

**HUBUNGAN *BODY SHAMING* DENGAN RASA PERCAYA
DIRI PADA REMAJA DI SMA NEGERI 03 BONDOWOSO**

SKRIPSI



**Oleh :
Grasela Silvia Wardani
NIM. 19010063**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI JEMBER
YAYASAN PENDIDIKAN JEMBER INTERNATIONAL SCHOOL (JIS)
2023**

**HUBUNGAN *BODY SHAMING* DENGAN RASA PERCAYA
DIRI PADA REMAJA DI SMA NEGERI 03 BONDOWOSO**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)



Oleh :
Grasela Silvia Wardani
NIM. 19010063

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI JEMBER
YAYASAN PENDIDIKAN JEMBER INTERNATIONAL SCHOOL (JIS)
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi penelitian ini telah diperiksa oleh pembimbing dan disetujui pada Program
Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi

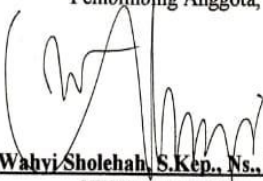
Jember, Agustus 2023

Pembimbing Utama,



Jenie Palupi, S.Kp., M.Kes.
NIDN. 401906901

Pembimbing Anggota,



Wahyi Sholehah, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIDN. 0710119002

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir yang berjudul “Hubungan *Body Shaming* dengan Rasa Percaya Diri pada Remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso” telah disetujui dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada :

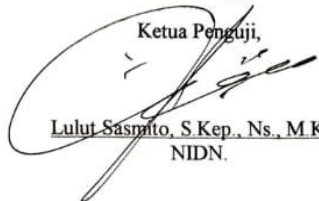
Hari :

Tanggal :

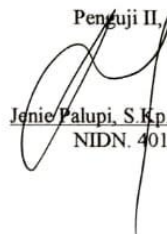
Tempat : Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi

Tim Penguji

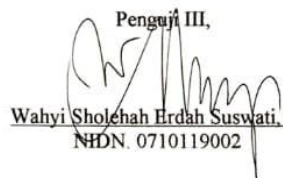
Ketua Penguji,


Lulut Sasmito, S.Kep., Ns., M.Kes.
NIDN.

Penguji II,


Jenie Palupi, S.Kp., Ns., M.Kes.
NIDN. 401906901

Penguji III,


Wahyi Sholehah Hrdah Suswati, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIDN. 0710119002



Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas dr. Soebandi

apt. Lindawati Setyaningrum, M. Farm.
NIDN. 0703068903

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertandatangan dibawah ini, menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul "*Hubungan Body Shaming dengan Rasa Percaya Diri pada Remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso*" merupakan karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun.

Nama : Grasela Silvia Wardani

NIM : 19010063

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penyusunan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain serta telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah yang berlaku.

Apabila dikemudian hari ditemukan adanya kecurangan terhadap skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi-sanksi yang sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Jember, Agustus 2023


METERA TEMPEL
63957A0C347895480
Grasela Silvia Wardani

**HUBUNGAN *BODY SHAMING* DENGAN RASA PERCAYA DIRI PADA
REMAJA DI SMA NEGERI 03 BONDOWOSO**

Oleh :

Grasela Silvia Wardani

NIM.19010063

Pembimbing

Dosen Pembimbing Utama : Jenie Palupi, S.Kp., Ns., M.Kes.

Dosen Pembimbing Anggota : Ns. Wahyi Sholehah Erdah Suswati, S.Kep.,
M.Kep.

LEMBAR PERSEMBAHAN

Puji syukur senantiasa saya panjatkan kepada Allah SWT atas karunia-Nya yang begitu besar dilimpahnya rahmat dan ridho-Nya yang senantiasa selalu memberikan kemudahan, kelancaran, petunjuk, dan keyakinan yang luar biasa kepada saya, sehingga saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini tepat pada waktunya. Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Ibu saya (Suryani, S.Pd), suami saya (Mohammad Ervan Apriyanto, S.H) dan kakak saya (Pratiwi Ayu Lestari, S.Pd) yang telah memberikan segenap kasih sayang, cinta, waktu, semangat, biaya, dan doa-doanya untuk membesarkan saya, sehingga saya dapat sampai pada titik ini dan menyandang gelar S.Kep.
2. Terimakasih kepada semua Dosen dan keluarga Universitas dr. Soebandi yang telah memberikan ilmu pengetahuan, dan memberikan banyak motivasi selama saya duduk di bangku perkuliahan.

MOTTO

“Perubahan itu dipaksa, bisa, lalu terbiasa hingga menjadi budaya”

(Drs. H. Kosim, M.Pd.I)

ABSTRAK

Wardani, Grasela Silvia*, Palupi, Jenie**, Suswati, Wahyi Sholehah Erdah***, 2023. **Hubungan *Body shaming* pada Remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso.** Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi.

Latar Belakang : Remaja mengalami perubahan baik biologis, psikologi dan sosial. Salah satu perubahan psikologis yang terjadi pada remaja adalah rasa percaya diri. Tantangan rasa percaya diri yang dihadapi remaja seringkali berupa kekerasan verbal (*body shaming*). Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan *body shaming* dengan rasa percaya diri pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso. **Metode :** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jumlah responden sebanyak 91 orang. Sampel diambil dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi spearman rank dengan hasil signifikansi atau Sig. (2-tailed) sebesar 0.694. Hal ini membuktikan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti ditolak. **Hasil Penelitian :** Hasil penelitian menunjukkan nilai p value $0.694 > 0.05$, artinya tidak ada hubungan antara *body shaming* dengan rasa percaya diri pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso. **Saran :** Diharapkan dapat mengidentifikasi faktor lingkungan yang mempengaruhi *body shaming* dan rasa percaya diri pada remaja.

Kata Kunci : *Body shaming*, Rasa Percaya Diri, Remaja

* Peneliti

** Pembimbing 1

*** Pembimbing 2

ABSTRACT

Wardani, Grasela Silvia*, Palupi, Jenie**, Suswati, Wahyi Sholehah Erdah***, 2023. The Relationship of *Body shaming* to Adolescents at SMA Negeri 3 Bondowoso. Nursing Science Study Program, Faculty of Health Sciences, University of dr. Soebandi.

Background: Teenagers experience biological, psychological and social changes. One of the psychological changes that occur in adolescents is self-confidence. The challenge of self-confidence faced by adolescents is often in the form of verbal violence (*body shaming*). The purpose of this study was to find out whether there is a relationship between *body shaming* and self-confidence in adolescents at SMA Negeri 3 Bondowoso. **Methods:** This study used a quantitative method with a total of 91 respondents. Samples were taken using simple random sampling technique. The data analysis used in this study is the Spearman rank correlation with the results of significance or Sig. (2-tailed) of 0.694. This proves that the hypothesis proposed by the researcher is rejected. **Research Results:** The results showed that the p value was $0.694 > 0.05$, meaning that there was no relationship between *body shaming* and self-confidence in adolescents at SMA Negeri 3 Bondowoso. **Suggestion:** It is expected to be able to identify environmental factors that influence *body shaming* and self-confidence in adolescents.

Keywords: *Body shaming*, Confidence, Adolescents

* Researcher

** Advisor 1

*** Advisor 2

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik. Skripsi ini disusun untuk memenuhi syarat meraih gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi dengan judul “Hubungan *body shaming* dengan Rasa Percaya Diri pada Remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso”.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis banyak mendapat saran dan bantuan yang sangat berharga dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Andi Eka Pranata, S.ST., S.Kep., Ns., M.Kes., selaku Rektor yang telah menjadi bagian dari Universitas dr. Soebandi;
2. apt. Lindawati Setyaningrum., M.Farm. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan yang telah menjadi bagian dari Universitas dr. Soebandi;
3. Ns. Prestasianita Putri, S.Kep., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan yang telah menjadi bagian dari Universitas dr. Soebandi;
4. Lulut Sasmito, S.Kep., Ns., M.Kes., selaku ketua penguji skripsi yang membantu saya memberikan masukan dalam skripsi ini;
5. Jenie Palupi, S.Kp., Ns., M.Kes., selaku pembimbing utama yang membantu dan membimbing saya dalam penyusunan skripsi;
6. Ns. Wahyi Sholehah Erdah Suswati, S.Kep., M.Kep., selaku pembimbing anggota yang sudah memberikan masukan dan membimbing saya dalam mengerjakan skripsi.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari masih jauh dari kesempurnaan. Untuk itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran untuk perbaikan di masa mendatang.

Jember, Agustus 2023

Grasela Silvia Wardani

NIM. 19010063

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	viii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR SINGKATAN	xvii
BAB 1. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.5 Keaslian Penelitian.....	5
BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep Remaja	7
2.1.1 Pengertian Remaja	7
2.1.2 Ciri-Ciri Remaja	7
2.1.3 Tahap Perkembangan Remaja	9
2.2 Konsep Diri	10
2.2.1 Pengertian Konsep Diri.....	10
2.2.2 Komponen Konsep Diri	11
2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri pada Remaja.....	13
2.3 Konsep <i>Body Shaming</i>	14
2.3.1 Definisi <i>Body Shaming</i>	14
2.3.2 Bentuk-Bentuk <i>Body Shaming</i>	14
2.3.3 Dampak <i>Body Shaming</i>	15
2.4 Konsep Rasa Percaya Diri.....	15
2.4.1 Definisi Rasa Percaya Diri.....	15
2.4.2 Manfaat Rasa Percaya Diri	16
2.4.3 Karakteristik Percaya Diri	17
2.4.4 Proses Terbentuknya Rasa Percaya Diri.....	18
2.4.5 Faktor yang Mempengaruhi Rasa Percaya Diri	18
2.4.6 Hubungan <i>Body Shaming</i> dengan Rasa Percaya Diri pada Remaja	21
BAB 3. KERANGKA KONSEP.....	23
3.1 Kerangka Konsep	23
3.2 Hipotesis Penelitian.....	24

BAB 4. METODE PENELITIAN.....	25
4.1 Desain Penelitian.....	25
4.2 Populasi dan Sampel	25
4.3 Variabel Penelitian	27
4.4 Tempat Penelitian.....	28
4.5 Waktu Penelitian	28
4.6 Definisi Operasional	28
4.7 Teknik Pengumpulan Data.....	29
4.7.1 Sumber Data	29
4.7.2 Teknik Pengumpulan Data.....	29
4.8 Teknik Analisis Data.....	30
4.8.1 Alat/Instrumen Pengumpulan Data.....	32
4.8.2 Uji Validitas dan Reabilitas	34
4.9 Etika Penelitian	34
BAB 5. HASIL PENELITIAN	37
5.1 Deskripsi Lokasi Penelitian	37
5.2 Data Umum	37
5.2.1 Karakteristik Responden Penelitian.....	37
5.3 Data Khusus	39
5.3.1 Identifikasi <i>Body Shaming</i> pada Remaja	39
5.3.2 Identifikasi Rasa Percaya Diri Pada Remaja	40
5.3.3 Hubungan <i>Body Shaming</i> dengan Rasa Percaya Diri pada Remaja SMA Negeri 3 Bondowoso	40
BAB 6. PEMBAHASAN	41
6.1 Pembahasan Hasil Penelitian	41
6.1.1 Identifikasi Perlakuan <i>Body Shaming</i> pada Remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso	41
6.1.2 Identifikasi Rasa Percaya Diri pada Remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso	42
6.1.3 Hubungan <i>Body Shaming</i> dengan Rasa Percaya Diri pada Remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso.....	45
6.2 Keterbatasan Penelitian.....	47
BAB 7. PENUTUP	48
7.1 Kesimpulan	48
7.2 Saran.....	48
7.2.1 Bagi Remaja.....	48
7.2.2 Bagi Guru.....	49
7.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	49
7.2.4 Bagi Keilmuan Keperawatan	49
7.2.5 Bagi Pembaca	49
DAFTAR PUSTAKA	50
Lampiran	55

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	5
Tabel 4. 1 Definisi Operasional.....	29
Tabel 4.2 Skoring <i>Body shaming</i>	34
Tabel 4. 3 Skoring Rasa Percaya Diri.....	35
Tabel 4.4 Kisi-kisi Kuesioner Rasa Percaya Diri.....	35
Tabel 5.1 Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Usia Responden.....	38
Tabel 5.2 Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	39
Tabel 5.3 Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Warna Kulit.....	39
Tabel 5.4 Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Indeks Masa Tubuh	39
Tabel 5.5 <i>Body shaming</i> pada Remaja.....	40
Tabel 5.6 Rasa Percaya Diri pada Remaja.....	41
Tabel 5.7 Uji Hipotesis Korelasi Korelasi <i>Body shaming</i> Dengan Rasa Percaya Diri Pada Remaja SMA Negeri 3 Bondowoso.....	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. Surat Permohonan Menjadi Responden	43
Lampiran B. Lembar Persetujuan Menjadi Responden	44
Lampiran C. Identitas Responden	45
Lampiran D. Kuesioner <i>Body shaming</i>	46
Lampiran E. Kuesioner Rasa Percaya Diri.....	48
Lampiran F. Identitas Responden.....	64
Lampiran G. Tabulasi <i>Body shaming</i>	67
Lampiran H. Tabulasi Rasa Percaya Diri.....	69
Lampiran I. Hasil Olah Data	74

DAFTAR SINGKATAN

WHO (World Health Organization)

KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia)

SMA (Sekolah Menengah Atas)

SMK (Sekolah Menengah Kejuruan)

BKKBN (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional)

Bakesbangpol (Badan Kesatuan Bangsa dan Politik)

Uji VR (Uji Validitas dan Reabilitas)

IMT (Indeks Masa Tubuh)

BK (Bimbingan Konseling)

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja didefinisikan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) sebagai usia antara 10 dan 19 tahun. Jhon W Santrock (2022) mengatakan bahwa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa disebut masa remaja, yang ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, dan sosial.

Rasa percaya diri merupakan salah satu transformasi psikologis yang dialami remaja. Keyakinan diri itu penting bagi remaja untuk memiliki sikap positif terhadap dirinya dan lingkungannya, tanpa mengandalkan penilaian orang lain, dan tetap mempertahankan diri untuk mendapatkan apa yang diinginkannya. Namun, pada umumnya remaja sulit menghadapi tantangan terhadap rasa percaya diri mereka.

Tantangan rasa percaya diri yang dihadapi remaja sering kali berupa kekerasan verbal. Kekerasan ini bisa mengacu pada bagian tubuh, misalnya bentuk tubuh, warna kulit, jenis rambut, jerawat di wajah, dll. Penghinaan seperti ini sering disebut dengan *body shaming*, yaitu mengomentari bentuk tubuh orang lain. (Rismajayanthi & Priyanto, 2019). *Body shaming* erat kaitannya dengan rasa percaya diri pada remaja.

