



**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI
TERHADAP PERILAKU *BODY SHAMING*
PADA REMAJA AWAL
*SKRIPSI***

Untuk memenuhi persyaratan mencapai Sarjana Keperawatan

oleh :

Susanti Duwi Rohmawatin

NIM : 30901800176

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG
2022**



**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI
TERHADAP PERILAKU *BODY SHAMING*
PADA REMAJA AWAL**

Skripsi

oleh:

Susanti Duwi Rohmawatin

NIM : 30901800176

**PROGRAM STUDY S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG**

2022

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan dibawah ini dengan sebenarnya menyatakan bahwa proposal skripsi dengan judul **“HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP PERILAKU *BODY SHAMING* PADA REMAJA AWAL”** ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang, yang dibuktikan melalui *uji Turn it in* dengan hasil 19%. Jika dikemudian hari ternyata Saya melakukan tindakan plagiarism, Saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Islam Sultan Agung Semarang kepada Saya.

Semarang, 24 Januari 2022

Mengetahui

Wakil Dekan I

Peneliti,


Ns. Hj. Sri Wahyuni, M.Kep. Sp.Kep.Mat
NIDN. 06-0906-7504



Susanti Duwi Rohmawatin

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP
PERILAKU *BODY SHAMING* PADA REMAJA AWAL**

oleh :

Nama : Susanti Duwi Rohmawatin

NIM : 30901800176

Telah disahkan dan disetujui oleh Pembimbing pada :

Pembimbing I

Tanggal : 23 Desember 2021

Pembimbing II

Tanggal : 23 Desember 2021


Wahyu Endang Setyowati, SKM., M. Kep

NIDN. 06-1207-7404


Ns. Betie Febriana, M. Kep

NIDN. 06-2302-8802

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP
PERILAKU *BODY SHAMING* PADA REMAJA AWAL**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Nama : Susanti Duwi Rohmawati

NIM : 30901800176

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 17 Januari 2022

dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Penguji I,

Ns. Hj. Dwi Heppy Rochmawati, M. Kep., Sp. Kep. I
NIDN. 06-1408-7702



Penguji II,

Wahyu Endang Setyowati, SKM., M. Kep
NIDN. 06-1207-7404



Penguji III,

Ns. Betie Febriana, M. Kep
NIDN. 06-2302-8802



Mengetahui,

Dekan FIK Unissula Semarang



Iwan Ardian, SKM, M. Kep
NIDN. 06-2208- 7403

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG
SKRIPSI, Desember 2021**

ABSTRAK

Susanti Duwi Rohmawatin

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP
PERILAKU *BODY SHAMING* PADA REMAJA AWAL**

65 Hal+ 8 Tabel + 12 lampiran + xiv

Latar belakang : Perilaku *Body Shaming* sangat banyak ditunjukan pada cara pandang seseorang yang kurang baik terhadap bentuk fisiknya. Perilaku tersebut akan mengakibatkan rasa malu pada tubuh yang dimilikinya serta tidak percaya diri. Kepercayaan diri ialah perilaku positif berbentuk keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri sehingga dapat meningkatkan evaluasi positif terhadap diri sendiri ataupun lingkungannya, mempunyai ciri individu yang optimis, objektif, rasional serta realistis, mengenali kelebihan serta kekurangan yang dimilikinya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal.

Metode : penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner. Jumlah responden sebanyak 186 orang dengan teknik *sample random sampling*. Data yang diperoleh diolah secara statistik dengan menggunakan uji *somers'd*.

Hasil : hasil dari penelitian ini sebagian besar responden yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah dengan perilaku *Body Shaming* tinggi sebanyak 22 siswa dan yang memiliki tingkat kepercayaan diri tinggi dengan perilaku *Body Shaming* yang rendah sebanyak 61 siswa. Hasil uji *somers'd* dengan nilai *p value* 0,000 (<0,005).

Simpulan : terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal.

Kata kunci : tingkat kepercayaan diri, perilaku *Body Shaming*.

Daftar pustaka : 46 (2010-2020)

**NURSING SCIENCE STUDY PROGRAM FACULTY OF NURSING
SCIENCES SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY OF SEMARANG
THESIS, December 2021**

ABSTRACT

Susanti Duwi Rohmawatin

**RELATIONSHIP BETWEEN CONFIDENCE LEVELS AND BODY
SHAMING BEHAVIOR IN EARLY TEENS**

65 Things+ 8 Tables + 12 attachments + xiv

Background : *Body Shaming* behavior is very much shown in the way a person's view is not good for his physical form. These behaviors will cause embarrassment to the body he has and not confident. Self-confidence is a positive behavior in the form of confidence in one's own abilities so as to increase positive evaluation of yourself or their environment, have the characteristics of individuals who are optimistic, objective, rational and realistic, recognizing the advantages and disadvantages they have. The goal of this study was to find out the relationship between levels of confidence in *Body Shaming* behavior in early teens.

Method : This research is a type of quantitative research. Data collection is done with questionnaires. The number of respondents was 186 people with random sampling techniques. The data obtained is processed statistically using the Somers's d test.

