahwa perempuan lebih negatif mempersepsikan citra diri dibanding kaum laki-laki (Davison & McCabe, 2005). Perempuan berkeinginan untuk mempunyai tubuh yang ideal untuk menggait pasangannya dan cenderung untuk mengurangi berat badan karena banyak media masa yang gencar

berpromosi terkait menurunkan berat badan (Ningsih dan Bawono, 2016).

b. Usia

Untuk usia remaja, citra diri dijadikan sebagai aspek yang penting untuk diperhatikan. Hal tersebut berpengaruh kepada usaha berlebih untuk mengendalikan berat badan. secara umum hal tersebut bisa muncul kepada remaja putri dibanding remaja putra. Remaja putri sedang terjadi proses kenaikan berat badan secara normal ketika dalam masa pubertas. Terdapatnya perasaan tidak senang terkait penampilan serta citra diri negatif ini bisa memicu gangguan perilaku makan. Tidak puasnya remaja puri akan dirinya bertambah di awal sampai pertengahan usia remaja (Papalia & Olds, 2003). Takut akan mengalami kegemukan sudah biasa terjadi kepada remaja putri maka hal tersebut dinamakan dengan ketidakpuasan normatif untuk sekelompok gender dan usia ini (Gibney, dkk., 2004)

c. Media Massa

Media massa memiliki peran di kemasyarakatan (Cash, 2004). Majalah wanita utamanya film, majalah fashion ataupun televisi (termasuk penampilan khusus anak-anak) memberi penyajian gambar model-model yang kurus yang diibaratkan dengan figur yang ideal maka memicu banyak perempuan merasa ketidakpuasan akan dirinya sendiri. Media massa bisa memberi pengaruh citra diri manusia lewat 3 proses yakni persepsi, kognitif serta perilaku yang dihubungkan

dengan perbandingan sosial dimana kecenderungan seorang perempuan yang membanding-bandingkan dirinya dengan model-model kurus yang termasuk kategori menarik. Sebagai akibat perbandingan sosial ini, muncullah distorsi pada perempuan yang mana mereka merasa gemuk padahal sebetulnya mereka tidak gemuk. Dalam kognitif mereka sudah tergambar bagaimana perempuan yang disebut menarik, maka membuatnya landasan untuk menilai diri akan penampilan. Berdasarkan segi perilaku dimana perempuan berkeinginan untuk kurus sebagaimana terlihat di para model di media, mereka rela menurunkan berat badannya atau diet.

d. Keluarga

Merujuk teori pembelajaran sosial, orang tua dijadikan sebagai model yang penting pada proses sosialisasi maka bisa memberi pengaruh pada citra diri anak-anaknya lewat instruksi, dan umpan balik (Cash, 2004).

e. Hubungan Interpersonal

Kecenderungan seorang individu untuk membanding-bandingkan dirinya dengan individu lain akan dapat memberi pengaruh pada konsep diri salah satu di dalamnya bagaimana perasaannya akan tampilan fisik. Hal tersebut seringkali yang menjadikan kecemasan seorang individu akan penampilan dan gugup saat orang lain menilai akan dirinya. Rosen mengungkapkan bahwa umpan balik pada tampilan kompetisi teman sebaya ataupun keluarga

pada hubungan interpersonal bisa memberi pengaruh pada bagaimana perasaan dan pandangan seorang individu akan dirinya (Cash, 2004).

f. Budaya

Kesan pertama di kemasyarakatan memperlihatkan bahwa lingkungan setiap kali mengevaluasi seorang individu menurut kriteria luar, misal penampilan fisik yang baik dipersepsikan dari status yang lebih tinggi, peluang yang lebih luas untuk menggait pasangan, serta mutu positif sebagainya (Melliana, 2006).

Berdasarkan uraian diatas peneliti menyimpulkan bahwa citra diri mempunyai faktor-faktor yaitu jenis kelamin, usia, media massa, keluarga, hubungan interpersonal dan budaya.

## 2.2. *Body Shaming*

### 2.2.1. Pengertian *Body shaming*

*Body shaming* adalah sebuah frasa dari kombinasi 2 kata yang asalnya dari bahasa Inggris yakni *body* (tubuh) serta *shame* (memalukan) maka digabungkan menjadi arti berupa memermalukan tubuh (Cambridge dictionary, 2019). Kini *body shaming* ialah suatu istilah yang diartikan sebagai tindakan atau perlakuan seorang individu ketika memberikan komentar buruk terkait keadaan rupa atau tubuh seorang individu baik secara tidak disadari ataupun disadari.

Sebagaimana yang dikemukakan Gilbert & Miles (2002), *body shaming* ialah pengalaman memalukan yang bisa dipusatkan dari dalam diri mencakup kondisi pikiran, *perceived personality traits*, perilaku, ataupun perasaan malu.

Sedangkan menurut Nol dan Frederickson dalam (Damanik, 2018), *body shaming* ialah perasaan malu yang berasal dari salah satu elemen tubuh pada saat menilai diri sendiri dengan orang lain yang tidak sama dengan bentuk ideal seperti harapannya. Hal ini muncul pada saat seseorang sedang menilai dirinya cenderung pada budaya ideal dan internalisasi. (Damanik, 2018)

*Body shaming* yakni perasaan malu dari salah satu bentuk elemen tubuh pada saat menilai diri sendiri dengan orang lain yang tidak sama sesuai harapannya. Rasa malu adalah emosi yang biasanya terjadi pada seorang wanita terhadap tubuh mereka. Perasaan tersebut yang memicu seseorang lebih lagi wanita mengevaluasi bahwa tubuhnya memalukan.

Dolezal (2015) mengatakan hakikatnya, tubuh adalah dasar dari diri (*self*). Oleh karena itu, kesadaran diperlukan adanya perwujudan dan tidak seksama dilihat batasan yang bisa dibuat antara tubuh dengan diri. Saat seseorang pernah menghadapi *body shaming*, akan terdapat jarak antara tubuh dengan diri, bahwa merasa tubuh ialah miliknya akan merasa apa yang menjadi harapan pada tubuhnya harusnya terdapat pada tubuhnya, padahal sebetulnya tidak seharusnya. Seperti, seseorang tidak merasa percaya diri dengan warna kulitnya sendiri sebab ketika itu media menunjukkan standar kulit yang tidak dipunyai oleh dirinya.

*Body shaming* juga mempunyai aspek secara lebih luas, dan bisa meliputi aspek fisik tubuh, misal rasa malu dari segi fisik ataupun penampilan seorang individu. Dan mengeluarkan rasa malu yang merupakan emosi terealisasi oleh seorang perempuan dari dampak *body shaming*. (Damanik, 2018).

Pada situs Rampages US mengungkapkan *body shaming* ialah perilaku komentar secara kritis, mengenai hal yang memalukan dari berat atau ukuran badan seorang individu. Hasil dari *body shaming* ini yakni evaluasi negatif pada diri sendiri, atau menurunnyanya citra diri. Konsekuensi ini memicu efek buruk kepada perempuan dengan menilai dan mengkategorikan kecantikan. Pengaruh secara menyeluruhnya ialah perasaan malu terhadap tubuh bisa memberi pengaruh pada kesehatan mental perempuan muda secara negatif, yang bisa memberi bahaya bagi diri sendiri secara fisik dan mental.

*Body shaming* bisa diartikan sebagai bentuk *bullying* secara verbal yang sangatlah banyak dijumpai bahkan beberapa orang cenderung tidak sadar akan terjadinya *body shaming* dalam sehari-harinya. Hal tersebut dikarenakan kejadian *body shaming* sendiri sudah sangat menyebar di kalangan masyarakat bahkan sudah sebagai hal yang biasa. Dikarenakan hanya sebagai lelucon semata yang paling nampak dalam kejadian *body shaming* pada wanita.

Merujuk temuan yang dilaksanakan oleh Jean M. Lamont (2015) sebagai pengujian apakah *body shaming* itu dapat memberi pengaruh pada kesehatan fisik yang buruk. Yakni, dari memberi pengaruh sikap negatif pada proses tubuh dan karena itu harus menurunkan evaluasi kesehatan dan berpengaruh kepada kesehatan fisik. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa diduga tubuh yang dipermalukan dapat membuat buruk kesehatan. Rasa malu terhadap tubuh pula menguji apakah *body shaming* itu mempengaruhi kesehatan yang buruk dan memprediksikan perluasan gejala dan infeksi. Akan tetapi, rasa malu akan tubuh (*body shaming*) kemungkinan berkembang pada persepsi kesehatan yang buruk

serta penelitian di masa mendatang haruslah mempertimbangkan dalam penggunaan metodenya guna mengevaluasi hasil kesehatan yang tidak dibentuk menurut laporan kesehatan sendiri.

Hasil penelitian ini memunculkan sejumlah pertanyaan penting yang harus mendapat jawaban, misal bagaimana cara berperilaku sehat dan rasa malu yang diambil. Hal tersebut merupakan suatu hal yang belumlah kita pahami. Akan tetapi, hasilnya mengungkapkan bahwa rasa malu terhadap tubuh bisa memberi bahaya kesehatan fisik dan kita bisa memanfaatkannya sebagai motivasi untuk cinta terhadap tubuh kita sendiri.

Berdasarkan data survei, karena terdapatnya kekurangan pengetahuan tentang perlakuan atau tindakan *body shaming* banyak korban yang mengaku pernah terjadi peristiwa seperti itu di dalam lingkungan rumah oleh kerabat atau orang tuanya sendiri (Miller, 2016). Kejadian semacam itu sangatlah disayangkan terjadi, banyak individu yang tidak mempunyai rasa sadar penuh dalam pemilihan kalimat atau kata pada saat berkomunikasi yang akhirnya berdampak kepada lawan bicara tersebut. Komentar yang basa basi dalam bercakap menjadi peringkat pertama sebagai pengantar munculnya *body shaming* pada sebuah kelompok atau forum percakapan. Budaya yang semakin berubah sepanjang berjalannya waktu telah memberi pengaruh pada kepedulian untuk antar orang maka memunculkan rasa tidak peka yang sangatlah jelas adanya serta lebih sifatnya membuat rugi diri ataupun pihak lain, serta ini terjadi sesudah banyak masyarakat yang bermulai mengikuti budaya populer.

### 2.2.2. Aspek-aspek *Body shaming*

Aspek dari *body shaming* menurut Gilbert & Miles (2002) mencakup:

#### 1. Komponen Psikologis

Perasaan malu yang berakibat pada seorang individu yang merasa tertekan dikarenakan terjadinya tuntutan untuk dapat menyesuaikan dengan standar yang berlaku. Disamping itu pula *body shaming* dapat berakibat pada terganggunya makan dikarenakan ada kehendak untuk mempunyai tubuh yang ideal.