Pendapat peneliti ini berdasarkan temuan beberapa peneliti sebelumnya. Di Indonesia, terjadi 206 kasus *body shaming* pada tahun 2015 dan meningkat pada tahun 2018 menjadi 966. KPAI menyebutkan, berdasarkan hasil survei, sekitar 68% *body shaming* terjadi di kalangan siswa SMK/SMA di Indonesia pada tahun

2019 (Pratama & Rahmasari, 2020). Sementara itu, berdasarkan laporan ZAP Beauty Index 2020, banyak perempuan Indonesia yang pernah mengalami *body shaming* dalam hidupnya.

Kajian “Hubungan *Body Shaming* dan Rasa Percaya Diri pada Siswa SMA N 5 Pariaman” karya Rita Fajhriani menunjukkan bahwa terdapat kaitan kuat antara *body shaming* dengan tingkat percaya diri siswa. Kaitan antara *body shaming* dan rasa percaya diri remaja ditunjukkan dalam penelitian Fatmawati bertajuk “Hubungan *Body Shaming* dan Rasa Percaya Diri Remaja” yang dipublikasikan pada tahun 2021. Hasil penelitian Putra (2022) berjudul “Hubungan *Body Shaming* dengan Rasa Percaya Diri Remaja” Rasa Malu dan Percaya Diri pada Remaja Putri di SMA Swasta Kalam Kudus Medan” menunjukkan adanya hubungan antara keduanya.

Temuan penyelidikan awal yang dilakukan peneliti pada 11 Januari 2023 di SMA Negeri 3 Bondowoso sebanyak 25 orang, semua siswa tersebut pernah mendapatkan perlakuan *body shaming*. Sebagian besar *body shaming* yang mereka alami adalah bentuk tubuh yang terlalu kurus, gemuk, tinggi, atau pendek dan 56% diantaranya dapat memengaruhi kepercayaan diri mereka.

Body shaming dapat menyebabkan masalah psikologis pada korbannya, masalah ini termasuk gangguan makan seperti *bulimia nervosa*, yaitu gangguan makan di mana orang tersebut suka makan makanan dalam jumlah besar sekaligus, *anoreksia nervosa* yaitu gangguan makan ketika seseorang menjaga penampilannya untuk memiliki tubuh yang diinginkannya, *binge eating disorder* yaitu gangguan makan di mana terdapat episode rutin makan dengan porsi yang

banyak dan lain sebagainya (Mawaddah, 2020). Kemudian, masalah lainnya adalah depresi dan rasa malu, yang menimbulkan rasa tidak percaya diri.

Menurut Psikolog Keluarga Konsuler, Aklain Kesra Ellen mengatakan bahwa generasi muda saat ini membutuhkan dukungan agar memiliki karakter yang siap menghadapi tantangan masa depan. Dukungan tersebut dapat berasal dari orang tua, teman dan lingkungan. Sehingga, mereka mempunyai kepribadian baik, percaya diri, disiplin dan rasa tanggung jawab.

Berdasarkan latar belakang tersebut, untuk mengetahui hubungan *body shaming* dengan rasa percaya diri pada remaja, peneliti tertarik untuk mengambil topik utama penelitian ini yang berjudul **“Hubungan antara rasa malu dan percaya diri pada remaja di SMA Negeri 03 Bondowoso”**.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah :

1. Bagaimana hubungan *body shaming* dengan rasa percaya diri pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Berdasarkan rumusan di atas, tujuan umum dari penelitian ini adalah menganalisis hubungan *body shaming* dengan rasa percaya diri pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus yang akan dicapai adalah:

1. Mengidentifikasi *body shaming* pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso.
2. Mengidentifikasi rasa percaya diri pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso.
3. Menganalisis hubungan *body shaming* dengan rasa percaya diri pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti, untuk menambah ilmu yang telah diperoleh di bangku perkuliahan serta mengembangkannya.
2. Bagi peneliti yang lain lain, hasil ini memperluas wawasan dan motivasi peneliti lain untuk menambah pengalaman terhadap penelitian mengenai *body shaming* dan rasa percaya diri pada remaja.
3. Bagi remaja, dapat mengetahui bahwa *body shaming* dapat berdampak pada rasa percaya diri.
4. Bagi perkembangan keilmuan keperawatan, sebagai untuk mengetahui masalah rasa percaya diri pada remaja khususnya yang diakibatkan oleh *body shaming*.
5. Bagi pembaca, dapat mengetahui hubungan *body shaming* terhadap rasa percaya diri pada remaja.

1.5 Keaslian Penelitian

Label 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Sampel	Desain Penelitian	Hasil
1.	Achmad Irvan Dwi Putra, Belia Mayangie, Stephin Yap, Josua Cakrawardana Sianturi, Ronauli Naibaho (2022)	Hubungan antara <i>Body shaming</i> dengan <i>Self-Confidence</i> Pada Remaja Perempuan di SMA Swasta Kalam Kudus Medan	Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 75 remaja putri SMA Swasta Kalam Kudus Medan yang pernah mengalami body shaming.	Desain penelitian yang digunakan berdasarkan observasi lapangan terhadap banyak siswi yang menjadi sasaran body shaming	Hasil penelitian ditemukan Korelasi antara rasa malu terhadap tubuh dan rasa percaya diri cukup baik.
2.	Rita Fajhriani Nasrul, Rinaldi (2019)	Hubungan <i>Body Shame</i> dengan Rasa percaya Diri pada Siswa SMA N 5 Pariaman	Sampel yang digunakan pada penelitian ini sebanyak 79 murid SMA N 5 pariaman	Desain penelitian yang digunakan adalah teknik korelasi <i>product moment</i> .	ada hubungan antara <i>body shame</i> dan rasa percaya diri
3.	Fatmawati (2021)	Hubungan <i>Body shaming</i> Terhadap Keadaan <i>Self-Confidence</i> Remaja	Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 50 responden pada ikatan mahasiswa tiku kabupaten Agam Sumatera Barat.	Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik <i>convenience sampling</i> dalam pengambilan sampel	Hasil penelitian ditemukan variabel <i>body shaming</i> (X) terhadap variabel <i>self confidence</i> (Y) signifikan

Penelitian yang melatar belakangi penelitian ini adalah penelitian Achmad

Irvan Dwi Putra “Hubungan *Body Shaming* dengan Rasa Percaya Diri pada

Remaja Putri di SMA Swasta Kalam Kudus Medan” yang menemukan adanya hubungan antara *body shaming* dengan rasa percaya diri. Di SMA Swasta Kalam Kudus Medan, subjek penelitian ini berjumlah 75 remaja putri yang pernah mengalami *body shaming*. Ada hubungan antara *body shame* dengan rasa percaya diri, menurut penelitian Rita Fajhriani Nasrul dan Rinaldi bertajuk “Hubungan Body Shame dengan Rasa Percaya Diri pada Siswa SMA N 5 Pariaman” yang melibatkan 79 siswa SMA N 5 Pariaman.

Ditemukan korelasi yang cukup besar antara variabel *body shaming* (X) dengan variabel kepercayaan diri (Y) pada penelitian “Hubungan *Body Shaming* dengan Keadaan Percaya Diri Remaja” karya Fatmawati. Penelitian ini melibatkan 50 peserta dan dilakukan di Himpunan Mahasiswa Tiku Kabupaten Agam, Sumatera Barat. Perbedaannya pada desain penelitian, jumlah sampel, responden, waktu dan tempat penelitian yang benar-benar asli. Sebaliknya, telah dilakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Body Shaming* dan Percaya Diri pada Remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso”.

BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Remaja

2.1.1 Pengertian Remaja

Masa remaja yang terjadi antara masa bayi dan masa dewasa merupakan masa transformasi biologis, psikologis, dan sosial (Sofia & Adiyati, 2013). Usia remaja berkisar antara 10 hingga 19 tahun, menurut WHO. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 25 Tahun 2014 mendefinisikan remaja adalah mereka yang berusia antara 10 dan 18 tahun; Namun, BKKBN mendefinisikan remaja sebagai orang yang berusia antara 10 dan 18 tahun, antara 10 dan 24 tahun yang belum menikah.

2.1.2 Ciri-Ciri Remaja

Putro (2017) menyebutkan beberapa ciri yaitu Masa remaja memiliki hal yang krusial seperti transisi, masa pemecahan masalah, masa pencarian jati diri, masa kecemasan merupakan hal yang lumrah, serta perubahan sejak kecil menuju kedewasaan.

1. Masa Remaja sebagai Periode yang Penting

Karena dampak psikologis maupun fisik yang dimilikinya, remaja merupakan masa yang penting dalam hidup. Perkembangan mental yang pesat terkadang bersamaan dengan perkembangan fisik yang pesat dan signifikan, khususnya pada masa remaja. Semua perubahan ini menjadikan penyesuaian

terhadap kesehatan mental dan menciptakan sikap, nilai, dan preferensi baru menjadi semakin penting.

2. Masa Remaja merupakan Masa Transisi

Transisi bukan berarti suatu perpisahan atau perubahan melainkan menandai perubahan pada tahap transisi, bukan penyimpangan dari tahap sebelumnya. Namun, masa transisi mempengaruhi sikap maupun baru.

3. Masa Remaja sebagai Periode Bermasalah

Setiap situasi mempunyai tantangannya masing-masing. Namun, baik laki-laki maupun perempuan sering kali merasa kesulitan dalam menyelesaikan permasalahan remaja. Tantangan ini muncul karena dua alasan. Pertama, sebagian besar remaja kurang memiliki keterampilan pemecahan masalah karena selama masa pertumbuhannya, orang tua dan guru sering membantu anak-anak mengatasi kesulitan mereka. Kedua, remaja berkeinginan untuk mengatasi masalahnya sendiri dan pendidikan karena mereka yakin bahwa mereka mandiri.

4. Masa Remaja sebagai Masa Pencarian Identitas

Adaptasi remaja biasanya dilakukan menurut norma kelompok. Seperti berbicara serta berpakaian, anak yang lebih besar berperilaku cenderung lebih cepat dibandingkan dengan teman kelompoknya. Akibatnya, setiap penyimpangan dari norma kelompok dapat membahayakan keanggotannya dalam kelompok tersebut. Remaja dapat mengatasi hal ini dengan memusatkan perhatian pada dirinya sendiri dan diakui sebagai individu yang unik sambil tetap mempertahankan identifikasinya dengan kelompok teman sebayanya.

5. Masa Remaja sebagai Usia yang Menimbulkan Ketakutan

Ada banyak kepercayaan umum tentang remaja yang bermakna dan sayangnya banyak di antaranya yang kurang baik, seperti anggapan bahwa anak-anak itu berantakan, tidak dapat diandalkan, dan rentan terhadap perilaku destruktif, yang membuat pengawasan dari orang dewasa serta mengatur kehidupan remaja yang mulai merasa khawatir, bertanggung jawab serta acuh tak acuh pada remaja pada umumnya.

6. Masa Remaja sebagai Peralihan Masa Dewasa

Menjelang usia kedewasaan, kaum muda senang menerobos stereotip remaja untuk memberikan kesan mau dewasa. Berperilaku dan berpakaian yang mirip perilaku dewasa saja tidak cukup. karenanya, remaja mulai berkonsentrasi pada aktivitas yang berhubungan dengan masa dewasa, seperti mengonsumsi alkohol, merokok, memakai narkoba, dan melakukan hubungan seksual biasa. Mereka secara keliru percaya bahwa tindakan mereka mencerminkan citranya yang diharapkan.

2.1.3 Tahap Perkembangan Remaja

1. Remaja Awal

Remaja pada tahap ini berusia antara 10 dan 12 tahun. Pada tahap ini remaja sering kali mulai memunculkan ide-ide baru, mudah tertarik dengan lawan jenis, dan mudah bergairah (Ichsanudin & Gumantan, 2020).

2. Remaja Madya

Remaja madya berusia 13 sampai 15 tahun. Remaja saat ini sangat membutuhkan teman. Remaja biasanya tersenyum ketika banyak temannya menyukai mereka. (Aprilianto & Fahrizqi, 2020).

3. Remaja Akhir

Diklasifikasikan sebagai remaja akhir antara usia 16-19 tahun. Fase ini adalah waktu penutupan untuk pertumbuhan dan ditandai dengan tercapainya hal sebagai berikut :

- a. Tumbuhnya minat terhadap hal-hal yang baru
- b. Ego mencari metode untuk berinteraksi pada orang lain.
- c. Menciptakan identitas gender yang tidak akan pernah berubah lagi
- d. Keegoisan digantikan oleh menjaga keseimbangan baik diri sendiri maupun orang sekitar(lain).
- e. Bangun “tembok” yang memisahkan individu dari masyarakat

2.2 Konsep Diri

2.2.1 Pengertian Konsep Diri

Menurut Hurlock, Pikiran, keyakinan, perasaan, atau sikap seseorang tentang dirinya, serta sifat sikapnya terhadap dirinya sendiri, semuanya dianggap sebagai bagian dari konsep diri. Menurut Santrock, konsep diri adalah penilaian terhadap area tertentu dalam diri. Remaja dapat melakukan penilaian diri dalam berbagai bidang kehidupan sekolah. Sedangkan menurut Darmawan, Konsep diri merupakan pandangan seseorang ke karakteristik social, fisik, dan psikologisnya sendiri yang berkembang melalui pengalamannya dalam berintraksi. Dapat

disimpulkan bahwa konsep diri merupakan penilaian individu terhadap keadaan fisik (tubuh) dan psikologis (sosial, emosional, moral, dan kognitif) dirinya.

2.2.2 Komponen Konsep Diri

1. Perceptual (*physical self-concept*) adalah persepsi atau ketertarikan yang dimiliki seseorang terhadap orang lain berdasarkan persepsinya terhadap penampilan fisiknya. Elemen ini juga dikenal konsep sebagai diri fisik.
2. Conceptual (*psychological self-concept*), adalah persepsi seseorang tentang dirinya sendiri, kemampuan atau kekurangannya, masa depannya, dan mencakup perubahan kualitas hidupnya, harga diri, kejujuran, kemandirian serta keberanian.
3. Attitudinal merupakan bagaimana perasaannya pada dirinya sendiri, sikapnya terhadap keberadaannya saat ini dan yang akan datang, sikapnya terhadap martabat dan harga dirinya.

Sunaryo menambahkan bahwa konsep diri dibagi atas bagian berikut:

1. Gambaran Diri (*Body Image*)

Meliputi performa, potensi tubuh, fungsi tubuh, serta pemikiran dan sentimen mengenai ukuran dan bentuk tubuh, citra diri merupakan sikap seseorang terhadap tubuhnya, baik secara sadar maupun tidak sadar. Perilaku yang berkaitan dengan tubuh, seperti penampilan, bentuk tubuh, atau fungsi fisik, disebut sebagai citra diri atau citra tubuh (Potter dan Perry).

2. Ideal Diri (*Self Ideal*)

Diri ideal adalah gagasan seseorang tentang bagaimana ia harus bertindak sesuai dengan nilai-nilainya norma-norma perilaku. Ideal diri memenuhi tujuan dan harapan pribadi. Inspirasi dan dorongan untuk mewujudkan impian bisa datang dari diri ideal Anda.