Results : the results of this study are mostly respondents who have low levels of self-confidence with high *Body Shaming* behavior as many as 22 students and who have high levels of confidence with low *Body Shaming* behavior as many as 61 students. Somers's d test result with a p value of 0.000 (<0.005).

Conclusion : There is a significant relationship between the level of confidence in *Body Shaming* behavior in early adolescence.

Keywords: confidence level, *Body Shaming* behavior.

Referens : 46 (2010-2020)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi ini sebagai syarat untuk memenuhi persyaratan mencapai sarjana keperawatan dengan segala kerendahan hati penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis mengucapkan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada yang terhormat :

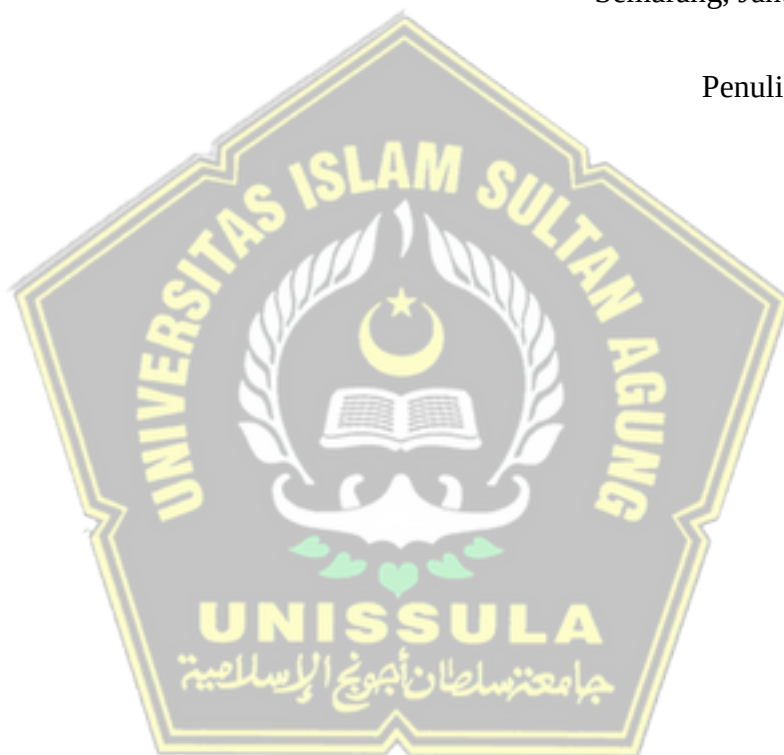
1. Drs. H. Bedjon Santoso, MT.,Ph.D Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang
2. Iwan Ardian SKM. M. Kep Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang
3. Ns. Indra Tri Astuti M. Kep., Sp.Kep.An Kaprodi S1 Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang
4. Wahyu Endang Setyowati, SKM., M.Kep pembimbing I yang telah sabar dan ikhlas meluangkan waktu dan tenaganya. Terimakasih telah memberikan bimbingan, ilmu yang bermanfaat, nasehatnya dan semangat dalam menyusun proposal skripsi ini.
5. Ns. Betie Febriana, S. Kep., M.Kep pembimbing II yang telah sabar dan ikhlas meluangkan waktu dan tenaganya dalam memberikan bimbingan, ilmu yang bermanfaat tentunya, nasehat dan membuat saya antusias dalam penyusunan proposal skripsi ini.

6. Seluruh Dosen Pengajar dan Staf Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan serta bantuan kepada penulis selama menempuh studi.
7. Teruntuk orang tua yang tak pernah berhenti mendoakan dan memotivasi saya untuk senantiasa bersemangat dan tidak mengenal kata putus asa. Terima kasih atas dukungannya sehingga proposal skripsi dapat terselesaikan selalu memberikan doa dukungannya.
8. Rekan spesial saya Ramdhan Maulana yang telah banyak membantu dan senantiasa memberi perhatian, semangat selama penyusunan skripsi ini.
9. Teman-teman seperjuangan FIK Unissula 2018, kakak tingkat, adek tingkat dan semua orang disekitar saya yang sayang kepada saya telah memberi motivasi yang besar dalam penyusunan proposal penelitian.
10. Sahabat seperjuangan yaitu ashfa, mhamam, verani, erma, wanda, risma, tika, mesi, marlina, dan ogik yang telah memberikan semangat serta dukungan, dan sudah mau saya repotkan dalam segala hal.
11. Sahabat organisasi daerah yaitu lina, april, ana, srining, ayuk, dan agil yang telah memberikan semangat dalam penyusunan proposal penelitian.
12. Sahabat dari smk yaitu shinta, nadia, zanik, vhira, silut, izza, galuh, dan putri yang selalu memberikan semangat serta dukungan untuk segera menyelesaikan proposal skripsi ini.
13. Teman-teman 1 Departemen Jiwa yang sudah memberikan dukungan semangat.

Penulis menyadari bahwa proposal skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Maka dari itu, penulis sangat membutuhkan saran dan kritikan yang membangun untuk evaluasi bagi penulis. Peneliti berharap skripsi ini bermanfaat bagi banyak pihak.

