” HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA KORBAN *BODY SHAMING*.”

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Dan Kesehatan Universitan Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya Untuk Memenuhi Syarat Guna Memeperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1) Psikologi

Disusun Oleh:

Syarifah Amalia J01216041

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL

SURABAYA

2020

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul "Hubungan *Body Image* dengan Kepercayaan Diri pada Korban *Body Shaming*" merupakan karya asli hasil penelitian yang di ajukan untuk menyelesaikan tugas akhir perkuliahan agar memperoleh gelar Sarjana Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya ataupun pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar Pustaka.

Surabaya, 13 Juli 2020

METERAI TEMPEL 6000

Syarifah Amalia

Scanned by TapScanner

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA KORBAN *BODY SHAMING*

Yang di susun oleh

Syarifah Amalia

J01216041

Telah Di Setujui Untuk Di Ajukan pada Sidang Skripsi

Surabaya, 26 Maret 2020

Dr. dr. Siti Nur Asiyah, M.Ag.

NIP. 197209271996032002

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA KORBAN *BODY SHAMING*

Syarifah Amalia

J01216041

Telah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Pada 15 Mei 2020

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag
NIP. 197209271996032002

Susunan Tim Penguji:

Penguji 1

Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag
NIP. 197209271996032002

Penguji 2

Dr. Abdul Muhid, M.Si
NIP. 197502052003121002

Penguji 3

Rizma Fithri, S.Psi., M.Si
NIP. 197403121999032001

Penguji 4

Tatik Mukhoyyaroh, S.Psi., M.Si
NIP. 197605112009122002

Scanned by TapScanner

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Syarifah Amalia
NIM : J01216041
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan / Psikologi
E-mail address : Syarifahamaliapsi@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :
☑ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :
HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA KORBAN*BODY SHAMING*

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara ***fulltext*** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 13 Juli 2020

Penulis

(Syarifah Amalia)

Scanned by TapScanner

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada korban *body shaming.* Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif koresional. Penelitian ini menggunakan alat pengumpulan data yakni skala *body image* serta skala kepercayaan diri. Subjek dalam penelitian ini sejumlah 130 korban *body shaming* dari dua universitas negeri di surabaya. Penelitian ini menggunakan teknik sampling yakni *kuota sampling.* Penelitian ini menggunakan uji hipotesis yakni *product moment* dengan bantuan SPSS. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan anttara *body image* dengan kepercayaan diri dengan nilai signifikansi 0.000 < 0.05 serta nilai koefesien korelasi sebesar 0.548. Selain itu, *body image* memberikan sumbangsi terhadap kepercayaan diri senilai 30%. Dengan demikian hipotesis dalam penelitian diterima yang berarti terdapat hubungan yang positif antara *body image* dengan kepercayaan diri pada korban *body shaming.* Artinya semakin positif body image korban *body shaming* makan akan semakin tinggi pula kepercayaan diri pada korban *body shaming*.

Kata Kunci : *Body Image*, Kepercayaan Diri, Korban *Body Shaming*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN I
KATA PENGANTAR II
INTI SARI III
DAFTAR ISI IV
DAFTAR TABEL V
DAFTAR LAMPIRAN VI
BAB I 1
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Rumusan Masalah 13
C. Keaslian Penelitian 13
D. Tujuan Penelitian 17
E. Manfaat Penelitian 17
F. Sistematika Pembahasan 18
BAB II 20
A. Kepercayaan Diri 20
1. Definisi Kepercayaan Diri 20
2. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri 21
3. Faktor-Faktor Kepercayaan Diri 22
4. Ciri-Ciri Orang yang Memiliki Percaya Diri yang tinggi 28
5. Ciri-Ciri Orang yang Tidak Memiliki Percaya Diri yang tinggi 29
6. Proses Pembentukan Rasa Kepercaaan Diri 29
B. *Body Image* 31
1. Definisi *Body Image* 31
2. Aspek- aspek *Body Image* 32
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Body Image* 33
4. *Body Image* Positif 33
5. *Body Image* Negatif 34
C. *Body Shaming* 36
1. Definisi *Body Shaming* 36
2. Dampak *Body Shaming* 37
D. Hubungan Antara Body Image dengan Kepercayaan Diri 37
F. Kerangka Teori 40
G. Hipotesis 42

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB III METODE PENELITIAN 43
A. Rancangan Penelitian 43
B. Identifikasi Variabel Penelitian 44
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian 44
D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling 45
E. Instrumen Penelitian 47
F. Analisis Data 58
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 62
A. Hasil Penelitian 62
B. Pengujian Hipotesis 68
C. Pembahasan 72
BAB V PENUTUP 81
A. Kesimpulan 81
B. Saran 81
DAFTAR PUSTAKA 83

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skoring Alternatif Jawaban Favorable dan Unfavorable Skala *Body Image* ..... 49.
Tabel 3.2 *Blue Print* Skala *Body Image* ..... 49.
Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Skala *Body Image* ..... 51.
Tabel 3.4 *Blue Print* Skala *Body Image* setelah Uji Validitas ..... 52.
Tabel 3.5 Kategorisasi Nilai Reliabilitas Skala *Body Image* ..... 53.
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Skala *Body Image* ..... 53.
Tabel 3.7 Skoring Alternatif Jawaban Favorable dan Unfavorable Skala Kepercayaan Diri ..... 54.
Tabel 3.8 *Blue Print* Skala Kepercayaan Diri ..... 55.
Tabel 3.9 Hasil Uji Validitas Skala Kepercayaan Diri ..... 56.
Tabel 3.10 *Blue Print* Skala Kepercayaan Diri setelah Uji Validitas ..... 57.
Tabel 3.11 Kategorisasi Nilai Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri ..... 59.
Tabel 3.12 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri ..... 59.
Tabel 4.1 Deskripsi Subjek berdasarkan Universitas ..... 64.
Tabel 4.2 Deskripsi Subjek berdasarkan Jenis Kelamin ..... 64.
Tabel 4.3 Deskripsi Subjek berdasarkan Usia ....65.
Tebel 4.4. Deskripsi Data ..... 66.
Tabel 4.5 Perbandingan Data Empirik dan Hipotetik *Hardiness* .....67.
Tabel 4.6 Perbandingan Data Empirik dan Hipotetik *Hardiness* .....67.
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas *One Sample Kolmogorov Smirnov* ..... .69.
Tabel 4.8 Hasil Uji Linearitas *Anova* ..... 70.
Tabel 4.9 Hasil Sumbangsih Variabel ..... 70.
Tabel 4.10 Uji Hipotesis *Product Moment* ..... 71.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR GAMBAR

Kerangka Teoritik.....41

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A Kuisioner Penelitian ..... 87.
Kuisioner Body Image ..... 87.
Kuisioner Kepercayaan Diri..... 89.
Lampiran B Data & Hasil Pengolahan Data ..... 90.
Data Respon Subjek Skala Body Image..... 90.
Data Respon Subjek Skala Kepercayaan Diri ..... 91.
Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas..... 92.
Validitas dan Reliabilitas Skala Body Image..... 92.
Validitas dan Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri ..... 94.
Hasil Uji Normalitas One Sample Kolmogrrov Smirnov ..... 97.
Hasil Uji Linearitas Anova..... 98.
Hasil Uji Hipotesis Prroduct Moment..... 99.
Lampiran C Surat Ijin Penelitian..... 100.
Surat Ijin Penelitian Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya ..... 100.
Surat Ijin Penelitian Universitas Negeri Surabaya..... ...101.
Surat Basalan dari Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Surabaya..... 102.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Semua manusia memiliki fisik tubuh yang penampilanya berbagai macam aneka ragam . Dari penampilan tersebut orang bisa menilai mana yang bisa dinilai dengan baik dan buruk secara diliat dari penampilan fisiknya juga . Terutama untuk gender perempuan apalagi yang masih remaja ataupun dewasa mereka adalah orang yang ingin di lihat untuk tampil secantik mungkin dan sebaik mungkin di kehidupan sosial . Pada jaman era modern sekarang teknologi dan media komunikasi makin berkembang seperti halnya internet yaitu instagram, whatsapp dll yang berkembang pesat di masyarakat. Beberapa gaya hidup terutama tren dikalangan anak milenial pada jaman sekarang diantaranya mengenai fashionable, kesehatan dan perawatan tubuh.

Dimedia sosial pun memiliki standar-standar kriteria untuk menampilkan suatu penampilan secara fisik yang sudah disepakati oleh pihak-pihak media lainya . Standar-standar kriteria tersebut yakni standar bentuk tubuh ideal adalah tubuh yang memiliki keserasian antara berat dan tinggi badan. Tubuh ideal pada perempuan digambarkan dengan tubuh yang cenderung kurus, berlekuk, kuat, dan sehat sedangkan tubuh ideal laki-laki adalah yang ramping, berotot, dan sehat. Maka dari itu hal ini menyebabkan adanya beberapa wanita dan laki-laki yang memiliki standar-standar yang tidak memenuhi kriteria yang dimana dinilai oleh beberapa masyarakat yang memang tahu standar-standar sebenarnya dengan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

melihat paparan di sosial tersebut menjadi pelecehan bagi dirinya karena bentuk tubuhnya yang tidak memiliki kriteria yang pas untuk ditampilkan.

Di fase inilah di mana fenomena penampilan fisik telah menjadi salah satu nilai utama seperti halnya seputar tren era modern, beberapa gaya hidup dan gaya pakaian, dll yang berkembang akan di ikuti oleh para remaja perempuan pada jaman sekarang . Maka dari itu istilah tubuh sering dikaitakan oleh perempuan. Seperti halnya termasuk di indonesia, standar ukuran tubuh ideal ialah yang memiliki keserasian antara tinggi dan berat badan. Tubuh ideal pada perempuan mengganggambarkan tubuh seperti kurus. Sehat, berlekuk dan kuat. Namun seiringnya perkembangan zaman laki-laki juga mulai memperhatikan penampilan tubuhnya karena memang terpengaruh oleh tekanan yang didapat dilingkungan sosialnya ataupun sekitarnya (Frangky, 2012). Tubuh ideal laki-laki sendiripun memiliki standar misalnya berotot, ramping dan sehat. Usia dewasa apalagi remaja adalah usia dimana masa transisi yang menjadikan remaja dapat mudah berpengaruh berubah dan mudah mengikuti arus (Cristiani, 2015). Dari beberapa tren gaya hidup di era modern jaman sekarang sangat berkembang di jaman sekarang kasusnya tidak sedikit yang akan memunculkan tindakan pengejekan bagi mereka yang tidak mengikuti atau dianggap masyarakat yang tidak sesuai dengan tren.

Hal tersebut menjadi salah satu faktor yang mendorong serta memotivasi para generasi milenial jaman sekarang yang tidak mau ketinggalan terhadap tren tersebut. Terkait soal tubuh itu penting dalam era generasi sekarang . Maka dari itu kalangan orang-orang dijaman sekarang berlomba-lomba merawat tubuhnya dengan baik apalagi di masa perkembanganya yang semakin berkembang.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Menurut Arnet (2012) mengemukakan bahwa masa remaja serta masa dewasa terbilang sebagai masa persiapan (Amerging Adulthood) kurang lebih usia 18-25 tahun.

Masa remaja adalah tahap perkembangan dimana antara masa anak-anak serta masa dewasa yang terlihat dari perubahan fisik umum serta perkembangan kognitif dan sosial. Masa remaja juga dimulai pada saat anak secara seksual sudah menjadi matang serta berakhir saat ia mencapai usia matang dilihat secara hukum (Hurlock, 2012). Diperoleh perubahan pada masa remaja secara perubahan biologis maupun psikologis. Perubahan tersebut yang terjadi adalah terkait perubahan internal serta perubahan eksternal. Perbahan internal sendiri terkait perubahan sistem hormon yang berupa pubertas menunjukan kematangan sosial, sistem peredaran darah, sistem pernafasan , sistem pencernaan jaringan tubuh.

Masa remaja juga memiliki tugas perkembangan diantara lain yaitu salah satunya menerima keadaan tubuhnya dengan menggunakan secara efektif. Nyatanya hanya sedikit remaja yang melakukan tugas perkembangan tersebut karena muncul rasa tidak puas terhadap tubuh yang individu miliki, serta mucul rasa kesadaran bahwasanya dalam berinterkasi sosial daya tarik fisik sangat berperan, serta adanya mulai mengembangkan pikiranya dan perhatian remaja terhadap bagaimana bentuk tubuhnya (Hurlock, 2012). Perubahan fisik yang terjadi pada masa remaja merupakan kepuasan tersendiri yang sangat penting karena penampilan fisik seseorang serta identitas sexsualnya adalah ciri individu yang sangat jelas serta sangat mudah dikenali banyak orang terkait interaksi.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Faktor lain yang menyebabkan sedikitnya remaja dapat menerima kondisi tubuhnya serta memanfaatkan dengan efektif merupakan adanya kesadaran terhadap respon sosial serta berbagai bentuk tubuh yang menjadikan para remaja prihatin dengan pertumbuhan tubuhnya yang tidak sesuai dengan kriteria budaya yang berlaku seperti halnya gangguan kulit serta berat badan yang berlebihan, jerawat dimuka dll membuat sumber kecemasan para remaja dan kecenderungan yang membuat terganggu pada sebagian remaja (Hurlock, 1980).

Dalam hal ini penyebab dikarenakan model citra tubuh menghadapi perkembangan dari zaman ke zaman serta dukungan perkembangan teknologi yang sangat modern dan maju. Namun informasi terkait perkembangan standar tubuh ideal diperoleh sangat mudah serta dijangkau oleh masyarakat yang menjadikan para perempuan di seluruh dunia terpengaruh akan perubahan tersebut, terutama remaja perempuan yang menilai tubuh ideal atas dasar informasi dari media massa yang akan terus mengidentifikasi tubuh idel mereka yang di paparkan oleh media masa tersebut (Ferron, 1997).

Body image sendiri merupakan gabungan antara persepsi individu dengan penilaian dari seseorang terhadap bentuk ataupun ukuran badan yang bisa bersifat positif maupun negatif (Thompson, 2000). *Body image* sendiri juga bisa memungkinkan seseorang untuk membandingkan dirinya dengan orang lain serta memunculkan rasa malu dan tidak percaya diri terhadap tubuh yang ia miliki. Sehingga saat ini, seringkali teman sebaya atau orang lain menjadikan penampilan fisik sebagai bahan ejekan terhadap individu di sekitarnya ataupun kelompoknya. Karena body image juga berkaitan dengan *body shaming* dalam arti yang berfokus pada dinamika psikologis perempuan yang merasakan *body shaming* tersebut serta

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

laki-laki juga merasakan tindakan tersebut tetapi tidak sesering perempuan. Kisaran remaja akhir ke dewasa awal sering menunjukan bahwa mereka yang merasakan perlakuan *body shaming* serta akan memperhatikan tubuh dan menjadikan sebagai objek (Damanik, 2018).

Menurut survei yakni *Body Peace Recolution* yang digelar oleh Yahoo! Health, menunjukan bahwa perempuan lebih banyak mendapat tindakan *body shame* dari pada laki-laki. Survei ini dilakukan terhadap 2.000 orang berusia 13-64 tahun serta hasilnya 94% remaja perempuan pernah mengalami *body shaming*, sementara remaja laki-laki hanya 64% (Wolipop.detik.com). *Body Shaming* sendiri yaitu ejekan untuk orang yang memiliki penampilan fisik atau tubuh yang dinilai cukup berbeda dari masyarakat pada umunya dan memiliki tubuh yang tidak proposional . Contoh *body shaming* sendiri yaitu seperti mengejek gendut, hitam, pesek, kurus, cuby, mata sipit ataupun belok dll . *Body shaming* atau berpendapat tentang fisik orang lain yang dinilai berbeda dari masyarakat pada umunya . Sering dilakukan pada era jaman modern ini, meskipun tidak secara kontak fisik tetapi melalui secara verbal atau melalui kata-kata.

Body shaming sendiri merupakan kritikan atau komentar yang bersifat negatif. Komentar itu diberikan baik untuk diri sendiri ataupun orang lain Honigam dan Castle (2004). Urban Dictionary menyebut bahwa *body shaming* merupakan tindakan mempermalukan penampilan fisik seseorang. Meski sepele, namun *body shaming* bisa melukai seseorang. Betapa tidak, sebuah jajak pendapat yang dilakukan oleh FitRated menemukan bahwa *body shaming* hampir selalu memengaruhi kepercayaan diri seseorang, baik pria ataupun wanita. Mengutip *Hello Giggles*, survei menyebutkan bahwa sebanyak 93 % wanita dan 83% pria

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengungkapkan rasa tidak percaya dirinya akibat *body shaming* yang dilontarkan orang-orang di sekitarnya. Perut dan kaki menjadi bagian tubuh yang sering membuat mereka malu, dan adanya perrlakuan body shame tersebut akhirnya membuat beberapa menjadi krisis akan kepercayaan dirinya. (Jakarta, CNN Indonesia, 2018).