#### 2. Komponen Emosi

Emosi yang terdapat dalam perasaan malu berupa perasaan marah, cemas, dan muak terhadap diri sendiri. Hal ini terjadi karena adanya pemikiran negatif atas dirinya sendiri serta ketidak mampuan mengikuti standar yang ada dari lingkungan.

#### 3. Komponen Perilaku

Perasaan malu dapat menimbulkan kecenderungan untuk menghindari diri dari lingkungan sekelilingnya. Terdapat ketidaknyamanan perasaan yang muncul dari pandangan rendah dari orang sekeliling maka merasa dirinya akan terancam.

#### 4. Komponen Mengenai Evaluasi Diri Yang Berasal dari Dalam

Dipusatkan kepada persepsi terhadap diri sendiri yang kurang baik yang didasarkan pada pemikiran negatif terkait diri sendiri. hal tersebut muncul dikarenakan terdapatnya kritik yang menyerang dengan kata-kata merendahkan diri maka berakibat akan mengurangi

tingkat kepercayaan diri orang dan menumbuhkan pemikiran malu pula dari dalam diri.

#### 5. Komponen Kognitif Sosial atau Eksternal

Kondisi ini dipusatkan kepada pemikiran dari orang lain yang mengevaluasi dirinya selaku individu yang rendah ataupun kurang baik. Dia pula mengasumsikan individu lain memandang rendah akan dirinya maka berakibat pada penilaian diri yang rendah.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa, aspek-aspek dari *body shaming* adalah komponen Psikologis yaitu individu yang merasa tertekan, komponen emosi yaitu emosi yang terdapat dalam perasaan malu, berupa perasaan marah, cemas dan muak terhadap diri sendiri, komponen perilaku yaitu, perasaan malu yang menimbulkan kecendrungan untuk menghindari diri dari lingkungan sekelilingnya, komponen mengenai evaluasi diri yang berasal dari dalam yaitu di pusatkan kepada presepsi terhadap diri sendiri yang kurang baik, dan komponen kognitif sosial atau eksternal yaitu dipusatkan kepada pemikiran dari oranglain yang mengevaluasi dirinya selaku individu yang rendah.

#### 2.2.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Body Shaming*

Mengenai ini kasus *body shaming* tidak serta merta langsung muncul, namun terdapat sejumlah komponen yang memberi pengaruh munculnya *body shaming*. Adapun teori-teori yang menguatkan timbulnya *body shaming* :

## 1. Teori Konsep Diri

Sebagaimana yang dikemukakan oleh Hurlock dalam (Najwa, 2014) konsep diri yaitu konsep seorang individu dari siapa dan apa dia itu. Konsep ini termasuk cermin, ditetapkan dari kebanyakan peran dan hubungan dengan pihak lain, apa yang sekiranya respons individu lain akan dirinya. Konsep diri yaitu penggambaran terkait kepribadian dan penampilan yang diharapkan.

Konsep diri ialah persepsi seorang individu untuk mengenal siapa dirinya, apa dan bagaimana dirinya. Persepsi tersebut bisa dimulai dari pengenalan diri, harga diri, citra diri, ideal diri, gambaran diri dan peran diri yang didapat lewat berinteraksi diri sendiri ataupun dengan lingkungan ataupun orang lain.(Najwa, 2014).

Berikut faktor yang memberi pengaruh pada konsep diri yakni (Najwa,2014) :

### a. Nama dan pakaian

Nama-nama tertentu atau julukan akan memberikan pengaruh kepada seseorang untuk membentuk konsep dirinya. Seorang individu akan memiliki julukan baik, tentu akan termotivasi untuk mempunyai konsep diri yang baik juga, demikian kebalikannya. Begitu juga ketika berpakaian, mereka bisa memiliki penggambaran dirinya sendiri.

b. Jenis kelamin

Kelompok lingkungan masyarakat lebih luas akan hadirnya perkembangan di berbagai peran yang beragam menurut perbedaan jenis kelamin.

c. Harapan-harapan

Harapan-harapan orang lain terhadap individu lain sangatlah penting untuk individu tersebut. Misal individu lain yang mengharap agar dirinya untuk selalu tampil dengan lemah lembut, sehingga seseorang tersebut akan membuat dirinya dengan konsep diri untuk sebagai orang yang selalu tampil akan kelemahlembutan.

2. Teori Objektifikasi Diri

Merupakan evaluasi diri akan tubuhnya sendiri, menginternalisasi perspektif pengamat yang difokuskan untuk memandang bagian tubuh misalnya sebagaimana ia dipandang individu lain, serta kurang mengevaluasi potensi dan keunikan apa yang bisa diberikan tubuh dan bagaimana perasaannya. Teori objektifikasi memperlihatkan bahwa *self-objectification* (objektifikasi diri) bisa mempertinggi peluang seseorang untuk merasa malu khususnya malu terhadap suatu fisik tubuhnya (*body shaming*). (Damanik,2018)

Berdasarkan uraian diatas peneliti menyimpulkan bahwa, faktor-faktor yang mempengaruhi *body shaming* diantaranya adalah teori

konsep diri yaitu penggambaran terkait kepribadian dan penampilan yang diharapkan. Terdapat juga faktor-faktor lain mempengaruhi *body shaming* yaitu evaluasi diri akan tubuhnya sendiri, menginternalisasi perspektif pengamat yang difokuskan untuk memandang bagian tubuh misalnya sebagaimana ia dipandang individu lain, serta kurang mengevaluasi potensi dan keunikan apa yang bisa diberikan tubuh dan bagaimana perasaannya.

#### 2.2.4. Jenis *Body Shaming*

Dolezal dalam (Damanik, 2018) menyebutkan bahwa *body shaming* terbagi atas dua jenis yakni:

##### 1. Rasa Malu Tubuh Yang Akut (*Acute Body shaming*)

*Acute Body shaming* lebih terkait dengan aspek perilaku dari tubuh, misal tingkah laku atau pergerakan. Istilah seperti itu biasanya disebut sebagai *embarassment* (rasa malu), biasanya tipe *body shaming* ini muncul pada saat persiapan yang tidak direncanakan atau tidak terduga. Jenis *body shaming* ini muncul dari kasus misal terjadinya interaksi sosial berupa suatu persentase diri yang gagal, timbul sebagai pelanggaran pertunjukkan, perilaku, atau penampilan, atau hilangnya kontrol tidak terduga atau sementara atas suatu fungsi tubuh. *Body shaming* ini termasuk rasa malu yang wajar muncul ketika berinteraksi sosial bahkan rasa malu ini diperlukan dalam berinteraksi sosial.

## 2. Rasa Malu Tubuh Yang Kronis (*Chronic Body shaming*)

Jenis kedua dari *body shaming* terjadi dikarenakan terbentuk secara permanen dan berulang-ulang dari sebuah tubuh atau penampilan, berupa warna kulit, berat, dan tinggi badan. Disamping itu, *body shaming* ini juga bisa hadir dikarenakan cacat atau stigma misal kelumpuhan atau bekas luka. Disamping penampilan, *chronic body shaming* berkaitan dengan fungsi tubuh serta rasa cemas yang biasanya dirasakan misal mengenai penuaan, hal buang air besar, penyakit, jerawat, serta lainnya. Ditambahkan juga dengan *body shaming* ini bisa terjadi ketika canggung maupun gagap yang kronis. Berbagai hal yang menginduksinya, *body shaming* jenis ini akan hadir secara berulang-ulang dan menahun pada saat sadar dan menghantarkan rasa sakit secara permanen dan berulang-ulang. *Body shaming* kronis menyakiti dan membuat tertekan. *Body shaming* ini bisa menuntut untuk mengurangi pengalaman tubuh secara konstan memberi pengaruh pada nilai diri dan harga diri.

### 2.2.5. Dinamika Psikologi *Body shaming*

Perlakuan *body shaming* ialah pengalaman yang dirasakan seseorang pada saat kekurangan di lihat sebagai suatu hal yang negatif oleh individu lain dari bentuk fisiknya. Bukti yang mengungkapkan bahwa pengalaman memalukan sebelumnya yang pernah dialami dapat dijadikan identitas diri dan sebagai kenangan traumatis mengenai perasaan malu di masa mendatang dan mempertinggi kerentanan akan traumatis, traumatis merupakan salah satu efek

dari perlakuan *body shaming* tersebut. Efek dari perlakuan *body shaming* kebanyakan yang negatif. Hal riset menemukan bahwa perlakuan *body shaming* bisa berpengaruh kepada pola pikir negatif seorang individu. Dimana didapatkan hasil penelitian bahwasanya perlakuan *body shaming* bisa memunculkan evaluasi sendiri yang buruk.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Celine Pricilia, Desi Yoanita, Daniel Budiana (2019) menunjukkan adanya pengaruh *body shaming* di Instagram terhadap konsep diri remaja wanita, saran yang kelamin dan melakukan penelitian secara kualitatif terhadap remaja yang konsep diri negatif setelah menerima komentar *body shaming*. Bagi peneliti lainnya yang tertarik untuk mengadakan penelitian lebih dalam terkait topik ini salah satunya ialah pengembangan topik penelitian dengan mengkaji variabel lainnya yang dimungkinkan juga dapat mempengaruhi konsep diri. Dari indikator *body shaming*, berdasarkan hasil penelitian dengan memberikan kuisioner kepada 400 remaja perempuan yang berusia 15-24 tahun didapatkan hasil bahwa setelah menerima komentar *body shaming*, bagaimana perasaan malu akan bentuk tubuh mereka termasuk ke dalam tingkatan lemah. Hal ini dapat dilihat dari mean *body shaming* sebesar 2,596 atau 26 persen. Tingkatan lemah berarti perasaan malu akan bentuk tubuh rendah yang berarti responden merasa percaya diri akan bentuk tubuh mereka.

Penelitian yang dilakukan oleh Rahmad Hidayat, Eka Malfasari & Rina Herniyanti (2019) mengutarakan bahwa seseorang diperlakukan *body shaming* bisa memunculkan buruknya evaluasi akan dirinya sendiri. Sehingga dapat

disimpulkan bawa kebanyakan yang diperlakukan *body shaming* citra dirinya negatif mereka mengasumsikan serius pihak lain mengejek mereka kurus ataupun gendut maka bisa memberi pengaruh citra dirinya negatif yang membuat dirinya tidak memiliki kepercayaan diri, tidak mau makan, merasa malu.