Semarang, Januari 2022

Penulis



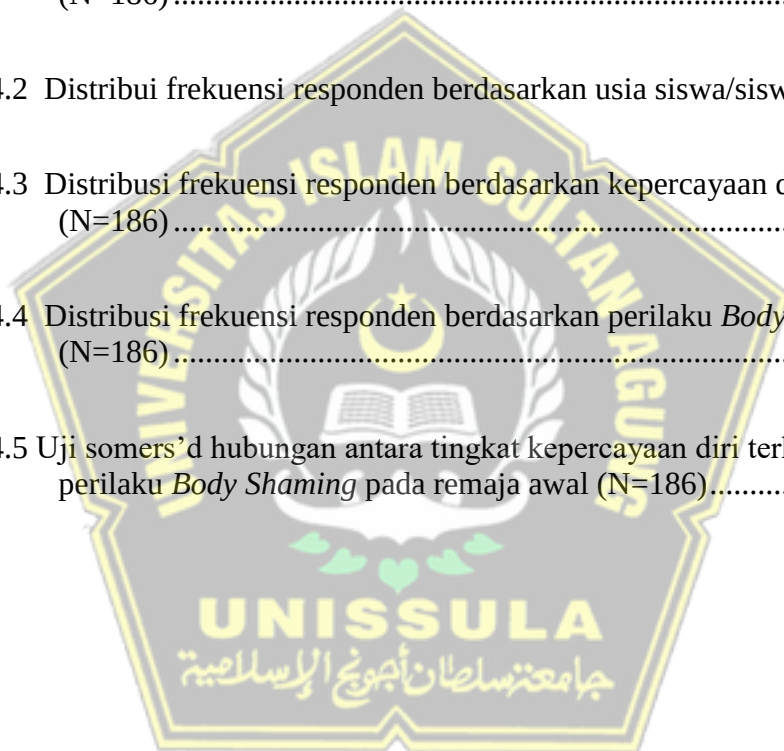
DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	x
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Tinjauan Pustaka.....	9
1. Tingkat Kepercayaan Diri	9
2. Perilaku <i>Body Shaming</i>	19
3. Remaja Awal	26
B. Kerangka Teori	33
C. Hipotesis	34
BAB III METODE PENELITIAN.....	35
A. Kerangka Konsep.....	35
B. Variabel Penelitian.....	35
C. Jenis dan Desain Penelitian	35
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	36
E. Tempat dan Waktu Penelitian.....	39
F. Definisi Operasional	39
G. Instrumen / Alat Pengumpul Data	40
H. Metode Pengumpul data	44
I. Rencana analisa data.....	46
J. Etika Penelitian.....	47
BAB IV HASIL PENELITIAN	50

A. Pengantar Bab	50
B. Karakteristik Responden.....	50
1. Jenis Kelamin	50
2. Usia.....	51
C. Analisa Univariat	51
1. Tingkat Kepercayaan Diri	51
2. Perilaku <i>Body Shaming</i>	52
D. Analisa Bivariat	52
BAB V PEMBAHASAN	54
A. Pengantar Bab	54
B. Interpretasi dan Diskusi Hasil	54
1. Jenis Kelamin	54
2. Usia.....	56
C. Analisa Univariat	57
1. Tingkat Kepercayaan Diri	57
2. Perilaku <i>Body Shaming</i>	59
D. Analisa Bivariat	61
1. Hubungan tingkat kepercayaan diri dengan perilaku <i>Body Shaming</i> pada remaja awal.....	61
E. Keterbatasan Penelitian	63
F. Implikasi Keperawatan	63
BAB VI PENUTUP	64
A. Kesimpulan.....	64
B. Saran	64
DAFTAR PUSTAKA	66
LAMPIRAN	71

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional	39
Tabel 3.2 Skor Skala Likert	40
Tabel 3.3 Blueprint Skala Kepercayaan Diri	41
Tabel 4.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin siswa/siswi (N=186)	50
Tabel 4.2 Distribui frekuensi responden berdasarkan usia siswa/siswi (N=186)	51
Tabel 4.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan kepercayaan diri remaja (N=186)	51
Tabel 4.4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan perilaku <i>Body Shaming</i> (N=186)	52
Tabel 4.5 Uji somers'd hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku <i>Body Shaming</i> pada remaja awal (N=186)	52



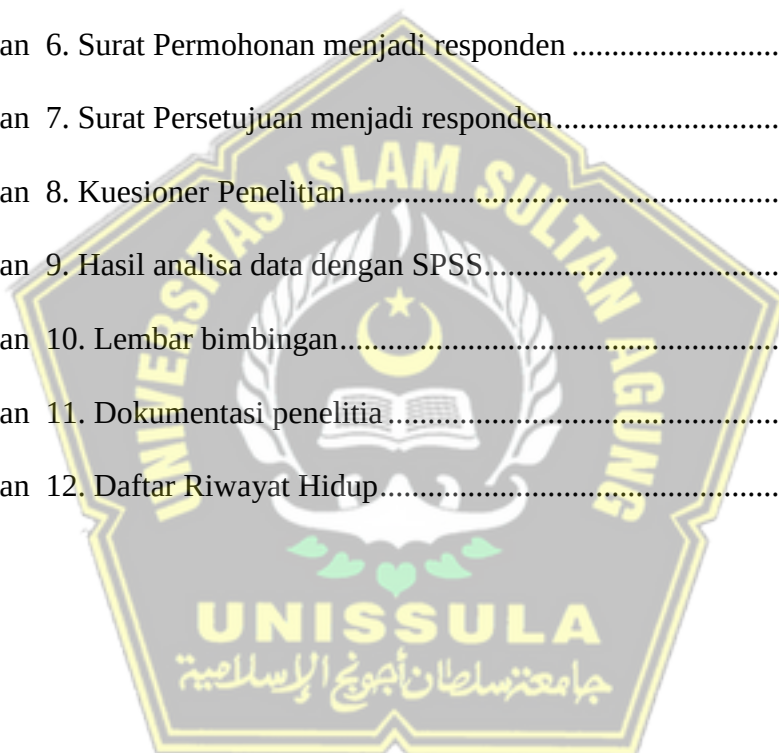
DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori 1	33
Skema 3.1 Kerangka Konsep 1	35