Penelitian dari Dela (2019) yang berjudul "Pengaruh *Cyberbullying Body Shaming* Pada Media Sosial Instagram Terhadap Kepercayaan Diri Wanita Karir Di Pekanbaru" menyatakan dari hasil penelitianya bahwasanya terdapat adanya pengaruh *cyberbullying body shaming* pada media sosial Instagram terhadap kepercayaan diri wanita karir di Pekanbaru. Karena diperoleh hasil uji hipotesis yakni jika *cyberbullying* bernilai nol maka nilai kepercayaan diri sebesar 10,204 satuan. Koefisien regresi variabel *cyberbullying* sebesar 0,741 artinya setiap peningkatan nilai *cyberbullying* sebesar satu satuan akan meningkatkan kepercayaan diri sebesar 0,741 satuan. Pada penelitian ini diperoleh Thitung 6,963 lebih besar dibandingkan dengan Ttabel, yaitu sebesar 1,984, dengan tingkat signifikansi 0,000 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel X berpengaruh terhadap variabel Y, maka terdapat adanya pengaruh cyberbullying body shaming pada media sosial Instagram terhadap kepercayaan diri wanita karir di Pekanbaru

Menurut (Chaplin, 2005) dijelaskan bahwa citra tubuh atau biasa disebut body image adalah suatu ide seseorang mengenai penampilannya dihadapan orang lain. Citra tubuh ini tentu sangat dipengaruhi oleh tingkat kepercayaan diri masing-masing orang. Dari istilah *body image* tersebut, kemudian muncul juga istilah "body shaming". Pada setiap orang, citra diri dapat terpengaruhi oleh hal-hal yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ada di lingkungan sekitar. Bisa dari teman, keluarga, paparan media, atau 8 bahkan dari diri sendiri. Terkadang baik teman atau keluarga pernah mengatakan hal yang buruk mengenai bentuk fisik seseorang, dan hal itu bisa berujung pada kurangnya rasa percaya diri, menjadi pribadi yang tertutup, lebih sensitif, atau menjadi pribadi yang introvert. Maka dari itu peneliti mengkaitkan body image dengan kepercayaan karena memang kedua variabel tersebut berkaitan.

Rasa percaya diri yang dimiliki individu dapat dijadikan suatu ciri dari hidup sehat yaitu individu mampu menghadapi dan mengatasi masalah yang muncul di dalam diri dan memiliki kemauan yang besar untuk mengatasinya serta mampu mengambil pelajaran dari pengalaman (Kartono, 1992). Kepercayaan diri dapat juga diartikan sebagai suatu sikap dan perasaan yakin terhadap kemampuan sendiri dan mampu bertanggung jawab terhadap tindakan yang dilakukan, tidak cemas terhadap semua tindakan yang dilakukan, sopan dalam berinteraksi, adanya dorongan berprestasi, mampu menghargai orang lain, serta mengetahui kelebihan dan kekurangan dirinya (Hakim, 2000). Rasa percaya diri terhadap kemampuan dirinya yang dimiliki oleh individu membuat individu tidak perlu membandingkan dirinya dengan orang lain (Walgito, 1986).

Penilaian dan rasa puas remaja akan tubuh dan penampilannya sendiri dengan rasa percaya diri yang dimilikinya kerap menjadi suatu permasalahan yang sangat menarik untuk dibahas. Seperti yang sudah diungkapkan di atas bahwa penampilan fisik seseorang dan identitas seksualnya merupakan ciri pribadi yang paling jelas dan paling mudah dikenali orang lain dalam berinteraksi. Remaja yang menilai tubuh dan penampilannya secara negatif tentu tidak akan merasa nyaman dan tidak percaya diri selama berinteraksi dengan orang lain. Seperti yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

diungkapkan oleh Ferron (1997) bahwa kepercayaan diri berkaitan erat dengan daya tarik fisik sehingga individu akan melakukan berbagai usaha agar tampil menarik, sehat, dan bugar sehingga timbul rasa percaya diri dalam beraktivitas.

Sejalan dengan pendapat yang disebutkan oleh Centi (1997) yaitu pada umumnya individu yang menerima dan puas terhadap kondisi dan penampilan fisiknya memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang tidak dapat menerima dan tidak puas terhadap kondisi dan penampilan fisiknya. Surya (2009) juga mengatakan bahwa individu yang merasa puas terhadap tubuhnya dan menyadari bentuk tubuhnya ideal akan membentuk citra tubuh yang positif sehingga secara tidak langsung akan membentuk kepercayaan diri individu tersebut. Berbeda halnya dengan individu yang tidak merasa puas akan tubuhnya dan selalu menganggap tubuhnya kurang maka akan membentuk citra tubuh yang negatif sehingga kepercayaan diri yang dimilikinya akan rendah. Maka dari itu peneliti menggunakan variabel x *body image* karena *body image* termasuk aspek dari salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri.

Terkait *body shaming* sendiri yaitu mempengaruhi terjadinya ketidak nyamanan oleh para korban *body shaming* yang mengalami *body shaming* tersebut, bisa juga terjadi tidak kepercayaan diri terhadap dirinya yang mempunyai fisik cukup dinilai berbeda pada masyarakat umunya . Penyebab lainya juga bisa terjadi kecemasan terhadap dirinya jika bertemu makhluk sosial lainya dan subjek akan di perlakukan seperti itu lagi yaitu *body shaming*. Kecemasan itu sendiri juga menyebabkan gangguan psikologis lainya lagi seperti menimbulkan stres karena terlalu memikirkan kejadian itu dan dia berfikir bahwa

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bagaimana caranya ia yang mempunyai *body image* harus bisa terliat positif dan proposional *body imagenya*.

Terkait pemarapan penjelasan *body shame* serta fenomena dan kasus diatas peneliti menggunakan subjek mahasiswa dari dua universitas negeri disurabaya. Alasan peneliti menggunakan subjek mahasiswa karena dari teori yang peneliti gunakan bahwa umur 18-25 dimana umunya umur remaja akhir ke dewasa awal yang statusnya rata-rata mahasiswa serta sesuai dengan acuan umur menurut teori yang digunakan serta dimasa umur tersebut remaja akhir mengalami perubahan terrhadap kondisi fisik serta lebih memperhatikan sesuai dengan fenoma diatas yaitu adanya tindakan *body shaming*. Alasan peneliti menggunakan subjek dari beberapa mahasiswa di dua universitas negeri di surabaya ini karena didukung oleh hasil survey data awal secara garis besar bahwasanya di universitas tersebut ada fenomena *body shaming* yang dari bebarapa mahasiswa pernah mengalami tindakan *body shaming* tersebut. Hasil tersebut didapat melalui wawancara dari sumber beberapa mahasiswa yang mewakili salah dua universitas negeri disurabaya yang akan menjadi subjek dipenelitian ini.

Diperoleh hasil wawancara dari beberapa mahasiswa di beberapa fakultas yang ada di universitas negeri pertama di surabaya bahwasanya beberapa kali terjadi tindakan *body shaming* dilingkungan universitas tersebut dalam hal mengejek penampilan fisik ataupun bentuk ukuran tubuh. Tindakan tersebut secara umum hampir sama sesuai dengan orang-orang pada umunya mengejek penampilan ataupun bentuk ukuruan tubuh individu misalnya, “seperti gendut, kurus, kulit yang hitam, bau badan sampai ada yang menyamakan dengan hewan, (misalnya badanmu kayak gajah)”. Pengaruh dari beberapa korban atas tindakan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

body shaming tersebut memunculkan beberapa respon yang secara garis beras ada yang sama adapun yang beda sepertti halnya membuat individu intropeksi diri serta insecure kemudian mengupayakan untuk memperbaiki tubuhnya seperti halnya merawat salah satu anggota tubuhnya agar ideal serta penampilan fisiknya agar sesuai yang diinginkan. Adapun pengaruh menjadi pikiran serta menangis karena seringnya diperlakukan seperti halnya *body shaming* untuk individu tersebut. Kemudian adapun efek dari individu tersebut merasa minder atas perlakuan tersebut dan sampai mengurangi intensitas untuk bergaul kepada pelaku yang memperlakukan *body shaming* tersebut. Adapun efek samping yang sampai membuat tidak percaya diri serta marah-marah karena tidak terima atas perlakuan yang sudah dilakukan oleh pelaku body shame terhadap individu tersebut. Adapun yang sampai membuat individu tersebut stres.

Diperoleh hasil wawancara dari beberapa mahasiswa di beberapa fakultas yang ada di universitas negeri kedua disurabaya bahwasanya adapun juga terjadi tindakan *body shaming* dilingkungan universitas tersebut dalam hal mengejek penampilan fisik ataupun bentuk ukuran tubuh. Contoh tindakan ejekan tersebut sama seperti universitas pertama dengan cara mengatakan "badanya yang kurus, gendutan, kulit yang hitam". Pengaruh adanya tindakan tersebut memunculkan beberapa respon secara garis beras yaitu "respon sakit hati serta insecure atas perilaku tersebut lalu melakukan perawatan tubuh dan perlahan menjauhi dari toxic people". Adapun rasa malu sampai menjadi pikiran dan memperbaiki apa yang menurut penilaian orang tersebut salah serta bersifat negatif serta perlahan-lahan menjaga pola makan. Kemudian respon selanjutnya seperti halnya marah tetapi korban tidak memperlihatkan respon marah tersebut lalu dibalik itu korban

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengusahakan merubah dirinya. Adanya respon down terhadap indidu tersebut lalu mencari teman dekat untuk dijadikan suport system. Adapun pengaruh dari individu yaitu ia melakukan balas dendam atas perlakuan tersebut yang dialaminya. Adapun juga yang bodoh amat atas perilaku tersebut tetapi melihat sapa yang memperlakukan perlakuan tersebut.

Alasan peneliti memilih subjek dari korban *body shaming* karena dari korban *body shaming* sendiri memiliki *body image* yang tidak proposional seperti penilaian orang-orang pada umunya serta sesuai kasus fenomena jika tidak mengikuti trend di era modern sekarang akan terjadi ejekan tersebut terhadap penampilan fisik perindividu. Maka dari itu perlakuan *body shaming* sendiri yang mempengaruhi adanya penurunan ataupun sebaliknya kepercayaan diri seseorang tersebut karena korban akan melihat *body image* dari penilain seseorang tersebut. Serta ingin mengetahui apakah sangat penting *body image* terhadap korban *body shaming* disamping mereka sering mendapatkan penilain negatif terhadap bentuk tubuh dan penampilanya. Apalagi fenomena diatas menjelaskan jaman sekarang menjadikan penampilan fisik dan tubuh ideal salah satu nilai utama. Dalam hal ini alasan tersebut juga sebagai alasan dari mengapa mengangkat judul tersebut.

Alasan kedua peneliti mengangkat judul dan memilih subjek korban *body shaming* tersebut karena ingin mengetahu juga apakah bisa adanya perlakuan *body shaming* tersebut membuat beberapa individu dari korban *body shaming* menjadikan perlakuan tersebut suatu motivasi agar mereka berfikir untuk mengupayakan merubah penampilan fisiknya serta menjadikan tubuhnya seperti fenomena diatas yaitu menjadikan nilai utama terhadap dua hal tersebut supaya bisa membentuk *body image* yang positif meskipun sakit hati itu pasti karrena

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mendapatkan perlakuan body shame tersebut . Seperti yang dikemukakan oleh (Santrock, 2011) bahwa penampilan (*body image*) ialah penyumbang yang kuat pada harga diri dan kepercayaan diri seseorang. Maka dari itu peneliti ingin mengetahui apakah ada keterkaitan body image dengan kepercayaan diri menurut korban *body shaming*.

Menurut peneliti kepercayaan diri itu sangat penting bagi semua orang karena adanya kepercayan diri pada setiap perindividu orang itu adalah untuk suatu dorongan atau motivasi perindividu tersebut bisa melakukan apapun yang dia mau dan dia suka tanpa memandang atau mendengerkan omongan orang yang menilai dirinya. Kepercayaan diri juga penting apalagi untuk ruang lingkup sosial, karena adanya kepercayaan diri kita jadi bisa bersosialisasi dengan sapapun tanpa harus memikirkan mulai dari mana dulu, bagaimana caranya bersosialasi karena kita sudah memiliki kepercayaan diri itu dan mempunyai cara kita sendiri.

Apalagi untuk orang yang menganggap dirinya memiliki *body image* yang mungkin tidak proposional dan untuk korban *body shaming* sangat penting adanya kepercayaan diri. Karena jika mereka mempunyai kepercayaan diri yang sangat tinggi mereka tidak peduli orang mau menilai atau mencemooh mereka disamping mereka mempunyai tubuh yang melebihi batas normal. Jika mereka tidak mempunyai keperayaan diri akan disayangkan bagi mereka jika ingin melakukan apapun yang mereka mau, yang mereka impikan karrena mereka ingin melakukan itu semua harus berpikir dulu apakah masyarakat sekitar bisa menerima perlakuan orang tersebut ataupun malah di cemooh mentah-mentah. Maka dari itu peneliti ingin meneliti sejauh mana apakah benar ada hubungan yang sangat signifikan antara kedua variabel kepercayaan diri dengan *body image*.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Serta yang membedakan penelitian ini dari penelitian terdahulu adalah khusunya dari subjek serta jumlah sampel dan teknaik sampling karena dipenelitian terdahulu belum ada peneliti yang meneliti "Hubungan antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri" dengan menggunakan subjek dari korban *body shaming* serta menggunakan teknik sampling yaitu kuota sampling. Penelitian terdahulu sering mengambil subjek hanya saja dari remaja perempuan tidak sesuai dengan peneliti ini yang menjadikan remaja sebagai perempuan sebagai subjek tetapi mempunyai kondisi yang berbeda yaitu pernah mendapatkan perlakuan body shame.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah pada penelitian ini adalah membahas apakah adanya hubungan antara *Body Image* dengan kepercayaan diri pada korban *Body Shaming*.

C. Keaslian Penelitian

Berdasarkan riset sebelumnya ada beberapa peneliti yang meneliti tentang "hubungan antara *body Image* dengan kepercayaan diri pada korban *body shaming*". Dari hasil temuan yang pertama yaitu dari Asmidir dkk (2017) diperoleh hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri menggunakan bantuan SPSS . Nilai koefisien korelasi sebesar 0.788 dengan taraf signifikansi dua jalur sebesar 0,000 pada tingkat taraf kepercayaan 0,01. Maka hasil perhitungan diperoleh nilai signifikansi dua jalur sebesar 0,000. Maka dapat disimpulkan H1 diterima. Artinya, adanya hubungan yang signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri remaja putri. Dari pernyataan di atas, salah satu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang memengaruhi kepercayaan diri adalah penampilan fisik atau bentuk badan yang dimilikinya . Penampilan fisik yang sangat berpengaruh pada kepercayaan diri didasarkan bagaimana individu tersebut melihat bagaimana kondisi fisik yang dapat berupa bentuk badan ataupun berat badan yang dimilikinya serta bagaimana penilaian individu itu terhadap fisik yang dimilikinya dan bagaimana bentuk yang dinginkan.

Hasil pengujian hipotesis dari penelitian Tria (2015) bahwa berdasarkan hasil korelasi dari product momen pearson diperoleh nilai koefesien korelasi (r) sebesar 0,685 ; p value (sig) = 0,000 (p<0,01) bahwa ada hubungan posittif yang sangat signifikan antara body image dengan kepercayaan diri.

Berdasarkan hasil penelitian kedua dari Supriyadi dkk (2015 pengujian terhadap hipotesis penelitian , didapatkan hasil bahwa Ho ditolak dan Ha diterima, artinya hipotesis yang berbunyi 'terdapat hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja puteri di Kota Denpasar' diterima . Penilaian tersebut atas dasar hasil analisis terhadap pengujian yang telah dilakukan yaitu nilai r 0,350 dengan signifikansi 0,000 (p<0,05) yang menunjukkan bahwa adanya hubungan antara variabel citra tubuh dengan variabel kepercayaan diri . Hubungan yang positif pada nilai r tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara variabel citra tubuh dengan kepercayaan diri adalah searah, yang berarti semakin positif citra tubuh maka akan semakin tinggi kepercayaan diri remaja puteri, itupun sebaliknya, jika citra tubuh negatif maka kepercayaan diri remaja puteri akan rendah.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Penelitian dari Tika (2014) diperoleh hasil penelitian menunjukan koefesien korelasi sebesar 0,236 serta tingkat signifikansi 0,025 (p<0,05), bahwa menunjukan adanya korelasi yang positif antara kepercayaan diri dengan citra diri, sehingga hipotesis diterima. Bahwa semakin tinggi tingkat kepercayaan diri seseorang akan semakin tinggi jug atingkat citra diri sebaliknya jika rendah tingkat kepercayaan diri seseorang akan rendah pula tingkat citra diri seseorang.