Budaya yang mengalami perkembangan sejak dulu dapat memberi perhatian besar kepada tubuh perempuan serta evaluasi akan tubuh perempuan yang telah ada sejak dulu. Perempuan ditekankan untuk lebih dapat mengutamakan tampilannya. Perempuan yang berpeluang besar untuk terjadi *body shaming* dibanding kaum lelaki. Perempuan akan meluangkan sumber dana waktu, dan energi lebih besar untuk memperbaiki dirinya agar lebih baik selaras akan standar normatif yang dinyatakan wajar. Perempuan dapat saja tidak sadar bahwa mereka sedang alami *body shaming* atau mereka sedang menjalankan segala macam cara untuk meminimalisir pengalaman malu tersebut. (Dolezal, 2015).

Seorang perempuan yang merasa malu akan fisik tubuhnya akan berupaya untuk meminimalisir rasa malu tersebut dengan menahan rasa lapar yang dirasakannya sebagai upaya penghilang berat badan sedikit demi sedikit. Evaluasi diri yang diberikan orang lain akan fisik tubuhnya dapat memicu seorang perempuan tersebut merasa *body shaming*. Evaluasi memberi dampak Psikologis yang tidak sama di setiap perempuan yang mengalaminya. *Body shaming* bisa memicu sejumlah dampak psikologis kepada seorang perempuan yang menderita dampak Psikologis yang dimunculkan pada saat perempuan mengalami *body shaming* diantaranya disfungsi seksual, depresi, dan gangguan makan. *Body*

*shaming* pula akan muncul terjadinya distorsi kognitif pada wanita yang mengalaminya.

### 2.3. Kerangka Berpikir

Menurut Gilbert & Miles (2002) *Body shaming* yaitu merupakan pengalaman memalukan yang dipusatkan dari dalam diri orang itu sendiri yang mencakup kondisi pikiran, *perceived personality*, tingkah laku, maupun perasaan malu. Hal tersebut yang memicu seseorang terlebih lagi seorang perempuan yang mengevaluasi bahwa fisiknya memalukan.

Citra diri menurut Brown (1998) adalah *self knowledge* yang memiliki arti sebagai apa yang orang lain pikirkan mengenai dirinya yang meliputi 3 aspek yaitu *physical world* (dunia fisik), *social world* (dunia sosial), serta inner atau *psychological world* (dunia dalam atau fisilogis).

Sedangkan citra diri merupakan penggambaran mengenai siapa kita menurut pandangan kita pribadi. Kemungkinan citra diri berbeda halnya dengan realita yang muncul, namun kita mempercayainya. Citra diri membangun ‘kepribadian‘ kita bagaimana kita berlaku, berpenampilan, pengambilan keputusan, salah satu juga di dalamnya menghargai kondisi tubuhnya.

Citra diri bisa dikategorikan menjadi dua kategori besar yakni citra diri negatif dan citra diri positif. Citra diri negatif mereka akan lebih memiliki sikap atau watak yang pemalu, sombong, rendah diri, pribadi yang tertutup, lebih sensitif dan pergaulannya terhambat. Sebaiknya bagi orang yang memiliki citra diri positif mereka akan memiliki sikap yang percaya diri tinggi, bisa menerima diri apa adanya, serta menghargai diri sendiri.

Pada *body shaming* yang dialami individu yang positif rasa malu akan salah satu bentuk bagian tubuh pada saat menilai orang lain dengan evaluasi diri sendiri tidak sesuai yang menjadi harapannya. Jika ada persepsi negatif terhadap *body shaming* tersebut, yang ditunjukkan dengan merubah penampilan fisiknya. Begitu juga sebaliknya, rendahnya *body shaming* menunjukkan terdapat perasaan positif terhadap tubuh, percaya diri, serta dapat mengontrol dirinya dengan baik.

Saat seseorang diperlakukan *body shaming*, akan terdapat jarak antara diri dengan tubuhnya, bahwa merasa tubuh ialah miliknya akan merasa bahwa apa yang diharapkan dari tubuhnya harusnya terdapat ditubuhnya, padahal sebetulnya tidak boleh seperti itu. Adanya *body shaming* memungkinkan seseorang untuk membanding-bandingkan kondisi dirinya dengan individu lain dan menimbulkan rasa malu dan persepsi yang buruk pada tubuhnya. Maka sekarang ini, seringkali orang lain atau teman sebaya menjadikan penampilan fisik sebagai bahan ejekan terhadap individu disekitarnya ataupun kelompoknya..

Sejalan dengan penelitian Rahmat Hidayat Eka Malfasari dan Rina Hernianti (2019) bahwa *body shaming* dapat menimbulkan penilaian diri sendiri yang buruk. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kebanyakan yang diperlakukan *body shaming* memiliki citra diri negatif mereka mengasumsikan serius pihak lain mengejek mereka kurus ataupun gendut maka bisa memberi pengaruh citra dirinya negatif yang membuat dirinya tidak memiliki kepercayaan diri, tidak mau makan, merasa malu.

Mengacu landasan teori dan penelitian terdahulu yang sudah disebutkan diatas, sehingga telah bisa menyajikan kerangka pemikiran sebagai penggambaran

hubungan dari variabel bebas, yakni *body shaming* (X). Dan variabel terikat yakni citra diri (Y). Oleh karena itu peneliti menghubungkan *body shaming* terhadap citra diri dikarenakan memang kedua variabel tersebut saling ada keterkaitan.

#### 2.4. Hipotesis

Berdasarkan masalah pokok penelitian ini didukung dengan teori yang ada, maka dapat dikemukakan hipotesis yaitu:

Ho : Tidak ada hubungan antara *Body shaming* dengan Citra Diri mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

H1 : Ada hubungan antara *Body shaming* dengan Citra Diri mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan fenomena variabel yang beragam yakni faktor-faktor yang bisa berubah-ubah ataupun bisa diubah sesuai dengan tujuan penelitian. Penentuan variabel harus dipilih secara jelas supaya alur hubungan variabel penelitian bisa dianalisis (Bungin, 2017).

Pada penelitian ini ada 2 variabel yakni variabel independen (X) serta variabel dependen (Y).

1. Variabel Terikat (Y) : Citra Diri
2. Variabel Bebas (X) : *Body shaming*

#### 3.2. Defenisi Operasional

##### 3.2.1. Citra Diri

Citra diri merupakan evaluasi yang dilakukan seseorang terkait perasaan yang menyertai dan penampilan diri serta persepsi individu lain akan diri kita. citra diri adalah suatu pencitraan dari diri seorang individu yang bisa diketahui lewat pikiran, yang memberi kebebasan seorang individu untuk melihat selera, kebutuhan diri, sensasi, dan emosi, serta untuk berinteraksi dengan lingkungan fisik.

Citra diri bisa dikategorikan menjadi dua kategori besar yakni citra diri negatif dan citra diri positif. Citra diri negatif mereka akan lebih memiliki sikap atau watak yang pemalu, sombong, rendah diri, pribadi yang tertutup, lebih

sensitif dan pergaulannya terhambat. Sebaiknya bagi orang yang memiliki citra diri positif mereka akan memiliki sikap yang percaya diri tinggi, bisa menerima diri apa adanya, serta menghargai diri sendiri.

Pada penelitian ini, citra diri diukur dari menerapkan skala citra diri dengan 32 aitem yang tersusun sesuai aspek-aspek citra diri menurut Brown (1998) yakni aspek dunia fisik, dunia sosial, dan dunia Psikologi. Skala ini ialah skala tertutup dari menerapkan 5 kategori jawaban yakni Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS) serta Sangat Tidak Setuju (STS).

### 3.2.2. *Body shaming*

*Body shaming* adalah penilaian negatif terhadap tubuh dan emosinya serta terdapatnya rasa ingin menyembunyikan tubuhnya. Penilaian negatif yang muncul dari asumsi mempunyai tubuh yang kurang proposional maka timbulnya rasa ingin tubuhnya disembunyikan. Disamping itu pula kritikan yang menyakiti pada dirinya atau korban *body shaming* dan penilaian negatif terkait fisik menjadikan seorang individu merasa rendah.

Penilaian negatif yang terdapat pada diri seorang individu tentang bentuk tubuhnya, bukan hanya diperoleh dari dalam dirinya namun pula menurut penilaian dari individu lain. *Body shaming* dimunculkan dari penilaian diri secara negatif meliputi pemikiran tentang tidak cukup atau kurang baik dibanding individu lain dan persepsi individu lain terkait dirinya dengan sudut pandang negatif, senang mengkritik, serta tidak menyerang secara perorangan.

Pada penelitian ini *body shaming* diukur dari menerapkan skala *body shaming* sejumlah 20 aitem yang disusun sesuai dengan aspek-aspek *body*

*shaming* Gilbert & Miles (2002), yakni: Komponen eksternal atau kognitif sosial, Komponen terkait penilaian diri yang bersumber dari dalam, Komponen Perilaku, Psikologis, Emosi.

Skala ini ialah skala tertutup dari menerapkan lima kategori jawaban yakni Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS) serta Sangat Tidak Setuju (STS).

### **3.3. Subjek Penelitian**

Pada dasarnya subjek penelitian adalah sumber utama data penelitian, yang memiliki data mengenai variabel yang diteliti dan yang akan dikenai kesimpulan akhir penelitian (Azwar, 2015).

### **3.4. Populasi Penelitian**

Menurut Bungin (2017), populasi sekelompok objek yang menjadi sasaran penelitian, oleh sebab itu populasi penelitian merupakan keseluruhan dari objek penelitian berupa manusia. Sesuai penjelasan teori tersebut maka populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu, yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2011). Populasi di dalam penelitian ini adalah 843 mahasiswa aktif fakultas Psikologi, Universitas Islam Riau.

**Tabel 3.1.**  
**Jumlah Mahasiswa Aktif Fakultas Psikologi, Universitas Islam Riau**

Angkatan	Jumlah Mahasiswa
2017	205
2018	214
2019	191
2020	233
<b>Total</b>	<b>843</b>

### 3.5. Sampel Penelitian

Sampel merupakan bagian dari populasi (Bungin, 2017). Sampel yaitu sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi tersebut. Sampel dianggap adalah hal yang penting untuk mendukung penelitian (Sugiyono, 2011). Dalam hal ini peneliti menggunakan jenis sampel teknik *purposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Sehingga dengan cara ini sampel memiliki kriteria yang sesuai fenomena yang di teliti.