3. Harga Diri (*Self Esteem*)

Harga diri adalah perasaan subyektif seseorang secara keseluruhan mengenai diri sendiri atau harga diri. Harga diri adalah sikap seseorang terhadap rasa berharga, disukai, dan dihargai.

4. Peran Diri (*Self Role*)

Peran diri adalah model sikap, perilaku dan nilai yang diharapkan dari seseorang berdasarkan posisinya dalam masyarakat atau dalam kelompok sosial yang berbeda. Setiap orang memiliki beberapa peran terkait status pada waktu tertentu selama hidup mereka. Memiliki peran yang memuaskan kebutuhan dan cita-cita seseorang menimbulkan harga diri yang tinggi.

5. Identitas Diri (*Self Identity*)

Identitas diri merupakan kesadaran yang dikembangkan seseorang melalui refleksi dan pengamatan diri. Seseorang yang memiliki nya dimulai pada awal kehidupan, identitas dan konsep diri mulai terbentuk.

2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri pada Remaja

Menurut penelitian Kania Saraswatia (2016), konsep diri dipengaruhi oleh:

1. Pola Asuh Orang Tua

Interaksi antara orang tua dan anak disebut dengan pola asuh. Anak hendaknya dididik, diawasi, didisiplinkan, dan dilindungi agar ia dapat menjadi dewasa sesuai dengan norma-norma sosial. Tingkat kenakalan menurun seiring dengan kualitas interaksi antara orang tua dan anak remajanya. Perkembangan dan pembentukan konsep diri anak akan dipengaruhi oleh kehadiran orang tuanya.

2. Teman Sebaya

Ketika remaja bersama teman sebayanya, remaja berusaha mencari jati dirinya sendiri. Kelompok teman sebaya menyediakan lingkungan di mana remaja dapat berinteraksi dengan teman sebayanya. Namun sangat berbahaya bila generasi ini tertutup karena tidak semua orang tidak dapat dipisahkan seperti mengikuti nilai-nilai, perilaku, pemikiran, kepribadian dan gaya hidup yang diciptakan oleh pemimpin kelompoknya. Teman sebaya merupakan hubungan timbal balik antar seseorang yang melibatkan pengakuan kelompok.

3. Peranan Harga Diri

Anak perlu mendapat pendidikan, pengawasan, disiplin, dan perlindungan agar menjadi dewasa sesuai dengan norma-norma sosial. Ketika kualitas remajanya meningkat, tingkat kenakalan pun meningkat. Kehadiran orang tua anak akan berdampak pada tumbuh kembang dan terciptanya konsep diri anak.

2.3 Konsep *Body Shaming*

2.3.1 Definisi *Body Shaming*

Body shaming merupakan praktik mengkritik penampilan fisik orang lain (Rismajayanthi & Priyanto, 2019). *Body shaming* menurut Chairani (2018) adalah tindakan mengutuk bentuk atau wujud tubuh lain padahal bentuk tubuh tersebut tidak diinginkan atau tipikal. Menurut Hayuputri (2018), *body shaming* adalah suatu teknik untuk menyakiti seseorang dengan cara meremehkan atau melontarkan pernyataan tentang tipe tubuh seseorang yang tidak menarik.

2.3.2 Bentuk-Bentuk *Body Shaming*

Body shaming identic dengan bentuk maupun ukuran dari tubuh seseorang. Adapun bentuk-bentuk *body shaming* menurut Fitriana (2019), antara lain :

1. *Fat Shaming*, merupakan bentuk penghinaan yang mengkritik seseorang berdasarkan ukuran tubuhnya.
2. *Skinny Shaming*, adalah bentuk *shaming* yang mengkritik seseorang karena bentuk tubuhnya yang kurus atau berlekuk.
3. Rambut/rambut tubuh adalah salah satu bentuk rasa malu yang disebabkan oleh rambut tubuh yang berlebihan seperti rambut di kaki dan tangan. Serta kondisi rambut yang dianggap tidak sehat, seperti kebotakan.
4. Warna kulit mempermalukan tubuh dengan mengomentari warna kulit, seperti kulit hitam dan albino.

2.3.3 Dampak *Body Shaming*

Body shaming merupakan perilaku yang berdampak negatif dan membuat korban merasa tidak percaya diri. Mereka yang melakukan *body shaming* mungkin tidak menyadari bahwa tindakan mereka dapat berdampak buruk bagi seseorang. Menurut penelitian Lemont (2015), gangguan makan termasuk bulimia, anoreksia, dan makan berlebihan serta penyakit mental seperti depresi adalah akibat dari rasa malu terhadap tubuh. Menurut penelitian Lestari, *body shaming* berdampak negatif pada kebiasaan makan, munculnya dorongan untuk mengontrol penampilan dan berat badan, serta munculnya emosi negatif yang dapat berujung pada gangguan jiwa seperti gangguan makan dan *body dysmorphic disorder/fixation* terhadap kekurangan dari bagian tubuh yang bereaksi secara berlebihan) serta penarikan diri dari lingkungan.

2.4 Konsep Rasa Percaya Diri

2.4.1 Definisi Rasa Percaya Diri

Rasa percaya diri adalah salah satu aspek terpenting dalam kehidupan dan kepribadian. Orang yang percaya diri secara konsisten memiliki keyakinan pada keterampilan mereka. Sekalipun harapan dan keinginan mereka tidak terwujud atau tidak berhasil, mereka tetap memiliki sikap positif dan dapat menerimanya dengan lapang dada. Menurut Thantaway (dalam Fanun, 2019) mengatakan bahwa Rasa percaya nya untuk melakukan sesuatu timbul dari keadaan pikiran atau jiwa yang dikenal dengan istilah percaya diri. Kekurangan kepercayaan diri

sering kali mengasingkan diri karena berpikiran negatif dan kurang percaya pada bakatnya.

2.4.2 Manfaat Rasa Percaya Diri

1. Emosi

Ketika seseorang percaya diri, mereka lebih mampu mengendalikan emosinya dalam keadaan tegang, merespons dengan tenang, dan memutuskan kapan harus bertindak.

2. Konsentrasi

Seseorang dengan rasa percaya diri yang tinggi akan lebih mudah berkonsentrasi pada tugas tertentu tanpa terlalu memikirkan masalah lain yang dapat menghambat rencana tindakannya.

3. Sasaran

Orang dengan rasa percaya diri yang tinggi mengarahkan aktivitasnya ke arah tujuan yang cukup sulit karena memaksa dirinya untuk berbuat lebih baik. Sebaliknya, orang dengan harga diri rendah cenderung menyelaraskan tujuan perilaku mereka tetapkan tujuan yang lebih mudah dicapai sehingga mereka tidak merasakan tekanan untuk menjadi lebih baik.

4. Usaha

Ketika mencapai tujuan mereka, orang-orang dengan rasa percaya diri yang tinggi cenderung tidak menyerah atau putus asa. Ia berusaha untuk terus berusaha hingga usahanya berhasil. Sebaliknya, orang yang kurang percaya diri lebih cenderung menyerah atau berhenti di tengah-tengah suatu tugas.

5. Strategi

Orang yang memiliki kepercayaan diri tinggi akan terus menemukan taktik baru untuk mendapatkan hasil dalam bisnis. Dia akan bereksperimen dengan berbagai taktik dan berani mengambil risiko saat menggunakannya. Sebaliknya, orang dengan harga diri yang buruk sering kali menolak mencoba pendekatan baru, namun tetap menjaga ketenangan.

6. Momentum

Rasa percaya diri yang tinggi membuat orang lebih tenang, gigih, kecil kemungkinannya untuk mudah menyerah, dan lebih cenderung mencoba membuat taktik dan meraih kemungkinan-kemungkinan baru. Hal ini menawarkan peluang untuk mengambil momentum atau momentum yang tepat untuk suatu tindakan. Tanpa rasa percaya diri yang kuat, upaya individu, peluang pengembangan, dan momen tindakan akan terhambat.

2.4.3 Karakteristik Percaya Diri

Menurut Hakim, karakteristik percaya diri antara lain :

1. Tetap tenang setiap saat.
2. Memiliki kemampuan dan potensi yang memadai.
3. Kemampuan menetralkan konflik yang muncul dalam berbagai situasi.
4. Kemampuan untuk beradaptasi dan berkomunikasi dalam situasi yang berbeda.
5. Memiliki kesehatan fisik dan mental yang memadai untuk menjaga kecantikan Anda.
6. Menjadi orang yang cerdas.

7. Memiliki tingkat pendidikan yang lengkap.
8. Memiliki kecakapan atau keterampilan penunjang hidup, seperti kemampuan berbahasa asing.
9. Mampu bersosialisasi.
10. Mendapatkan pendidikan yang berkualitas.
11. Miliki pengalaman hidup yang membentengi intelektualitas agar mampu menghadapi tantangan hidup.
12. Selalu tanggap terhadap berbagai persoalan.

2.4.4 Proses Terbentuknya Rasa Percaya Diri

Menurut Hakim, proses membangun rasa percaya diri adalah sebagai berikut:

1. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan metode yang menghasilkan manfaat tertentu.
2. Mempunyai kesadaran yang jelas akan kelebihan yang dimiliki dan keyakinan bahwa apapun dapat dicapai dengan memanfaatkan kelebihan tersebut.
3. Kemampuan mengenali kekurangan diri dan menyikapinya secara positif sehingga tidak menimbulkan rendah diri atau kesulitan beradaptasi.
4. Telah menjalani berbagai gaya hidup dan memanfaatkannya secara maksimal.

2.4.5 Faktor yang Mempengaruhi Rasa Percaya Diri

Argo Yulan (2013) mengatakan bahwa faktor rasa percaya diri sebagai berikut:

a. Faktor Internal

1. Harga diri dan perasaan dibutuhkan

Individu merasa senang ketika orang lain membutuhkannya, memperoleh harga diri, penghargaan, penyesuaian diri penting untuk mengembangkan rasa percaya diri. Ketika kebutuhan ini tidak terpenuhi, orang tersebut akan merasa rendah diri. Pengembangan harga diri yang positif memiliki efek positif pada pengembangan rasa percaya diri.

2. Keberhasilan

Prestasi dalam studi, seni, olah raga dan sejenisnya dapat mempengaruhi citra diri. Semakin sukses seseorang, semakin mudah bagi mereka untuk percaya pada diri mereka sendiri. Tetapi jika kegagalan berulang, individu tersebut tidak mau mencoba menahan gagasan bahwa mereka tidak memiliki apa adanya.

3. Kondisi Fisik

Kondisi fisik adalah kondisi yang mempengaruhi manusia secara langsung dan eksplisit. Rasa percaya diri pada individu diawali dengan kesadaran diri secara fisik, bagaimana individu menghargai, menerima atau menolak kodratnya sendiri. Orang yang puas dengan bentuk fisiknya cenderung lebih percaya diri.

4. Pengalaman

Pengalaman adalah hal-hal yang dimiliki orang yang dapat mempengaruhi kehidupan lainnya. Pengalaman negatif orang di masa lalu dapat memengaruhi kehidupan masa depan orang tersebut, serta rasa percaya diri mereka. Pengalaman gagal menurunkan rasa percaya diri, sedangkan pengalaman sukses membuat

orang percaya pada kemampuannya sehingga mampu membangun rasa percaya diri.

b. Faktor Eksternal

1. Orang tua

Penilaian orang tua terhadap harapan individu menjadi penilaian dalam memandang dirinya, jika individu tidak dapat memenuhi banyak harapan tersebut dan jika orang tua tidak mengakui keberhasilannya maka akan menimbulkan perasaan ketidakpuasan dan harga diri yang rendah.

2. Sekolah

Sekolah adalah model bagi anak-anak setelah keluarga. Siswa yang banyak dihukum dan ditegur dengan keras seringkali merasa lebih sulit untuk mengembangkan rasa percaya diri dan harga diri mereka daripada siswa yang dipuji dan diberi penghargaan atas prestasinya.

3. Teman Sebaya

Penerimaan teman sebaya menentukan pembentukan citra diri, ketika seorang individu merasa bahwa teman-temannya menerima, mencintai dan menghormati mereka, mereka sering kali memiliki kepercayaan diri dan motivasi untuk mengembangkan keterampilan mereka.

4. *Body Shaming*

Body shaming merupakan suatu celaan fisik yang dilontarkan seseorang yang tanpa disadari dapat menyakiti hati korbannya. Hal yang biasa dianggap bercanda atau tidak, dapat membuat korban *body shaming* tidak merasa percaya

diri. Hal ini disebabkan karena korban merasa malu atas apa yang telah pelaku ucapkan.

5. Suku

Perilaku *body shaming* juga dapat ditinjau dari suku. Suku Madura terkenal dengan penampilan luarnya yang keras dan kecenderungannya terhadap keterbukaan atau kebebasan. Perasaan bebas dapat dilihat dari berbicara dan bertindak dengan cara apa pun yang Anda pilih, yang memungkinkan untuk mempermalukan orang lain karena mereka sudah terbiasa.

2.4.6 Hubungan *Body Shaming* dengan Rasa Percaya Diri pada Remaja

Body shaming adalah praktik mengkritik fisik orang lain. (Rismajayanthi & Priyanto, 2019). *Body shaming* merupakan bagian dari *verbal abuse* karena perkataan pelaku dapat melukai hati korban (Putri, Kuntjara & Sutanto, 2018). Mengatasi *body shaming* dengan mengolok-olok bentuk tubuh merupakan hal yang wajar dan dapat diterima oleh masyarakat (Kar, 2019). Padahal, tindakan tersebut dapat memberikan efek negatif *Body shaming* berdampak pada kesejahteraan mental dan sosial korbannya (Lestari 2019), misalnya memberikan citra diri yang buruk kepada korban sehingga korban menjadi tidak percaya diri.

Tingkatkan kepercayaan diri Anda dalam situasi biasa. Ketika lingkungan tidak mendorong pertumbuhan psikologis remaja, *body shaming* bisa saja terjadi. Dimulai dengan komentar yang dilakukan secara sengaja atau tidak sengaja, mengkritik bagian tubuh seseorang. Remaja yang sering mengalami *body shaming* memiliki rasa percaya diri yang rendah.