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Ijin Survey.....	72
Lampiran 2. Surat balasan Permohonan Ijin Survey.....	73
Lampiran 3. Surat permohonan ijin penelitian ke SMPN 1 Cluwak.....	74
Lampiran 4. Surat balasan permohonan ijin penelitian ke SMPN 1 Cluwak.....	75
Lampiran 5. Surat Keterangan Lolos Uji Etik	76
Lampiran 6. Surat Permohonan menjadi responden	77
Lampiran 7. Surat Persetujuan menjadi responden.....	78
Lampiran 8. Kuesioner Penelitian.....	79
Lampiran 9. Hasil analisa data dengan SPSS.....	89
Lampiran 10. Lembar bimbingan.....	92
Lampiran 11. Dokumentasi peneliti.....	96
Lampiran 12. Daftar Riwayat Hidup.....	98



BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan seorang yang berada pada rentang umur 12 hingga 21 tahun dalam proses transisi dari masa anak-anak ke masa remaja, pada usia 12 hingga 15 tahun disebut remaja awal, serta umur 15 sampai 18 tahun ialah masa madya (remaja tengah), sedangkan 18-21 tahun yaitu remaja akhir (Prabadewi & Widiyasavitri, 2014). Menurut WHO mengatakan bahwa usia remaja merupakan penduduk dalam umur antara 10 hingga 19 tahun, berdasarkan peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 usia remaja adalah 10-18 tahun serta umur remaja menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) yaitu 10-24 tahun belum menikah (Amita, 2019).

Remaja awal (*Early Adolescence*) merupakan usia 12-15 tahun dimana terdapat sifat serta sikap negatif yang belum tampak pada masa anak-anak, seperti cemas, bingung, gelisah serta takut (Hurlock, 2011). Dalam masa tersebut, seseorang berada dalam fase peralihan serta mengalami kebimbangan artinya seseorang akan mengalami perubahan fisik, emosinya kurang terkontrol, merasa tidak puas, mudah kecewa, serta tidak punya percaya diri (Prabadewi & Widiyasavitri, 2014).

Pada fase remaja hendak muncul kasus yang terjal ditahap pubertas pada remaja yakni kekerasan secara verbal dari segi badan semacam gendut, kurus, pendek ataupun besar, warna kulit yang gelap dan

wajah yang berjerawat sehingga menjadikan remaja kurang percaya diri dengan perubahan keadaan badan yang ia alami pada masa pubertas. Karena pada masa remaja inilah seseorang akan lebih sadar serta mencermati bentuk badan dirinya (Pratiwi, 2019).

Disaat remaja tidak mampu melakukan rasa konsisten diri, yakni percaya diri menempuh hidup serta menilai diri sesuai standarnya maka dia akan mengalami krisis identitas diri menyebabkan kepercayaan diri yang rendah dalam menghadapi kehidupan (Fauzia, T. F., & Rahmiaji, 2019). Masa remaja juga merupakan fase dimana individu tumbuh sangat sadar tentang penampilan serta luar penampilan mereka. Mempermalukan tubuh, mempermalukan berat badan atau pelecehan berbasis penampilan bisa digambarkan sebagai tindakan mengejek ataupun mempermalukan seorang berdasarkan penampilan fisik (Gam et al., 2020).

Kata *Body Shaming* ditunjukkan untuk menghina seseorang yang mempunyai fisik penampilan yang berbeda dengan orang lain. Seperti seseorang yang memiliki berat badan berlebihan, hidung pesek, warna kulit gelap, kurus, dan sebagainya berhubungan dengan penampilan fisik seseorang (Evelianti et al., 2020).

Mengomentari kekurangan fisik (*Body Shaming*) seseorang meskipun tanpa disadari kerap diucapkan. Walaupun tidak secara fisik dirugikan, tetapi komentar tersebut tercantum tipe perundungan secara verbal. Meskipun dalam percakapan akan berakhir pada *Body Shaming*. Hal

ini akan mengakibatkan seseorang terus merasa tidak percaya diri dan tidak ingin bergaul dengan orang lain ataupun menutup diri (Rahmiaji, 2019).