Jumlah sampel yang dipakai oleh peneliti yakni berpedoman kepada tabel jumlah sampel yang ditumbuh kembangkan oleh Isaac dan Michael, dimana jumlah populasi pada penelitian ini yaitu 843 sampel dan peneliti mengambil taraf kesalahan sebanyak 5%, maka banyaknya sampel dalam penelitian ini yakni sejumlah 272 sampel. Sebagai penentuan jumlah ukuran sampel penelitian ini, peneliti menggunakan rumus slovin sebagai hitungan sampel, dimana:

$$n = \frac{N}{1 + N \cdot (e)^2}$$

$$n = \frac{843}{1 + 843 \cdot (0,05)^2}$$

$$n = \frac{843}{1 + 3,1075}$$

$n = 271,9$  (di bulatkan 272) Mahasiswa

Keterangan :

$n$  = Jumlah Sampel

$N$  = Jumlah Populasi

$e$  = Error

### 3.6. Teknik Pengambilan Sampel

Pengambilan sampel terdapat teknik untuk melakukan hal penelitian, Sugiyono (2013) menjelaskan bahwa cara atau teknik pengambilan sampel guna menentukan sampel yang akan dipergunakan dalam sebuah penelitian, ada beberapa cara atau teknik pengambilan sampel yang dipergunakan yakni teknik sampel. Terdapat 2 kelompok teknik sampling yakni *probability sampling* dan *non probability sampling*. Peneliti mempergunakan teknik *probability sampling* pada penelitian ini.

Sugiyono (2013) berpendapat teknik atau cara mengambil sampel yang memberikan kesempatan atau peluang yang sama bagi masing-masing unsur atau anggota populasi guna dipilih menjadi sampel yakni *probability sampling*. Penelitian ini mempergunakan teknik pengambilan sampel *simple random sampling*. Teknik dengan cara pengambilan anggota sample dari populasi yang digunakan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut dan setiap populasi memiliki kesempatan untuk menjadi sampel yakni *Simple random sampling* (Sugiyono, 2013). Alasan peneliti menerapkan teknik sampling ini dikarenakan penarikan sampel harus mempunyai kriteria khusus dari populasi penelitian yang sebagai subjek dan peneliti memberi batasan sampel

yang akan dipilih sebagai subjek dikarenakan tidak seluruh populasi tersebut sesuai dengan karakteristik dan pernah terjadi kondisi sebagaimana kriteria yang dicari.

Peneliti memahami bagaimana subjek tersebut ialah korban *body shaming* melalui cara mempersiapkan 2 pertanyaan yaitu jawaban tersebut menekankan kepada pernahnya mendapat perlakuan mengenai *body shaming*. Adapun 2 pertanyaan tersebut disajikan dalam lampiran pernyataan :

- a. Apakah anda pernah mendapatkan ejekan pada bagian tubuh misalnya, (gendut, kurus, hitam, pesek, jerawat, bau badan dll)?
- b. Apakah anda pernah membandingkan diri anda dengan orang lain secara penampilan fisik ataupun tubuh?

Cara penyebaran angket yang dilakukan peneliti disini dengan menggunakan *google form*, dengan menggunakan *google forms* ini peneliti membuat angket yang disebarkan melalui chat pribadi dengan mengirimkan *link*. *Link* yang berisikan angket disebarkan kepada 272 mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

### 3.7. Metode Pengumpulan Data

Peneliti menerapkan metode kuantitatif. Dengan skala yang digunakan. Skala yaitu instrumen yang tersusun untuk mengungkapkan atribut tertentu lewat respon atas pertanyaan yang diberikan (Azwar, 2015). Bentuk skala yang dipakai ialah skala likert karena skala likert merupakan skala yang berguna sebagai pengukuran pendapat, persepsi, dan sikap seorang individu mengenai suatu fenomena atau objek tertentu (Siregar, 2014). Skala memiliki 5 alternatif jawaban

menjadi pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. *Unfavorable* yaitu sangat tidak setuju (STS), tidak setuju (TS), Netral (N) setuju (S), dan sangat setuju (SS). Dan *favorable* sangat setuju (SS), setuju (S), Netral (N), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS).

Untuk mendapatkan data, peneliti melakukan penyebaran berupa skala kepada responden. Skala sikap berupa sekumpulan pernyataan tentang sebuah objek sikap (Azwar, 2015). Setiap respon yang diberikan oleh responden dapat memberikan kesimpulan mengenai arah dan intensitas dari sikap individu.

Skala yang dipakai oleh peneliti meliputi 2 skala yakni skala *Body shaming* yang ditumbuh kembangkan oleh peneliti serta skala Citra diri yang dikembangkan oleh peneliti.

### **3.8. Pelaksanaan Uji Coba**

Sebelum memulai pelaksanaan penelitian, peneliti melakukan persiapan alat ukur yang akan dibutuhkan dalam penelitian terlebih dahulu. Proses ini dapat menjadi penentu kesuksesan penelitian Psikologi dengan memanfaatkan pendekatan kuantitatif dan melaksanakan uji coba terlebih dahulu pada alat ukur yang akan dipakai saat penelitian agar dapat memahami kevalidan aitem-aitem sehingga bisa dipakai dalam penelitian selaku alat pengukur. Adapun penggunaan alat ukur penelitian ini yaitu skala citra diri dengan skala *Body shaming*.

Peneliti melakukan uji coba pada mahasiswa yang berjumlah 60 mahasiswa di Pekanbaru mulai tanggal 7 Desember 2021 sampai dengan 12 Desember 2021.

### 3.8.1. Skala Citra Diri

Skala Citra Diri penelitian ini yaitu skala yang tersusun oleh peneliti. Skala ini memiliki sejumlah 32 pernyataan. Yang mana skala ini dikembangkan oleh peneliti dengan 3 aspek berdasarkan teori Brown (1998) : aspek dunia fisik, sosial, dan Psikologis. Skala ini ialah skala tertutup dari menerapkan lima kategori jawaban yakni Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS) serta Sangat Tidak Setuju (STS).

Skala mempunyai dua macam item, unfavorable dan favorable . Penilaian jawaban untuk item favorable ialah pilihan jawaban Sangat Setuju (SS) diberikan skor 5, pilihan jawaban Setuju (S) diberikan skor 4, pilihan jawaban Netral (N) diberikan skor 3, pilihan jawaban Tidak Setuju (TS) diberikan skor 2, serta pilihan jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) diberikan skor 1. Sementara penilaian jawaban unfavorable yaitu pilihan jawaban Sangat Setuju (SS) diberi skor 1, pilihan jawaban Setuju (S) diberi skor 2, pilihan jawaban Netral (N) diberi skor 3, pilihan jawaban Tidak Setuju (TS) diberi skor 4, dan pilihan jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) diberi skor 5. Blue print untuk skala citra diri bisa diketahui dalam tabel 3.2:

**Tabel 3.2.**  
**Blue Print Skala Citra Diri Sebelum Try out**

No	Aspek	Indikator	Aitem		Total
			Favorabel	Unfavorabel	
1.	Dunia fisik	a. Rasa Puas Terhadap Penampilan Diri	1, 2	3, 4	4
		b. Rasa percaya diri terhadap fisik yang dimiliki	5, 6, 7	8, 9, 10, 11	7
2.	Dunia sosial	a. Perbandingan sosial	12, 13	14, 15, 16	5

No	Aspek	Indikator	Aitem		Total
			Favorabel	Unfavorabel	
		(membandingkan dirinya dengan orang lain)			
		b. Penilaian yang tercerminkan (penilaian akan diri individu tercapai dengan cara melihat tanggapan orang lain terhadap perilaku individu tersebut)	17, 18, 19	20, 21, 22	6
3.	Dunia Psikologis	a. Intropeksi (dilakukan agar individu melihat dirinya untuk mencari hal-hal yang mendukung dirinya)	23, 24	25, 26	4
		b. Proses mempresepsi diri (melihat kembali dan menyimpulkan seperti apa dirinya setelah mengingat ada tidaknya atribut yang di cari di dalam kejadian-kejadian di hidupnya).	27	28	2
		c. Atribusi Kausal (mengetahui apa alasan orang lain melakukan suatu perbuatan yang berhubungan dengan individu tersebut)	29, 30	31, 32	4
		<b>Jumlah</b>	<b>15</b>	<b>17</b>	<b>32</b>

Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

Berdasarkan hasil uji analisis aitem untuk skala citra diri terdiri dari 32 aitem, setelah melakukan seleksi aitem tidak ada aitem yang dibuang. Artinya aitem yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 32 aitem.

**Tabel 3.3**  
**Blue Print Skala Citra Diri Setelah Try Out**

No	Aspek	Indikator	Aitem		Total
			Favorabel	Unfavorabel	
1.	Dunia fisik	a. Rasa Puas Terhadap Penampilan Diri	1, 2	3, 4	4
		b. Rasa percaya diri terhadap fisik yang dimiliki	5, 6, 7	8, 9, 10, 11	7
2.	Dunia sosial	a. Perbandingan sosial (membandingkan dirinya dengan orang lain)	12, 13	14, 15, 16	5
		b. Penilaian yang tercerminkan (penilaian akan diri individu tercapai dengan cara melihat tanggapan orang lain terhadap perilaku individu tersebut)	17, 18, 19	20, 21, 22	6
3.	Dunia Psikologis	a. Intropeksi (dilakukan agar individu melihat dirinya untuk mencari hal-hal yang mendukung dirinya)	23, 24	25, 26	4
		b. Proses mempresepsi diri (melihat kembali dan menyimpulkan seperti apa dirinya setelah mengingat-ingat ada tidaknya atribut yang di cari di dalam kejadian-kejadian di hidupnya).	27	28	2
		c. Atribusi Kausal (mengetahui apa alasan orang lain melakukan suatu	29, 30	31, 32	4

No	Aspek	Indikator	Aitem		Total
			Favorabel	Unfavorabel	
		perbuatan yang berhubungan dengan individu tersebut)			
		<b>Jumlah</b>	<b>15</b>	<b>17</b>	<b>32</b>

Setelah dilakukan seleksi butir aitem dan tidak ada aitem yang gugur maka hasil reliabilitas yang didapatkan sebesar 0,743. Artinya aitem yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 32 aitem.

### 3.8.2. Skala *Body shaming*

Skala *Body shaming* dalam penelitian ini yaitu skala yang tersusun oleh peneliti. Skala ini memiliki sejumlah 20 pernyataan. Yang mana skala ini dikembangkan oleh peneliti dengan 5 aspek berdasarkan teori yang dikemukakan Gilbert & Miles (2002), yakni : Komponen eksternal atau kognitif sosial, Komponen terkait penilaian diri yang bersumber dari dalam, Komponen Perilaku, Psikologis, Emosi.