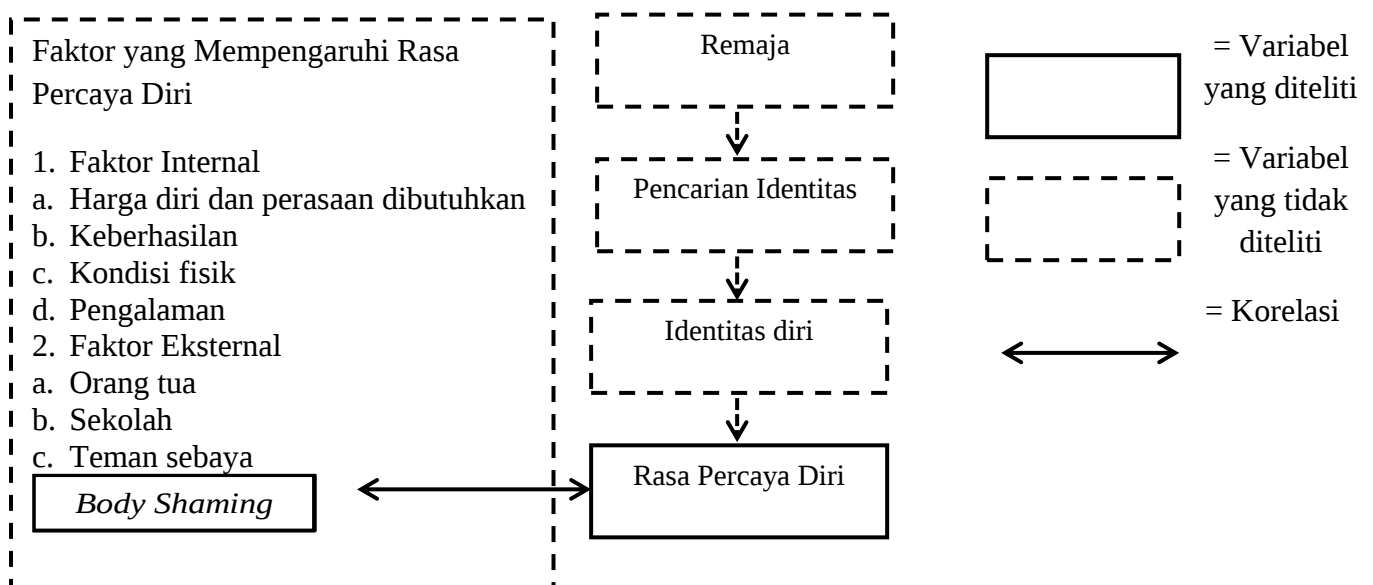
Menurut penelitian Fatmawati (2021), *body shaming* dapat berdampak negatif terhadap harga diri seseorang. Terganggunya rasa percaya diri ini berdampak pada kehidupan seseorang karena menyebabkan korbannya menjadi malu jika orang lain mengolok-olok bentuk tubuhnya dan menyebabkannya menarik diri dari masyarakat. Akibatnya, korban sulit berfungsi secara normal dalam situasi sosial.

Sementara itu, penelitian Putra pada tahun 2022 mengungkap adanya hubungan antara *body shaming* dan rasa percaya diri. Dari kedua makalah tersebut dapat disimpulkan bahwa *body shaming* dan rasa percaya diri remaja mempunyai keterkaitan.

BAB 3. KERANGKA KONSEP

3.1 Kerangka Konsep

Menurut Sugiyono (2014), kerangka konseptual merupakan kumpulan interaksi antar variabel yang diorganisasikan menurut berbagai gagasan yang diuraikan. Di bawah ini adalah model kerangka konseptual hubungan antara variabel penelitian dengan landasan teori dan temuan penelitian sebelumnya. Hal ini didasarkan pada tinjauan teoritis terhadap penelitian terdahulu serta landasan teori dan permasalahan yang telah dikemukakan sebagai landasan dalam merumuskan hipotesis. Variabel bebas (bebas) dalam penelitian ini adalah body shaming, sedangkan variabel terikat (terikat) adalah rasa percaya diri. Penelitian ini mencoba untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel tersebut.



3.2 Hipotesis Penelitian

Dalam penelitian, hipotesis berfungsi sebagai solusi jangka pendek terhadap permasalahan yang kebenarannya akan diperiksa. Hipotesis penelitiannya adalah sebagai berikut, dan didasarkan pada informasi latar belakang, tinjauan pustaka, dan penelitian terdahulu yang telah dibahas:

Ha: Terdapat hubungan antara *body shaming* dengan rasa percaya diri pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso.

BAB 4. METODE PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Semua penelitian harus direncanakan dan dilaksanakan sesuai dengan metode yang disebut desain penelitian (Silaen, 2018). Penelitian ini menggunakan desain penelitian cross sectional study karena memudahkan peneliti dalam melaksanakan penelitian karena semua variabel diukur dan diamati secara bersamaan dalam penelitian ini. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan penekanan khusus pada pengolahan statistik data numerik (dalam bentuk angka) untuk analisisnya. Untuk mengidentifikasi hubungan antara dua variabel dan mengevaluasi signifikansinya, peneliti menerapkan metode korelasional kuantitatif (Azwar, 2010).

4.2 Populasi dan Sampel

Populasi adalah jangkauan umum subjek dan komposisi subjek, yaitu jumlah dan karakteristik yang peneliti gunakan untuk menganalisis dan menarik kesimpulan (Sugiyono, 2017). Populasi dalam penelitian ini berjumlah 118 siswa-siswi SMA Negeri 3 Bondowoso.

Sampel adalah unit terkecil dari sekelompok individu yang termasuk dalam populasi yang representatif (Dharma, 2010). Sampel dalam penelitian ini berdasarkan perhitungan rumus *Slovin*.

Rumus *Slovin* :

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

Keterangan :

n : Jumlah sampel

N : Jumlah populasi

e : Batas toleransi kesalahan (*error tolerance*) 0,05

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

$$n = \frac{118}{1+(118 \times 0,05^2)}$$

$$n = \frac{118}{1+(118 \times 0,0025)}$$

$$n = \frac{118}{1+(0,295)}$$

$$n = \frac{118}{1,295}$$

$$n = 91,11 \text{ (91) Responden}$$

Jadi, Sampel penelitian berjumlah 91 responden.

Sampel diukur berdasarkan dua kriteria, yaitu:

1. Kriteria Inklusi

Kelompok sasaran penelitian mempunyai ciri-ciri tertentu yang menjadi kriteria inklusi. Kriteria inklusi hendaknya berpedoman pada aspek keilmuan (Nursalam, 2015). Kriteria pemilihan untuk penelitian ini adalah:

1. Siswa-siswi SMA Negeri 3 Bondowoso yang bersedia menjadi responden yang telah berusia 10-24 tahun.
2. Siswa-siswi SMA Negeri 3 Bondowoso yang pernah menjadi korban *body shaming*.

2. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah identifikasi kelompok orang yang tidak dapat dianggap sebagai sampel (Notoatmodjo, 2012). Kriteria eksklusi untuk penelitian ini adalah:

1. Siswa-siswi yang sakit atau sedang izin tidak masuk sekolah pada saat peneliti melakukan penelitian.

Teknik sampling adalah suatu cara untuk mengumpulkan sampel. Dalam penelitian ini, metodologi sampel acak langsung diadopsi oleh para peneliti. Pengambilan sampel acak sederhana melibatkan pemilihan individu dari suatu kelompok secara acak tanpa memperhitungkan susunan populasi.

4.3 Variabel Penelitian

Variabel penelitian dalam penelitian ini adalah *body shaming* (variabel bebas) dan rasa percaya diri pada remaja (variabel terikat).

4.4 Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 3 Bondowoso di Kabupaten Bondowoso. Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 3 Bondowoso dengan beberapa alasan, diantaranya :

1. SMA Negeri 3 Bondowoso belum pernah mengadakan pembelajaran pada topik yang dibahas.
2. Keinginan sekolah untuk menjadi pusat penelitian dan potensi keterlibatan efektif dengan sekolah untuk mendukung penelitian.

4.5 Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan selama 1 hari pada tanggal 7 Agustus 2023.

4.6 Definisi Operasional

Untuk menghindari konsep yang berbeda terhadap penelitian yang akan dilakukan, maka perlu dilakukan pembatasan ruang lingkup atau pemahaman operasional terhadap variabel penelitian yang akan diteliti, antara lain:

Tabel 4. 1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1.	<i>Body shaming</i>	<i>Body shaming</i> merupakan sebuah bentuk perilaku dievaluasi oleh orang lain yang berhubungan dengan bentuk tubuh/penampilan seseorang	Kuesioner <i>Body shaming</i>	1. Ringan (0-18) 2. Sedang (19-36) 3. Berat (37-54)	Ordinal

		meliputi bentuk tubuh, <i>fat shaming</i> ataupun <i>skinny shaming</i> dan warna kulit.			
2.	Rasa Percaya Diri	Rasa percaya diri merupakan sebuah keyakinan atas kemampuan diri sendiri, selalu merasa optimis dan gembira serta mempunyai nilai yang positif terhadap dirinya sendiri.	Kuesioner Percaya Diri	1. Rendah (36-66) 2. Cukup (67-99) 3. Tinggi (100-144)	Ordinal

4.7 Teknik Pengumpulan Data

4.7.1 Sumber Data

Data dapat dikumpulkan dengan menggunakan berbagai keadaan, sumber daya, dan teknik (Sugiyono, 2016). Sumber informasi primer dan sekunder digunakan untuk mengumpulkan data untuk penelitian ini.

- Sumber data utama penelitian ini adalah pengumpulan data awal tanggal 11 Januari 2023 sebanyak 25 siswa SMA Negeri 3 Bondowoso.
- Sumber sekunder adalah sumber seperti informasi dari pihak ketiga atau buku (Sugiyono, 2016). Sumber sekunder penelitian ini adalah data siswa SMA Negeri 3 Bondowoso dari guru Bimbingan Konseling SMA Negeri 3 Bondowoso.

4.7.2 Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini dilakukan pada April 2023 di SMA Negeri 3 Bondowoso dengan beberapa langkah antara lain:

1. Mengajukan judul penelitian.
2. Menyusun surat studi pendahuluan kepada Bakesbangpol lalu diteruskan ke Dinas Pendidikan Cabang Bondowoso.
3. Memberikan surat studi pendahuluan ke Kepala Sekolah SMA Negeri 3 Bondowoso.
4. Melakukan studi pendahuluan.
5. Melakukan uji etik penelitian No.417/KEPK/UDS/VIII/2023.
6. Menyerahkan izin pada Bakesbangpol Bondowoso dengan surat dari kampus Universitas dr. Soebandi dan dilanjutkan ke Dinas Pendidikan Cabang Bondowoso.
7. Memberikan surat izin penelitian ke Kepala Sekolah SMA Negeri 3 Bondowoso.
8. Berkoordinasi dengan guru Bimbingan Konseling dan menentukan sampel penelitian.
9. Pengumpulan data *informed consent* untuk menjadi responden yang dimasukkan dalam *google form*.
10. Memberilakkan link *online* melalui *google form*.
11. Kuesioner dibagikan kepada ketua kelas disetiap kelas untuk diisi oleh siswa.

4.8 Teknik Analisis Data

Untuk menentukan signifikansi hubungan *body shaming* dengan rasa percaya diri pada remaja menggunakan bantuan dari program SPSS 29. Analisis

data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan analisis bivariat.

1. Analisis Univariat

Strategi untuk menilai data dari satu variabel secara independen disebut analisis univariat. Dalam metode ini, variabel independen dan dependen diperiksa secara independen satu sama lain.

2. Analisis Bivariat

Analisis yang disebut analisis bivariat bertujuan untuk menentukan apakah dua variabel saling berhubungan. Analisis inferensial merupakan nama lain dari analisis bivariat. Uji Korelasi Rank Spearman, yaitu uji korelasi antara dua variabel non parametrik yang kadarnya dievaluasi menggunakan skala ordinal, digunakan dalam penelitian ini untuk menilai hubungan antara dua variabel.

Rumus Uji Korelasi Spearman Rank ($\rho = \text{rho}$):

$$\rho = 1 - \frac{6 \sum d_i^2}{n(n^2 - 1)}$$

Keterangan :

ρ : nilai korelasi rank spearman

d^2 : perbedaan untuk setiap pasangan

n : jumlah pasangan

Kriteria keputusan untuk uji korelasi rank spearman:

1. Jika nilai sig. < 0,05 menunjukkan korelasi yang signifikan antara variabel terkait.

4.8.1 Alat/Instrumen Pengumpulan Data

Alat pengumpulan data dalam penelitian ini adalah kuesioner. Selama survei, peneliti mengumpulkan informasi tentang berbagai topik untuk menjawab pertanyaan. Kuesioner penelitian ini dibagi menjadi dua bagian, bagian pertama adalah angket *body shaming* sebanyak 18 item pertanyaan dan angket rasa percaya diri sebanyak 36 item pertanyaan. Pembuatan alat pengukuran pada penelitian ini dengan menggunakan skala likert. Pada skala *body shaming*, jawabannya adalah Tidak Pernah (TP), Kadang-kadang (KK), Sering (S), Sangat sering (SS). Pada skala rasa percaya diri yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS) jawaban ragu-ragu (R) dihilangkan karena orang cenderung memilih pilihan tersebut dan tidak akan menjawab setuju atau tidak setuju dengan pernyataan pada skala. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *body shaming* dan skala rasa percaya diri.

1. Kuesioner *Body Shaming*

Diambil dari sebuah penelitian (Nur Fadilah, 2016) yang peneliti sesuaikan dengan topik penelitian dan berdasarkan definisi *body shaming* yang telah dipaparkan, nantinya akan dikembangkan alat penelitian. Instrumen ini diuji VR dan memiliki nilai 0,913. Responden hanya memilih alternatif jawaban yang sesuai dengan kenyataan dan didapatkan kesimpulan jika hasil skor total 0-18 (kategori ringan), 19-36 (kategori sedang), 37-54 (kategori berat).

Pada kuesioner ini, terdapat empat pilihan jawaban terdiri dari Tidak Pernah (TP), Kadang-Kadang (KK), Sering (S), Sangat Sering (SS). Adapun

dikatakan intensitas Sangat Sering (SS) jika responden mengalami *body shaming* 1x/minggu-setiap hari dengan pemberian skor 3. Sedangkan dikatakan Sering (S) jika responden mengalami *body shaming* sebanyak 1-2x/bulan dengan pemberian skor 2 dan dikatakan Kadang-Kadang (KK) jika responden mengalami *body shaming* sebanyak 1x/6 bulan-1 tahun dengan skor 1. Jika responden mengatakan tidak pernah mengalami *body shaming* maka perhitungan skor 0.

Tabel 4.2 Skoring *Body shaming* 1

No	Pertanyaan	Jumlah pertanyaan	Jumlah skoring
1.	<i>Body shaming</i>	6 pertanyaan (Nomor 1, 2, 4, 5, 7, 8, 10, 11, 13, 15, 16, 18)	3=Sangat sering 2=Sering 1=Kadang-kadang 0=Tidak pernah
2.	Efek Psikologis <i>Body shaming</i>	6 pertanyaan (Nomor 3, 6, 9, 12, 14, 17)	3=Sangat sering 2=Sering 1=Kadang-kadang 0=Tidak pernah
Total score			Ringan = 0-18 Sedang = 19-36 Berat = 37-54

2. Kuesioner Rasa Percaya Diri

Ukuran kepercayaan diri, yang terdiri dari 40 item, diadaptasi dalam penelitian (Zurisatia Ekaningtyas, 2016) dan merupakan alat yang digunakan dalam penelitian eksklusif (Wahyuni, 2008). Ketika instrumen ini dievaluasi kembali secara virtual reality menghasilkan skor 0,856 untuk 36 soal valid. Hanya alternatif jawaban yang sesuai dengan kenyataan yang dipilih responden. Sangat Cocok (SS), Cocok (S), Tidak Cocok (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS) merupakan empat pilihan jawaban kuesioner. Setiap indikator dari data yang terkumpul kemudian dikategorikan dan diberi skor sebagai berikut :

Tabel 4. 3 Skoring Rasa Percaya Diri

Pertanyaan positif (+)	Skor	Pertanyaan negatif (-)	Skor
Sangat Sesuai (SS)	4	Sangat Sesuai (SS)	1
Sesuai (S)	3	Sesuai (S)	2
Tidak Sesuai (TS)	2	Tidak Sesuai (TS)	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	Sangat Tidak Sesuai (STS)	4

Pada kuesioner ini, terdapat pertanyaan *favoriable* dan *unfavoriable*. Adapun pertanyaan *favoriable* dalam kuesioner ini adalah pertanyaan nomor 1-20. Sedangkan pertanyaan *unfavoriable* dalam kuesioner ini adalah pertanyaan nomor 21-36. Dapat ditarik kesimpulan jika skor total 36-66 maka dikategorikan memiliki tingkat rasa percaya diri yang rendah, skor total 67-99 dikategorikan cukup dan skor total 100-144 dikategorikan tinggi.