Perilaku *Body Shaming* merupakan pengalaman tidak mengenakan yang dirasakan seorang ketika bentuk tubuhnya dilihat sebagai sesuatu yang negatif oleh orang lain, Perbuatan tersebut bisa berakibat negatif bagi korban yang mengalaminya yang dapat menyebabkan korban menjadi minder, kurang percaya diri serta merasa terkucilkan dari lingkungan sekitar, sehingga dapat mempengaruhi mental korban (Rachmah, E. N., & Baharuddin, 2019).

Remaja yang sering mengalami kritikan dan pendapat yang kasar yang merendahkan diri serta menanamkan pemikiran malu dari dalam diri sehingga mempunyai keinginan untuk mengisolasi diri (Dolezal, 2015). Perasaan cemas, malu serta muak terhadap diri sendiri akibat sering direndahkan serta dikritik oleh teman sebayanya menimbulkan penilaian kurang baik serta ketidak sempurnaan dimata lingkungan sekitarnya (Nasrul & Rinaldi, 2020).

Dampak negatif dari perilaku *Body Shaming* sangat banyak ditunjukan pada cara pandang seseorang yang kurang baik terhadap bentuk fisiknya. Perilaku tersebut akan mengakibatkan rasa Malu pada tubuh yang dimilikinya serta tidak percaya diri Menurut Eva, 2016 dalam (R. Hidayat et al., 2019).

Kepercayaan diri merupakan perilaku positif seseorang yang memampukan diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang

dihadapinya. Kepercayaan diri berkembang melalui interaksi seorang dengan lingkungannya. Lingkungan psikologis dan sosiologis akan menumbuhkan serta meningkatkan kepercayaan diri seseorang. Kepercayaan diri ialah salah satu koping individu untuk menghadapi tekanan, serta tuntutan yang dapat menimbulkan tekanan pikiran, dengan kepercayaan diri orang akan memiliki keyakinan dan keberanian untuk bisa secara efektif menghadapi kejadian yang kurang nyaman bagi individu (Syahrullah et al., 2019).

Kepercayaan diri di pengaruhi oleh 2 aspek, ialah aspek internal serta aspek eksternal. Aspek internal ialah konsep diri seorang, yaitu pemahaman seorang akan kondisi yang membawa pengaruh besar dalam penentuan tingkah laku seorang. Terjadinya konsep diri berdasarkan persepsi mengenai sikap-sikap lain terhadap seseorang serta atas dasar pengalaman terhadap lingkungan keluarga. Rasa percaya diri akan timbul serta tumbuh sesuai dengan pemahaman kesadaran akan keyakinan serta kemampuan diri untuk menerima serta memahami orang lain sebagai hubungan interaksi yang lain mendukung, baik keluarga maupun dalam pergaulan dengan lingkungan sosial. Adapula aspek eksternal ialah lingkungan keluarga dimana lingkungan keluarga akan memberikan pembentukan awal terhadap pola karakter seorang. Tidak hanya itu lingkungan formal ataupun sekolah, dimana sekolah merupakan tempat kedua untuk tetap mempraktikan rasa percaya diri seseorang ataupun siswa yang didapat dari lingkungan keluarga kepada teman-temannya serta

kelompok bermain (Komara, 2016). Terdapatnya dukungan dari lingkungan sekitar, paling utama keluarga dapat menghindarkan remaja dari kemungkinan kurang rasa percaya diri (Utomo & Harmiyanto, 2016).

Kepercayaan diri seorang berbeda satu sama lain ialah kepercayaan diri rendah dan kepercayaan diri tinggi (Andiyati, 2016). Kepercayaan diri yang tinggi menghasilkan aktualisasi diri yang baik, merealisasikan seluruh keahlian diri, menuntaskan kasus serta mencari pemecahan permasalahan. Tetapi keyakinan diri yang rendah hendak kesusahan menghasilkan kemampuan yang menimbulkan rasa kurang percaya diri (Nasrul & Rinaldi, 2020).

Berdasarkan teori-teori dari para ahli tersebut, maka dari itu bisa dikatakan bahwa kepercayaan diri ialah perilaku positif berbentuk keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri sehingga dapat meningkatkan evaluasi positif terhadap diri sendiri ataupun lingkungannya. Mempunyai ciri individu yang optimis, objektif, rasional serta realistis, mengenali kelebihan serta kekurangan yang dimilikinya sehingga mampu mengapai tujuan serta kemauan walaupun mengalami bermacam tantangan serta dilakukan dengan penuh tanggung jawab, dan sanggup untuk menempatkan diri di berbagai situasi (Zakiah, 2018).

Dalam hasil penelitian yang dilakukan (Nasrul & Rinaldi, 2020) dengan judul hubungan *body shame* dengan kepercayaan diri pada siswa SMA N 5 Pariman. Pengambilan sampel dengan cara memilih remaja yang tubuh tidak ideal seperti terlalu gemuk dan terlalu kurus serta wajah

berjerawat, jumlah sampel sebanyak 79 responden. Pada *Body Shaming* terdapat 45 responden (59,69%) yang memiliki *Body Shaming* tinggi, 22 responden (27,85%) sedang, 10 responden (12,66%) yang memiliki *body shame* tinggi dan 1 responden (1,27%) yang memiliki *body shame* rendah dan sangat rendah. Sedangkan pada kepercayaan diri terdapat 57 responden (72,12%) rendah, 12 responden (15,19%) sedang, 8 responden (10,13%) sangat rendah, 2 responden (2,53%) tinggi. Dapat ditarik kesimpulan bahwa *Body Shaming* cenderung besar menyebabkan kepercayaan diri yang rendah pada siswa SMA N 5 Pariman.