Skala ini ialah skala tertutup dari menerapkan lima kategori jawaban yakni Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS) serta Sangat Tidak Setuju (STS). Skala mempunyai dua macam item, *unfavorable* dan *favorable*. Penilaian jawaban untuk item *favorable* ialah pilihan jawaban Sangat Setuju (SS) diberikan skor 5, pilihan jawaban Setuju (S) diberikan skor 4, pilihan jawaban Netral (N) diberikan skor 3, pilihan jawaban Tidak Setuju (TS) diberikan skor 2, serta pilihan jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) diberikan skor 1. Sementara penilaian jawaban *unfavorable* yaitu pilihan jawaban Sangat Setuju

(SS) diberi skor 1, pilihan jawaban Setuju (S) diberi skor 2, pilihan jawaban Netral (N) diberi skor 3, pilihan jawaban Tidak Setuju (TS) diberi skor 4, dan pilihan jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) diberi skor 5. *Blue print* untuk skala *Body shaming* bisa diketahui dalam tabel 3.3 :

**Tabel 3.4**  
***Blue Print* Skala *Body shaming* Sebelum *Try Out***

No	Aspek	Indikator	Aitem		Total
			Favorabel	Unfavorabel	
1.	Komponen kognitif sosial atau eksternal	b. Dipandang rendah oleh orang lain	1	2, 3	3
2.	Komponen mengenai evaluasi diri yang berasal dari dalam	a. Rendah Diri	4	5, 6	3
3.	Komponen Emosi	a. Cemas	7, 8	9, 10, 11	5
		b. Marah	12, 13		2
		c. Muak terhadap diri sendiri	14		1
4.	Komponen Perilaku Menghindar	a. Perasaan tidak nyaman	15, 16	17	3
5.	Komponen Psikologis	a. Merasa tertekan terhadap tuntutan atas standart yang ada	18, 19	20	3
		<b>Total</b>	<b>11</b>	<b>9</b>	<b>20</b>

Berdasarkan hasil uji analisis aitem untuk skala *body shaming* terdiri dari 20 aitem, setelah melakukan seleksi aitem tidak ada aitem yang dibuang. Artinya aitem yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 20 aitem.

**Tabel 3.5**  
**Blue Print Skala *Body shaming* Setelah Try Out**

No	Aspek	Indikator	Aitem		Total
			Favorabel	Unfavorabel	
1.	Komponen kognitif sosial atau eksternal	a. Dipandang rendah oleh orang lain	1	2, 3	3
2.	Komponen mengenai evaluasi diri yang berasal dari dalam	a. Rendah Diri	4	5, 6	3
3.	Komponen Emosi	a. Cemas	7, 8	9, 10, 11	5
		b. Marah	12, 13		2
		c. Muak terhadap diri sendiri	14		1
4.	Komponen Perilaku Menghindar	a. Perasaan tidak nyaman	15, 16	17	3
5.	Komponen Psikologis	a. Merasa tertekan terhadap tuntutan atas standart yang ada	18, 19	20	3
		<b>Total</b>	<b>11</b>	<b>9</b>	<b>20</b>

Setelah dilakukan seleksi butir aitem dan tidak ada aitem yang gugur maka hasil reliabilitas yang didapatkan sebesar 0,706. Artinya aitem yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 20 aitem.

### **3.9. Uji Validitas dan Reliabilitas**

#### **3.9.1. Uji Validitas**

Validitas ini berguna agar dapat mengetahui apakah skala sanggup memberikan hasil keakuratan data selaras akan tujuan ukurnya ataukah tidak (Azwar, 2015). Substansi yang paling penting pada validasi skala Psikologi ialah memberikan pembuktian bahwa struktur keseluruhan aspek berperilaku, indikator berperilaku, serta aitem-aitemnya memang membentuk suatu konstruk secara akurat untuk atribut yang peneliti ukur.

Jenis validitas penelitian ini ialah validitas isi. Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat pengukuran terhadap isi tes dari menerapkan analisis rasional atau *professional judgment*. Azwar (2015) mengenai ini, *professional judgment* harus dilaksanakan oleh narasumber seminar ataupun disen pembimbing.

#### **3.9.2. Uji Reliabilitas**

Sebagaimana yang dikemukakan Azwar (2015) reliabilitas ini berdasarkan dari konsistensi atau kepercayaan hasil ukuran, artinya harus melihat setinggi apa kecermatan pengukuran. Dianggap tidak normal suatu pengukuran jika secara random terjadi *error* pengukuran. Koefisien reliabilitas terletak dari kisaran angka dari 0 hingga 1.00, yang walaupun jika koefisien reliabilitas bertambah tinggi mendekati angka 1.00 artinya dianggap kian reliabel suatu pengukuran.

Pada aplikasinya, reliabilitas bisa dilihat dari nilai koefisien reliabilitas dimana angka tersebut harus berada pada kisaran 0-1,00. Kian tingginya nilai koefisien reliabilitas yang hampir dekat dengan angka 1,00, sehingga bertambah baik juga reliabilitasnya. Kebalikannya kian rendahnya nilai koefisien reliabilitasnya mendekati angka nol, artinya bertambah rendah juga reliabilitasnya (Azwar, 2015). Analisis statistic menerapkan bantuan *SPSS 21.0 For Windows*. Hitungan reliabilitas bisa dilakukan dari memanfaatkan program komputer *21.0 for windows*.

Berdasarkan olah data skor uji reliabilitas yang telah dilakukan oleh data *try out*, dapat disimpulkan reliabilitas instrumen penelitian ini yaitu:

**Tabel 3.6**  
**Hasil Uji Reliabilitas**

<b>Skala Penelitian</b>	<b>Jumlah Aitem</b>	<b>Cronbach's Alpha</b>
Citra Diri	32	0,743
<i>Body Shaming</i>	20	0,706

Berdasarkan hasil tabel diatas dapat disimpulkan bahwa nilai koefisien *Cronbach's Alpha* pada variabel citra diri sebesar 0,743 dan variabel *body shaming* sebesar 0,706. Dari hasil tersebut maka didapatkan kesimpulan bahwa reliabilitas instrumen layak untuk dipergunakan sebagai instrumen dalam penelitian.

### 3.10. Metode Analisis Data

Peneliti menerapkan penelitian analisis statistik korelasional, yang mana penelitian ini hendak melihat hubungan antara *Body shaming* terhadap citra diri mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau. Namun sebelum pengujian hipotesis tersebut, terlebih dulu melakukan pengujian deskripsi data, dan uji asumsi. Data akan dianalisis memanfaatkan bantuan program komputer yaitu aplikasi SPSS.

#### 3.10.1. Uji Asumsi

##### 1. Uji Normalitas

Uji ini tujuannya agar dapat melihat normal ataukah tidak penyebaran data peneliti. Adapun metode yang digunakan dalam pengujian normalitas ini yaitu metode *Kolmogorov-Smirnov*. Berdasarkan hal tersebut data dinyatakan normal bila  $p > 0,05$  dan sebaliknya data dianggap tidak normal apabila  $p < 0,05$  (Azwar, 2015)

##### 2. Uji Linearitas

Uji ini tujuannya guna memahami bentuk hubungan antara variabel independen terhadap variabel terikatnya. Uji linearitas penelitian ini yaitu terhadap variabel *body shaming* dengan variabel citra diri apakah linear ataukah tidaknya. Data dianggap linear bila nilai  $p < 0,05$  serta kebalikannya bila nilai  $p > 0,05$  sehingga dianggap tidak linear sebuah data (Azwar, 2015).

### 3. Uji Hipotesis

Dilakukannya uji hipotesis ini sesudah menguji normalitas dengan linearitas untuk menentukan analisis apa yang digunakan. Uji hipotesis yang dipakai penelitian ini yakni uji korelasi *Pearson Product Moment* memanfaatkan bantuan SPSS 21.0 *for windows* tujuannya agar dapat memahami nilai korelasi yang dihasilkan dari kedua variabel.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### 4.1. Prosedur Penelitian

##### 4.1.1 Persiapan Penelitian

Sebelum peneliti melakukan proses penelitian, hal pertama yang dilakukan oleh peneliti adalah merancang atau mengatur segala keperluan yang dibutuhkan dalam proses penelitian telah sesuai dengan prosedur yang ditetapkan. Pada tahap awal dimulai dengan persetujuan dari dosen pembimbing untuk dilakukan percobaan uji skala (*try out*) terlebih dahulu. Percobaan uji skala (*try out*) dilaksanakan pada tanggal 6 Desember 2021.

Pengumpulan data *try out* melibatkan 60 orang mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Skala *try out* disebarikan secara *online* menggunakan *google form* yang dikirimkan oleh peneliti kepada subjek penelitian melalui media sosial *WhatsApp*.

##### 4.1.2 Pelaksanaan Penelitian

Sebelum melakukan penelitian peneliti melakukan penjumlahan mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau pada angkatan 2017 sampai dengan angkatan 2020 yang berjumlah 843 mahasiswa. Peneliti menggunakan rumus slovin dan mengambil taraf kesalahan sebanyak 5%. Maka banyaknya sampel penelitian ini yaitu sejumlah 272 sampel. Peneliti menerapkan teknik sampel yaitu teknik *purposive sampling*, teknik *purposive sampling* yakni teknik penarikan sampel dari memanfaatkan pertimbangan tertentu, dikarenakan tidak seluruh sampel mempunyai kriteria yang sama fenomena yang di teliti. Dalam proses

teknik ini melihat dari jenis kelamin, tinggi badan, berat badan pada sampel. Setelah itu peneliti menyiapkan kuisisioner melalui *google form* untuk dibagikan kepada mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau. Pada tanggal 13 Januari 2022 peneliti menyebarkan kuisisioner melalui media sosial pada mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau. Peneliti menyiapkan skala sebanyak 52 butir skala yang mana pada angketnya terdiri dari skala 1 (Citra Diri) dan skala 2 (*Body shaming*).

## 4.2. Deskripsi Data Penelitian

### 4.1.3 Data Demografi

Peneliti memperoleh jumlah respon identitas subjek dengan informasi dari data demografi yang bisa diamati dalam tabel 4.1.

**Tabel 4.1.**  
**Data Demografi Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Laki-Laki	56	20.6	20.6	20.6
Perempuan	216	79.4	79.4	100.0
<b>Total</b>	<b>272</b>	<b>100.0</b>	<b>100.0</b>	

Berdasarkan tabel 4.1 diatas, terdapat kategori jenis kelamin, yaitu laki-laki dengan jumlah 56 orang (20,6%) dan perempuan dengan jumlah 216 orang (79,4,%). Artinya sampel dalam penelitian ini kebanyakan berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 216 orang dari 272 responden atau sebesar 79,4%.