Sumber : Skala dan Kepercayaan Diri (Wahyuni, 2008)

4.8.2 Uji Validitas dan Reabilitas

Pengujian reliabilitas mengacu pada kesamaan pengukuran atau pengamatan ketika peristiwa atau kehidupan nyata dievaluasi pada waktu yang berbeda (Nursalam, 2017). Menurut Wiratna Sujarwen (2014), apabila nilai Cronbach's alpha lebih dari 0,6. Skala *body shaming* memiliki 18 item dengan indeks reabilitasnya 0,913 dan skala rasa percaya diri sebanyak 36 item dengan indeks reabilitasnya sebanyak 0,856.

4.9 Etika Penelitian

Peneliti mendapat surat persetujuan awal dari Universitas Dr. Soebandi sebelum memulai penelitian. Surat izin awal selanjutnya akan diproses oleh Dinas

Pendidikan Cabang Bondowoso sebelum dikirimkan ke Badan Kesatuan Bangsa dan Politik (Bakesbangpol) Bondowoso, kemudian surat itu diberikan kepada Kepala Sekolah SMA Negeri 3 Bondowoso untuk mendapatkan informasi tentang siswa tersebut. Setelah disetujui, mulailah mengumpulkan data yang menyoroti masalah etika, termasuk:

1. *Informed Consent*

Formulir persetujuan dibagikan kepada semua subjek yang memenuhi kriteria inklusi sebelum pelaksanaan penelitian. Jika subjek setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, maka harus mengisi *inform consent* yang akan dibagikan melalui *google form*. Peneliti menghormati hak responden dan tidak mempermasalahkan hal tersebut jika subjek menolak.

2. *Anonimity (tanpa nama)*

Peneliti tidak mencatat nama responden pada lembar pendataan yang telah diisi responden demi menjaga kerahasiaannya. Kami akan memberi kode pada dokumen tersebut.

3. *Confidentially (kerahasiaan)*

Semua informasi dari responden telah dikumpulkan memastikan kerahasiaan dijamin oleh peneliti.

4. *Benefits (manfaat)*

Penelitian ilmiah harus memberikan nilai tambah yang terbaik bagi masyarakat secara keseluruhan dan terhadap obyek penelitian (Notoatmodjo, 2012). Peneliti menggunakan teknik untuk melakukan penelitian ini dengan

Teknik yang sudah ada sehingga tidak merugikan responden dan mendapatkan manfaat yang sebesar-besarnya.

5. *Justice* (keadilan)

Peneliti harus jujur, transparan, dan berupaya menjunjung tinggi cita-cita transparansi dan keadilan. Oleh karena itu, perlu mengkondisikan lingkungan penelitian agar menganut gagasan keterbukaan, khususnya dalam menguraikan proses penelitian. Prinsip keadilan ini memastikan bahwa semua subjek menerima nilai yang adil berdasarkan jenis kelamin, agama, ras, dll (Notoatmodjo, 2012). Dalam penelitian ini peneliti bersikap adil atau setara terhadap seluruh responden, artinya tidak membedakan tingkatan, kemampuan dan privasi responden.

BAB 5. HASIL PENELITIAN

5.1 Deskripsi Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 3 Bondowoso yang berlokasi di Kelurahan Kademangan, Kecamatan Bondowoso, Kabupaten Bondowoso. Terdapat sekitar 10 ruang kelas yang terbagi menjadi 3 kelas diantaranya kelas 10, 11 dan 12. Perkelas rata-rata sekitar 20 hingga lebih murid. Terdapat beberapa kamar mandi, 1 ruang Usaha Kesehatan Sekolah, 1 masjid sekolah, lapangan olahraga, kantin, koperasi, ruang guru, ruang Bimbingan Konseling, 1 ruang Tata Usaha, beberapa ruang laboratorium dan ekstrakurikuler.

5.2 Data Umum

5.2.1 Karakteristik Responden Penelitian

Karakteristik responden yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu:

1. Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Usia Responden di SMA Negeri 3 Bondowoso tahun 2023
2. Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin di SMA Negeri 3 Bondowoso tahun 2023
3. Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Warna Kulit di SMA Negeri 3 Bondowoso tahun 2023
4. Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Indeks Masa Tubuh di SMA Negeri 3 Bondowoso tahun 2023

Tabel 5.1 Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Usia Responden di SMA Negeri 3 Bondowoso tahun 2023

Usia	Jumlah Responden	Presentase
14 tahun	3	3.3%
15 tahun	11	12.1%
16 tahun	20	22.0%
17 tahun	35	38.5%
18 tahun	19	20.9%
20 tahun	3	3.3%
Total	91	100%

Sumber data primer, 2023

Tabel 5.1 diketahui bahwa berdasarkan usia paling banyak adalah 17 tahun dengan presentase 38.5%.

Tabel 5.2 Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin di SMA Negeri 3 Bondowoso tahun 2023

Jenis Kelamin	Jumlah Responden	Presentase (%)
Laki-laki	59	64,8%
Perempuan	32	35,2%
Total	91	100%

Sumber data primer, 2023

Tabel 5.2 diketahui bahwa berdasarkan jenis kelamin paling banyak adalah jenis kelamin laki-laki dengan presentase 64,8%.

Tabel 5.3 Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Warna Kulit di SMA Negeri 3 Bondowoso tahun 2023

Warna Kulit	Jumlah Responden	Presentase (%)
Warna kulit putih pucat	3	3,3%
Warna kulit putih	4	4,4%
Warna kulit coklat terang	61	67,0%
Warna kulit coklat	21	23,1%
Warna kulit coklat tua	2	2,2%
Total	91	100%

Sumber data primer, 2023

Tabel 5.3 Diketahui bahwa berdasarkan warna kulit paling banyak adalah warna kulit coklat terang dengan presentase 67,0%.

Tabel 5.4 Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Indeks Masa Tubuh di SMA Negeri 3 Bondowoso tahun 2023

Kategori	Hasil IMT	Jumlah Responden	Presentase (%)
Berat badan kurang	< 18,5	53	58,2%
Berat badan berlebih	23-29,9	25	27,5%
Obesitas	>30	13	14,3%
Total		91	100%

Sumber data primer, 2023

Tabel 5.4 Diketahui bahwa berdasarkan indeks masa tubuh paling banyak adalah berat badan kurang dengan presentase 58,2%.

5.3 Data Khusus

5.3.1 Identifikasi *Body Shaming* pada Remaja

Distribusi frekuensi *body shaming* pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso.

Tabel 5.5 *Body shaming* pada Remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso tahun 2023

Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
Ringan	79	86,8%
Sedang	10	11,0%
Berat	2	2,2%
Total	91	100%

Sumber data primer, 2023

Tabel 5.5 Diketahui bahwa *body shaming* pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso berdasarkan kategori dapat disimpulkan bahwa *body shaming* paling banyak berada di kategori ringan dengan presentase 86,8%.

5.3.2 Identifikasi Rasa Percaya Diri Pada Remaja

Distribusi frekuensi rasa percaya diri pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso.

Tabel 5.6 Rasa Percaya Diri pada Remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso tahun 2023

Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
Cukup	91	100%
Total	91	100%

Sumber data primer, 2023

Tabel 5.6 Diketahui bahwa rasa percaya diri pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso berdasarkan kategori dapat disimpulkan bahwa rasa percaya diri seluruh siswa berada di kategori cukup dengan presentase 100%.

5.3.3 Hubungan *Body Shaming* dengan Rasa Percaya Diri pada Remaja SMA Negeri 3 Bondowoso

Distribusi frekuensi *body shaming* dengan rasa percaya diri pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso.

Tabel 5.7 Uji Hipotesis Korelasi *Body shaming* Dengan Rasa Percaya Diri Pada Remaja SMA Negeri 3 Bondowoso tahun 2023

Variabel	Koefisien Korelasi (r)	Signifikansi (p)
<i>Body shaming</i> Rasa Percaya Diri	0.042	0.694

Sumber data primer, 2023

Hasil uji korelasi, ditemukan bahwa tidak ada hubungan antara *body shaming* dengan rasa percaya diri pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso dengan nilai signifikansi atau Sig (2-tailed) sebesar $0.694 > 0.05$.

BAB 6. PEMBAHASAN

6.1 Pembahasan Hasil Penelitian

6.1.1 Identifikasi Perlakuan *Body Shaming* pada Remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5.5 penilaian perilaku *body shaming* dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner *body shaming*. Penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku *body shaming* pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso berdasarkan kategori ringan sebanyak 79 orang dengan presentase 86,8%, kategori sedang sebanyak 10 orang dengan presentase 11.0%, dan kategori berat sebanyak 2 orang dengan presentase 2.2%. Dengan demikian, perilaku *body shaming* pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso dapat dikategorikan ringan.

Berdasarkan hasil kuesioner, responden mengetahui pemahaman mengenai *body shaming* yakni dengan mengomentari penampilan dan bentuk tubuh seseorang. Responden penelitian memiliki pengalaman mengenai *body shaming* yang terjadi. Setiap responden mengalami pengalaman *body shaming* yang berbeda-beda, seperti dipanggil dengan julukan tertentu, mencela penampilan dan bentuk tubuh. *Body shaming* yang terjadi di SMA Negeri Bondowoso pada umumnya terjadi dengan tindakan verbal.

Putro (2017) menyatakan bahwa setelah mengalami berbagai perubahan, ada yang positif dan ada yang negatif, kondisi fisik remaja mulai membaik. Modifikasi yang tidak sempurna seringkali menyebabkan *body shaming*. Namun, *body shaming* tidak terjadi secara maksimal karena pemikiran anak-anak telah berkembang menjadi lebih realistis. Perlakuan *body shaming* yang terjadi di SMA

Negeri 3 Bondowoso termasuk dalam kategori ringan dengan presentase 86,8%. Hasil penelitian tersebut relevan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Putro (2017), yaitu perkembangan cara berpikir remaja membuat perlakuan *body shaming* yang terjadi tidak tinggi. Proses perkembangan masa remaja baik dari kematangan emosional meliputi mempunyai *self esteem*, kontrol diri sendiri, dan perasaan mau menerima diri sendiri dimiliki oleh responden sehingga perlakuan *body shaming* yang terjadi di SMA Negeri 3 Bondowoso berada di kategori ringan.

Perlakuan *body shaming* yang terjadi di SMA Negeri 3 Bondowoso walaupun masih dalam kategori ringan. Namun, kondisi tersebut tidak bisa diabaikan dan akan menjadi suatu kewajaran bagi siswa. Perlakuan mengejek dan mengomentari akan terus berlanjut apabila tidak ada kontrol dari pihak sekolah. Dampak yang ditimbulkan jika *body shaming* terus dilakukan yaitu akan menyebabkan remaja stres, depresi, tidak percaya diri terhadap dirinya dan menarik diri dari lingkungan sosialnya. Dampak tersebut diperkuat dengan pendapat Nasution dan Simanjutak (2005) yang menyatakan dampak dari kasus tersebut akan mengakibatkan orang memiliki fungsi psikososial yang lebih buruk, rendahnya rasa harga diri, kecemasan, depresi berat, dan penyakit mental lainnya.

6.1.2 Identifikasi Rasa Percaya Diri pada Remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso

Hasil penelitian menunjukkan rasa percaya diri pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso dapat dikategorikan cukup. Rasa percaya diri yang terjadi di

SMA Negeri 3 Bondowoso termasuk dalam kategori cukup dengan persentase 100%, artinya semua responden memiliki rasa percaya diri yang melekat pada masing-masing individu. Hasil kuesioner menunjukkan responden mampu berpendapat terkait pernyataan yang berkaitan dengan rasa percaya diri. Responden mengetahui pemahaman mengenai rasa percaya diri yakni rasa yakin terhadap kemampuan dan keterampilan yang dimiliki, yakin akan tindakan yang dilakukan serta yakin terhadap keputusan yang dibuat.

Savitri dan Hartati (2018) mengemukakan bahwa berada pada kelompok cukup bisa disebabkan karena Responden memberikan umpan balik yang baik mengenai keterampilan dan minat mereka; mereka berpikir bahwa mereka lebih baik daripada kebanyakan orang pada umumnya, namun mereka juga tidak terlalu percaya diri. Selain itu menurut Nurmalasari (2021), anak yang percaya diri berada pada kategori cukup artinya siswa berkemampuan penuh dalam kesadaran diri, mampu mengenali kelebihan dan kelemahan siswa. Pernyataan tersebut relevan dengan penelitian yang dilakukan. Responden memiliki rasa percaya diri dengan menjawab kuesioner yang diberikan oleh peneliti, artinya responden bisa mengenali diri sendiri, bisa mengenali kelebihan dan kekurangan diri.

Rasa percaya diri yang dimiliki siswa di SMA Negeri 3 Bondowoso tergolong cukup. Namun, hal tersebut tidak boleh dikatakan suatu kewajaran sebab kedepannya jika tidak dikontrol maka siswa akan kehilangan rasa percaya diri. Oleh karena itu, rasa percaya diri pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso masih perlu untuk dilakukan peningkatan. Ada dua jenis faktor internal dan eksternal yang berkontribusi terhadap rendahnya rasa percaya diri masyarakat.

Variabel internal berasal dari orangnya, bukan lingkungannya. Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari keluarga, komunitas, atau lingkungan sosial seseorang. (Fakhiroh dan Hidayatullah, 2019). Kurangnya rasa percaya diri menghalangi siswa untuk mengutarakan pikirannya dan percaya pada kemampuannya sendiri. Hal ini sesuai dengan pernyataan Sari dan Nurmala (2021) bahwa siswa yang kurang percaya diri akan menunjukkan perilaku yang kurang baik. Perilaku negatif mencakup berbicara negatif tentang diri sendiri, berteriak keras-keras, tidak mampu menyuarakan gagasan saat diminta, dan memutuskan kontak fisik. Sementara itu, anak-anak yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi akan bermanfaat bagi para remaja tersebut. Remaja dengan rasa percaya diri yang tinggi akan mudah berinteraksi dengan teman sebayanya, mampu menyuarakan pemikirannya dan menghargai pendapat orang lain, serta mampu mengambil tindakan ketika mengambil keputusan. Penegasan tersebut sejalan dengan pernyataan Syam (2017) bahwa remaja dengan rasa percaya diri yang kuat akan mudah berinteraksi dengan orang lain, mampu menyuarakan pemikirannya tanpa keberatan dan menghargai pendapat orang lain, serta mampu bertindak dan berpikir positif dalam mengambil keputusan. Rasa percaya diri yang sangat tinggi tidak hanya berdampak pada remaja dalam kehidupannya di masa sekarang tetapi akan menjadi bekal remaja tersebut di masa depan.