Penelitian dari Aminda (2018) Berdasarkan hasil analisis data, temuan dan pembahasan peneltiian maka dapat diambil kesimpulan diperoleh hubungan yang positif antara *body image* dengan kepercayaan diri siswa di SMA Panca Budi Medan . Pada bagian kedua output (kolom Sig. (2-tailed)) pada kolom kepercayaan diri bernilai 0.001 (lebih kecil dari 0.05) maka H0 di tolak dan Ha diterima . Hal ini menunjukkan bahwa semakin positif *body image* remaja maka semakin tinggi tingkat kepercayaan diri remaja.

Penelitian dari Eka dan Anastasia (2019) diperoleh juga adanya hubungan yang signifikan dengan arah positif antara kepercayaan diri dengan *Body Image* pada remaja di SMAN 21 Jakarta . Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kepercayaan diri, maka akan semakin positif *Body Image* . Sebaliknya, semakin rendah kepercayaan diri , maka akan semakin rendah *Body Image* remaja.

Penelitian dari Anggoro (2016) berdasarkan haisil analisis data dalam penelitian ini, bahwa ada hubungan positif yang sangata signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri siswa kelas X SMAN 2 bantul. Diperoleh koefesien korelasi diketahui sebesar 0,217. Maka semakin positif *body image* siswa sma bantul 2 akan mempengaruhi peningkatan kepercayaan diri mereka,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

itupun sebaliknya jika adanya negatif pada *body image* maka akan mempengaruhi penurunan keprcayaan dirinya.

Hasil penelitian dari Merlin (2017) bahwa body image dengan kepercayaan diri peserta didik putri memiliki hubungan keeratan yang kuat karena nilai pearson correlation *body image* serta kepercayaan diri bernilai 0,687. Maka adanya hubungan positif yang signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada peserta didik putri di MTS Muhammadiyah Lakitan Kabupaten Pesisir Selatan.

Penelitian dari Rofiatul (2017) berdasarkan hasil penelitian ini bahwa adanya korelasi positif antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja putri. Hal ini di tunjukan dengannilai koefisien korelasi sebesar (rr) 0,413, korelasi determinan (r) senila 0,017 dan taraf signifikansi (p) 0,000 yang arrtinya ada korelasi positif dimana semakin positif citra tubuh maka semakin tinggi kepercayaan diri, sebalikanya semakin negatif citra tubuh ,aka semakin menurun kepercayaan dirinya.

Penelitian dari Imelda (2018) hasil dari penelitian ini menunjukan citra tubuh memiliki hubungan terhadap kepercayaan diri dengan nilai (r) sebesar 0,561 serta taraf signifikansi sebesar 0,000 ($p<0,05$). Maka menunjukan bahwa hipotesis penelittian ini diterima, yaitu adanya hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja putri yang berjerawat.

Berdasarkan beberapa penelitian diatas memang sudah ada yang meneliti "hubungan antara *body image* dengan keprcayaan diri" tetapi ada yang membedakan penelitian ini dari penelitian terdahulu adalah khusunya dari subjeknya serta jumlah sampel dan teknik sampling karena dipeneliatan terdahulu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

belom ada peneliti yang meneliti “Hubungan antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri” dengan menggunakan subjek dari korban body shaming serta teknik sampling yaitu kuota sampling. Penelitian terdahulu sering mengambil subjek hanya saja dari remaja perempuan tidak sesuai dengan peneliti ini yang menjadikan remaja sebagai perempuan sebagai subjek tetapi mempunyai kondisi yang berbeda yaitu pernah mendapatkan perlakuan *body shaming*. Pembaharuan dari penelitian ini yakni belum ada yang meneliti di dua universitas negeri disurabaya tersebut yang berkaitan dengan *body shaming* dari kedua variabel tersebut.

D. Tujuan Masalah

Dari rumusan masalah diatas tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara Body image dengan kepercayaan diri pada korban Body shaming.

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat denghan baik dalam pengembangan pengetahuan maupun untuk manfaatb praktis. Sebagai berikut :

1. Secara Teoritis

Memberikan sumbangan secara teoritis dengan menambahkan kajian-kajian psikologis , juga memperkaya ilmu pengetahuan dan informasi khususnya dibidang psikologi sosial yang berkaitan dengan *body shaming*.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan memiliki manfaat bagi masyarakat sekitar terutama untuk korban *body shaming*. Agar bisa meningkatkan *kepercaya diri*-nya agar lebih mudah melakukan apapun yang ia inginkan dan cita-citakan dengan cuek maupun santai tanpa mendengarkan omongan atau penilain orrang lain diluar sana.

F. Sistematika Pembahasan

Berikut adalah penjelasan secara garis besar mengenai pembahasan sistemaika dari penelitian ini yang edii dari bab 1 hingga bab V. Pada bab 1 akan menjelaskan mengenai pendahuluan yang berisi latar belakang masalah yang menjelaskan terkait fenomena ataupun kasus yang berkaian terhadap judul peneliti ini sendiri, rumusan masalah menjelaskan mengenai rumusan dari maslaah penelitian ini, keaslian penelitian berisi mengenai penelitian-penelitian terdahulu yang mendukung penelitian ini, tujuan penelitian yaitu akan menjelskan tentang apa tujuan dari penelitian ini dan yang terakhir yaitu manfaat penelitian yang berisi tentang penjalasan manfaat secara teoritis serta secara praktis dari peneliian ini.

Selanjutnya pada bab II penjelasan tentang kajian pustaka yang didalamnya menjelaskan tentang teori-teori mengenai pervariabel dari penelitian ini yakni body image dan kepercayaan diri. Didalamnya terdiri beberapa penjelesan mulai dari definisi, aspek-aspek, faktor-faktor yang mempengaruhi kedua variabel tersebut serta adapun ciri-ciri dari kepercayaan diri. Bukan hanya itu di bab ini juga memaparkan teori yang menjelaskan tentang *body shame* dan remaja.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kemudian adanya penjelasan dari hubungan antara kedua variabel, serta penjelasan kerangka teorittik yakni mengacu pada kajian pustaka dan yang terakhir penjelasan hipotesis dari penelitian ini.

Berikutnya pada bab III akan menjelaskan tentang metode penelitian yang terdiri dari rancangan penelitian, indentifikasi dari pervariabel yaitu variabel X (*Body Image*) dan variabel Y (Kepercayaan Diri), kemudian menjelaskan definisi operasional dari per variabel penelitian yakni *Body Image* dan Kepercyaan Diri, selanjutnya penejelasan mengenai populasi, teknik sampling, sampel serta inrrumen peneliian dan teknik analisis data dari penelitian ini.

Kemudian pada bab IV akan dijelaskan mengenai hasil dari penelitian ini serta pembahasan yang akan membahasan tentang beberapa sub bab yakni dari hasil penelitian yang didalamnya akan menjelaskan persiapan serta pelaksanaan penelitian ini, kemudian deskripsi hasil penelitian, penjelasan pengujian hipotesis yang membahas dari hasil hipotesis dari penelitian ini. Kemudian tterdapat pembahasan terkait hasil penelitian yang telah dipaparkan oleh peneliti sebelumnya secara teoritis maupun statistik.

Pada bab V yang terakhir dari penjelesan bab-bab lainya akan berisi tentang penutut yang terdiri penejelasan mengenai kesimpulan dari penelitian ini dan saran yang akan diajukan untuk beberapa pihak yang berkaitan serta peneliti selanjutnya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kepercayaan Diri

1. Definisi Kepercayaan Diri

Lauster (2002) mengatakan kepercayaan diri adalah suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri , sehingga individu yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam setiap tindakan, dapat bebas melakukan hal-hal yang disukai dan bertanggung jawab atas segala perbuatan yang dilakukan, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain , dapat menerima dan menghargai orang lain, memiliki dorongan berprestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri.

Hakim (2002) kepercayaan diri adalah suau keyakinan sera sikap seseorang terhadap kemampuan pada dirinya sendiri dengan cara menerima apa adanya baik posiif maupun negatif yang dipelajari serta dibentuk melalui proses belajar dengan tujuan untuk kebahagiaan dirinya. Kepercayaan diri merupakan modal dasar individu dalam memenuhi berbagai kebutuhanya masing-masing. Individu mempunyai kebutuhan untuk kebebasan berfikir serta berperasaan akan umbuh menjadi manusia dengan rasa percaya diri. Salah satu cara pertama dalam membangun rasa percaya diri ialah dengan bisa memahami serta meyakini setiap manusia memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing. Kelebihan yang dipunya bisa lebih dikembangkan serta dimanfaatkan supaya bisa berguna bagi orang sekitar.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Berdasarkan definisi diatas, maka dapat disimpulkan bahwasanya kepercayaan diri itu ialah keyakinan diri pada seseorang yang ia tahu bahwa kemampuanya atau potensinya sebarapa. Dengan adanya seseorang itu tau kemampuanya seberapa bisa menggalih kemampuan atau potensi itu lebih baik lagi dan jika ia tahu kekurangnya ia bisa menerima apa adanya dirinya sendiri. Kepercayaan diri pun juga penting dalam hidup karena adanya kepercayaan kita bisa lebih enjoy menikmati hidup yang kita mau. Dari adanya kepercayaan diri pun kita bisa menikmati kebutuhan untuk kebebasan berpikir yang sesuai apa yang kita pikir dan mau berperasaan akan akan tumbuh menjadi manusia dengan rasa percaya diri.

2. Aspek – aspek kepercayaan diri menurut Lauster (2002) ;

a. Keyakinan akan kemampuan dirii yaitu sikap positif seseorang atas dirinya bahwa memahami sungguh – sungguh dengan apa yang dilakukannya.

b. Optimis yaitu sikap positif seseorang yang selalu bepersepsi baik dalam mengalami segala hal tentang diri, mempunyai harapan dan kemampuan.

c. Obyektif yaitu orang yang percaya diri memandang persoalan atau segala sesuatu yang sesuai dengan kenyataanya, bukan sesuai kebenaran pribadi atau persepsinya.

d. Bertanggung jawab yaitu kesanggupan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

e. Rasional dan realistis yaitu analisa terhadap suatu persoalan kemudian suatu kejadian dengan memerlukan pemikiran yang bisa dterima oleh akal dan sesuai dengan kebenaranya atau faktanya

3. faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri

Hurlock (2001) menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri ialah :

a. Orang tua

Orangtua berpengaruh sangat kuat untuk membina, dan menumbuhkan ras percaya diri terhadap anak dan perkembangan anak. Orangtua juga berpengaruh dalam mengembangkan kepercayaan diri pada anak dilingkungan sekitarnya.

b. Rasa aman

Rasa aman diterima dari rumah dan orang – orang yang ada disekitarnya. Jika rasa aman sudah terbentuk maka individu akan melangkah keluar dengan penuh rasa percaya diri.

c. Kesuksesan

Kesuksesan yang dirasa dengan tingkat kesulitan yang lebih besar akan memupuk rasa percaya diri yang tinggi daripada kesuksesan yang diperoleh dengan usaha sedikit.

d. Penampilan Fisik

Individu yang memiliki daya tarik merasakan sikap sosial yang menguntungkan dengan hal-hal ini akan mempengaruhi konsep diri sehingga akan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

lebih percaya. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, salah satunya adalah penampilan fisik. Penampilan fisik sangat erat hubungannya dengan gambaran dan persepsi individu terhadap bentuk tubuhnya. Gambaran dan persepsi inilah yang disebut *body image*. Bahwa *body image* adalah gambaran mengenai tubuh yang terbentuk dalam pikiran seseorang, atau dengan kata lain gambaran tubuh menurut dirinya sendiri.

Adapun penampilan fisik yang menarik ataupun sesuai dengan yang diharapkan perindividu akan bisa membantu terbentuknya body image yang positif. Sejalan dengan pendapat yang disebutkan Surya (2009) juga mengatakan bahwa individu yang merasa puas terhadap tubuhnya dan menyadari bentuk tubuhnya ideal akan membentuk citra tubuh *(body image)* yang positif sehingga secara tidak langsung akan membentuk kepercayaan diri individu tersebut. Berbeda halnya dengan individu yang tidak merasa puas akan tubuhnya dan selalu menganggap tubuhnya kurang maka akan membentuk citra tubuh yang negatif sehingga kepercayaan diri yang dimilikinya akan rendah.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri (Rosita, 2007):

a. Pola Asuh

Faktor utama yang berpengaruh paling besar terhadap perkembangan anak ialah keluarga. Menurut hurlock pola asuh adalah penguat munculnya pengembangan percaya diri pada anak karena dapat melatih serta memunculkan keberanian dalam mengadapi masalah secara mandiri dan mengembangkan tanggung jawab.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Jenis Kelamin

Jenis kelamin yang dimiliki oleh kaum perempuan maupun laki-laki mempunyai efek terhdap perkembangan rasa percaya diri. Karena perempuan cenderung dianggap lemah serta harus dijaga, sedangkan laki-laki harus bersikap sebagai makhluk mandiri, kuat dan mampu menjaga.

c. Penampilan Fisik

Sesorang yang mempunyai penampilan fisik yang menarik akan lebih sering diperlakukan dengan baik jika dibandingkan dengan seseorang yang memiliki penampilan kurang menarik.

d. Pendidikan

Pendidikan selalu menjadi tolak ukur dalam menilai kesuksesan seseorang. Semakin tinggi jenjang pendidikan individu semakin tinggi pula anggapan orang lain terhadap dirinya. Merreka yang memiliki jenjangpendidikan renda biasanya merasasa tekucilkan sehingga tidak memiliki keyakinan aau kemampuan. Maka dari itu bisa membuat diri mereka muncul rasa tidak percaya diri.

Menurut Lauster (2002) rasa percaya diri dapat mempengaruhi beberapa faktor yang dapat dibagi menjadi dua, yaitu Faktor Internal dan faktor eksternal:

1. Faktor Internal

Yang termasuk dalam faktor internal yaitu :

a. Konsep diri

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Terlahirnya kepercayaan diri pada seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang terdapat pada pergaulan suatu kelompok. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri yang rendah akan mempunyai konsep diri yang negatif , sebaliknya orang yang mempunyai rasa percaya diri tinggi akan memiliki konsep diri positif . Konsep diri suatu persepsi pribadi yang dimiliki seseorang tentang dirinya masing -masing dan apa yang terlampau dalam pemikiran saat kita berpikir.

b. Intelegensi atau kecerdasan

Intelektual seseorang akan tampak setiap kali ia beradaptasi dengan lingkungan tempat mereka berada, terutama pada saat kita melaksanakan interaksi sosial dengan orang lain melalui secara verbal. Intelegensi dan wawasan dengan kemampuan berbahasa yang kurang akan mempersulit seseorang untuk bisa berinteraksi dengan baik atas kelompok orang lain yang lebih intelek. Kesulitan tersebut bisa juga menjadi salah satu faktor utama yang mempengaruhi seseorang merasa tidak percaya diri untuk membaur didalam satu kelompok tertentu.

c. Keterampilan

Mungkin kita kerap menemui beberapa orang yang tidak bisa berkomunikasi dengan lancar dengan indikasi bicara yang tidak teratur , terlalu cepat, terbata-bata, mengulang -ulang suku kata tertentu dan sebagainya. Ketidak mampuan dalam hal berbicara dengan lancar dapat memunculkan rasa tidak percaya diri agar bisa berkomunikasi dengan orang lain. Kita bisa merasa malu ketika kegugupanya menjadi perhatian orang lain. Akhirnya, munculah rasa malu yang bisa meningkatkan rasa tidak percaya diri. Maka untuk melewati hal itu ,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

memerlukan latihan khusus dan pelayanan konseling untuk membantu seseorang dalam mengetahui masalah -masalah pribadinya dimasa lalu.

a. Kepribadian

Kepribadian seseorang yang gampang cemas dan penakut, tertanam mulai masa kecil membentuk asal mula tidak percaya diri yang sangat parah. Pemicu utama persoalan ini adalah pola pendidikan keluarga dimasa kecil yang terlalu melindungi dan keras atau sering ditakuti oleh orang sekitarnya. Persoalan ini akan bertambah parah jika seseorang terlalu mengikuti perasaan dan juga ditakutkan tanpa memikirkan unuk perlawanan. Dengan sendirinya, sifat gampang cemas dan takut menjadi menambah kuat dimasalah ini hanya akan diselesaikan dengan pelayanan konseling khusus yang dilakukan dengan latihan mental.

2. Faktor Eksternal.

a. Pendidikan.