**Tabel 4.2.**  
**Data Demografi Penelitian Berdasarkan Tinggi Badan**

Tinggi Badan	Frequency	Percent	Valid Percent	Culmulative Percent
150	1	.4	.4	.4
151	1	.4	.4	.7
152	3	1.1	1.1	1.8
153	7	2.6	2.6	4.4
154	15	5.5	5.5	9.9
155	17	6.3	6.3	16.2
156	22	8.1	8.1	24.3
157	15	5.5	5.5	29.8
158	28	10.3	10.3	40.1
159	6	2.2	2.2	42.3
160	20	7.4	7.4	49.6
161	14	5.1	5.1	54.8
162	26	9.6	9.6	64.3
163	21	7.7	7.7	72.1
164	16	5.9	5.9	77.9
165	18	6.6	6.6	84.6
166	6	2.2	2.2	86.8
167	10	3.7	3.7	90.4
168	9	3.3	3.3	93.8
169	2	.7	.7	94.5
170	7	2.6	2.6	97.1
172	6	2.2	2.2	99.3
173	1	.4	.4	99.6
180	1	.4	.4	100.0
<b>Total</b>	<b>272</b>	<b>100.0</b>	<b>100.0</b>	

Diketahui tabel 4.2 diatas, diperoleh 24 kategorisasi tinggi badan pada subjek penelitian. Subjek dengan tinggi badan 150 cm berjumlah 1 orang (0.4%), subjek dengan tinggi badan 151 cm berjumlah 1 orang (0,4%), subjek dengan tinggi badan 152 cm berjumlah 3 orang (1,1%), subjek dengan tinggi badan 153 cm berjumlah 7 orang (2,6%), subjek dengan tinggi badan 154 berjumlah 15 orang (5,5%). subjek dengan tinggi badan 155 cm berjumlah 17 orang (6,3%), subjek dengan tinggi badan 156 cm berjumlah 22 orang (8,1%), subjek dengan

tinggi badan 157 cm berjumlah 15 orang (5,5%), subjek dengan tinggi badan 158cm berjumlah 28 orang (10,3%), subjek dengan tinggi badan 159 cm berjumlah 6 orang (2,2%), subjek dengan tinggi badan 160 cm (7,4%), subjek dengan tinggi badan 161 cm berjumlah 14 orang ( 5,1%), subjek dengan tinggi badan 162 cm berjumlah 26 orang (9,6%), subjek dengan tinggi badan 163 cm berjumlah 21 orang (7,7%), subjek dengan tinggi badan 164 cm berjumlah 16 orang (5,9%), subjek dengan tinggi badan 165 cm berjumlah 18 orang (6,6%), subjek dengan tinggi badan 166 cm berjumlah 6 orang (2,2%), subjek dengan tinggi badan 167 cm berjumlah 10 orang (3,7%), subjek dengan tinggi badan 168 cm berjumlah 9 orang (3,3%), subjek dengan tinggi badan 169 cm berjumlah 2 orang (0,7%), subjek dengan tinggi badan 170 cm berjumlah 7 orang (2,6%), subjek dengan tinggi badan 172 cm berjumlah 6 orang (2,2%), subjek dengan tinggi badan 173 cm berjumlah 1 orang (0,4%), subjek dengan tinggi badan 180 cm berjumlah 1 orang (0,4%). Artinya sampel dalam penelitian ini kebanyakan termasuk pada rentang tinggi badan 158 cm yaitu sebanyak 28 orang dari 272 responden atau sebesar 10,3%.

**Tabel 4.3.**  
**Data Demografi Penelitian Berdasarkan Berat Badan**

Berat Badan	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
92	1	.4	.4	.4
87	2	.7	.7	1.1
86	1	.4	.4	1.5
85	4	1.5	1.5	2.9
83	1	.4	.4	3.3
82	1	.4	.4	3.7
81	1	.4	.4	4.0
80	2	.7	.7	4.8
79	1	.4	.4	5.1
78	1	.4	.4	5.5
75	1	.4	.4	5.9
74	2	.7	.7	6.6
73	6	2.2	2.2	8.8
71	6	2.2	2.2	11.0
70	3	1.1	1.1	12.1
69	9	3.3	3.3	15.4
68	21	7.7	7.7	23.2
67	11	4.0	4.0	27.2
66	7	2.6	2.6	29.8
65	15	5.5	5.5	35.3
64	16	5.9	5.9	41.2
63	11	4.0	4.0	45.2
62	14	5.1	5.1	50.4
61	11	4.0	4.0	54.4
60	15	5.5	5.5	59.9
59	5	1.8	1.8	61.8
58	16	5.9	5.9	67.6
57	10	3.7	3.7	71.3
56	9	3.3	3.3	74.6
55	15	5.5	5.5	80.1
54	8	2.9	2.9	83.1
53	3	1.1	1.1	84.2
52	6	2.2	2.2	86.4
51	3	1.1	1.1	87.5
50	3	1.1	1.1	88.6

49	4	1.5	1.5	90.1
48	8	2.9	2.9	93.0
47	1	.4	.4	93.4
46	5	1.8	1.8	95.2
45	1	.4	.4	95.6
44	2	.7	.7	96.3
43	1	.4	.4	96.7
42	7	2.6	2.6	99.3
41	2	.7	.7	100.0
<b>Total</b>	<b>272</b>	<b>100.0</b>	<b>100.0</b>	

Diketahui pada tabel 4.3. diatas, terdapat kategorisasi subjek dengan berat badan 92 kg dengan jumlah 1 orag (0,4%), subjek dengan berat badan 87 kg dengan jumlah 2 orang (0,7%), subjek dengan berat badan 86 kg dengan jumlah 1 orang (0,4%), subjek dengan berat badan 85 kg dengan jumlah 4 orang (1,5%), subjek dengan berat badan 83 kg dengan jumlah 1 orang (0,4%), subjek dengan berat badan 82 kg dengan jumlah 1 orang (0,4%), subjek dengan berat badan 81 kg dengan jumlah 1 orang (0,4%), subjek dengan berat badan 80 kg dengan jumlah 2 orang (0,7%), subjek dengan berat badan 79 kg dengan jumlah 1 orang (0,4%), subjek dengan berat badan 78 kg dengan jumlah 1 orang (0,4%), subjek dengan berat badan 75 kg dengan jumlah 1 orang (0,4%), subjek dengan berat badan 74 kg dengan jumlah 2 orang (0,7%), subjek dengan berat badan 73 kg dengan jumlah 6 orang, (2,2%), subjek dengan berat badan 71 kg dengan jumlah 6 orang (2,2%), subjek dengan berat badan 70 kg dengan jumlah 3 orang (1,1%), subjek dengan berat badan 69 kg dengan jumlah 9 orang (3,3%), subjek dengan berat badan 68 kg dengan jumlah 21 orang (7,7%), subjek dengan berat badan 67 kg dengan jumlah 11 orang (4,0%), subjek dengan berat badan 67 kg dengan

jumlah 11 orang (4,0%), subjek dengan berat badan 66 kg dengan jumlah 7 orang (2,6%) subjek dengan berat badan 65 kg dengan jumlah 15 orang (5,5%), subjek dengan berat badan 64 kg dengan jumlah 16 orang (5,9%), subjek dengan berat badan 63 kg dengan jumlah 11 orang (4,0%), subjek dengan berat badan 62 kg dengan jumlah 14 orang (5,1%), subjek dengan berat badan 61 kg dengan jumlah 11 orang (4,0%), subjek dengan berat badan 60 kg dengan jumlah 15 orang (5,5%), subjek dengan berat badan 59 kg dengan jumlah 5 orang (1,8%), subjek dengan berat badan 58 kg dengan jumlah 16 orang (5,9%), subjek dengan berat badan 57 kg dengan jumlah 10 orang (3,7%), subjek dengan berat badan 56 kg dengan jumlah 9 orang (3,3%), subjek dengan berat badan 55 kg dengan jumlah 15 orang (5,5%), subjek dengan berat badan 54 kg dengan jumlah 8 orang (2,9%), subjek dengan berat badan 53 kg dengan jumlah 3 orang (1,1%), subjek dengan berat badan 52 kg dengan jumlah 6 orang (2,2%), subjek dengan berat badan 51 kg dengan jumlah 3 orang (1,1%), subjek dengan berat badan 50 kg dengan jumlah 3 orang (1,1%), subjek dengan berat badan 49 kg dengan jumlah 4 orang (1,5%), subjek dengan berat badan 48 kg dengan jumlah 8 orang (2,9%), subjek dengan berat badan 47 kg dengan jumlah 1 orang (0,4%), subjek dengan berat badan 46 kg dengan jumlah 5 orang (1,8%), subjek dengan berat badan 45 kg dengan jumlah 1 orang (0,4%), subjek dengan berat badan 44 kg dengan jumlah 2 orang (0,7%), subjek dengan berat badan 43 kg dengan jumlah 1 orang (0,4%), subjek dengan berat badan 42 kg dengan jumlah 7 orang (2,6%), subjek dengan berat badan 41 kg dengan jumlah 2 orang (0,7%).

#### 4.1.4 Deskripsi Data Penelitian

Hasil penelitian lapangan terkait hubungan *body shaming* terhadap Citra Diri setelah dilakukannya skoring serta diolah dari menggunakan *Statistical Product dan Service Solution (SPSS) 21.0 for Windows*. Didapatkan sajian pada tabel 4.4 :

Tabel 4.1.  
Kategorisasi Variabel Rentang Skor Penelitian

Variabel Penelitian	Skor x yang diperoleh (empirik)				Skor x yang dimungkinkan (hipotetik)			
	X Max	X Min	Rata-Rata	SD	X Max	X Min	Rata-Rata	SD
Citra Diri	107	85	94,4	3,6674	160	32	96	21,3
<i>Body shaming</i>	72	51	61,6	4,4416	100	20	60	13,3

Pada tabel 4.4 tersebut umumnya mendeskripsikan bahwa *Body shaming* dan Citra Diri memiliki ragam variasi berdasarkan skor atau nilai yang dihasilkan secara empirik. Dalam variabel Citra Diri skor yang dihasilkan yaitu bergerak dari rentang 97 hingga 152. Selanjutnya pada variabel *Body shaming* skor yang diperoleh bergerak dari rentang antara 46 Sampai 99 Hasil data penelitian tersebut berikutnya berguna unruk mengkategorisasikan skala, kategorisasi ini ditentukan menurut nilai *Mean* serta Standar Deviasi hipotetik dari tiap-tiap skala. Hasil deskriptif pula dapat memberi perbandingan antara skor yang dihasilkan (empirik) subjek dengan skor yang memungkinkan didapat (hipotetik). Dalam variabel Citra Diri *Mean* hipotetik 96 kurang dari nilai *Mean* empirik 123,4 serta variabel *Body shaming Mean* hipotetik 60 kurang dari *Mean* empirik 73,21 .