6.1.3 Hubungan *Body Shaming* dengan Rasa Percaya Diri pada Remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso

Berdasarkan hasil data pada tabel 5.7 didapatkan hasil uji Spearman Rank dengan menggunakan program SPSS 29 menunjukkan bahwa hasil signifikasi atau Sig. (2-tailed) sebesar 0.694, yaitu lebih besar dari 0.05 yang berarti tidak ada korelasi signifikan sebesar 0,042 artinya tidak terdapat hubungan *body shaming* dengan rasa percaya diri pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Citra (2022) tidak ada hubungan antara *body shaming* dengan rasa percaya diri karena individu memiliki sikap yakin atas dirinya dan yakin terhadap apa yang sudah ia miliki dengan kondisi apapun terhadap diri perindividu korban *body shaming* tersebut.

Tidak terdapat hubungan *body shaming* dengan rasa percaya diri pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso karena perlakuan *body shaming* di SMA Negeri 3 Bondowoso termasuk dalam kategori ringan. Responden memiliki *self esteem*, kontrol diri sendiri, dan perasaan mau menerima diri sendiri dimiliki oleh responden sehingga perlakuan *body shaming* yang terjadi pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso tidak terlalu tinggi. Tingkat rasa percaya diri yang dimiliki remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso termasuk dalam kategori cukup, artinya responden bisa mengenali diri sendiri, bisa mengenali kelebihan dan kekurangan yang dimiliki.

Ketika korban *body shaming* memiliki rasa percaya diri yang cukup, maka korban memiliki mekanisme koping yang adaptif. Remaja yang menggunakan metode *coping* adaptif, menurut Kamas (2017), dapat lebih baik dan mengurangi

timbulnya kesulitan baru, serta dapat menyesuaikan diri dengan permasalahan yang dihadapi. Teknik *coping* adaptif ini dapat berupa *coping* aktif, yaitu tindakan mengambil tindakan proaktif untuk mengurangi atau menghilangkan stres atau memperbaiki dampaknya, atau penerimaan, yaitu tindakan menerima kenyataan.

Berdasarkan penelitian Rachmah dan Rahmawati tahun 2019, 84 atau 56% remaja yang diteliti menggunakan teknik *coping* adaptif dalam menghadapi masalah. Kematangan mental mempengaruhi pilihan yang kita ambil saat menyelesaikan suatu tantangan. Remaja akan lebih mampu mengambil keputusan dalam hal pemecahan masalah dan menerapkan metode penanggulangan adaptif jika mereka semakin dewasa secara mental. Menggunakan keterampilan *coping* yang tepat akan meningkatkan rasa percaya diri Anda secara alami. Siswa akan menghadapi masalah mereka dan berusaha mencari solusi untuk meningkatkan kepercayaan diri mereka.

Responden penelitian merupakan remaja dimana kondisi tersebut mulai kematangan emosional meliputi mempunyai *self esteem*, kontrol diri sendiri, dan perasaan mau menerima diri sendiri sehingga perlakuan *body shaming* yang diterima responden menerima (*acceptance*) perlakuan tersebut. Perilaku *bullying* (*body shaming*) juga dapat ditinjau dari suku. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Fakhroh dan Hidayatullah (2018) Masyarakat Madura sering melakukan *body shaming*. Suku Madura terkenal dengan penampilan luarnya yang keras dan kecenderungannya terhadap keterbukaan atau kebebasan. Perasaan mandiri dapat diartikan sebagai bertindak dan berbicara sesuai keinginan seseorang, yang

memungkinkan terjadinya perilaku *body shaming* terhadap orang lain karena kita sudah terbiasa. Hal ini dapat menghasilkan rasa percaya diri yang memadai.

Penelitian juga menyatakan bahwa tingkat rasa percaya diri yang dimiliki remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso termasuk dalam kategori cukup, artinya responden bisa mengenali diri sendiri, bisa mengenali kekurangan dan kelebihan yang dimiliki. Adanya pemahaman tentang perlakuan *body shaming* dengan rasa percaya diri yang dimiliki oleh responden menyebabkan responden cenderung menerima (*acceptance*) perlakuan tersebut karena responden mampu mengenali kekurangan diri sendiri sehingga responden sudah memiliki kontrol diri dalam bertindak sehingga dalam penelitian ini membuktikan bahwa tidak terdapat hubungan *body shaming* dengan rasa percaya diri pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso.

6.2 Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah tidak menggunakan panduan wawancara karena penelitian ini menggunakan metode kuantitatif sehingga kurang memungkinkan untuk menggali pendalaman *asesmen* dan respon koping pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso.

BAB 7. PENUTUP

7.1 Kesimpulan

1. Perilaku *body shaming* pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso berada di kategori ringan sebanyak 79 orang dengan presentase sebesar 86,8%.
2. Tingkat rasa percaya diri pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso semuanya berada di kategori cukup dengan presentase 100%.
3. Tidak ada hubungan *body shaming* dengan rasa percaya diri pada remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso.

7.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan dari temuan penelitian tersebut di atas, maka peneliti dapat memberikan rekomendasi sebagai berikut, yang dapat disampaikan kepada pihak-pihak terkait:

7.2.1 Bagi Remaja

Remaja membutuhkan bimbingan yang terarah dari orang tua dan sekolah. Karena remaja terkadang tidak memahami akibat dari perilaku dan perbuatannya. Hal ini dapat diterapkan untuk membangun hubungan yang baik antar teman. Jika merasa kesulitan untuk beradaptasi dengan lingkungan sekolah, para siswa dapat menceritakan ke pusat bimbingan konseling atau BK, agar pihak BK sendiri memberikan nasehat dan petunjuk yang sesuai dan komunikasi yang di sesuaikan dengan remaja di zaman modern sehingga mudah untuk dimengerti.

7.2.2 Bagi Guru

Remaja mengalami proses transformasi yang meliputi perubahan mental, emosional, fisik, dan sosial. Oleh karena itu, diperlukan bimbingan dari sekolah dan orang tua, yang berperan penting dalam membantu generasi muda melakukan perubahan. Secara khusus, sekolah dapat memberikan panduan yang relevan, yang kemudian dapat diawasi. Menjadi seorang pendidik memungkinkan Anda menampilkan diri Anda sebagai guru sekaligus teman bagi siswa Anda..

7.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian di masa depan harus dapat menunjukkan dengan tepat elemen lingkungan yang mempengaruhi rasa malu dan kepercayaan diri..

7.2.4 Bagi Keilmuan Keperawatan

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan keperawatan mengenai tidak adanya hubungan antara body shaming dengan rasa percaya diri remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso.

7.2.5 Bagi Pembaca

Temuan penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman tentang hubungan antara body shaming dan kepercayaan diri remaja..

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilianto, M. V., and Fahrizqi, E. B. (2020). 'Tingkat Kebugaran Jasmani Anggota Ukm Futsal Universitas Teknokrat Indonesia'. *Journal Of Physical Education*, 1(1), 1–9.
- Argo Yulan Indrajat. (2013). 'Peningkatan Percaya Diri melalui Metode Journal Writing pada Siswa Kelas XI SMK N 1 Depok'. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan UNY.
- Azwar. (2017). 'Metode penelitian psikologi'. *Pustaka Belajar*
- Chairani, Lisyia. (2018). 'Body Shame dan Gangguan Makan Kajian MetaAnalisis'. *Fakultas Psikologi Universitas Islam Negri Sultan Syarif Kasim Riau*. Vol. 26, No. 1.
- Dharma, Satria. (2010). 'Kritikan atas Program Sekolah Bertaraf Internasional (SBI) dan Usulan Perbaikannya. [On-line]'.
- Dwipayanti, I., and Indrawati, K. (2014). 'Hubungan Antara Tindakan Bullying dengan Prestasi Belajar Anak Korban Bullying pada Tingkat Sekolah Dasar'. 1(2), 251–260.
- Fakhroh, A. and Hidayatullah, S. (2018) 'Pengaruh Percaya Diri Terhadap Ketrampilan Berbicara', *EL-IBTIKAR: Jurnal Pendidikan Bahasa Arab*, 7(1), p. 34. Available at: <https://doi.org/10.24235/ibtikar.v7i1.3065>.
- Fanun, Danieda. (2019). 'Percaya Diri Harga Mati'. Yogyakarta: Araska
- Fatmawati, F., Afriawati, A., Miftahuddin, M., Suhaimi, S., Zatrachadi, M. F., Darmawati, D., and Nurjanah, A. S. (2021). 'Hubungan *Body shaming*

- Terhadap Keadaan Self Confidence Remaja'. *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(1), 13.
- Fitriana, S. A. (2019). 'Dampak *Body shaming* Sebagai Bentuk Kekerasan Terhadap Perempuan. Fakultas Ilmu Sosial Ilmu Politik'. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah: Jakarta.
- Hakim, Thursan . (2002). 'Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri'. Yogyakarta: Torren Book
- Hayuputri, M. F. (2018). Stop *Body shaming*! Indonesia Baik.Id, 4(20), 4–6.
<http://indonesiabaik.id/infografis/stop-body-shaming>
- Ichsanudin, I., and Gumantan, A. (2020). Tingkat Motivasi Latihan Ukm Panahan Teknokrat Selama Pandemi Covid. *Journal Of Physical Education*, 1(2), 10–13.
- Kamas, A. (2017). Hubungan antara Kejadian *Bullying* dengan Mekanisme *Coping* pada Mahasiswa Penerima Program Bidikmisi Departemen Ilmu Keperawatan. <https://core.ac.uk/download/pdf/141497867.pdf>.
- Kania Saraswatia, G., Zulpahiyana, Z. and Arifah, S. (2016) 'Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri Remaja di SMPN 13 Yogyakarta', *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*, 3(1), p. 33. Available at: [https://doi.org/10.21927/jnki.2015.3\(1\).33-38](https://doi.org/10.21927/jnki.2015.3(1).33-38).
- Kar, Partha. (2019). 'Partha Kar : Dieting and *Body shaming*.' 1222(March):2019. doi: 10.1136/bmj.l1222.

- Lemont, J. M. (2015). 'Trait Body Shame Predicts Health Outcome In College Women : a Longitudinal Investigation'. *Springer science and business Media New York*
- Lestari, Sumi. (2019). 'Bullying or Body shaming? Young Women in Patient Body Dysmorphic Disorder'. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology* 3(1):59. doi: 10.26623/philanthropy.v3i1.1512.
- Lestari. S. (2018). 'Distorsi Kognisi Pada Penderita Gangguan Dismorfik Tubuh'. Disertasi. Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. Surabaya.
- Mawaddah, N. (2020). Skripsi: Dampak Body Shaming Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Siswi Di Desa Muara Uwai Kecamatan Bangkinang. *Jurnal Fakultas Dakwah Dan Komunikasi*, 11.
- Nasution, N.B. and Simanjuntak, E. (2020) 'Pengaruh *Body shaming* terhadap Self-Esteem Siswa SMP', *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 5(7), p. 962. Available at: <https://doi.org/10.17977/jptpp.v5i7.13770>.
- Notoatmodjo, S. (2012). 'Metodologi Penelitian Kesehatan'. Jakarta: Rineka Cipta
- Nurmalasari, Y. and Erdianto, R. (2020) 'Perencanaan Dan Keputusan Karier: Konsep Krusial Dalam Layanan BK Karier', *Quanta*, 4(1), pp. 44–51. Available at: <https://doi.org/10.22460/q.v1i1p1-10.497>.
- Nursalam. (2015). 'Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan'. Jakarta Selatan: Salemba Medika.

- Pratama, A. S., and Rahmasari, D. (2020). 'Hubungan antara Body Shaming dan Happiness dengan Konsep diri sebagai Variabel Mediator'. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(3), 85-94.
- Putri, Brigitta Anggraeni Stevany, Aristarchus Pranayama Kuntjara, and Ryan Pratama Sutanto. (2018). 'Perancangan Kampanye „Sizter“s Project“ Sebagai Upaya Pencegahan *Body shaming*.' *Jurnal DKV Adiwarna* 1(12):9.
- Putro. (2017). 'Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja'. *Jurnal Psikologi*. Vol 17 No 3, Hal 25–32.
- Rachmah, E. and Rahmawati, T. (2019) 'Hubungan Pengetahuan Stress Dengan Mekanisme Koping Remaja', *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(2), pp. 595–608. Available at: <https://doi.org/10.33859/dksm.v10i2.517>.
- Rismajayanthi, N. G. A. A. P and Priyanto, I., M., D. (2019). 'Tinjauan Yuridis Mengenai Pengaturan Dan Pertanggungjawaban Pidana Terhadap Tindak Pidana Ujaran Kebencian Di Media Sosia'. *Kertha Wicara*. Vol.07 No. 03 .
- Santrock, Jhon W. (2002). 'Adolescence Perkembangan Remaja.' Jakarta: *Erlangga*.
- Sari, P.N. and Nurmala, R.C. (2019) 'Prosiding Seminar Nasional 2019 pengembangan karakter dalam menghadapi era revolusi industri 4 . 0 pengembangan karakter dalam menghadapi era revolusi industri 4 . 0', *Prosiding Seminar Nasional 2019*, 1(September), pp. 204–207.

- Savitri, V., and Hartati, E. (2018). 'Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Harga Diri pada Tunanetra Dewasa Mantan Awas di Kota Semarang.' *Holistic Nursing and Health Science*, 1(2), 109.
- Silaen, S. (2018). 'Metodologi Penelitian Sosial untuk Penulisan Skripsi dan Tesis'. Bogor: In Media.
- Sofia, A. and Adiyanti, M.G. (2013). 'Hubungan Pola Asuh Otoritatif Orang Tua Dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Kecerdasan Moral'.
- Sugiyono, S. (2016). 'Statistik Untuk Penelitian'. Bandung: CV. ALFABETA.
- Sugiyono, S. (2017). 'Statistika Untuk Penelitian'. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2014). 'Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D'. *Bandung: Alfabeta*.
- Syam, A. and Amri (2017) 'Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Kaderisasi Imm Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa (Studi Kasus Di Program Studi Pendidikan Biologi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Parepare)', *Jurnal Biotek*, 5, pp. 87–102.
- Tri Fajariani Fauzia, L. R. R. D. (2019). 'Memahami pengalaman'.
- Zurisatia Ekaningtyas. (2016). 'Hubungan Body Dissatisfaction Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Akhir. Universitas Muhammadiyah Malang'.