Pendidikan berpengaruh pada kepercayaan diri seseorang. Anthony lebih lanjut menyatakan bahwa tingkat pendidikan yang rendah cenderung akan membuat individu merasa terintimidasi dari yang lebih pandai , sebaliknya individu yang pendidikannya lebih tinggi cenderung akan menjadi mandiri dan tidak perlu tergantung pada individu yanh lain. Individu tersebut akan bisa lebi mampu menghadapi persoalan yang ia hadapi dalan situasi tertentu.

b. Pekerjaan

Lauster (2002) mengemukakan bahwa bekerja dapat mengembangkan kemandirian dan kreaktifitas dan rasa percaya diri. kesimpulanuaya bahwa rasa

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

percaya diri dapat tumbuh dengan melaksanakan pekerjaan, selain materi yang didapat. Kepuasan dan rasa bangga di dapat sumpaya mampu dipertingkat dalam kemampuan diri.

c. Berasal datri keluarga yang ekonominya rendah ataupun pas-pas an

Salah satu faktor utama rasa tidak percaya diri biasanya dialami ketika kita harus berada di lingkungan yang sama dengan orang -orang yang tergolong ekonominya tinggi / menengah ke atas. Rasa tidak percaya diri yang dirasakan ini biasanya terkait interaksi dan pergaulan. Jika memang harus berada di lingkungan tersebut maka penyebabnya rasa tidak percaya diri akan tumbuh dan tidak mampu berinterkasi dan membaur dengan orang -orang yang ekonominya tinggi / menengah ke atas.

d. Pengalamanm hidup

Lauster menyatakan bahwa kepercayaan diri didapat dari pengalaman yang mengecewakan, paling sering terjadi faktor utama munculnya rasa rendah diri. Jika pada dasarnya seseorang mempunyai kurang kasih sayang, kurang perhatian dan rasa tidak aman.

e. Lingkungan

Disini lingkungan yaitu lingkungan keluarga dan masyarakat. Seperti halnya anggota keluarga yang saling berinteraksi dengan baik akan memuculkan rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi serta dukungan yang baik yang diterima dari lingkungan keluarga. Begitupun juga dengan lingkungan masyarakat jika semakin bisa memadahi norma dan diterima oleh masyarakat, maka semakin

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

lancar harga diri berkembang. Sedangkan dibentuknya kepercayaan diri juga faktor utama dari pengalaman pribadi yang dialami seseorang dalam pengalaman hidupnya. Memenuhi kebutuhan psikologis ialah pengalaman yang dialami seseorang selama perjalanan yang buruk pada masa anak-anak akan mempengaruhi seseorang kurang percaya diri.

4. Ciri-Ciri Orang Yang Memiliki Percaya Diri Yang Tinggi

Hakim (2002) bukunya yang berjudul "Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri" mengatakan orang-orang yang mempunyai rasa percaya diri yang tinggi memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

a. Kerap mempunyai sikap tenang dalam mengerjakan segala sesuatu.
b. Mempunyai kapasitas dalam kemampuan yang memadai.
c. Mampu menetralkan ketegangan yang muncul di berbagai keadaan.
d. Mampu beradaptasi dan berkomunikasi di berbagai keadaan.
e. Mempunyai kondisi mental dan fisik yang cukup membanttu penampilannya.
f. Mempunyai intelektual yang cukup.
g. Mempunyai dalam hal keahlian lain yang membantu kehidupannya.
h. Memiliki keahlian dalam bersosialisasi.
i. Memilki latar belakang pendidikan keluarga yang baik.
j. Memilki pengalaman hidup yang membuat mentalnya menjadi kuat dan tahan dalam menghadapi berbagai ujian hidup.
k. Selalu merespon dengan positif dalam menghadapi berbagai persoalan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5. Ciri-Ciri Orang Yang Tidak Memiliki Percaya Diri Yang Tinggi

Hakim (2002) bukunya yang berjudul " Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri " mengatakan bahwa orang-orang yang tidak rasa percaya diri yang tinggi memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

a. Akan mudah cemas dalam menghadapi persoalan dengan tingkat kesulitan tertentu.
b. mempunyai kelemahan dalam secara mental , fisik, sosial, atau ekonomi.
c. Sulit mengurangi timbulnya ketegangan dalam suatu kondisi.
d. Mempunyai rasa tegang dan gugup.
e. mempunyai riwayat pendidikan keluarga yang kurang baik.
f. Kurangnya memiliki kelebihan dalam bidang tertentu dan tidak tahu bagaimana cara mengembangkan diri untuk memiliki kelebihan tertentu.
g. Sering menutup diri dari kelompok yang menurutnya lebih darinya.
h. Mudah menyerah.
i. Bergantung dengan orang lain dalam menyelesaikan persoalan.
j. Pernah mempunyai trauma.

Sering merespon negatif dalam mengatasi persoalan , misalnya dengan menghindari tanggung jawab atau mengisolasi diri , yang mempengaruhi rasa tidak percaya diri akan semakin buruk.

6. Proses Pembentukan Rasa Pecaya Diri

Proses pembentukan rasa percaya diri Menurut Hendra (2009) sebagian berikut:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. *Self Control* (Pengendalian Diri)

Self Control dalam diri memberi penguat serta menggerakan percaya diri. Fungsinya *self control* mengatur kekuatan dorrongan serta keinginan dalam dirri yang menjadi inti tingkat keyakinan, kesanggupan, keyakinan pada perasaan dan emosi dalam diri seseorang.

b. Cita Fisik

Kondisi fisik seseorang sangat berpengaruh untuk *self control* individu, jika penerimaan diri pada keadaan fisik memuaskan tentu akan bisa membentuk kepercayaan diri serta memberikan suasana hati yang menyenangkan.

c. Citra Sosial

Unsur yang dapat berpengaruh dalam kepercayaan diri individu ialah salah satunya penilaian serta penerimaan sosial terhadap diri individu. Penilaian serta penerimaan individu yang cerdas, hebat dan supel dapat meningkattkan percaya diri serta sebaliknya jika penerimaan lingkungan buruk akan memunculkan rasa tidak percaya diri yang rendah.

d. Citra Diri

Meningkatkan citra diri perlu meningkatkan upaya pribadi, nilai peran dalam keluarga maupun pergaulan, jika kemampuan serta nila peran baik maka dapat meningkatkan rasa percaya diri.

e. Suasana Hati yang sedang dihayati

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Suasana hati yang gembirra serta senang adalah sumber energi yang mempengaruhi pembentukan suasan yang positif serrta berdampak meningkatkan *self control* sehingga pematangan konsep percaya diri semakin mantap, sebaliknya jika perasaan sedih, marah akan berdampak pada suasana hai yang negatif sehingga dapat mempengaruhi *self conttrol* yang membuat orang idak pecaya diri.

B. *Body Image* (Citra Tubuh)

1. Definisi *Body Image*

Thompson (2000) mengatakan bahwa *body image* ialah evaluasi terhadap ukuran badan, berat badan ataupun aspek fisik lainnya yang mengarah pada penampilan fisik seseorang.

Cash and Pruzinky (2002) mengatakan *body image* merupakan sikap yang dimiliki individu terhadap badanya yang diperole berupa penilaian positif dan negatif. *Body image* dapat bersifat positif atau negatif bergantung pada bagaimana individu tersebut menyikapinya.

Maka kesimpulan definisi dari *Body Image* menurut teori diatas gabungan persepsi antara subjektif dengan penilaian seseorang tentang tubuhnya sendiri dan kepuasan tentang citra tubuh yang dimiliki oleh seseorang tersebut atau sikap penilaian sesorang yang berupa postif maupun negatif. Karena *body image* sendiri dapat bersifat positif ataupu negatif tergantung bagaimana perindividu tersebut menyikapinya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Aspek – Aspek Body Image

Cash dan Pruzinsky (2002) mengatakan bahwa diperoleh 5 aspek dari body image, sebagai berikut yaitu :

a. Evaluassi peampilan (appearance evaluation)

Penilaian terhadap fisik badan, kenyamanan atas penampilan secara keseluruhan, perasaan menarik atau tidak menarik .

b. Orientasi pemanmpilan *(appearance oriention)*

Menilai perhatian individu atas penampilannya serta upaya individu untuk memperbaikinya.

c. Kepuasan terhadap bagian tubuh *(body area satisfavtioon)*

Puas atau tidak puasanya individu atas bagian fisik tertentu semacam wajah, tangan, , paha, pinggang, pinggul, perut, tampilan otot, berat badan , ataupun tinggi badan, dan penampilan secara keseluruhan.

d. Kecemasan menjadi gemuk *(overweight preoccupation)*

Memaparkan kecemasan individu atas kewaspadaan terhadap berat badan, seperti halnya kegemukan, serta kecenderungan untuk melakukan diet , dan menentukan pola makan.

e. Pengkategorian ukuran tubuh *(self classified weight)*

Bagaimana individu mempersepsikan memandang, , dan menilai berat badannya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3. Faktor – faktor yang berpengaruh dalam *Body Image*

Cash dan Pruzinsky (2002) mengatakan bahwa diperoleh faktor-faktor pembentuk body image pada diri individu, sebagaian berikut yaitu:

a. Sosial media, isi tayangan sosial media sangat berpengaruhi pada body image remaja, sebab media sering memaparkan standar tubuh ideal.
b. Keluarga, orang tua adalah panutan yang paling penting dalam proses sosialisasi, sehingga mempengaruhi body image anak melewati intruksi, permodelan, dan umpan balik.
c. Hubungan interpersonal, hubungan interpersonal menyebabkan individu cenderung membandingkan diri sendiri dengan orang lain, feedback yang diterima individu akan berpengaruh dikonsep diri termasuk perasaan diri atas penampilan fisik.
d. Karakteristik Fisik serta Perubahan fisik, dalam hal tersebut paada setiap fase tumbuh kembang manusia berpengaruh pada pembentukan citrra tubuh. Perubahan tersebut drastis pada remaja menjadi salah satu fase yang diberikan perhatian secara mendalam. Kurang menghargai serta keinginan untuk merasa perfect dalam setiap aspek kehidupanya dapat membawa rasa tidak puas sehingga membentuk citra tubuh yang negatif.

4. Body Image Positif

Beberapa individu peka terhadap segala perubahan tubuh yang terjadi pada dirinya. Perubahan tubuh yang dialami mempengaruhi emosinya, ketika individu mempunyai gambran mental yang benar mengenai tubuhnya, serta perasaan dan hubungan dengan tubuh sendiri secara positif, percaya diri dan peduli terhadap

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tubuh sehingga individu memiliki body image yang positif. Menurut Andi (2009) memiliki citra tubuh yang positif adalah individu suda merasa puas serta bisa menerima apa adanya dengan penampilanya saat ini serta menghargai dan mensyukuri segala yang diberikan oleh tuhan terhadap tubuhnya. Jika sudah bisa menerima dengan tubuhnya yang dimiliki sekarang tentu individu tersebut bisa menerima segala kekurang dari tubuhnya pula.

Body image yang merupakan citra diri menetukan kepercayaan diri seseorang, karena memilikin pengaruh terhadap cara individu memandang dirinya serta kemudian menilai dirinya yang positif ataupun negatif. Apabila seseorang tersebut menilai dirinya positif maka bisa memunvulkan rasa percaya diri. Jadi kesimpulan dar pemparan diatas bahwasanya dapat disimpulkan yang memiliki *body image* yang positif secara keseluruhn memiliki perilaku yang puas, penerimaan diri, meghargai, merasa nyaman dan percaya diri atas tubuh yang dimilikinya.

5. *Body Image* Negatif

Ketidak puasan *body image* dapat dilihat dari bagaimana cara individu menilai tubuhnya. Apabila individu menilai penampilan fisiknya tidak sesuai dengan standart prribadinya makan ia akan menilai rendah tubuhnya. Ketidak puasan adalah ketidak sukaan individu terhadap bentuk tubuhnya atau bagian-bagian tubuh tertentu. Besarnya kesenjangan antara *body image* yang ideal dengan *body image* yang nyata mempengaruhi ketidak puasaan terhadap tubuh, sehingga menyebabkan individu mempunyai keinginan untuk mengupayakan segala cara untuk memperbaiki penampilanya ataupun tubuhnya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Nur (2013) menyatakan bahwa gambaran seseorang mengenai tubuhnya lebih bersifat subyektif, apabila individu menganggap kondisi fisiknya tidak sesuai konsep idealnya. Maka individu akan merasa memiliki kekurangan secara fisik meskipun dalam persepsi orang lain sudah dianggap menarik. Keadaan yang seperti itu dapat membuat seseorang tidak dapat menerima apa adanya terhadap kondisi fisiknya sehingga *body image*nya negatif.

Kekurangan yang individu rasakan dari semua yang mengenai tubuhnya ialah cerminan ketidak percayaan diri. Perasaan yang tidak puas akan tubuhnya mempengaruhi individu memiliki pikiran serta perasaan yang negatif dalam menilai tubuhnya. Annastasia (2006) menyatakan bahwa persepsi terhadap tubuh sering kali menyimpang yang disebabkan karena kurang percaya diri kemudian rasa tidak puas dengan keadaan fisiknya serrta mempunyai persepsi salah terhadap ttubuhnya.

Ahli *body image* menyatakan bahwa kettidakpuasan terhadap tubuh terutama apabila diikuti dengan adanya perasaan benci terhadap tubuh ialah suatu ekspresi dari harga diri yang rendah. Beberapa penelitian menemukan bahwa terdapat masalah ketidak puasan terhadap *body image* yang dapat menimbulkan problem yang serius. Menurut Akhmad (2013) seseorang yang merasa tidak puas dengan bentuk tubuh mereka akan beresiko lebih tinggi untuk melakukan diet serius atapun memperbaiki penampilan tubuhnya yang lain serta mengalami gangguan makan dibandingkan individu yang sudah puas dengan tubuhnya.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwasanya jika terjadi kesenjangan antara gambaran tubuh yang nyata dengan gambaran tubuh ideal

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang dipegang oleh seseorang tersebut akan mempengaruhi penilaian negatif terhadap tubuhnya sehingga *body image* nya menajdi negatif. Sehingga penilaian tersebut membuat individu tidak bisa menerima kondisi tubuhya yang apadanya , merasa tidak nyaman serta tidak percaya diri.

C. *Body Shaming*

1. Definisi *Body Shaming*

Menurut Honigam dan Castle (2004), *body shame* ialah gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, serta bagaimana seseorang mempersepsikan dan memberikan penilaian atas yang dipikirkan dari penilaian orang lain terhadapa dirinya.

Menurut Damanik (2018) *body shame* ialah penilaian individu terhadap tubuhnya yang menampakan perasaan bahwa tubuhnya memalukan yang disebabkan penilaian individu tersebut dengan membandingkan bentuk tubuh dengan orang lain.

Widiasti (2016) mengemukakan bahwa *body shaming* yaitu penghinaan bentuk fisik orang lain yang tidak sesuai dengan standart ideal. Misalnya kita sering melakukan atau mendengarkan ejekan terhadap orang gemuk disamakan dengan hewan seperti gajah, jika kurus disamakan dengan tiang. Meski dengan nasa becanda tetap dinamakan *body shaming*

Dapat disimpulkan dari definisi diatas *body shaming* diatas menurut teoritis *body shaming* yaitu yaitu ejekan untuk orang yang memiliki penampilan fisik atau tubuh yang dinilai cukup berbeda dari masyarakat pada umunya serta

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

membandingkan bentuk tubuh atau penampilan fisiknya dengan orang lain. Contoh *body shaming* sendiri yaitu seperti mengejek gendut, hitam, pesek, kurus, jerawatan, dll. *Body shaming* atau mengomentari fisik orang lain yang dinilai berbeda dari masyarakat pada umunya sudah sering dilakukan pada era jaman modern ini, meskipun tidak secara kontak fisik tetapi melalui secara verbal atau melalui kata-kata.

2. Dampak *Body Shaming*

Standar kecantikan tradisional dan fenomena *body shaming* berpotensi membuat seseorang melakukan *self-objectification*. *Self-objectification* adalah keadaan dimana seseorang memandang dirinya sebagai sebuah objek atau menilai diri sendiri berdasarkan penampilan. Kecenderungan untuk melakukan *self-objectification* ini dapat menimbulkan perasaan malu atas diri sendiri *(shame)* atau kecemasan *(anxiety)* terhadap bentuk atau ukuran tubuh. Orang-orang yang tidak dapat menerima perlakuan *body shaming* akan cenderung merasa ada yang salah dalam dirinya. Atau merasa tidak kompeten untuk melakukan sesuatu karena rendahnya kepercayaan terhadap diri sendiri. Pada perempuan, dampak *body shaming* bisa sangat terlihat. Perempuan yang cenderung memperhatikan penampilan fisiknya, seringkali bukan karena keinginan dari dalam diri, melainkan untuk menghindari komentar negatif yang kemungkinan akan ditujukan pada dirinya (McKinley & Hyde, 1996)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

D. Hubungan Antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Pada Korban *Body Shaming*

Adanya *body image* memungkinkah seseorang untuk membandingkan kondisi dirinya dengan orang lain serta memunculkan rasa malu dan persepsi yang buruk terhadap tubuhnya. Pengaruhnya persepsi tubuhnya semakin buruk, individu semakin tidak percaya diri baik itu pada penampilan di depan umum ataupun kemampuan terhadap dirinya sendiri. Seperti halnya yang dinyatakan oleh Anggoro (2016) bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri. Hal ini berarti bahwa semakin positif *body image* individu, maka akan semakin tinggi tingkat kepercayaan dirinya.