Berdasarkan tabel 4.3 hasil diatas, selanjutnya akan dilakukan pengkategorisasian dalam setiap variabel penelitian. Pembuatan kategorisasi dapat menurut rata-rata empirik. Kategorisasi terbagi atas lima kategori yakni :

Keterangan :

M : Mean Empirik

SD : Standar Deviasi

Sesuai dari paparan rumus diatas, dapat diperoleh hasil untuk masing-masing variabel data penelitian sebagai berikut :

**Tabel 4.2.**  
**Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Partisipan Skala Citra Diri**

Rentang Nilai	Kategorisasi	F	%
$X \geq 101$	Sangat tinggi	15	5,5
$97 \leq X < 100$	Tinggi	61	22,4
$94 \leq X < 96$	Sedang	93	34,2
$91 \leq X < 93$	Rendah	65	23,9
$X \leq 90$	Sangat rendah	38	14,0
<b>Jumlah</b>		<b>272</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel 4.5 diatas , diperlihatkan bahwasanya kriteria Citra Diri terbanyak dengan jumlah frekuensi 93 dari 272 dengan jumlah persentase sebanyak 34,2 dengan rentang skor 94-96 dan termasuk pada kategori sedang.

Berikut kategorisasi *Body shaming* bisa diketahui dalam tabel 4.6:

**Tabel 4.3.**  
**Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Partisipan Skala *Body shaming***

Rentang Nilai	Kategorisasi	F	%
$X \geq 69$	Sangat Tinggi	22	8,1
$65 \leq X < 68$	Tinggi	48	17,6
$60 \leq X < 64$	Sedang	115	42,3
$56 \leq X < 59$	Rendah	59	21,7
$X \leq 55$	Sangat Rendah	28	10,3
<b>Jumlah</b>		<b>272</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4.6 diatas menunjukkan menunjukkan bahwa kriteria *Body shaming* terbanyak pada kategori sedang dengan jumlah frekuensi 115 dan persentase 42,3 dan terletak kisaran skor 60-64 dan dikategorikan sedang.

### 4.3. Hasil Analisis Data

#### 4.1.5 Uji Asumsi

Uji asumsi yang dipakai penelitian ini meliputi:

#### 4.1.6 Uji Normalitas

Tujuan dari uji ini ialah agar dapat melihat apakah data terdistribusi dengan normal ataukah tidak yang dilaksanakan di tiap-tiap variabel dari memanfaatkan bantuan *SPSS 21.0 for Windows*. Adapun ketentuan yang diterapkan agar dapat melihat normal ataukah tidaknya data apabila  $p > 0,05$  sehingga penyebaran data dapat dikatakan normal serta sebaliknya bila  $p < 0,05$  sehingga penyebaran data dapat dikatakan tidak normal (Azwar, 2015).

**Tabel 4.4.**  
**Uji Normalitas**

Variabel	Kolmogorov-Smirnov Z	Asymp. Sig. (2-tailed)	Keterangan
<i>Body shaming</i>	1,095	0,182	Normal
Citra Diri	1,033	0,237	Normal

Mengacu hasil Output *SPSS 21.00* dalam tabel 4.4 diatas sehingga pengujian normalitas pada Citra Diri menghasilkan sebesar 1,033 dari nilai *kolmogorov-smirnov z* dengan nilai signifikansi *asympt.sig* senilai 0,237 ( $p > 0,05$ ). Maka didapatkan hasil pengolahan data yang tersajikan bahwa ada kenormalan distribusi pada variabel Citra Diri.

Sesuai hasil Output SPSS 21.00 tersebut sehingga pengujian normalitas dalam variabel *Body shaming* menghasilkan sebesar 1,095 nilai *kolmogorov-smirnov z* serta nilai signifikan *asympt.sig* senilai 0,182 ( $p > 0,05$ ). Didapatkan hasil pengolahan data yang sudah didapat sehingga kesimpulannya bahwa ada kenormalan distribusi pada variabel *Body shaming*.

#### 4.1.7 Uji Linieritas

Uji ini mempunyai kriteria persyaratan dimana dinyatakan liner pengujian ini, apabila menerapkan kaidah signifikasi ( $p$ ) dari nilai *deviation from linierity*  $> 0,05$  serta kebalikannya apabila signifikasi ( $p$ ) dari *deviation from linierity*  $< 0,05$  sehingga dianggap tidak linear yang berarti ada hubungan antara variabel terikat terhadap variabel bebas tidak linier.

**Tabel 4.5.**  
**Hasil Uji Linear**

Variabel	F	Sig	Keterangan
Citra Diri* <i>Body shaming</i>	26,589	0,000	<i>Linear</i>

Hasil output olah data SPSS 21.00 didapatkan pengujian lineritas yang tujuannya guna memahami hubungan antar variabel. Hasil penyebaran skala yang dilaksanakan mempunyai sebesar 26,589 nilai F (*deviation from linierity*) dan nilai signifikasi ( $p$ ) 0,000  $< 0,05$ . Sesuai hasil tersebut nilai signifikan yang dihasilkan nilai signifikasi ( $p$ ) sebesar 0,000  $< 0,05$  didapatkan kesimpulan bahwa kedua variabel *Body shaming* dan Citra Diri saling berhubungan *linier*.

Hasil kedua analisa yakni linieritas dan normalitas yang sudah tersajikan diatas memperlihatkan bahwa pengujian asumsi penelitian ini dipenuhi, variabel

*Body Shaming* dan Citra Diri memiliki kenormalan distribusi dan hubungan dari dua variabel juga linear mengacu hasil diatas sehingga persyaratan data tersebut dipenuhi dan ada kelayakan untuk melaksanakan pengujian berikutnya. Uji yang dilaksanakan menerapkan teknik korelasi *product moment* sebagai pengujian hipotesis penelitian.

#### 4.1.8 Uji Hipotesis

Dilakukannya uji hipotesis ini agar dapat melihat bagaimana hubungan antara *Body shaming* terhadap citra diri mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau. Selanjutnya dilakukan analisis data tujuannya guna memahami apakah ada penolakan ataupun penerimaan hipotesis penelitian. Adapun teknik yang peneliti gunakan yaitu teknik analisis korelasi *Pearson Product Moment* memanfaatkan bantuan program computer *SPSS 22.0 for Windows* yang berguna agar dapat melihat derajat hubungan dan kontribusi antara variabel independen (X) dan variabel dependen (Y). Hal ini dilakukan karena data yang dikumpulkan berdistribusi normal. Hasil uji kolerasi dapat dilihat pada tabel 4.9 dibawah ini:

**Tabel 4.6.**  
**Hasil Uji Hipotesis *Body shaming* dengan Citra Diri**

		Citra Diri	<i>Body shaming</i>
Citra Diri	<i>Pearson</i>	1	,093
	<i>Correlation</i>		
	<i>Sig. (2-tailed)</i>		,125
	N	272	272
<i>Body shaming</i>	<i>Pearson</i>	,093	
	<i>Correlation</i>		
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	,125	
	N	272	272

Berdasarkan tabel 4.9 diatas dari hasil pengujian korelasi *product moment* diperlihatkan bahwasanya ada keterkaitan antara *Body shaming* dan Citra Diri mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Mengacu output SPSS hasil analisa dihasilkan signifikasi sebesar 0,125 nilai koefisien korelasi dan nilai ( $p > 0,05$ ) maka hasil tersebut menunjukkan bahwa H1 ditolak dan H0 diterima. Artinya tidak ada korelasi antara *body shaming* dengan citra diri pada mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

#### 4.4. Pembahasan

Mengacu dari hasil analisis yang sudah dilakukan dengan teknik *Pearson Product Moment* didapatkan kesimpulan bahwa ada hubungan antara *Body shaming* dan citra diri pada mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau, Karena dihasilkan sebesar 0,125 nilai koefisien korelasi ( $p > 0,05$ ) maka hasil tersebut menunjukkan bahwa H1 ditolak dan H0 diterima. Artinya tidak ada korelasi antara *body shaming* dengan citra diri Mahasiswa Psychology Universitas Islam Riau.

Kriteria Citra Diri terbanyak dengan jumlah frekuensi 93 dari 272 dengan jumlah persentase sebanyak 34,2 dengan rentang skor 94-96 dan termasuk pada kategori sedang. Selanjutnya kriteria *Body shaming* terbanyak pada kategori sedang dengan jumlah frekuensi 115 dan persentase 42,3 dan berada pada rentang skor 60-64 dan dikategorikan sedang.

Hasil penelitian ini searah dengan hasil penelitian sebelumnya. Hasil temuan dari Desi Yoanita, Daniel Budiana (2019) “Pengaruh *body shaming* di Instagram terhadap Konsep Diri Remaja Perempuan”. Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan didapatkan hasil bahwa adanya pengaruh *body*

*shaming* di Instagram terhadap konsep diri remaja perempuan, saran yang bisa diberikan peneliti ialah memperluas jangkuan responden seperti usia, jenis kelamin dan melakukan penelitian secara kualitatif terhadap remaja yang konsep diri negatif setelah menerima komentar *body shaming*.

Sedangkan penelitian lain yang dilaksanakan oleh Tria, Angraini Putri (2015) “Hubungan Antara *Body Image* Dengan Kepercayaan Diri Mahasiswi Yang Mengalami Obesitas”. Dihasilkan penelitian bahwasanya terdapat hubungan sangat signifikan antara *body image* dan kepercayaan diri mahasiswi yang menderita obesitas. Yang berarti kian tingginya *body image* maka kepercayaan diri yang menderita obesitas juga kian tinggi. Kebalikannya, kian rendahnya *body image* sehingga kepercayaan diri mahasiswa yang menderita obesitas juga kian rendah. Tingkat *body image* mahasiswa yang menderita obesitas Universitas Muhammadiyah Surakarta masih dikategorikan sedang. Kontribusi efektif *body image* pada kepercayaan diri yang menderita obesitas ialah 46,9% artinya masih tersisa 53,1% mendapat pengaruh faktor lain.