Hasil studi lapangan yang dilakukan peneliti pada 10 siswa di SMP N 1 Cluwak Pati, 7 siswa mengatakan sering mengalami perilaku *Body Shaming* yaitu dihina secara seperti *gendut*, *dekil*, *pesek*, jerawat, oleh teman sebayanya karena itu sering dianggap sebagai bahan bercandaan dan 3 siswa mengatakan tidak pernah mengalami *Body Shaming*. Kemudian 5 siswa mengatakan percaya diri karena dapat menerima kritikan dari teman sebayanya serta berani untuk mengambil keputusan sendiri, 5 siswa mengatakan tidak percaya diri karena dia malu terhadap kondisi tubuhnya seperti pendek, jerawat, *gendut*, *tepos*, *pesek*, kadang merasa di bedakan. Hasil wawancara dengan remaja bisa disimpulkan jika remaja yang mengalami *Body Shaming* merasa malu dan tidak percaya diri.

Berdasarkan fenomena diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal SMPN 1 Cluwak”.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian masalah dalam latar belakang diatas dapat disimpulkan untuk melakukan penelitian yaitu “Hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal SMPN 1 Cluwak”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini meliputi :

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik remaja awal.
- b. Untuk mengetahui perilaku *Body Shaming* pada remaja awal.
- c. Untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal.
- d. Untuk menganalisa tingkat hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal.

D. Manfaat Penelitian

1. Profesi Keperawatan

Penelitian ini bisa berguna sebagai sumber informasi ilmiah untuk menambah pengetahuan dalam penanganan masalah tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal.

2. Pendidikan Keperawatan

Penelitian ini diharapkan bisa sebagai awal mula mendapat informasi, menambah wawasan dan pengetahuan mengenai tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal.

3. Masyarakat

Menjelaskan kepada masyarakat tentang pengetahuan Hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal.

4. Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan ilmiah tentang hubungan tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Pustaka

1. Tingkat Kepercayaan Diri

a. Pengertian

Kepercayaan diri merupakan perilaku positif yang dimiliki oleh orang dimana perihal tersebut bisa membuat orang sanggup untuk meningkatkan evaluasi positif terhadap diri sendiri, lingkungan, ataupun suasana yang lagi dialami (Fatimah, 2010). Kepercayaan diri ialah salah satu aspek karakter yang berupa kepercayaan akan kemampuan diri seorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain serta bisa berperan sesuai dengan keinginan, senang, percaya diri, cukup toleran serta bertanggung jawab (Ghufron, M. Nur & Risnawati, 2017).

Kepercayaan diri dapat dikaitkan dengan keahlian ataupun keberanian dalam mengambil keputusan, efek ataupun tantangan yang bukan cuma membawa efek fisik melainkan pula efek psikologis karena menimbulkan perasaan yang tentu tentang dirinya (Nainggolan, 2011).

Kepercayaan diri merupakan sesuatu keyakinan seorang terhadap seluruh suatu yang jadi aspek kelebihan serta kepercayaan tersebut supaya merasa sanggup menggapai berbagai tujuan hidup

serta bisa membiasakan diri dengan diri dengan lingkungan. kepercayaan diri ialah keyakinan kalau seorang bisa mengulangi sesuatu kasus dengan suasana terbaik serta bisa membagikan suatu yang menyenangkan buat orang lain (Nurkholifah, Siti., Toheri, & Winarso, 2018). Kepercayaan diri merupakan suatu perilaku ataupun perasaan yakin terhadap keahlian diri sendiri sehingga seorang tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya (Novtiar, C., & Aripin, 2017).

Kepercayaan diri ialah sikap positif berbentuk keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri sehingga dapat meningkatkan evaluasi positif terhadap diri sendiri ataupun lingkungannya, mempunyai ciri individu yang optimis, objektif, serta realistis, mengenali kelebihan serta kekurangan yang dimilikinya sehingga mampu menggapai tujuan serta kemauan walaupun mengalami berbagai tantangan serta dikerjakan dengan penuh tanggung jawab, dan sanggup buat menempatkan diri di berbagai situasi (Zakiah, 2018).

Kepercayaan diri termasuk keberanian, tidak rendah diri, dan percaya diri pada kemampuan sendiri. Orang yang percaya diri untuk menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang tepat memiliki tahap yang berkembang dengan baik, merasa layak, memiliki keberanian, dan kemampuan untuk meningkatkan kinerjanya, dengan mempertimbangkan berbagai pilihan, dan membuat keputusan

sendiri yaitu perilaku yang mencerminkan kepercayaan diri. Percaya diri dimulai dari cara kita berfikir, jika kita berfikir positif semua yang bisa kita lakukan maka tidak akan ada kata-kata yang sulit untuk kita mendapatkannya. Sebaliknya jika kita pesimis dengan kemampuan kita percaya atau tidak percaya pada diri kita sendiri, maka kita akan merasa bahwa kita tidak akan mampu, pada akhirnya kita tidak bisa melakukannya, jadi untuk bisa percaya pada diri sendiri harus memiliki cara berfikir yang percaya diri (Rahayuningdyah, 2016).