Penelitian yang dikemukakan oleh Centi (1997) adalah sesorang yang merasa puas serta menerima apa adanya terhadap kondisi tubuhnya akan mempunyai kepercayaan diri yang tinggi dibandingkan dengan individu yang tidak merasa puas serta belom bisa menrima kondisi tubuhnya akan memunculkan rasa tidak percaya diri pada individu tersebut. Maka kesimpulanya adalah kuncinya bagaimana kita bisa menerima apa adanya dulu kondisi tubuh kita serta penampilan fisik yang kita punya maka dari situ secara otomatis muncul rasa percaya diri yang tinggi dengan sendirinya.

Surya (2009) juga mengatakan bahwa individu yang merasa puas terhadap tubuhnya dan menyadari bentuk tubuhnya ideal akan membentuk citra tubuh *(Body Image)* yang positif sehingga secara tidak langsung akan membentuk kepercayaan diri individu tersebut. Berbeda halnya dengan individu yang tidak merasa puas akan tubuhnya dan selalu menganggap tubuhnya kurang maka akan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

membentuk citra tubuh yang negatif sehingga kepercayaan diri yang dimilikinya akan rendah. Maka dari itu peneliti menggunakan variabel x *body image* karena *body image* termasuk aspek dari salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri.

Body image sendiri merupakan gabungan antara persepsi individu dengan penilaian dari seseorang terhadap bentuk ataupun ukuran badan yang bisa bersifat positif maupun negatif (Thompson, 2000). *Body image* sendiri juga bisa memungkinkan seseorang untuk membandingkan dirinya dengan orang lain serta memunculkan rasa malu dan tidak percaya diri terhadap tubuh yang ia miliki. Sehingga saat ini, seringkali teman sebaya atau orrang lain menjadikan penampilan fisik sebagai bahan ejekan terhadap individu di sekitarnya ataupun kelompoknya. Karena *body image* juga berrkaitan dengan *body shaming* dalam arti yang berfokus pada dinamika psikologis perempuan yang merasakan *body shaming* tersebut serta laki-laki juga merasakan tindakan tersebut tetapi tidak sesering perempuan. Kisaran remaja akhir ke dewasa awal sering menunjukan bahwa mereka yang merasakan perlakuan *body shaming* serta akan memperhatikan tubuh dan menjadikan sebagai objek (Damanik, 2018).

Menurut (Chaplin, 2005) dijelaskan bahwa citra tubuh atau biasa disebut *body image* adalah suatu ide seseorang mengenai penampilannya dihadapan orang lain. Citra tubuh ini tentu sangat dipengaruhi oleh tingkat kepercayaan diri masing-masing orang. Dari istilah *body image* tersebut, kemudian muncul juga istilah *"body shaming"*. Pada setiap orang, citra diri dapat terpengaruhi oleh hal-hal yang ada di lingkungan sekitar. Bisa dari teman, keluarga, paparan media, atau 8 bahkan dari diri sendiri. Terkadang baik teman atau keluarga pernah mengatakan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

hal yang buruk mengenai bentuk fisik seseorang, dan hal itu bisa berujung pada kurangnya rasa percaya diri, menjadi pribadi yang tertutup, lebih sensitif, atau menjadi pribadi yang introvert. Maka dari itu peneliti mengkaitkan body image dengan kepercayaan karena memang kedua variabel tersebut berkaitan.

E. Kerangka Teori

Pada umumnya individu yang bisa puas dan menerima apa adanya kondisi tubuhnya yang menurut individu tersebut sudah proposional secara tidak langsung pasti akan memiiki kepercayaan diri yang sangat tinggi. Karena individu tersebut sudah meraasa atau menganggap bentuk fisiknya ideal akan juga mempengaruhi bentuk citra tubuh yang positif dan baik sehinggan individu tersebut akan lebih percaya diri dengan apa yang ia miliki. Beda lagi dengan seseorang yang tidak bisa menganggap dirinya atau berpikir positif kepadanya diri bahwasanya citra tubuh mereka bisa lebaih positif dari penilaian orang-orang yang menilai sesorang itu sebaliknya. Didukung dari hasi penelitian (Anggoro , 2016) bahwa semakin positif body image seseorang, maka akan semakin tinggi tingkat kepercayaan dirinya itupun sebaliknya jika rendah *body image* seseorang akan semakin rendah pula kepercayaan seseorang tersebut.

Seperti halnya faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri menurut Hurlock (2001) salah satunya Penampilan Fisik yakni individu yang memiliki daya tarik merasakan sikap sosial yang menguntungkan dengan hal-hal ini akan mempengaruhi konsep diri sehingga akan lebih percaya. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, salah satunya adalah penampilan fisik. Penampilan fisik sangat erat hubungannya dengan gambaran dan persepsi individu terhadap bentuk tubuhnya. Gambaran dan persepsi inilah yang disebut *body*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

image. Bahwa *body image* adalah gambaran mengenai tubuh yang terbentuk dalam pikiran seseorang, atau dengan kata lain gambaran tubuh menurut dirinya sendiri.

Adapun penampilan fisik yang menarik ataupun sesuai dengan yang diharapkan perindividu akan bisa membantu terbentuknya *body image* yang positif. Sejalan dengan pendapat yang disebutkan Surya (2009) juga mengatakan bahwa individu yang merasa puas terhadap tubuhnya dan menyadari bentuk tubuhnya ideal akan membentuk citra tubuh *(body image)* yang positif sehingga secara tidak langsung akan membentuk kepercayaan diri individu tersebut. Berbeda halnya dengan individu yang tidak merasa puas akan tubuhnya dan selalu menganggap tubuhnya kurang maka akan membentuk citra tubuh yang negatif sehingga kepercayaan diri yang dimilikinya akan rendah.

Seperti halnya menurut Centi (1997) ialah umunya seseorang yang puas dan menerima apa adanya terhadap kondisi dan penampilan tubuhnya akan mempunyai kepercayaan diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan seseorang yang tidak bisa menerima dan tidak puas atas kondisi dan penampilan tubuhnya. Maka kesimpulanya yaitu kuncinya bagaimana kita bisa menerima apa adanya dulu kondisi dan penampilan fisik yang kita punya maka dari situ secara otomatis akan terbentuknya *body image* yang positif serta rasa kepercayaan diri kita akan timbul dengan sendirinya.

Kerangka teoritis mengenai hubungan *Body Image* dengan *Kepercayaan Diri* pada Korban *Body Shaming*. Sebagai berikut:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Gambar 2.1

F. Hipotesis

Berlandaskan persoalan dari landasan teori yang didapat, bahwa peneliti mengemukakan hipotesa dalam penelitiaan ini, yaitu : "Ada hubungan yang positif antara *Body Image* dengan kepercayaan diri pada korban *body shaming".* artinya akan bertambah positif penilaian *body image* dari individidu tersebut maka kepercayaan diri akan semakin tinggi jika memang perindividu tersebut negatif terhadap sikap menilai citra tubuhnya tersebut. Sebaliknya, bahwa semakin menurun kepercayaan diri pada individu tersebut.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB III

METODE PENELIIAN

A. Rancangan Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yaitu suatu prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata, serta angka-angka , dari orang-orang atau perilaku yang dapat diamati, dengan metode penelitian korelasional . Koresional adalah melihat bahwa adakah hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut yakni variabel "*Body Image* serta Kepercayaan Diri". Maka dari itu penelitian ini melihat apakah ada "hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada korban *body shaming*". Pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang di olah dengan metode statistika melalui SPSS (Azwar, 2015).

Rancangan dalam penelitian ini yaitu dengan mencari data terkait fenomena, data-data serta variabel-variabel yang diporelah darri lapangan. Sesudah data yang dicari didapat peneliti menyusun proposal penelitian yang terdapat instrumen disettiap varriabel tersebut. Setelah proposal disetujui oleh dosen pembimbing , maka peneliti akan melakukan pengambilan data dengan menggunakan istrumen tersebut yang berupa pernyataan yang telah disusun oleh peneliti sebelumnya. Sesudah data didapatkan peneliti akan melakukan skoring pada hasil data tersebut yang akan di input pada exel dan data tersebut akan dianalisa melalui SPSS 20.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Identifikasi Variabel

Dalam penelitian ini menggunakan dua variabel yang akan diteliti. Variabel bebas (*independent variable)* atau bisa disebut dengan variabel (X). Dan variabel terikat (*dependent variabel*) atau bisa disebut dengan variabel (Y).

a. Variabel (X) : *Body Image*
b. Variabel (Y) : Kepercayaan Diri

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. *Body Image*

Body Image adalah persepsi antara subjektif dengan penilaian seseorang terkait bentuk ukuran tubuh dan aspek tubuh lainya yang terdapat pada individu terrsebut dan kepuasan tentang *body image* yang dimiliki oleh seseorang tersebut. Adapun sikap penilaian sesorang yang berupa postif maupun negatif tergantung bagaimana perindividu tersebut menyikapinya.

2. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri ialah keyakinan diri pada seseorang atas kemampuanya atau potensi pada dalam dirinya dengan cara menerima dengan apa adanya baik kelebihan maupun kekurangan. Sehingga individu tersebut sadar akan kemampuanya serta individu tersebut tidak mengkhawatirkan tentang tindakan apa yang akan dilakukanya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi dari penelitian ini adalah korban dari perilaku *body shaming* yang diambil dari dua universitas negeri di surabaya yang mewakili untuk dijadikan sampel yakni mahasiswa dan mahasisiwi dari kedua universitas tersebut. Alasan peneliti menggunakan subjek dari beberapa mahasiswa di dua universitas negeri di surabaya ini karena didukung oleh hasil survey data dari peneliti yang secara garis besar bahwasanya di universitas tersebut ada fenomena *body shaming* yang dari bebarapa mahasiswa pernah mengalami tindakan *body shaming* tersebut.

Populasi dari penelitian ini yakni dari dua universitas negeri di surabaya yakni yang pertama Universitas Islam Negeri Sunan Ampel surabaya yang terdapat 17.493 mahasiswa dari 9 fakultas serta peneliti memperoleh perwakilan kuota subjek dari unversitas tersebut sebanyak 61 jumlah responden. Yang kedua yakni Universitas Negeri Surabaya yang terdapat mahasiswa 26.475 dari 7 fakultas serta peneliti memperoleh perwakilan kuota subjek dari universitas tersebut sebanyak 69 jumlah responden. Jika sesuai dengan kriteria dari populasi penelitian ini. Sampel adalah bagian dari populasi yang mewakili seluruh karakteristik dari penelitian. Peneliti mengetahui bagaimana subjek tersebut adalah korban *body shaming* dengan cara menyiapkan 2 pertanyaan yakni jawaban tersebut mengarah pada pernahnya di perlakukan terkait *body shaming*. Yakni 2 pertanyaan tersebut yang dicantumkan di lampiran pernyataan : 1. Apakah anda pernah mendapatkan ejekan pada bagian tubuh misalnya, (gendut, kurus, hitam, pesek, jerawatan, bau badan dll) ?

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Apakah anda pernah membandingkan diri anda dengan orang lain secara penampilan fisik ataupun tubuh?

Serta berikut kreteria subjek dalam penelitian ini adalah :

1. Perempuan dan Laki-Laki
2. Mahasiswa (umur 18-25)
3. Yang pernah mendapatkan tindakan *body shaming* (seperti halnya di katain 'eh kamu kok gemukan, eh kamu kok kurus sekali, dll)

2. Sampel

Sampel penelitian meliputi sejumlah (responden) yang lebih besar dari persyaratan minimal 30 banyaknya responden . Menurut (Supranto, 2006), dimana semakin besar n sampel (makin besar nilai n = banyaknya elemen sampel) akan memberikan hasil yang akurat. (Supranto, 2006). jumlah dari sampel tidak selalu besar dan juga tidak selalu kecil , hal ini bergantung pada pada keterwakilan karakter dari sampel . Sampel dari penelitian ini adalah 130 mahasiswa-mahasiswa yang mewakili dari beberapa fakultas dan jurusan dari dua universitas negeri di surabaya yang pernah diperlalukan terkait *body shaming*. Sampel tersebut adalah kuota dari penentuan peneliti sendiri karena peneliti tidak mengunnakan rumus. Sebab kuota sampel di pilih karena besar populasinya tidak bisa diketahui secara pasti.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling dari penelitian ini menggunakan *Sampling Kuota* yaitu teknik yang penentuan sampel dari populasi memiliki beberapa ciri-ciri untuk dijadikan sampel yang sesuai dengan tujuan penelitian ini sampai jumlah (kuota)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang dinginkan oleh peneliti sendiri sudah sesuai kuota yang ditentukan (Sugiyono, 2012). Dengan peneliti mencari di dua wilayah universitas negeri di surabaya yanag akan mewakili menjadi subjek jika sesuai dengan kriteria itu yang akan diambil menjadi sampel. Alasan peneliti menggunakan teknik sampling ini karena pengambilan sampel memiliki kriteria khusus dari populasi penelitian ini yang akan dijadikan subjek serta peneliti membatasi kuota sampel yang akan diambil untuk dijadikan subjek karena tidak semua populasi di dua universitas tersebut memenuhi ciri-ciri dan mengalami kondisi sesuai kriteria yang dicari.

E. Instrumen Penelitian

Instrumen untuk mengumpulkan data penelitian ini kepada subjek penelitian yaitu menggunakan skala *body image* dan kepercaaan diri. Dua skala tersebut telah mengadaptasi dari penelitian sebelumnya yaitu penelitian dari Anggoro (2016) yang mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakakn oleh Lauster (2002) dan Cash dan Pruzinsky (2002). Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data yaitu semacam daftar pernyataan. *Quesioner* merupakan teknik pengumpulan dengan cara memberikan pernyataan-pernyataan secara tertulis yang diberikan kepada subjek. (Sugiono 2012).

Pada metode kuisioner contohnya semua pernyataan dalam penelitian ini harus diisi oleh subjek penelitian berlandaskan jawaban tersebut kemudian akan disimpulkan tentang keadaan subjek penelitian yang sebenarnya. Mengisinya dengan cara (√) yang sudah disiapkan oleh peneliti. Variabel dalam penelitian ini diukur dengan kuisioner yang menggunakan penskalaan respon, dalam hal ini

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

peneliti menggunakan model skala likert, dengan skala likert akan didapatkan gambaran kasar posisi subyek pada perilaku yang diukur.

Berikut ini penjelasan mengenai prosedur pengambangan instrumen pengumpulan data yakni sebagai beriku :

1. Variabel Bebas (X)

a. Definisi Opeasional

Body Image adalah gabungan persepsi antara subjektif dengan penilaian seseorang tentang tubuhnya sendiri dan kepuasan tentang citra tubuh yang dimilik oleh seseorang tersebut atau sikap penilaian sesorang yang berupa postif maupun negatif. Karena bosy image sendiri dapat bersifat positif ataupu negatif tergantung bagaimana perindividu tersebut menyikapinya.

b. Alat Ukur

Pada kuesioner *Body Image* ini terdapat 5 aspek yang akan disusun sebagai instrumen penelitian. Aspek tersebut yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian ttubuh, kecemasan fisik sosial, pengkategorian ukuran tubuh. Dalam instrumen ini terdapat 31 item yang terdiri dari 13 favorable dan 18 unfavorable. Instrumen ini menggunakan skala likert pada setiap pernyataannya mempunyai empat pilihan jawaban yaitu : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS), dengan begitu subyek penelitian harus memilih salah satu alternatif jawaban yang tersedia dan masing-masing pilihan mempunyai skor tertentu yang ditetapkan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dalam penelitian tidak memiliki jawaban pilihan (N) netral karena untuk mengahindari adanya jawaban yang menibulkan subjek cenderung menjawab dengan ragu-ragu yang dapat mempengaruhi hasil penelitian.