Hasil riset dari Rahmad Hidayat, Eka Malfasari & Rina Herniyanti (2019) dengan judul “Hubungan perlakuan *body shaming* dengan citra diri mahasiswa” dihasilkan penelitian ini bahwasanya terdapat hubungan dengan perlakuan *body shaming* dan citra diri kepada mahasiswa STIKes Payung Negeri Pekanbaru senilai OR 0,343 disimpulkan bahwa responden yang diperlakukan *body shaming* buruk mempunyai citra diri negatif 0,343 kali dibanding responden yang mendapat perlakuan *body shaming* yang baik. Penelitian ini menemukan bahwa perlakuan *body shaming* bisa memunculkan evaluasi diri sendiri yang buruk.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa kebanyakan yang diperlakukan *body shaming* citra dirinya negatif mereka mengasumsikan serius pihak lain mengejek mereka kurus ataupun gendut maka bisa memberi pengaruh citra dirinya negatif yang membuat dirinya tidak memiliki kepercayaan diri, tidak mau makan, merasa malu.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Dela Geovani (2019) mengenai “Pengaruh cyberbullying *body shaming* pada media sosial instagram terhadap kepercayaan diri wanita karir di pekanbaru”. Hasil temuan diketahui bahwa *cyberbullying body shaming* dalam media sosial instagram bisa memberi pengaruh pada rasa percaya diri wanita karir di Pekanbaru. Hal ini dapat diketahui bahwa hasil analisis regresi sederhana dihasilkan Thitung 6,963 melebihi Ttabel, yakni 1,984, dari tingkat signifikansi 0,000 dibawah  $\alpha = 0,05$ , maka didapatkan kesimpulan bahwa variabel X mempengaruhi variabel Y. Sementara itu koefisien determinasi ( $R^2$ ) yang dihasilkan sebesar 0,5752 serta koefisien determinasi (Rsquare) ialah 0,331 hasil dari mengkuadratkan koefisien korelasi 0,575 x 0,575. Dihasilkan angka tersebut bahwa pengaruh *cyberbullying body shaming* pada media sosial Instagram pada rasa percaya diri wanita karir sebanyak 33,1% dikategorikan rendah dan sebagiannya mendapat pengaruh dari faktor lain. Teori yakni teori stimulus-response (S-R) asumsi dalam teori ini adalah mendeskripsikan proses komunikasi sederhana yang hanya ada keterlibatan dua komponen yakni media massa serta penerima pesan (khalayak) dan hal tentunya selaras dengan hasil penelitian dimana terdapatnya pengaruh antara variabel X *cyberbullying body shaming* dengan variabel Y yaitu kepercayaan diri.

Hasil uji korelasi dapat dilihat pada tabel 4.9 dibawah ini:

Semakin tingginya tingkat *body shaming* maka akan semakin rendah citra diri. Dimana orang tersebut akan bisa menerima dirinya, dan bisa mulai penerimaan perbedaan dan kekurangan apapun dan tidak mudah menghakimi individu lain dikarenakan perbedaan yang dimilikinya.



## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1. Kesimpulan

Mengacu hasil penelitian diatas didapatkan kesimpulan bahwa adanya hubungan signifikan positif antara *Body shaming* dan Citra Diri pada Mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau. Dimana ditunjukan dari nilai korelasi ( $r = 0,125$  kemudian nilai signifikansi ( $p < 0,05$ ) maka hasil tersebut menunjukkan bahwa H1 ditolak dan H0 diterima. Artinya H1 ditolak dan H0 diterima, tidak ada korelasi antara body shaming engan citra diri Mahasiswa Psicolgy Universitas Islam Riau.

#### 5.2. Saran

Dari hasil penelitian yang sudah dilaksanakan peneliti memiliki beberapa saran yang harus dilakukan diantaranya yaitu:

1. Kepada mahasiswa
  - a. Harapannya hasil penelitian ini bisa memberi pengetahuan bagi mahasiswa agar mereka lebih menyadari dan memberikan perhatian lebih mengenai perilaku *body shaming* yang banyak muncul di kalangan mahasiswa ataupun remaja perempuan. Penelitian ini berharap supaya mahasiswa bisa mulai menerima

apapun perbedaan yang terjadi dan tidak mudah menghakimi individu lain dikarenakan perbedaan yang dipunyai.

- b. Bagi Mahasiswa yang ingin merubah penampilan fisik jangan berhasalasan untuk mempercantik diri, tetapi dikarenakan untuk kesehatan dan hal positif lainnya.

2. Kepada peneliti

- a. Kepada peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas kajian tentang *body shaming* dan citra diri. Serta melakukan penelitian dengan menggunakan variabel dan subjek lainnya.



## DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2015). *Reliabilitas dan Validitas (edisi 2)*. Yogyakarta :Pustaka Pelajar
- Azwar, S. 2015. *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.
- Bastiana, D. (2012). *Citra Tubuh dan Konsep Tubuh Ideal Mahasiswi FISIP Universitas Airlangga Surabaya*. Ejournal Unair 1(1). :1-12. Universitas Airlangga
- Brown, J. D. (1998). *The self massachusetts*. Boston: Mc GrawHill
- Bungin, B. 2017. *Metodologi Penelitian Kuantitatif : Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, Serta ilmu-ilmu sosial lainnya*. Jakarta: Kencana
- Bragina, I. V. (2015). *Body Image And The Future Time Perspective Of Russian Adolescents*. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 191, 378–382. <https://doi.org/10.6.101/j.sbspro.2015>.
- Chairan, L. (2018). *Body shaming dan Gangguan Makan Kajian Meta-Analisis*. *Buletin Psikologi*, 26, 12-27.
- Christina Duarte, J. P. (2014). *Body Image As A Source of Shame: A New Measure for The Assesment of The Multifaceted Nature of Body Image Shame*. *Clinical Psychology and Psychoterapy*, pp. Vol.22, 656-666.
- Damanik, T. M. (2018). *Dinamika Psikologis Perempuan Mengalami Body shaming*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma.
- Dela Geovani (2019). *Pengaruh Cyberbullying Body Shaming Pada Media Sosial Instagram Terhadap Kepercayaan Diri Wanita Karir Di Pekanbaru*. *Jurusan Ilmu Komunikasi- Manajemen Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau*. JOM FISIP Vol. 6: Edisi II Juli – Desember 2019

- Desi Yoanita, Daniel Budiana (2019) Pengaruh Bodily Shame di Instagram terhadap Konsep Diri Remaja Perempuan. *Jurnal E-Komunikasi Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Kristen Petra, Surabaya*.
- Dolezal. (2015). *The Body and Shame: Phenomenology, Feminism, and the Socially Shaped Body*. Retrieved from
- Duarte. (2017). The impact of early shame memories in Binge Eating Disorder: The mediator effect of current body image shame and cognitive fusion. *Psychiatry Research*, 258 (June), 511 – 517.
- Gunarsih. (2013). Hubungan Konsep Diri Dengan Strategi Koping Penderita Stroke
- Gilbert, P. & Miles, J. (2002). *Body shaming: Conceptualisation, Research, and Treatment*. Diunduh dari <https://play.google.com/store/books/detailsid=MrrHBQAAQBAJ>.
- Hidayat, R., Malfasari, E., & Hernityanti, R (2019). Hubungan Perlakuan Body Shaming dengan Citra Diri Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), 79-86.
- Lemont, J. M. (2015). *Trait body shaming predicts health outcome in college women : a longitudinal investigation*. *Springer science and business Media New York*.
- Leary, M.R & Tangney, J.P. (2012). *Handbook of Self and Identity*. New York City: Guilford Press.
- Matos. (2013). Internalizing early memories of shame and lack of safeness and warmth: The mediating role of shame on depression. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 41(4), 479–493

- Mappiare, A. 2010. Pengantar Konseling dan Psikoterapi. Edisi Kedua. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Muhsin, A. (2015). Sudi Kasus Ketidakpuasan Remaja Putri Terhadap Keadaan Tubuhnya (Body Image Negative Pada Remaja Putri). Jurnal Bimbingan dan Konseling Edisi 1.
- Murasmutia. (2012). Hubungan Antara Citra Tubuh dan Kepercayaan Diri dengan Perilaku Konsumtif terhadap Pakaian pada Mahasiswi Fakultas Hukum Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Najwa, S. (2014). Hubungan konsep diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas XI SMA Al- Rifa'ie Gondanglegi Malang. UIN Malang: Thesis.
- Permatasari, D. (2017). Fenomena Social Climber Di Kalangan Mahasiswa (Studi Fenomenologi Pada Mahasiswa di Surakarta). SKRIPSI.
- Nourmalita, M (2016). Pengaruh Citra Tubuh Terhadap Gejala Body Dysmorphic Disorder Yang Dimediasi Harga Diri Pada Remaja Putri' : Seminar ASEAN 2nd Psychology & Humanity 2016, Malang, hlm. 547 – 555.
- Purnamasari, Agustin. (2018) Hubungan Citra Diri Dengan Perilaku Narsisme Pada Remaja Putri Pengguna Instagram Vol 11, No 2. Di Kota Prabumulih. Psibernetika
- Pricilia. Yoanita. (2019). Pengaruh Bodily Shame Di Instagram Terhadap Konsep Diri Remaja Perempuan. Jurnal E-Komunikasi. Vol 7. No 2
- Rahmad Hidayat, Eka Malfasari & Rina Herniyanti (2019). Hubungan Perlakuan Body Shaming Dengan Citra Diri Mahasiswa. Jurnal Keperawatan Jiwa Volume 7 No. 1 e-ISSN 2655-8106. Program Studi S1 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru.
- Rodhiyah, S. A. (2017). Fenomena Body Shaming terhadap Perempuan. Essay.

Sugiyono. 2013. Metode penelitian pendidikan. Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : Alfabeta.

Tria, Angraini Putri (2015) Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Mahasiswi Yang Mengalami Obesitas. Naskah Publikasi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

*The Cambridge Dictionary of Christianity*, 2019. *Two Volume Set*

Yusuf. (2015). *buku ajar keperawatan : kesehatan jiwa*. Jakarta: salemba medika.

Widiaswati, N. L. (2016). Profil Citra Tubuh (Body Image) Pada Remaja Dan Implikasinya Bagi Bimbingan Konseling. Bandung: UPI.

Zakiah, E. Z., Humaedi, S., & Santoso, M. B. (2017). Faktor Yang Mempengaruhi Remaja dalam Melakukan Bullying. *Jurnal Penelitian & PPM*, 129-389.

Strandbu,A.& Kvaem, I.L. (2012). Body Talk and Body Ideals among Adolescent Boys and Girls : A Mixed-Gender Focus Group Study. *Journal Youth & Society*. 46 (5), hlm. 623-641.

Varadilla, Nur Latifah (2021) Body Shaming Dalam Membentuk Citra Diri Perempuan (Studi di Pramuniaga Mall Living Plaza Balikpapan). Tesis Sarjana (S1), Universitas Muhammadiyah Malang