b. Perkembangan Kepercayaan Diri Remaja

Kepercayaan diri dipengaruhi pada setiap tahap perkembangan psikososial pribadi. Selama masa remaja, perkembangan psikososial ialah kemampuan untuk mencapai identitas, termasuk peran, tujuan, kepribadian yang unik, karakteristik diri. Jika dirinya tidak dapat mencapai dengan kemampuan ini, individu akan bingung tentang peran yang dibutuhkan mempengaruhi kerentanan kepribadian, sehingga itu dapat terjadi gangguan konsep diri, yaitu harga diri rendah, idealisme diri, realistik seperti yang terjadi pada ketidakberdayaan.

Perkembangan kepercayaan diri pada remaja dipengaruhi oleh (Hurlock, 2011) :

- 1) Pola asuh adalah model pengasuhan demokratis di mana kanak-kanak diberikan kebebasan berekspresi dan tanggung jawab

untuk mengutarakan pendapat serta melakukan apa yang telah menjadi tanggung jawabnya.

- 2) Kematangan usia, remaja dewasa yang sebelum waktunya, yang diperlakukan seperti orang dewasa, berkembang konsep diri yang menyenangkan, sehingga dapat menyesuaikan dirinya dengan baik.
- 3) Jenis kelamin berkaitan dengan peran yang akan dimainkan. Pria cenderung merasa lebih percaya diri disebabkan sejak awal anak-anak telah menyadari bahwa peran seorang pria adalah memberi martabat yang tentunya lebih terhormat dari pada peran wanita, sebaliknya wanita dianggap lemah dan harus mematuhi banyak aturan yang dipatuhi.
- 4) Penampilan fisik sangat berpengaruh terhadap rasa percaya diri, daya tarik fisik yang dimiliki sangat mempengaruhi dalam penilaian ciri-ciri kepribadian remaja.
- 5) Hubungan keluarga ; remaja yang dekat dengan anggota keluarga akan menunjukkan diri mereka sendiri diri dan ingin mengembangkan model kepribadian yang sama.
- 6) Teman sebaya ; Teman sebaya mempengaruhi pola kepribadian dua aspek remaja: pertama, konsep diri remaja adalah semacam mencerminkan konsep teman dirinya sendiri, serta Kedua, dia berada dalam tekanan untuk mengembangkan ciri-ciri kepribadian yang dianggap oleh kelompok.

c. Ciri-ciri Kepercayaan Diri

Seseorang yang mempunyai kepercayaan diri tentunya mempunyai ciri-ciri (Mardatillah, 2010) yaitu :

- 1) Memahami dengan baik kekurangan serta kelebihan yang dimilikinya kemudian meningkatkan kemampuannya.
- 2) Membuat standar atas pencapaian tujuan hidupnya kemudian membagikan penghargaan bila sukses serta bekerja lagi bila tidak tercapai.
- 3) Tidak menyalahkan orang lain atas kekalahan ataupun ketidakberhasilan tetapi lebih banyak intropeksi diri sendiri.
- 4) Mampu menanggulangi perasaan tertekan, kecewa, serta rasa ketidak mampuan yang menghadapinya.
- 5) Sanggup menggulangi rasa kekhawatiran dalam dirinya.
- 6) Tenang dalam menjalankan
- 7) Berfikir positif, serta
- 8) Maju terus tanpa harus menoleh kebelakang.

Kepercayaan diri memiliki ciri-ciri (Rahayuningdyah, 2016), sebagai berikut :

- 1) Selalu bersikap tenang dalam melakukan suatu.
- 2) Mempunyai kemampuan serta keahlian yang memadai, dan
- 3) Sanggup menetralsisir ketegangan yang timbul dalam bermacam suasana.

Ciri-ciri remaja yang mempunyai rasa percaya diri yang tinggi (Hidayah, 2013) ialah :

- 1) Sanggup membiasakan diri serta berbicara di berbagai situasi
- 2) Tidak tergantung pada orang lain dalam mengalami permasalahan
- 3) Selalu bereaksi positif
- 4) Tidak gampang putus asa
- 5) Memiliki keadaan mental serta fisik yang lumayan menunjang penampilan.
- 6) Memiliki kemampuan serta keahlian yang mencukupi
- 7) Sanggup menetralisasi ketegangan yang timbul dalam berbagai situasi

Sebaliknya beberapa ciri-ciri remaja yang mempunyai rasa percaya diri yang rendah atau kurang, antara lain:

- 1) Gampang takut serta putus asa
- 2) Menghadapi kesusahan dalam menetralisasi ketegangan sehingga menjadi gugup
- 3) Terkadang bicara gagap
- 4) Kerap menyendiri dari kelompok yang dianggapnya lebih darinya
- 5) Cenderung bergantung pada orang lain dalam menanggulangi permasalahan

6) Kerap bereaksi negatif dalam mengalami masalah

d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri (Ghufron, M. Nur & Risnawati, 2017) ialah :

1) Konsep Diri

Terbentuknya rasa percaya diri seseorang diawali dengan berkembangnya konsep diri yang baik. Didapatkan dalam kelompoknya. Hasil interaksi yang terjadi adalah menciptakan konsep diri.