Penilaian untuk aitem favorable dan unfavorable :

Table 3.1

Skoring Alternatif Jawaban Favorable dan Unfavorable Skala *Body Image*

FAVORABLE		UNFAVORABLE	
Sangat Setuju	4	Sangat Setuju	1
Setuju	3	Setuju	2
Tidak Setuju	2	Tidak Setuju	3
Sangat Tidak Setuju	1	Sangat Tidak Setuju	4

Berikut Blue prin Skala *Body Image:*

Tabel 3.2
Instrumen Penelitian Body Image

Aspek	Indikator	No item Favourable	No. Item Unfavorable	Jumlah Total
Evaluasi Penampilan	Evaluasi terhadap diri sendiri	1, 2	3	3
	Evaluasi terhadap penampilan orang lain	4	5, 6	3
Orientasi Penampilan	Berusaha untuk memperbaiki penampilan	_	7	1
	Perhatian individu		8	1

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	untuk berusaha menjaga penampilan			
Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh	Puas terhadap penampilan secara keseluruhan	9	10, 11, 12, 13	5
Kecemasan Fisik Sosial	Cemas terhadap kegemukan	14, 15, 16	17, 18, 19	6
	Membatasi pola makan	20	_	1
Pengkategorian Ukuran Tubuh	Penilain terhadap berat badan	21, 22, 23, 24	25, 26, 27, 28	8
	Penilaian terhadap tinggi badan	29	30, 31	3
		13	18	31

c. Validitas dan Reliabilitas

Validitas adalah ketepatan serta kecermatan hasil dari pengukuran. Konsep validitas terpacu pada kebermaknaan, manfaat serta kelayakan tertentu yang dapat dibuat berrdasarkan skor tes yang berkaitan (Azwar, 2015). Aitem dapat dikatakan valid jika hasil korelasi jumlah skor lebih tinggi dari pada r *product moment.* Subjek dalam penelitian ini yakni sebanyak 130 mahasiswa serta mahasiswi dari dua universitas negeri di surabaya dan menggunakan signifikansi sebesar 5% sehingga nilai r sebesar 0.320 (Muhid, 2019). Berikut tabel mengenai aitem valid dan tidak validnya skala *Body Image :*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 3.3

Hasil Uji Validitas Skala *Body Image*

No Aitem	R Hitung	Keterangan
1	0.588	Valid
2	0.578	Valid
3	0.588	Valid
4	0.420	Valid
5	0.351	Valid
6	0.049	Tidak Valid
7	0.064	Tidak Valid
8	0.235	Tidak Valid
9	0.667	Valid
10	0.418	Valid
11	0.415	Valid
12	0.402	Valid
13	0.553	Valid
14	0.470	Valid
15	0.610	Valid
16	0.559	Valid
17	0.550	Valid
18	0.507	Valid
19	0.591	Valid
20	0.228	Tidak Valid
21	0.312	Tidak Valid
22	0.492	Valid
23	0.557	Valid
24	0.434	Valid
25	-0.008	Tidak Valid
26	0.566	Valid
27	0.421	Valid
28	0.674	Valid
29	0.360	Valid
30	0.232	Tidak Valid
31	0.312	Tidak Valid

Berdasarkan pada tabel 3.3 diatas maka diperoleh hanya 23 aitem yang valid sedangkan untuk aitem yang tidak valid terdapat 8 aitem yaitu 6,7,8,20,21 serta 25 dan 30,31. Maka banyaknya aitem yang valid pada penelitian ini bisa dikatakan valid ataupun layak untuk digunakan sebagai intrumen penelitian.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Berikut adalah hasil *blue print* darri kuesioner *Body Image* setelah melakukan uji validitas :

Tabel 3.4

***Blue Print* Skala *Body Image* Setelah Uji Validitas**

Aspek	Indikator	No item F	No. Item UF	Jumlah Total
Evaluasi Penampilan	Evaluasi terhadap diri sendiri	1, 2	3	3
	Evaluasi terhadap penampilan orang lain	4	5	2
Orientasi Penampilan	Berusaha untuk memperbaiki penampilan			0
	Perhatian individu			0
	untuk berusaha menjaga penampilan			
Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh	Puas terhadap penampilan secara keseluruhan	9	10, 11, 12, 13	5
Kecemasan Fisik Sosial	Cemas terhadap kegemukan	14, 15, 16	17, 18, 19	6
	Membatasi pola makan			0
Pengkategorian Ukuran Tubuh	Penilain terhadap berat badan	22, 23, 24	25, 26, 27, 28	7
	Penilaian terhadap tinggi badan	29		1
Jumlah		11	13	23

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Reliabilitas merupakan konsisten dalam hal pengukuran dan sejauh mana hasil pengukuran yang dapat dipercaya. Reliabilitas juga di istilahkan sebagai ketetapan, kestabilan serta kepercayaan. Reliabilitas adalah pengukuran yang memiliki hasil reliabel jika menghasilkan data yang mempunyai tingkat reliabilitas yang tinggi. Sehingga bisa disebut pengukuran yang reliabel (Azwar, 2015). Diperoleh kategorisasi dalam nilai reliabilitas aitem sebagai berikut :

Tabel 3.5

Kategorisasi Nilai Reliabilitas Skala Body Image

Nilai Reliabilitas	Tingkat Reliabilitas
-1.00 – 0.20	Sangat Rendah
0.21 – 0.41	Rendah
0.51 – 060	Sedang
0.61 – 0.80	Tinggi
0.81 – 1.00	Sangat Tinggi

Berikut hasil uji reliabilitas skala Body Image :

Tabel 3.6

Hasil Uji Reliabilitas Skala *Body Image*

Koefesien Croanbach's Alpha	Jumlah Aitem
0.887	23

Berdasarkan pada tabel 3.6 diatas maka disimpulkan bahwa kuesioner dari skala *body image* adalah reliabel serta mempunyai nilai koefesien yang tinggi yakni sebesar 0.887. Maka dapat disimpulkan berdasarkan kategorisasi pada tabel 3.5 kuesioner *body image* dinyatakan mempunyai tingkat reliabilitas yang sangat tinggi.

2. Variabel Terikat (Y)

a. Definisi Operasional

Kepercayaan diri itu ialah keyakinan diri pada seseorang yang ia tahu bahwa kemampuanya atau potensinya sebarapa. Dengan adanya seseorang itu tau

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kemampuanya seberapa ia bisa menggalih kemampuan atau potensi itu lebih baik lagi dan jika ia tahu kekurangnya ia bisa menerima apa adanya dirinya sendiri.

b. Alat Ukur

Pada kuesioner Kepercayaan Diri terdapat 5 aspek yang akan disusun sebagai instrumen penelitian. Aspek tersebut yaitu keyakinan akan kemampuan diri, optimis, obyektif, bertanggung jawab serta rasional dan realistis. Dalam instrumen terdapat 40 aitem yang terdiri dari 20 favorable dan 20 anfavorable. Instrumen ini menggunakan skala likert pada setiapnya pernyataan mempunyai empat pilihan jawaban yaitu : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS), dengan begitu subjek penelitian harus memilih salah satu alternatif jawaban yang tersedia dan maasing-masing pilihan mempunyai skor tertentu yang ditetapkan berikut skor tersebut :

Table 3.7

Skoring Alternatif Jawaban Favorable dan Unfavorable Skala Kepercayaan Diri

FAVORABLE		UNFAVORABLE	
Sangat Setuju	4	Sangat Setuju	1
Setuju	3	Setuju	2
Tidak Setuju	2	Tidak Setuju	3
Sangat Tidak Setuju	1	Sangat Tidak Setuju	4

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Berikut blue print Skala Kepercayaan diri :

Tabel 3.8
***Blu print* Skala Kepercayaan Diri**

Aspek	Indikator	No item F	No. Item UF	Jml	Pres
Keyakinan akan kemampuan diri	Yakin mampu dalam mengevaluasi dan menyelesaikan suatu masalah	1, 2, 3	4, 5, 6	6	10%
Optimis	Memiliki keyakinan mampu mengerjakan setiap pekerjaan yang sulit	7, 8, 9	10, 11, 12	6	10%
	Memiliki keyakinan akan sukses	13, 14	15, 16	4	
	Tidak mudah putus asa	17	18, 19, 20	4	
Obyektif	Mau menerima pendapat dari orang lain	21, 22	23, 24	4	10%
Bertanggung Jawab	Berusaha melakukan pekerjaan walaupun sulit	25, 26, 27	28, 29, 30	6	10%
	Berani mengambil resiko	31	32	2	
	Mampu menghadapi dan menyelesaikan permasalahan hidup	33, 34	35, 36	4	

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Rasional dan Realisttis	Memandang kegagalan sebagai suatu pelajaran	37, 38, 39	40	4	10%
Total		20	20	40	100 %

c. Validitas dan Reliabilitas

Validitas adalah ketepatan serta kecermatan hasil dari pengukuran. Konsep validitas terpacu pada kebermaknaan, manfaat serta kelayakan tertentu yang dapat dibuat berdasarkan skor tes yang berkaitan (Azwar 2015). Aitem dapat dikatakan valid jika hasil hubungan jumlah skor lebih tinggi dari pada r *product moment.* Subjek dalam penelitian ini yakni sebanyak 130 mahasiswa dan mahasiswi dari dua universittas negeri di surabaya dan memakai signifikansi sebesar 5% sehingga nilai r sebesar 0,320 (Muhid, 2019). Berikut tabel mengenai aitem valid dan tidak validnya skala kepercayaan diri :

Tabel 3.9
Hasil Uji Validitas Skala Kepercayaan Diri

No. Aitem	R Hitung	Keterangan
1	0.144	Tidak Valid
2	0.030	Tidak Valid
3	0.430	Valid
4	0.144	Tidak Valid
5	0.342	Valid
6	0.591	Valid
7	0.482	Valid
8	0.479	Valid
9	0.444	Valid
10	0.538	Valid
11	0.541	Valid
12	0.413	Valid
13	0.453	Valid
14	0.440	Valid
15	0.523	Valid
16	0.492	Valid
17	0.549	Valid

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

18	0.484	Valid
19	0.507	Valid
20	0.530	Valid
21	0.388	Valid
22	0.312	Tidak Valid
23	0.391	Valid
24	0.022	Tidak Valid
25	0.498	Valid
26	0.375	Valid
27	0.526	Valid
28	0.443	Valid
29	0.268	Tidak Valid
30	0.276	Tidak Valid
31	0.365	Valid
32	0.464	Valid
33	0.523	Valid
34	0.427	Valid
35	0.618	Valid
36	0.412	Valid
37	0.268	Tidak Valid
38	0.412	Valid
39	0.394	Valid
40	0.332	Valid

Berdasarkan pada tabel 3.9 diatas maka dapatt disimpulkan bahwasanya ada 33 aitem yang valid serta terdapat aitem yang tidak valik yaitu ada 7 aitem yakni aitem 1,2,4,24,29 serta 30 dan 37. Maka banyaknya aitem yang sudah valid bisa dinyatakan kuisioner ini valid ataupun layak untuk digunakan sebagai intrumen penelitian. Berikut ialah *blue print* skala Kepercayaan Diri setelah melakukan uji validitas :

Tabel 3.10
Blue print Kepercayaan Diri Setelah Uji Validitas

Aspek	Indikator	No item F	No. Item UF	Jml
Keyakinan akan kemampuan diri	Yakin mampu dalam mengevaluasi dan menyelesaikan	3	5, 6	3

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	suatu masalah			
Optimis	Memiliki keyakinan mampu mengerjakan setiap pekerjaan yang sulit	7, 8, 9	10, 11, 12	6
	Memiliki keyakinan akan sukses	13, 14	15, 16	4
	Tidak mudah putus asa	17	18, 19, 20	4
Obyektif	Mau menerima pendapat dari orang lain	21, 22	23	3
Bertanggung Jawab	Berusaha melakukan pekerjaan walaupun sulit	25, 26, 27	28	4
	Berani mengambil resiko	31	32	2
	Mampu menghadapi dan menyelesaikan permasalahan hidup	33, 34	35, 36	4
Rasional dan Realisttis	Memandang kegagalan sebagai suatu pelajaran	38, 39	40	3
Total		17	16	33

Reliabilitas merupakan konsistensi dalam hal pengukuran serta sejauh mana hasil pengukuran tersebut dapat dipercaya. Reliabilitas juga memiliki beberapa istilah yaitu sebagai keterpercayaan, kestabilan, serta keterandalan. Dalam pengukuran reliabilitas memiliki pengukuran yang hasilnya reliabel jika

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi. Sehingga bisa dinyatakan pengukuran tersebut reliabel (Azwar, 2015). Ada beberapa kategorisasi dalam reliabilitas sebagai berikut :

Tabel 3.11
Kategorisasi Nilai Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri

Nilai Reliabilitas	Tingkat Reliabilitas
-1.00 – 0.20	Sangat Rendah
0.21 – 0.40	Rendah
0.41 – 0.60	Sedang
0.61 – 0.80	Tinggi
0.81 – 1.00	Sangat Tinggi

Berikut Hasil Uji Reliabilitas pada Skala Kepercayaan Diri :

Tabel 3.12
Hasil Uji Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri

Koefesien Croanbach's Alpha	Jumlah Aitem
0.879	**33**

Berdasarkan pada tabel diatas yakni tabel 3.12 maka diperoleh hasil uji reliabilitas dari skala kepercayaan diri bahwa kuesioner kepercayaan diri merupakan reliabel serta mempunyai nilai koefesien yang tinggi sebesar 0.879. berdasarkan kategorisasi di tabel 3.11 kuisioner skala kepercayaan diri mempunyai tingkat reliabilitas yang sangat tinggi

F. Analisis Data.

Analisis data pada penelitian ini menggunakan program statistika (SPSS 20.0 for windows) adalah teknik korelagi product moment person yang digunakan supaya mengetahui hubungan dari kedua variabel tersebut. Metode analasis ini digunakan supaya mengetahui hubungan antara body image dengan kepercayaan diri pada korban body shaming.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tahap-tahap dalam melakukan analaisi data yaitu melewati tahap uji prasyarat analisis, serta teknik analisis data untuk menguji hipotesis.

1. Uji Prasyarat

Setelah tujuan penelitian dan karakteristik data yang terkumpul , kemudian dalam penelitian ini melakukan analisi data menggunakan analisa statistik parametrik dengan kolerasi *"product moment person"* dengan uji prasyarat analisis, uji normalitas serta uji linear hubungan.

Sebelum data dianalisis akan dilakukan terlebihi yaitu uji prasyarat analaisa data yaitu:

a. Uji normalitas sebaran

Uji ini tujuanya supaya mengetahui kenormalan atau tidaknya distribusi dari sebaran data dengan bantuan software SPSS for windows seri 16.0. Uji normalitas sendiri mempunyai batasan signifikansi yaitu 0,50, jika P > 0,05 maka bisa disebut normal, serta sebaliknya apabila < dari 0,05 maka sebaran datanya tidak normal.

b. Uji linearitas hubungan

Uji linearitas ini akan dilakukan supaya menentukan tingkatan hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat serta terdapat hubungan linearitas atau tidaknya.. Uji linieritas dilakukan melalui program statistika (SPSS 20.0 for windows) . menguuji linieritas data dilakukan menggunakan "*compare means"*. Hubungan antara variabel bebas dan terikat dikatakan linear apabila taraf signifikansi kurang dari 0,05. Sebaliknya apabila taraf signifikan lebih dari 0,05 maka hubungan keduanya tidak linear.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Jika tahapan uji diatas tidak berhasil maka penelitti akan menggunakan uji non parametrik yaitu statistik bebas sebaran (tidak mensyaratkan bentuk sebaran parameter populasi, baik normal atau tidak). Selain itu, statistik non-parametrik biasanya menggunakan skala pengukuran sosial, yakni nominal dan ordinal yang umumnya tidak berdistribusi normal.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

Pada bab ini akan membahas terkait proses penelitian dari awal hingga akhir mulai dari perumusan penelitian hingga hasil penelitian yang didapat. Berikut tahap-tahap penyusunan dalam penelitian ini :

a. Menyusun fenomena terkait yang akan digunakan dalam penelitian ini

b. Mencari refrensi atau literasi untuk memastikan variabel-variabel yang memadai seperti fenomena dari penelitian ini

c. Mengkonsultasikan hasil tersebut yang sudah dirancang sebelumnya kepada dosen pembimbing terkait fenomena dan variabel penelitian

d. Kemudian menyusun untuk menbuat *concept note* penelitian, mencari kajian-kajian teori pervariabel serta mencari refrrensi penelitian-penelitian terdahulu yang mendukung penelitian ini

e.Selanjutnya mengkonsultasikan hasil *consept note* kepada dosen pembimbing

f. Mengumpulkan *consept note* pada bagian prodi

g. Merumuskan mengenai lokasi, populasi, serta jumlah sampel penelitian

h. Menyusun proposal penelitian serta mengkonsultasikan kepada dosen pembimbing

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

i. Melakukan ujian seminar proposal

j. Suvei ke lokasi 2 universitas negeri di surabaya serta meminta izin

k. Menangani surat izin penelitian

l. Melakukan pengambilan data

m. Menginput hasil data serta menganalisa data tersebut dan membuat laporan penelitian.

2. Deskripsi Hasil penelitian

a. Deskripsi Subjek Penelitian

Penelitian ini menggunakan subjek yakni remaja akhir yang mempunyai ciri-ciri umur mulai dari 18-25. Subjek dari penelitian ini berstatus sebagai mahasiswa maupun mahasiswi karena diumur kisaran segitu pada umunya berstatus sebagai mahasiswa ataupun mahasiswi. Subjek tersebut didapat melalui dua universitas negeri di surabaya yang mewakili beberapa universitas lainya di surabaya. Teknik sampling yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *kuota sampling.* Peneliti mengambil 130 sampel dari populasi yang terdapat di dua universitas negeri di surabaya tersebut.