Lampiran

Lampiran A. Surat Permohonan Menjadi Responden

PERMOHONAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN

Kepada :

Yth. Siswa/i SMA Negeri 3 Bondowoso

di

Bondowoso

Dengan hormat,

Yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi :

Nama : Grasela Silvia Wardani

NIM : 19010063

Akan melakukan penelitian tentang “Hubungan *Body shaming* dengan Rasa Percaya Diri pada Remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso”. Maka saya mengharapkan bantuan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dengan menjadi responden pada penelitian ini.

Partisipasi ini bersifat bebas artinya tanpa adanya sanksi apapun. Semua informasi dan data pribadi atas penelitian ini tetap dirahasiakan oleh peneliti.

Jika bersedia menjadi responden dalam penelitian kami mohon untuk mengisi lembar persetujuan menjadi peserta penelitian. Demikian permohonan saya, atas kerjasama dan perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Bondowoso,

2023

Peneliti,

Lampiran B. Persetujuan Menjadi Responden

PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Dengan saya mengisi *google form* ini, saya telah mendapatkan informasi tentang penelitian dan mengerti tujuan dari penelitian ini. Saya juga menjamin bahwa informasi yang saya berikan adalah benar.

Yang bertandatangan di bawah ini:

Email :

Nama :

Usia :

Kelas :

Menyatakan :

- Bersedia menjadi subjek (responden)
- Tidak bersedia menjadi subjek (responden) dalam penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi atas nama Grasela Silvia Wardani dengan judul penelitian “Hubungan *Body shaming* dengan Rasa Percaya Diri pada Remaja SMA Negeri 3 Bondowoso”.

Lampiran C. Identitas Responden

IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

Jenis Kelamin :

Kelas :

Usia :

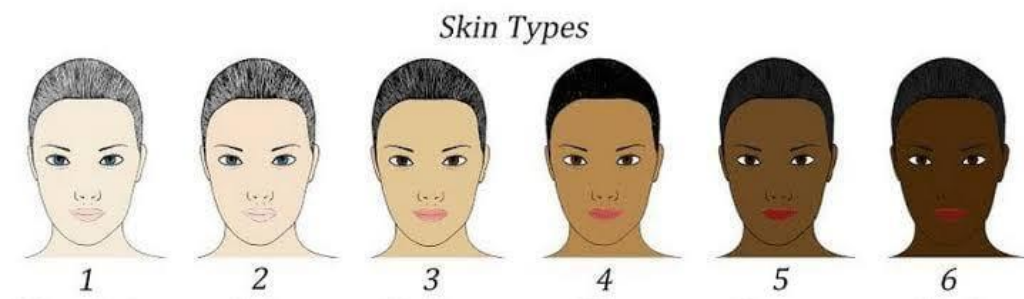
Berat badan :

Tinggi badan :

IMT : (diisi oleh peneliti)

Warna kulit :

- Warna kulit putih pucat
- Warna kulit putih
- Warna kulit coklat terang
- Warna kulit coklat
- Warna kulit coklat tua
- Warna kulit coklat sangat tua menuju hitam



Lampiran D. Kuesioner *Body shaming*

KUESIONER *BODY SHAMING*

Petunjuk Pengisian :

1. Kuesioner ini terdiri dari 18 pernyataan yang mungkin sesuai dengan pengalaman anda. Selanjutnya, silahkan anda beri tanda centang (✓) pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan yang anda alami. Tidak ada jawaban yang salah, jadi dimohon kejujurannya.
2. Keterangan:
 - **Sangat sering (SS)** : 1x/minggu-tiap hari
 - **Sering (S)** : 1-2x/bulan
 - **Kadang-kadang (KK)** : 1x/6 bulan-1 tahun
 - **Tidak pernah (TP)**

No	Perlakuan <i>Body shaming</i>	SS	S	KK	TP
1.	Saya diusik / disindir dengan mengatakan sesuatu tentang tubuh saya				
2.	Seorang siswa pernah mengomentari bagian tubuh saya dengan kasar				
3.	Seorang siswa tidak mau berteman dengan saya karena orang lain tidak menyukai saya				
4.	Seorang siswa membuat pernyataan kasar/memarahi saya karena bentuk tubuh saya				
5.	Seorang siswa pernah mengejek penampilan saya				
6.	Seseorang mengabaikan/tidak memperdulikan saya ketika dia bersama teman-temannya				
7.	Saya dipermalukan didepan umum dengan kondisi tubuh saya				
8.	Saya sedih jika teman-teman mengomentari bentuk tubuh saya				
9.	Seseorang menyuruh teman-teman lain untuk memusuhi saya				
10.	Saya merasa takut jika teman-teman mengolok-olok penampilan saya				
11.	Seseorang mengatakan tentang penampilan saya yang tidak suka saya suka				
12.	Saya tidak diundang / diajak ke tempat seseorang karena orang lain tidak menyukai				

	bentuk tubuh saya				
13.	Saya diejek / ditertawakan dengan mengatakan sesuatu tentang bentuk tubuh saya				
14.	Seseorang menyebarkan gosip/ rumor/ fitnah tentang tubuh saya				
15.	Saya ingin pindah sekolah jika teman-teman saya terus mengolok-olok tentang penampilan saya				
16.	Saya di jauhi teman-teman karena penampilan saya				
17.	Saya dikeluarkan dari suatu kegiatan atau permainan dengan sengaja				
18.	Saya dipanggil dengan julukan nama yang saya tidak suka				
Total Skor					

Sumber: (Nur Fadilah, 2016)

Lampiran E. Kuesioner Percaya Diri

KUESIONER PERCAYA DIRI

Dibawah ini disajikan sejumlah pernyataan tentang berbagai hal. Pernyataan-pernyataan berikut dikumpulkan dari macam-macam pandangan. Pernyataan-pernyataan ini tidak ada yang betul maupun salah, karena ada orang yang sifatnya sesuai dengan pernyataan itu dan ada juga yang tidak sesuai. Anda diharapkan untuk memberikan pendapat terhadap semua pernyataan, usahakan jangan ada yang dilewati. Tunjukkan pendapat anda terhadap pernyataan-pernyataan itu dengan cara melihat kesesuaian dengan diri anda sebagai berikut :

Berilah tanda centang (✓) SS bila Sangat setuju

Berilah tanda centang (✓) S bila Setuju

Berilah tanda centang (✓) TS bila Tidak Setuju

Berilah tanda centang (✓) STS bila Sangat Tidak Setuju

Jangan ragu-ragu dalam berpendapat, sesuai dengan keadaan anda yang sebenarnya. Yang ingin kami ketahui bukan apakah pernyataan tersebut sesuai dengan keinginan anda, tetapi apakah pernyataan itu sesuai dengan keadaan anda yang sebenarnya saat ini.

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya yakin mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang baru				
2.	Saya yakin mampu mengambil keputusan sendiri dalam hidup saya				
3.	Saya merasa memiliki kemampuan untuk ikut serta dalam setiap kegiatan sosial yang diadakan di lingkungan tempat tinggal saya				
4.	Saya merasa kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang baru				

5.	Saya yakin bisa membahagiakan orang- orang di sekitar saya				
6.	Saya merasa putus asa jika menghadapi masalah yang sulit				
7.	Saya merasa bahwa penampilan adalah satu- satunya cara untuk mendapatkan perhatian dari orang lain sehingga saya ingin merubah penampilan fisik saya				
8.	Saya lebih yakin jika teman membuat keputusan yang terbaik untuk saya				
9.	Saya tidak tergesa-gesanebelum mengambil keputusan ketika menghadapi msalah				
10.	Saya merasa penampilan saya sekarang kurang menarik				
11.	Saya tidak terlalu berharap dengan cita-cita saya yang saya angankan				
12.	Saya tidak memiliki kemampuan untuk menentukan rencana hidup saya sendiri				
13.	Saya merasa tidak dapat memberikan solusi yang baik ketika ada masalah dalam keluarga				
14.	Saya merasa bahwa saya orang yang tidak menyenangkan				
15.	Saya yakin dapat memberikan pendapat ketika ada masalah dalam keluarga				
16.	Saya merasa kurang mampu dalam menyelesaikan tugas sekolah dengan baik				
17.	Saya merasa tidak memiliki kemampuan untuk menghadapi situasi sulit dalam hidup saya				
18.	Saya yakin dapat memberikan yang terbaik untuk membantu teman saya yang membutuhkan pertolongan saya				
19.	Saya merasa tidak memiliki kemampuan untuk menghadapi situasi sulit dalam hidup saya				
20.	Saya yakin dapat memberikan yang terbaik untuk membantu teman saya yang membutuhkan pertolongan saya				
21.	Saya yakin dengan ketrampilan yang saya miliki mampu menyelesaikan setiap masalah dengan baik				
22.	Saya merasa yakin setiap keputusan yang saya ambil yang terbaik bagi saya				
23.	Saya merasa yakin dan percaya diri dengan penampilan saya sekarang				

24.	Saya yakin setiap keputusan yang saya ambil yang terbaik bagi saya				
25.	Saya yakin bisa tetap bisa bersikap tenang meskipun menghadapi situasi sulit dalam kehidupan saya				
26.	Saya merasa mampu mewujudkan cita-cita saya				
27.	Saya merasa mampu bekerja keras untuk mendapatkan apa yang saya inginkan				
28.	Saya merasa mudah putus asa dalam menghadapi masalah dalam hidup saya				
29.	Saya merasa mampu menyenangkan orang-orang terdekat saya				
30.	Saya yakin mampu melakukan pekerjaan apapun seperti yang dilakukan orang lain				
31.	Saya bangga menjadi diri saya				
32.	Saya yakin dapat menyelesaikan dengan baik dan tepat waktu seberat apapun tugas/pekerjaan saya.				
33.	Saya merasa sering tidak mempertimbangkan terlebih dahulu dalam mengambil keputusan				
34.	Saya merasa tidak berani jika harus melakukan suatu hal yang baru				
35.	Saya tidak yakin bisa melakukan yang terbaik untuk membantu teman saya				
36.	Saya merasa tidak percaya diri dengan bentuk tubuh saya saat ini				
Total Skor					

Sumber : (Zurisatia Ekaningtyas, 2016)

Lampiran F. Identitas Responden

No	Jenis Kelamin	Warna Kulit	Usia	Berat Badan	Tinggi Badan (cm)	Tinggi badan (m)	IMB	Keterangan
1	L	4	18	45	165	1,65	16,5	BB Kurang
2	L	3	17	43	158	1,58	17,2	BB Kurang
3	P	4	17	80	162	1,62	30,5	Obesitas
4	L	3	17	65	164	1,64	24,2	BB Berlebih
5	L	3	18	51	166	1,66	18,5	BB Kurang
6	L	3	17	46	164	1,64	17,1	BB Kurang
7	L	3	18	70	163	1,63	26,3	BB Berlebih
8	L	3	17	50	168	1,68	17,7	BB Kurang
9	P	3	17	40	150	1,5	17,8	BB Kurang
10	P	3	18	34	150	1,5	15,1	BB Kurang
11	L	4	17	59	159	1,59	23,3	BB Berlebih
12	L	3	18	41	160	1,6	16,0	BB Kurang
13	L	3	17	100	173	1,73	33,4	Obesitas
14	L	4	18	126	170	1,7	43,6	Obesitas
15	L	3	20	49	163	1,63	18,4	BB Kurang
16	L	5	17	50	167	1,67	17,9	BB Kurang
17	L	3	17	96	169	1,69	33,6	Obesitas
18	L	3	17	92	167	1,67	33,0	Obesitas
19	P	3	16	36	144	1,44	17,4	BB Kurang
20	L	4	14	30	161	1,61	11,6	BB Kurang
21	L	2	17	68	162	1,62	25,9	BB Berlebih
22	P	3	16	40	151	1,51	17,5	BB Kurang
23	P	3	16	65	157	1,57	26,4	BB Berlebih
24	P	4	17	38	152	1,52	16,4	BB Kurang
25	P	3	16	80	151	1,51	35,1	Obesitas
26	L	4	15	76	169	1,69	26,6	BB Berlebih
27	P	3	16	58	155	1,55	24,1	BB Berlebih
28	L	3	16	45	173	1,73	15,0	BB Kurang
29	L	3	17	45	164	1,64	16,7	BB Kurang
30	L	3	17	52	171	1,71	17,8	BB Kurang
31	L	3	16	40	178	1,78	12,6	BB Kurang
32	P	3	16	55	154	1,54	23,2	BB Berlebih
33	P	3	17	80	155	1,55	33,3	Obesitas
34	P	3	17	57	154	1,54	24,0	BB Berlebih
35	P	3	17	56	154	1,54	23,6	BB Berlebih

36	P	3	18	44	155	1,55	18,3	BB Kurang
37	P	3	16	60	150	1,5	26,7	BB Berlebih
38	L	3	15	49	173	1,73	16,4	BB Kurang
39	L	1	15	61	162	1,62	23,2	BB Berlebih
40	L	4	16	87	173	1,73	29,1	BB Berlebih
41	L	3	15	43	153	1,53	18,4	BB Kurang
42	L	4	14	85	152	1,52	36,8	Obesitas
43	P	3	16	60	147	1,47	27,8	BB Berlebih
44	L	3	15	45	164	1,64	16,7	BB Kurang
45	L	3	16	47	168	1,68	16,7	BB Kurang
46	P	3	18	34	148	1,48	15,5	BB Kurang
47	L	4	18	73	173	1,73	24,4	BB Berlebih
48	L	2	16	45	175	1,75	14,7	BB Kurang
49	L	4	17	40	170	1,7	13,8	BB Kurang
50	P	3	15	38	152	1,52	16,4	BB Kurang
51	L	3	15	37	153	1,53	15,8	BB Kurang
52	L	4	18	66	169	1,69	23,1	BB Berlebih
53	L	1	18	53	170	1,7	18,3	BB Kurang
54	P	3	17	40	149	1,49	18,0	BB Kurang
55	P	3	17	60	157	1,57	24,3	BB Berlebih
56	P	3	17	57	148	1,48	26,0	BB Berlebih
57	P	3	18	39	149	1,49	17,6	BB Kurang
58	P	3	18	38	150	1,5	16,9	BB Kurang
59	P	3	17	40	155	1,55	16,6	BB Kurang
60	L	4	17	50	169	1,69	17,5	BB Kurang
61	P	3	18	53	150	1,5	23,6	BB Berlebih
62	P	3	17	37	155	1,55	15,4	BB Kurang
63	P	3	16	43	160	1,6	16,8	BB Kurang
64	L	2	16	40	158	1,58	16,0	BB Kurang
65	L	3	17	49	173	1,73	16,4	BB Kurang
66	L	3	17	51	175	1,75	16,7	BB Kurang
67	L	3	17	52	168	1,68	18,4	BB Kurang
68	L	4	17	59	159	1,59	23,3	BB Berlebih
69	L	3	18	42	160	1,6	16,4	BB Kurang
70	L	3	17	99	173	1,73	33,1	Obesitas
71	L	4	18	118	170	1,7	40,8	Obesitas
72	L	3	20	49	163	1,63	18,4	BB Kurang
73	P	5	17	50	167	1,67	17,9	BB Kurang
74	P	3	17	96	169	1,69	33,6	Obesitas