1. Deskripsi Universitas Sebagai Subjek Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat 2 universitas negeri di surabaya yang mewakili dari beberapa universitas lainya yang ada di surabaya sebagai subjek penelitian ini. Berikut adalah daftar subjek berdasarkan 2 universitas tersebut :

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.1

Deskripsi Subjek berdasarkan Universitas

Nama Universitas	Jumlah	Presentase
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya	61	45 %
Universitas Negeri Surabaya	69	55 %
Total	130	100 %

Berdasarkan pada tabel diatas yakni tabel 4.1 maka diperoleh 61 mahasiswa maupun mahasiswi yang terdapat di universitas islam negeri sunan ampel surabaya serta mempunyai presentase sebesar 45 %. Terdapat 69 mahasiswa maupun mahasiswi dari universitas negeri surabaya yang memiliki presentase sebesar 55 %. Maka dapat disimpulah keseluruhan total subjek dari kedua universitas negeri di surabaya ini 130 mahasiswa maupun mahasiswi dengan presentase sebesar 100 %.

3. Deskripsi Jenis Kelamin Subjek Penelitian

Tabel 4.2

Deskripsi subjek berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
Laki-Laki	37	28,8 %
Perempuan	93	71,2 %
Total	130	100 %

Berdasarkan pada tabel 4.2 yakni diperoleh 37 mahasiswa serta mahasiswi yang berjenis kelamin laki-laki dan mempunyai presentase sebesar 28,8 %. Selanjutnya jika berjenis kelamin perempuan diperoleh sebanyak 93 mahasiswa serta mahasiswi yang mempunyai presentase sebesar 71,2 % dan total keseluruhan mahasiswa maupun mahasiswi di kedua universitas negeri disurabaya ini terdapat

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

130 subjek dengan presentase 100 %. Maka disimpulkan dari kedua universitas negeri disurabaya ini banyaknya wanita yang mengalami tindakan *body shaming* dibanding laki-laki.

Tabel 4.3

Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Presentase
18 Tahun	5	4,5 %
19 Tahun	12	9,1 %
20 Tahun	26	19,7 %
21 Tahun	44	33,3 %
22 Tahun	33	25 %
>23 Tahun	10	8,4 %
Total	130	100 %

Berdasarkan tabel diatas yakni tabel 4.3 bisa disimpulkan diperoleh 5 mahasiswa maupun mahasiswi yang memiliki usia 18 tahun dengan presentase 4,5 %, 19 tahun diperoleh 12 mahasiswa maupun mahasiswi dengan presentase 9,1 %. Jika 20 tahun diperoleh 26 mahasiswa maupun mahasisiwi dengan presentase 19,7. 21 tahun bertotal 44 mahasiswa maupun mahasiswi dengan presentase 33,3 %. Selanjutnya 22 tahun memiliki total 33 mahasiswa maupun mahasiswi dengan nilai presentase 25 %. jika untuk usia lebih dari 23 memiliki jumlah 10 dengan presentase 8,4 %. Maka kesimpulanya jumlah paling tinggi berdasarkan deskripsi usia yakni usia 21 tahun serta jumlah keselurahan adalah 130 mahasiswa maupun mahasiswi dengan presentase 100 %.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Deskripsi Data

Pada penjelasan deskripsi data akan menjelaskan gambaran nilai dari range , nilai minimal, nilai maximal, mean dan standart deviasi yang didapat dari jawaban yang telah diberikan pada subjek. berikut adalah deskripsi data tersebut :

Tabel 4.4 Deskripsi Data

No	Variabel	N	Range	Min	Max	Mean	Standar Devition
1	*Body Image*	130	66	55	121	79,20	11,83
2	Kepercayaan Diri	130	60	90	150	114,9	11,74

Berdasarkan pada tabel diatas yakni tabel 4.4 dapat disimpulkan bahwasanya memiliki jumlah responden 130 subjek mahasiswa maupun mahasiswi dari dua universitas negeri disurabaya. Skala *body image* sendiri memiliki range senilai 66, nilai minimalnya 55, jika nilai maximalnya 121, serta nilai mean sebesar 79, 20 dan nilai standar devition dari skala *body image* senilai 11, 830.

Jika untuk skala kepercayaan diri mempunyai nilai minimal sebesar 90, kemudian memiliki nilai maximal sebesar 150. Memiliki nilai mean sebesar 114, 92 serta nilai standar devition sebesar 11, 741 dan nilai range sejumlah 60.

Setelah digambarkan deskripsi data maka selanjutnya akan digambarkan mengenai *mean hipotetik*. Mean hipotetik merupakan analisa data yang mengelompokkan tingkat kecenderungan rata-rata tiap variabel dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1. *Mean* hipotetik < *Mean* Empirik, maka tingkat kecenderungan rata-rata tergolong tinggi

2. *Mean* hipotetik > *Mean* Empirik, maka tingkat kecenderungan rata-rata tergolong rendah

3. Rumus *mean* hipotetik = (Jumlah skor pilihan jawaban terendah x jumlah aitem + jumlah skor pilihan jawaban jawaban tertinggi x jumlah aitem) : 2

4. Rumus *std deviation* hipotetik = (Skor pilihan jawaban tertinggi skor pilhan jawaban terendah

Tabel 4.5 Perbandingan Data Empirik dan Hipotetik *Body Image*

Variabel	Empirik			SD	Hipotetik			SD
	Min	**Max**	**Mean**		**Min**	**Max**	**Mean**	
Body Image	55	121	79,20	11,83	23	92	69	

Berdasarkan data emprik dan data hipotetik pada variable *body image* di atas, maka diperoleh nilai *mean* empirik lebih besar dari *mean* hipotetik yakni 79,20 > 69, dengan demikian maka *body image* pada subjek penelitian lebih tinggi daripada populasi pada umumnya.

Tabel 4.6 Perbandingan Data Empirik dan Hipotetik Kepercayaan Diri

Variabel	**Empirik**			SD	Hipotetik			SD
	Min	**Max**	**Mean**		**Min**	**Max**	**Mean**	
Kepercayaan Diri	90	150	114,9	11,74	33	132	99	

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Berdasarkan data emprik dan data hipotetik pada variabel kepercayaan diri di atas, maka diperoleh nilai *mean* empirik lebih besar dari *mean* hipotetik yakni 114,9 > 99, dengan demikian maka kepercayaan diri pada subjek penelitian lebih tinggi daripada populasi pada umumnya.

B. Pengujian Hipotesis

Dalam penelitian ini menggunakan uji hipotesis dengan analisis *product moment* pada SPPSS. Tujuan dari hipotesis sendiri supaya mengetahui korelasi (hubungan) antara *body image* dengan keperrcayaan dirri pada korban body shaming di dua universitas negeri disurabaya. Sebelum melaksanakan uji hipotesis ada beberapa tahapan yang harus dilakukan yakni sebagi berikut :

1. Uji Prasyarat

Uji prasyarat ini terdiri du uji yakin uji normalitas serta uji linearitas Sebelum data dianalisis akan dilakukan terlebihi yaitu uji prasyarat analaisa data yaitu:

a. Uji normalitas sebaran

Uji ini tujuanya supaya mengetahui kenormalan atau tidaknya distribusi dari sebaran data dengan bantuan software SPSS for windows seri 16.0. Uji normalitas sendiri mempunyai batasan signifikansi yaitu 0,50, jika P > 0,05 maka bisa disebut normal, serta sebaliknya apabila < dari 0,05 maka sebaran datanya tidak normal.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.7

Hasil Uji Normalitas *One Sampel Kolmogrov Smirnon*

		Body Image	Kepercayaan Diri
N		130	130
Normal Parameter	Mean	79, 20	114, 92
	Standar Devation	11, 830	11, 741
Perbedaan paling Ekstrrem	Absolute	0, 076	0, 105
	Positive	0, 076	0, 105
	Negative	0, 041	0, 048
One Sampel Kolmogrov-Smirnov		0, 866	1, 195
Test Sig 2 Tailed		0, 441	0, 115

Berdasarkan pada tabel diatas bisa disimpulkan bahwasanya didapat nilai yang signifikan antara kedua variabel yakni variabel body image sebesar 0, 441 serta variabel kepercayaan diri memperoleh nilai sebesar 0, 115. Maka dapat disimpulkan kedua variabel memiliki kedistribusian data yang norrmal serta memenui uni normalitas karena mempunyai nilai yang lebih besar dari 0,05.

b. Uji linearitas hubungan

Uji linearitas ini akan dilakukan supaya menentukan tingkatan hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat serta terdapat hubungan linearitas atau tidaknya.. Uji linieritas dilakukan melalui program statistika (SPSS 20.0 for windows) . menguuji linieritas data dilakukan menggunakan "*compare means".* Hubungan antara variabel bebas dan terikat dikatakan linear apabila taraf signifikansi kurang dari 0,05. Sebaliknya apabila taraf signifikan lebih dari 0,05

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

maka hubungan keduanya tidak linear.

Tabel 4.8

Hasil Uji Linearitas *Anova*

Skala			**F**	**Sig**
Body Image Kepercayaan Diri	Antar Grup	Kombinasi	1.865	0,007
		Linearitas	49.021	0.000
		Penyimpangan dari linearitas	0.715	0.883
	Dalam Kelompok			

Tabel 4.9

Hasil Sumbangsih Variabel

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Body Image	0.548	0.300	0.294	0.863

Berdasarkan hasil dari tabel 4.6 diatas menunjukan bahwa terdapat taraf signifikansi antara variabel *body image* dengan variabel kepercayaan diri yang bernilai sebesar 0.000 < 0,05 serta memiliki angka deviation from linearity sebesar 0, 883. Maka dapat disimpulkan variabel *body image* dengan kepercayaan diri terdapat hubungan yang linear. Selain itu pada tabel 4.7 diatas *body image* memberikan sumbangsih terhadap kepercayaan diri yakni dapat dilihat dari hasil uji linear yaitu nilai dari r square sebesar 0.300 dengan dipresentasekan menjadi 30 % serta sisanya yakni 70% bisa dipengaruhi oleh faktor lainya yang mempengaruhi kepercayaan diri.

Maka berdasarkan kedua uji prasyarat dinyatakan kedua variabel yakni variabel *body image* dengan kepercayaan diri lolos uji prasyarat tersebut. Hal ini

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

karena terdapat kedistribusian normal serta terdapat hubungan yang linear dalam kedua data tersebut, sehingga dapat melanjutkan uji hipotesis yakni *product moment* pada SPSS.

2. Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini terdapat uji hiipotesis yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel yaitu variabel *body image* dengan kepercayaan diri. Ada kategori kaidah diterima atau tdaknya hipotesa tersebut :

1. Apabila nilai korelasi dari Ha < 0, 05 hipotesis akan diterima

2. Apabila nilai korelasi dari Ha > 0, 05 hipotesis akan ditolak

Berikut hasil uji hipotesis dalam penelitian ini :

Tabel 4.10

Uji Hipotesis *Product Moment*

		Body Image	Kepercayaan Diri
Body Image	Korelasi Person	1	0.548
	Sig(2 Tailed)		0.000
	N	130	130
Kepercayaan Diri	Korelasi person	0.548	1
	Sig (2 Tailed)	0.000	
	N	130	130

Pada tabel diatas yakni tabel 4.8 berdasarkan analisis data menunjukan bahwa dalam penelitian ini yang dilakukan 130 subjek dari mahasiswa maupun mahasiswi di dua univeristas negeri disurabaya terdapat ilai signifikansi 0.000 kurang dari 0.05 serta koefisien korelasi sebesar 0.548. Maka bisa disimpulkan bahwa H0 ditolak serta Ha diterima yang berarti adanya hubungan yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

signifikansi antara *body image* dengan kepercayaan diri pada korban *body shaming.*

Berdasarkan hasil dari koefesien korelasi dapat diperoleh bahwa korelasinya bersifat positif. Hal ini ditunjukan adanya hubungan yang signifikan serta searah antara kedua variabel. Maka semakin tinggi body image individu akan semakin tinggi kepercayaan dirinya. Dengan nilai koefesien korelasi sebesar 0.548.

C. Pembahasan

Dalam penelitian ini menyatakan berdasarkan uji hipotesis (*produt moment)* yang telah dilakukan. Maka kesimpulanya adanya hubungan dari kedua variabel yang signifikansi sebesar 0.000 < 0.05 serta nilai koefesien korelasi sebesar 0.548 dan body image telah memberikan sumbangsih senilai 30 % terhadap kepercayaan diri yang didapat dari uji linear dengan melihat nilai dari r square sebesar 0.300 serta sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lainya. Maka dari itu terdapat hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada korban *body shaming* yang berjumlah 130 responden. Dari dua variabel memiliki kategorisasi hubungan yang sedang serta dari dua variabel tersebut memiliki hubungan yang positif, artinya semakin tinggi ingkat *body image* individu maka semakin tinggi kepercayaan diri pada korban *body shaming*.

Pada penelitian ini diperoleh hasil yang searah dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Penelitian yang dilakukan oleh Anggoro, (2016) yang berjudul hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada siswa kelas X SMA N 2 Bantul bahwa *body image* pada siswa kelas X SMA N 2 bantul

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

memiliki kategorisasi sedang, maka menunjukan siswa yang memiliki *body image* yang positif. Didapat hasil presentase dari kategorisasi sedang pada *body image* yang bernilai sebesar 64,79% dengan total responden 92 siswa serta kepercayaan diri pada siswa kelas X SMA N 2 Bantul presentase sebesar 50%. Maka siswa kelas X SMA N 2 Bantul memiliki kategorisasi *body image* yang sedang dan kepercayaan dirri yang tinggi. Berdasarkan uji hipotesis yang dilakukan oleh penelitian ini menunjukan adanya hubungan yang positif serta signifikansi antara *body image* dengan kepercayaan diri. Hal ini dinyatakan bahwa semakin ttinggi *body image* siswa kelas X SMA N 2 Bantuk akan semakin tinggi pula kepercayaan dirinya, itupun sebaliknya jika rendah *body image*nya akan semakin rendah kepercayaan dirinya. Besar sumbangsih *body image* yang didapat untuk variabel kepercayaan diri menunjukan kategorisasi sedang dengan presentase 4,71 %.

Menurut Sanrock (2011) menyatakan bahwa penampilan fisik bisa di istilahkan *(body image*) serta penyumbang yang kuat pada harga diri serta kepercayaan diri individu. Seperti halnya dalam faktor-faktor yang memepengaruhi kepercayaan diri menurut Hurlock (2001) salah satunya yakni penampilan Fisik karena individu yang memiliki daya tarik merasakan sikap sosial yang menguntungkan dengan hal-hal ini akan mempengaruhi konsep diri sehingga akan lebih percaya. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, salah satunya adalah penampilan fisik. Penampilan fisik sangat erat hubungannya dengan gambaran dan persepsi individu terhadap bentuk tubuhnya. Gambaran dan persepsi inilah yang disebut *body image*. Bahwa

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

body image adalah gambaran mengenai tubuh yang terbentuk dalam pikiran seseorang, atau dengan kata lain gambaran tubuh menurut dirinya sendiri.

Kepercayaan diri menurut Lauster (2002) adalah kepercayaan diri adalah sesuatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri. Menurut Hakim (2002) Sehingga seseorang tidak akan terlalu cemas dalam melakukan setiap tindakan yang ia lakukan. Maka dari itu korban *body shaming* sendiri pun harusnya memiliki kepercayaan diri yang tinggi karena selain memiliki sikap yakin atas kemampuan dirinya korban body shaming pun juga bisa yakin atas apa yang sudah ia miliki dengan kondisi apapun terhadap diri perindividu korban *body shaming* tersebut. Karena ketika individu tersebut telah yakin atas apa yang ia miliki sekarang akan pastinya telah merasa puas dengan apa yang ia miliki sehingga akan mempengaruhi kepercayaan dirinya.

Kemudian didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Asmidir dkk (2017) yang berjudul Hubungan antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri pada remaja putri menyatakan bahwa dari hasil temuan yang didapat menyatakan ada hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja putri diliat darri nilai koefesien korelasi sebesar 0,788 dengan taraf yang signifikansi senilai 0,000 maka diyatakan adanya hubungan yang positif antara *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja putri. Namun jika semakin positif *body image* akan semakin tinggi kepercayaan diri invidu itupun sebaliknya, jika semakin negatif *body image* akan mempengaruhi rendahnya kepercayaan diri pada remaja putri. Dalam hal ini penampilan fisik terhadap kepercayaan diri pada remaja putri terutama ketika berada di tempat umum bagaimana menampilkan sesuatu yang dimiliki tanpa dipengaruhi oleh orang lain disekitarnya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Penelitian selanjutnya yang diteliti oleh Supriyadi, Dkk (2015) yang berjudul Hubungan antara Citra Tubuh dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Pelajar Di Kota Denpasar menyatakan dari hasil pengujian penelitian terhadap hipotesis telah dilakukan yaitu nilainya sebesar r 0, 350 dengan signifikansi 0,000 < 0,05 bahwa menunjukan adanya hubunga antara variabel citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja pelajar di kota denpasar. Hubungan yang positif menunjuk pada nilai r bahwa hubungan antara variabel citra tubuh dengan kepercayaan diri ialah sejalan yang artinya semakin positif citra tubuh maka akan semakin tinggi keprcayaan diri pada remaja pelajar di kotta denpasar, itupun sebaliknya jika citra tubuh negatif maka kepercayaan diri akan rendah.

Menurut Thompson (2000) mengemukakan *body image* adalah evaluasi terhadap berat badan, ukuran badan serta aspek fisik lainya yang mengarah pada penampilan fisik individu. Cash and Prizinky (2002) menyatakan *body image* ialah sikap yang di miliki individu terhadap badanya yang didapat berupa nilai positif serta negatif. Tetapi penilaian terrsebut tergantung bagaimana individu menyikapinya. *Body image* perlu dibentuk atau pun dimilik oleh korban *body shaming* disamping karena sering mendapat perlakuan ejekan tentang tubuh yang dimiliki.

Bukan hanya dengan cara mengubah ataupun memperbaiki tubuh dengan mengubah penampilan ataupun perawat dan lain sebagainya. Tetapi juga bisa dengan cara mengupayakan dalam bentuk sudah merasa puas serta menerima apa adanya dengan kondisi tubuh yang dimiliki. Sehingga akan dapat membantu terbentuknya *body image* yang positif serta dapat mempengaruhi kepercayaan diri perindividu tersebut. Adanya *body image* sendiri juga dapat memungkinkan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

individu untuk membandingkan dirinya dengan orang lain serta akan memunculkan rasa malu dan tidak percaya diri terhadap yang ia miliki. Sehingga saat ini sering kali dari teman sebaya ataupun orang lain menjadikan penampilan fisik yang tidak sesuai standart modern di era sekarang dijadikan ejekan orang-orang tersebut.

Menurut (Chaplin, 2005) dijelaskan bahwa citra tubuh atau biasa disebut *body image* adalah suatu ide seseorang mengenai penampilannya dihadapan orang lain. Citra tubuh ini tentu sangat dipengaruhi oleh tingkat kepercayaan diri masing-masing orang. Dari istilah *body image* tersebut, kemudian muncul juga istilah *"body shaming*". Pada setiap orang, citra diri dapat terpengaruhi oleh hal-hal yang ada di lingkungan sekitar. Bisa dari teman, keluarga, paparan media, atau 8 bahkan dari diri sendiri. Terkadang baik teman atau keluarga pernah mengatakan hal yang buruk mengenai bentuk fisik seseorang, dan hal itu bisa berujung pada kurangnya rasa percaya diri, menjadi pribadi yang tertutup, lebih sensitif, atau menjadi pribadi yang introvert. Maka dari itu peneliti mengkaitkan body image dengan kepercayaan karena memang kedua variabel tersebut berkaitan.

Rasa percaya diri yang dimiliki individu dapat dijadikan suatu ciri dari hidup sehat yaitu individu mampu menghadapi dan mengatasi masalah yang muncul di dalam diri dan memiliki kemauan yang besar untuk mengatasinya serta mampu mengambil pelajaran dari pengalaman (Kartono, 1992). Kepercayaan diri dapat juga diartikan sebagai suatu sikap dan perasaan yakin terhadap kemampuan sendiri dan mampu bertanggung jawab terhadap tindakan yang dilakukan, tidak cemas terhadap semua tindakan yang dilakukan, sopan dalam berinteraksi, adanya dorongan berprestasi, mampu menghargai orang lain, serta mengetahui kelebihan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan kekurangan dirinya (Hakim, 2000). Rasa percaya diri terhadap kemampuan dirinya yang dimiliki oleh individu membuat individu tidak perlu membandingkan dirinya dengan orang lain (Walgito, 1986).

Penilaian dan rasa puas remaja akan tubuh dan penampilannya sendiri dengan rasa percaya diri yang dimilikinya kerap menjadi suatu permasalahan yang sangat menarik untuk dibahas. Seperti yang sudah diungkapkan di atas bahwa penampilan fisik seseorang dan identitas seksualnya merupakan ciri pribadi yang paling jelas dan paling mudah dikenali orang lain dalam berinteraksi. Remaja yang menilai tubuh dan penampilannya secara negatif tentu tidak akan merasa nyaman dan tidak percaya diri selama berinteraksi dengan orang lain. Seperti yang diungkapkan oleh (Ferron, 1997) bahwa kepercayaan diri berkaitan erat dengan daya tarik fisik sehingga individu akan melakukan berbagai usaha agar tampil menarik, sehat, dan bugar sehingga timbul rasa percaya diri dalam beraktivitas.

Sejalan dengan pendapat yang disebutkan oleh Centi (1997) yaitu pada umumnya individu yang menerima dan puas terhadap kondisi dan penampilan fisiknya memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang tidak dapat menerima dan tidak puas terhadap kondisi dan penampilan fisiknya. Surya (2009) juga mengatakan bahwa individu yang merasa puas terhadap tubuhnya dan menyadari bentuk tubuhnya ideal akan membentuk citra tubuh yang positif sehingga secara tidak langsung akan membentuk kepercayaan diri individu tersebut. Berbeda halnya dengan individu yang tidak merasa puas akan tubuhnya dan selalu menganggap tubuhnya kurang maka akan membentuk citra tubuh yang negatif sehingga kepercayaan diri yang dimilikinya akan rendah. Maka dari itu peneliti menggunakan variabel x *body image* karena

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

body image termasuk aspek dari salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri.

Dalam penelitian ini menyatakan yang pertama dari hasil demografi berdasarkan jenis kelamin bahwa yang telah banyak mendapatkan perlakuan *body shaming* adalah berjenis kelamin perempuan dibandingkan laki-laki. Sesuai dengan fenomena serta data surve yakni *body peace recolution* yang digelar oleh *yahoo*! *Health* menunjukan bahwa perempuan lebih banyak mendapat perlakuan *body shaming* dari pada laki-laki. Survei ini sudah dilakukan terhadap 2.000 orrang berusia 13- 64 tahun serta hasilnya sebesar 94 % remaja perempuan mengakami tindakan *body shaming.* Sementara remaja laki-laki hanya 64% (Wolipop.detik.com). Adanya *body shaming* sendiri sangat berpengaruh terhadap kepercayaan diri seseorang jika perlakuan tersebut sudah melampau batas. Karena perlakuan body shaming sendiri bisa mempengaruhi mental, perasaan serta pikiran seseorang (Honigam dan Castle, 2004).

Diperoleh hasil dari demografi yang kedua yakni berdasarkan dari kedua universitas tersebut bahwasanya universitas negeri surabaya terdapat 69 respon yang mengalami tindakan korban *body shaming* dengan hasil presentase 55% dan diperoleh hasil untuk universitas islam negeri sunan ampel surabaya terdapat 61 responden yang pernah mengalami tindakan *body shaming* tersebut dengan hasil nilai presentase 45%. Dan hasil semua responden dari kedua universitas tersebut terdapat 130 responden yang pernah mengalami terkait tindakan body shaming.

Diperoleh hasil dari demografi yang ketiga yakni berdasarkan usia. Yang pertama diperoleh hasil dari usia 18 tahun terdapat 5 responden yang pernah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengalami tindakan *body shaming* tersebut dengan nila presentase 4,5 %. Yang kedua diperoleh hasil dari usia 19 tahun terdapat 12 responden yang pernah mengalami tindakan body shaming dengan nilai presentase 9,1%. Untuk usia 20 tahun terdapat 26 responden yang pernah mengalami tindakan *body shaming* dengan nilai presentase 19,7 %. Untuk usia 21 tahun terdapat 44 responden yang pernah mengalami tindakan *body shaming* dengan nilai presentase 33,3 %. Untuk usia 22 tahun terdapat 33 responden yang pernah mengalami tindakan *body shaming* dengan nilai presentase 25 %. Dan yang terakhir yakni usia >23 tahun terdapat 10 responden dengan nilai presentase 8,4 % byang pernah mengalami tindakan *body shaming.* Kesimpulan paling banyak yang pernah mengalami tindakan *body shaming* tersebut yakni dari usia 21 tahun yang terdapat 44 responden dengan nilai presentase 33,3 %.

Kemudian dari data demografi berdasarkan deskripsi data yang membedakan data empirik dan hipotik dari kedua varriabel. Yakni yang pertama variabel *body image* dari hasil data empirik diperoleh minimum senilai 55, maximal senilai 121, mean senilai 79,2 dan standar deviasinya senilai 11,83. Jika dari data hipotek untuk *body image* diperoleh hasil minimum 23, maximum 92, mean 69 dan standar deviasinya 11,5. Maka kesimpulan dari pembanding kedua data empirik dan hipotik terkait meannya adalah mean body image dari data empirik lebih besar dibanding mean dari data hipotik dengan senilai 79,2 < 69. Untuk variabel kepercayaan diri dari hasil data empirik diperoleh minimum senilai 90, maximal senilai 150, mean senilai 114,9 dan standar deviasinya senilai 11,74. Jika dari data hipotek untuk kepercayaan diri diperoleh hasil minimum 33, maximum 132, mean 99 dan standar deviasinya 125,4. Maka kesimpulan dari

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pembanding kedua data empirik dan hipotik terkait meannya adalah mean dari kepercayaan diri dari data empirik lebih besar dibanding mean dari data hipotik dengan senilai 114,9 < 99.

Penelitian ini memiliki kekurangan dari segi metodologis. Yang pertama yakni dari populasi yang terlalu melebar luas. Yang kedua yakni instrumen yang lebih ditingkatkan kecermatan dalam menyusunya serta terlebih dahulu di uji coba agar memiliki kualitas instrumen yang lebih baik. Serta penelitian ini terdapat beberapa yang harus diperbaiki untuk peneliti selanjutnya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Kesimpulan hasil berdasarkan penelitian ini bahwasanya terdapat hubungan yang signifikansi antara *body image* dengan kepercayaan diri pada korban *body shaming*. Pernyataan tersebut diperoleh dari hasil uji hipotesis dengan menggunakan *product moment* yang memiliki nilai signifikansi serta koefesien korelasi.. Maka body image dengan kepercayan diri memiliki hubungan yang positif yang berarti semakin positif *body image* pada korban *body shaming* akan semakin tinggi pula kepercayaan diri pada.

B. Saran

1. Korban *Body Shaming*

Bagi mahasiswa maupun mahasiswi di dua unviversittas negeri di surabaya ataupun korban *body shaming* yang ada di surabaya agar lebih bisa membentuk atau mengupayakan *body image* yang positif supaya bisa menjadikan keprcayaan diri yang tinggi. Karena ketika body image seseorang positif maka akan mempengaruhi kepercayaan diri yang tinggi pada iseseorang tersebut.

2. Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya agar bisa memperkuat penelitian yang berjudul *body image* dengan kepercayaan diri ini lebih dalam apalagi berkaitan dengan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

subjek *body shaming*. Serta menambah variabel lainya yang mempengaruhi kepercayaan diri dan memperluas populasi serta memperbanyak sampel.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Daftar Pustaka

Azwar, S. (2015). *Reliabilitas dan Validitas (edisi 2)*. Yogyakarta .Pustaka Pelajar

Arnett, J. J. (2012). *Human Deveploment : A Cultural Approach*. USA. Pearson Education, Inc.

Asmidir. I. & Ifdil, I. & Amandha , U. I. (2017). Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Andri, P. (2009). *Be A Smart Teenager! (For Boys & girls).* Jakarta: gramedia

Annastasia, M. (2006). *Menjelajah Tubuh Perempuan dan Mitos Kecantikan*. Yogyakarta.

Akhmad, M. (2013). Berpikir Positif pada Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh (Body Image Dissatisfaction). *Jurnal Psikoislamika*, vol 10 no 1. Malang.

Anggoro, D. W. (2018). Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Siswa X Di SMA Negeri 2 Bantul. Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta.

Astawan, M. (2009). *Sehat dengan Hidangan Kacang dan Biji-bijian*. Jakarta: Penebar Swadaya.

Aminda, T. H. (2018). Hubungan Body Image dan Imaginary Audience dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Di SMA Panca Budi Medan. Universitas Muslim Nusantara Al-Washliyah Medan.

Budiargo, D. (2015). *Berkomunikasi Ala Net Generation*. Jakarta : PT Elex Media Komput indo.

Cash,T.F & Pruzinsky,T. (2002). *Body Image : A Handbook of Theory, Research and Clinical*. New York: Guilford Publications.

Chaplin, J P. (2005). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Rajawali Pres

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Centi, P. J. (1997). *Mengapa Rendah Diri*. Dalam A. M. Hardjana (Eds). Yogyakarta : Kanisius.

Damanik, T. M. (2018). Dinamika Psikologis Perempuan Mengalami Body shaming. Skripsi, Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta.

Dela, G. (2018). "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.

Eka, D. L & Anasasia, Sri, M. (2019). Hubungan Citra Tubuh dan Kepercayaan Diri dengan Psychological Well Being Pada Remaja Kelas 11 di SMAN 21 Jakarta. Universitas Persada Indonesia Y.A.I

Ferron, C. (1997). *Citra Tubuh pada Remaja*. Psyhchology Mania.

Frangky E. (2012). Pemaknaan Mengenai NilaiNilai Maskulinitas dan Citra Tubuh Dalam Program Komunikasi Pemasaran Oleh Laki-Laki Homoseksual dan Laki-Laki Heteroseksual. Skripsi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Program StudiIlmu Komunikasi Universitas Indonesia, Depok.

Hurlock, E. B. (1980). *Developmeny psyhcology :* A life Span Approach, Fifth Edition.

Hurlock, E. B. (2012). *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (terjemahan).* Jakarta : Gramedia

Hurlock, E. B. (2001). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan.* Jakarta: Erlangga. (Edisi Kelima)

Hadi, S. (2000). *Metodologi Penelitian.* Yogyakarta: Andi Yogyakarta

Hakim, T. (2002). *Mengenal rasa tidak percaya diri*. Jakarta: Puspa Swara.

Surya, H. (2009). *Menjadi manusia Pembelajar*. Jakarta: Gramedia

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Honigman, R & David J. Castle. (2007). Citra Tubuh pada Remaja Putri Menikah dan Memiliki Anak. Jurnal Psikologi. Jakarta : Universitas Gunadarma.

Imelda. (2018). Hubungan Citra tubuh dengan Kepercayaan Diri pada Remaja Putri yang Berjerawat. Fakultas Kedokteran. Universitas Brawijaya Indrilaya

Kartono, K. (1992). *Psikologi Wanita : Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa.Bandung* : Mandar Maju.

Lauster, Peter. (2002). *Tes Kepribadian*. Jakarta: Bumi Aksara

Merlin, R. (2017). Hubungan Body Image dengan Kepercayan Diri Peserta Didik Putri Ms Muhammadiyah Lakitan Kabupaten Pesisirr Selatan. Bimbingan dan Konseling. Sumatera Barat

Muhid, A. (2019). *Analisis Statistik (Edisi 2).* Sidoarjo : Penerbit Zifatma

McKinley, N. M., & Hyde, J. S. (1996). *The objectified body consciousness scale*. Psychology of Women Quarterly, 20, 181- 215.

Nur, L. H. (2013). Hubungan Antara *Body Image* dengan Perilaku Diet (Penelitian pada Wanita di Sanggar Senam Rita Pati). *Jurnal Psikologi*, vol 2 no 2.

Rosita, H. (2007). Hubungan Antara Perilaku Asertif Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa.

Rofiatul, K. (2017). Hubungan Citra Tubuh dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Malang.

Supriyadi, F. & Dwiduonova, W. (2015). "Hubungan Antara CitraTubuh Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Pelajar Puteri Di Kota Denpasar". Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana. Vol. 2, No. 1.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Santrock, J. W. (2011). *Perkembangan Anak Edisi 7 Jilid 2*. (Terjemahan: Sarah Genis B) Jakarta: Erlangga.

Supranto. (2006). *Mengukur Tingkat Kepuasan Pelanggan atau Konsumen*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sugiyono.(2012). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.

Surya, H. (2009). *Menjadi Manusia Pembelajar*. Jakarta : Gramedia.

Tika, N. R.(2014) Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Body Image Pada Remaja Akhir. Fakultas Psikologi. Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa. Yogyakarta

Tria , A. P.(2015). Hubungan Antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Mahasisiwi yang mengalami Obesitas. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Thompson, J.K. (2000). *Body Image, Eating Disorder, and Obesity an Integrative Guide for Asesment and Treatment.* Washington : American Psychological Association

Widiasti, N. L. R. (2016). *Profil Body Image Pada Remaja dan Implikasinya Bagi bimbingan dan Konseling*. Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung

Walgito, B. (1986). *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*. Yogyakarta : Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20181121182737-284-348197/body shaming-hantu-yang-timbulkan-krisis-kepercayaan-diri

https://www.kompasiana.com/

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id