75	P	3	17	87	167	1,67	31,2	Obesitas
76	L	3	16	43	144	1,44	20,7	BB Kurang
77	L	4	16	88	173	1,73	29,4	BB Berlebih
78	L	3	15	42	153	1,53	17,9	BB Kurang
79	L	4	14	86	152	1,52	37,2	Obesitas
80	L	3	16	60	147	1,47	27,8	BB Berlebih
81	L	3	15	44	164	1,64	16,4	BB Kurang
82	L	3	16	47	168	1,68	16,7	BB Kurang
83	L	3	18	34	148	1,48	15,5	BB Kurang
84	L	4	18	73	173	1,73	24,4	BB Berlebih
85	L	2	16	45	175	1,75	14,7	BB Kurang
86	L	4	17	40	170	1,7	13,8	BB Kurang
87	P	3	15	36	152	1,52	15,6	BB Kurang
88	L	3	15	37	153	1,53	15,8	BB Kurang
89	L	4	18	72	169	1,69	25,2	BB Berlebih
90	L	1	18	53	170	1,7	18,3	BB Kurang
91	P	4	17	65	158	1,58	26,0	BB Berlebih

Lampiran G. Hasil Data *Body shaming*

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0
2	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
3	2	2	0	0	0	2	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4	1	2	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1
5	2	2	0	1	3	1	1	2	1	2	2	1	2	2	1	0	1	1
6	1	2	1	0	0	2	0	0	1	0	0	0	0	0	0	2	1	1
7	1	1	0	0	1	2	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	2
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1
9	0	2	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1
10	2	2	2	1	1	2	1	3	2	2	0	0	0	0	1	1	1	0
11	1	1	1	1	2	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0
12	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1
13	1	1	1	0	1	1	1	1	1	2	1	0	1	0	0	0	0	0
14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1
15	1	2	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
16	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
17	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1
18	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
19	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
20	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
21	2	2	0	1	1	2	2	3	0	2	0	0	1	0	0	0	0	0
22	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
23	1	1	0	2	1	0	1	2	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0
24	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1
25	0	2	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
26	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
27	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0
28	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0
29	1	2	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0
30	0	1	2	2	1	1	2	3	1	2	2	0	1	0	0	1	0	0
31	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
32	2	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
33	1	2	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0
34	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0
35	1	1	2	0	1	3	1	2	2	3	1	1	1	0	0	1	0	0
36	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0

37	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
38	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0
39	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0
40	1	2	0	0	1	0	0	2	0	0	1	0	2	0	0	0	0	2
41	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	2	0	0	1
42	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
43	2	1	1	0	1	2	2	1	0	2	0	2	0	1	3	2	3	1
44	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0
45	1	1	0	0	0	0	0	0	0	3	2	0	0	0	0	0	0	0
46	1	2	1	2	2	2	2	2	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0
47	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
48	0	2	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0
49	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
50	0	2	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0
51	2	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0
52	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	2	0	1	1	0	0	0	1
53	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0
54	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
55	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0
56	1	2	0	0	1	1	0	0	2	0	0	0	0	1	0	0	2	1
57	2	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
58	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	2
59	1	1	3	1	2	3	3	2	2	3	2	1	1	1	3	3	3	3
60	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1
61	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
62	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
63	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
64	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
65	1	2	0	0	1	0	0	2	0	0	1	0	2	0	0	0	0	2
66	1	2	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	2	0	0	1
67	0	2	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
68	2	2	1	0	1	2	2	1	0	2	0	2	0	1	3	2	3	1
69	1	2	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0
70	1	2	0	0	0	0	0	0	0	3	2	0	0	0	0	0	0	0
71	1	2	1	2	2	2	2	2	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0
72	1	2	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
73	0	2	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0
74	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
75	0	2	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0

76	2	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0
77	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	2	0	1	1	0	0	0	1
78	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0
79	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
80	0	2	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0
81	1	2	0	0	1	1	0	0	2	0	0	0	0	1	0	0	2	1
82	2	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
83	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	2
84	1	1	3	1	2	3	3	2	2	3	2	1	1	1	3	3	3	3
85	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1
86	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
87	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
88	1	2	0	0	1	0	0	2	0	0	1	0	2	0	0	0	0	2
89	1	2	0	0	1	1	0	0	2	0	0	0	0	1	0	0	2	1
90	2	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
91	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	2

Lampiran H. Hasil Data Rasa Percaya Diri

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
1	4	4	4	1	4	1	1	1	4	1	1	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	2	4	4	4
2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3
3	4	4	3	2	4	2	2	2	4	2	2	2	2	1	4	3	1	4	1	4	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	3	4	4
4	2	2	2	3	2	4	3	1	3	2	2	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	1	3	2	1	3	2	1	2	3
5	4	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	4
6	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	2	2	4	3	3	2	3	4	3	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	3	3	3
7	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3
8	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3
9	4	3	2	3	4	1	1	3	2	2	3	1	2	3	3	3	3	4	4	4	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	3
10	3	3	3	2	3	2	4	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	1	2	3	4	3	3
11	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2
12	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
13	4	4	3	1	4	2	2	3	2	3	2	3	3	3	4	2	3	4	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3
14	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	1	1	3	3	3	2	2	4	1	3	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	3	2	3
15	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2
16	4	3	4	4	4	2	3	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	2	4	2	4	1	4	4	1	1	1	2	4	4	4	4
17	4	3	4	1	4	2	3	4	4	3	1	2	2	2	3	1	2	4	2	4	2	2	2	2	2	1	1	4	1	3	1	1	2	3	3	3
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	4	4	2	4	2	2	3	4	4	1	1	4	1	4	1	1	4	4	2	2	2	1	1	1	1
19	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
20	3	3	3	2	3	1	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	1	3	1	3	2	2	2	2	2	2	1	1	4	2	3	1	2	3	3	3
21	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2
22	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
23	3	4	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3
24	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2

25	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	
26	3	3	3	2	3	2	2	3	4	1	1	1	2	1	4	2	2	4	2	4	1	1	1	1	2	1	1	4	2	2	1	1	1	3	4	4
27	3	3	3	4	2	2	4	2	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2	1	
28	3	3	3	1	4	4	3	2	2	2	1	2	3	2	2	3	2	3	2	4	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	3	1	2	3
29	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
30	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
31	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3
32	4	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3
33	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	1	3	3	3	3
34	2	4	4	2	3	3	2	2	3	3	2	4	2	2	4	2	2	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	3	3	3	3
35	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3
36	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3
37	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	3	3	1
38	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
39	3	4	3	2	3	3	1	3	1	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2
40	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3
41	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3
42	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	1
43	3	3	3	4	2	2	4	2	3	4	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2
44	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3
45	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3
46	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	4	1	2	3	4	3	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2
47	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
48	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	
49	4	3	3	2	3	3	1	2	4	1	2	1	2	1	3	2	1	3	1	3	2	2	2	1	2	2	2	4	2	3	1	2	3	3	3	3
50	4	3	4	1	4	1	4	4	4	3	1	1	1	1	4	2	1	1	1	1	1	1	3	1	1	2	1	4	2	1	1	1	1	2	1	1
51	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	1	2	1	1	3	2	1	1	1	3	3	3	3

52	4	4	4	3	4	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	2	2	4	2	4	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1	1	1	2	3	2
53	3	3	4	3	3	2	2	1	3	1	2	1	2	2	3	2	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	1	3	4	3	4	
54	4	3	3	2	4	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	1	2	1	1	3	2	2	1	1	3	3	3	2
55	4	3	3	2	3	2	2	2	4	2	1	1	2	2	4	2	2	4	2	4	1	1	1	1	1	1	1	4	1	2	1	1	3	4	3	4
56	4	4	3	2	4	1	4	3	4	3	3	3	2	1	4	1	1	3	1	3	2	1	2	1	1	2	1	3	2	1	1	1	2	4	3	2
57	4	3	3	2	4	2	3	3	3	3	1	1	2	2	3	2	2	3	3	4	2	2	2	1	2	1	1	3	1	1	1	1	3	2	3	3
58	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3
59	4	4	3	3	3	2	2	3	4	4	2	2	4	3	4	2	3	4	3	4	1	1	1	1	1	1	1	4	2	1	1	1	2	2	3	2
60	3	4	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	1	3	2	3	2	2	3	3	2	3
61	3	4	3	3	4	2	4	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	1	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2
62	3	3	2	3	4	2	3	2	2	2	2	3	3	1	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
63	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	2	2	4	3	3	2	3	4	3	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	3	3	3
64	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3
65	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	
66	4	3	2	3	4	1	1	3	2	2	3	1	2	3	3	3	3	4	4	4	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	3
67	3	3	3	2	3	2	4	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	1	2	3	4	3	3
68	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2
69	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
70	4	4	3	1	4	2	2	3	2	3	2	3	3	3	4	2	3	4	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3
71	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	1	1	3	3	3	2	2	4	1	3	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	3	2	3
72	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2
73	4	3	4	4	4	2	3	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	2	4	2	4	1	4	4	1	1	1	2	4	4	4	4
74	4	3	4	1	4	2	3	4	4	3	1	2	2	2	3	1	2	4	2	4	2	2	2	2	2	1	1	4	1	3	1	1	2	3	3	3
75	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	4	4	2	4	2	2	3	4	4	1	1	4	1	4	1	1	4	4	2	2	2	1	1	1	1
76	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2

77	3	3	3	2	3	1	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	1	3	1	3	2	2	2	2	2	1	1	4	2	3	1	2	3	3	3	3
78	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2
79	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
80	3	4	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3
81	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
82	3	4	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	1	3	2	3	2	2	3	3	2	3
83	3	4	3	3	4	2	4	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	1	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2
84	3	3	2	3	4	2	3	2	2	2	2	3	3	1	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
85	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	2	2	4	3	3	2	3	4	3	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	3	3	3
86	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3
87	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	
88	4	3	2	3	4	1	1	3	2	2	3	1	2	3	3	3	3	4	4	4	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	3
89	4	3	4	1	4	2	3	4	4	3	1	2	2	2	3	1	2	4	2	4	2	2	2	2	1	1	4	1	3	1	1	2	3	3	3	
90	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	4	4	2	4	2	2	3	4	4	1	1	4	1	4	1	1	4	4	2	2	2	1	1	1	1
91	2	2	2	3	2	4	3	1	3	2	2	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	1	3	2	1	3	2	1	2	3

Lampiran I. Hasil Olah Data

		Statistics			
		USIA	JENIS KELAMIN	WARNA KULIT	INDEKS MASA TUBUH
N	Valid	91	91	91	91
	Missing	0	0	0	0
Mean		3.75	1.35	3.16	1.56
Median		4.00	1.00	3.00	1.00
Minimum		1	1	1	1
Maximum		7	2	5	3

		USIA			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	14 tahun	3	3.3	3.3	3.3
	15 tahun	11	12.1	12.1	15.4
	16 tahun	20	22.0	22.0	37.4
	17 tahun	35	38.5	38.5	75.8
	18 tahun	19	20.9	20.9	96.7
	20 tahun	3	3.3	3.3	100.0
	Total	91	100.0	100.0	

		JENIS KELAMIN			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	59	64.8	64.8	64.8
	Perempuan	32	35.2	35.2	100.0
	Total	91	100.0	100.0	

		WARNA KULIT			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Warna kulit putih pucat	3	3.3	3.3	3.3
	Warna kulit putih	4	4.4	4.4	7.7
	Warna kulit coklat terang	61	67.0	67.0	74.7
	Warna kulit coklat	21	23.1	23.1	97.8
	Warna kulit coklat tua	2	2.2	2.2	100.0
	Total	91	100.0	100.0	

		INDEKS MASA TUBUH			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Berat badan kurang	53	58.2	58.2	58.2

	Berat badan berlebih	25	27.5	27.5	85.7
	Obesitas	13	14.3	14.3	100.0
	Total	91	100.0	100.0	

		Statistics	
		<i>BODY SHAMING</i>	<i>RASA PERCAYA DIRI</i>
N	Valid	91	91
	Missing	0	0
Mean		1.15	2.00
Median		1.00	2.00
Minimum		1	2
Maximum		3	2

		<i>BODY SHAMING</i>			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RINGAN	79	86.8	86.8	86.8
	SEDANG	10	11.0	11.0	97.8
	BERAT	2	2.2	2.2	100.0
	Total	91	100.0	100.0	

		<i>RASA PERCAYA DIRI</i>			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	CUKUP	91	100.0	100.0	100.0

		Correlations			
				<i>body shaming</i>	<i>rasa percaya diri</i>
Spearman's rho	<i>body shaming</i>	Correlation Coefficient		1.000	.042
		Sig. (2-tailed)		.	.694
		N		91	91
	<i>rasa percaya diri</i>	Correlation Coefficient		.042	1.000
		Sig. (2-tailed)		.694	.
		N		91	91



UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

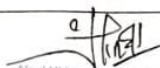
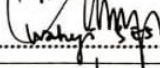
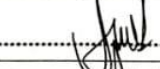
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536,

E_mail : info@uds.ac.id Website : http://www.uds.ac.id

FORM PERSYARATAN PENDAFTARAN UJIAN SIDANG SKRIPSI

NAMA MAHASISWA : Grasela Silvia Wardani
NIM : 12010063

No.	PERSYARATAN	TTD	TANGGAL
1	PEMBIMBING AKADEMIK (Lulus PKK, Target Kompetensi 100%) *sesuai Prodi	 Ainul Hidayat, S.Kep., Ns., M.KM	24/8/23
2	BEBAS ADMINISTRASI		23/8/23
3	BEBAS AKADEMIK (SEKPRODI) (Lulus semua nilai mata kuliah 100% , IPK min 3,00)		
5	PEMBIMBING UTAMA (Minimal 8 x konsultasi post penelitian)		
6	PEMBIMBING ANGGOTA (Minimal 8 x konsultasi post penelitian)		
7	PJMK SKRIPSI (menyerahkan undangan dan 4 eksemplar proposal serta 3 map kertas warna biru berisi form nilai ujian pada PJMK Skripsi)		29/8/23
8	TOEFL		
9	POIN SKPI		
10	Surat Uji Etik		

Jember, 24 Agustus 2022

Mahasiswa,


(Grasela Silvia Wardani)

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.417/KEPK/UDS/VIII/2023

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Grasela Silvia Wardani
Principal In Investigator

Nama Institusi : Universitas dr. Soebandi Jember
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Hubungan Body Shaming dengan Rasa Percaya Diri pada Remaja di SMA Negeri 3 Bondowoso"

"The Relationship between Body Shaming and Confidence in Adolescents at SMA Negeri 3 Bondowoso"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 07 Agustus 2023 sampai dengan tanggal 07 Agustus 2024.

This declaration of ethics applies during the period August 07, 2023 until August 07, 2024.



August 07, 2023
 Professor and Chairperson,



Rizki Fitrianingtyas, SST, MM, M.Keb