2) Harga Diri

Konsep diri yang positif dapat membuat harga diri yang positif. Harga diri ialah penilaian diri sendiri.

3) Pengalaman

Pengalaman dapat menjadi faktor munculnya rasa percaya diri dan turunya kesadaran kepercayaan diri.

4) Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah dapat membuat masyarakat bergantung dan dibawah kendali seseorang yang lebih pintar darinya. Disisi lain, mereka pendidikan tinggi akan mempunyai kepercayaan diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan orang yang tingkat pendidikan rendah.

Berdasarkan pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri yaitu konsep diri, harga diri, pengalaman dan pendidikan. Faktor-faktor ini juga dipengaruhi oleh interaksi sosail dan pengaruh internal pribadi.

e. Aspek-aspek Kepercayaan Diri

Aspek-aspek yang mempengaruhi kepercayaan diri (Ghufron, M. Nur & Risnawati, 2017) yaitu:

- 1) Keyakinan kemampuan sendiri
sikap positif seseorang terhadap dirinya sendiri. Seorang dapat melakukan secara sungguh-sungguh.
- 2) Optimis
Sikap ini dimiliki oleh orang yang selalu berpandangan baik segala sesuatu tentang dirinya dan kemampuannya.
- 3) Objektif
Seseorang yang melihat masalah ataupun hal dengan jujur seharusnya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.
- 4) Tanggung jawab
Tanggung jawab ialah bahwa orang bersedia untuk mengambil semua yang telah mereka lakukan hasilnya terjadi.
- 5) Rasional dan Realistis

Rasional dan Realistis merupakan analisis terhadap suatu permasalahan, perihal, serta peritiswa dengan memakai pemikiran yang diterima oleh skala serta cocok denan realistis.

Adapun aspek-aspek untuk menilai kepercayaan diri dalam individu (Rustanto, 2016) diantaranya :

1) Percaya pada kemampuan diri sendiri

Suatu keyakinan pada semua fenomena yang berkaitan dengan penilaian pribadi dan kemampuan mengatasi apa yang terjadi.

2) Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan

Dapat mengambil tindakan untuk memutuskan apa yang harus dilakukan secara mandiri tanpa partisipasi orang lain. Selain itu, memiliki kemampuan untuk percaya pada tindakan yang diambil tersebut.

3) Mempunyai konsep diri yang positif

Mempunyai penilaian yang baik dari dalam diri sendiri, baik dari pandangan ataupun tindakan yang dapat mengakibatkan kesadaran diri yang positif.

4) Berani mengemukakan pendapat

Memiliki sikap untuk mengekspresikan suatu dalam diri yang ingin diungkapkan terhadap orang lain tanpa adanya pemaksaan ataupun halangan apapun mengungkapkan perasaan ini.

Berdasarkan uraian diatas bisa ditarik kesimpulan kalau keyakinan adalah watak yang dimiliki seorang yang

mampunyai aspek-aspek kepercayaan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional serta realistis.

f. Indikator-indikator Kepercayaan Diri

Indikator Kepercayaan diri ialah hasil yang terlihat diri seseorang. Misalnya, jika seseorang berani melakukan suatu kegiatan tertentu, orang tersebut seolah-olah memilih dan melakukan apa yang harus dilakukannya tanpa ragu-ragu (Rahayuningdyah 2016). Berikut beberapa indikator kepercayaan diri :

- 1) Menunjukkan rasa percaya diri, yaitu bekerja secara mandiri tidak ada pengawasan dan pengambilan keputusan tanpa persetujuan orang lain.
- 2) Bertindak mandiri, ialah melakukan tindakan di luar kewenangan formal dalam rangka menyelesaikan pekerjaan secara benar, tetapi melakukannya untuk kebaikan, bukan karena ketidakpatuhan terhadap prosedur yang berlaku.
- 3) Ekspresikan keyakinan pada kemampuan diri sendiri, yaitu menggambarkan diri sendiri sebagai seorang ahli, orang yang dapat mewujudkan sesuatu menjadi nyata, sebagai pengerak atau narasumber. Jelaskan bahwa dirinya yakin dengan penilaiannya sendiri. Pikirkan bahwa dirinya baik dari orang lain.

2. Perilaku *Body Shaming*

a. Pengertian

Perilaku *Body Shaming* merupakan pengalaman tidak menyenangkan yang dirasakan seorang ketika bentuk tubuhnya di lihat secara negatif oleh orang lain (Dolezal 2015). Perbuatan tersebut bisa berakibat negatif bagi korban yang mengalaminya yang dapat menyebabkan korban jadi minder, kurang percaya diri serta merasa terkucilkan dari lingkungannya, sehingga akan mempengaruhi pada mental seseorang (Rachmah, E. N., & Baharuddin, 2019).

Perilaku *Body Shaming* adalah istilah yang ditujukan buat mengejek mereka yang mempunyai penampilan raga yang dinilai cukup berbeda dengan seseorang pada biasanya. Seperti *Body Shaming* ialah penyebutan dengan *gendut*, *pesek*, *cungkring*, serta lain sebagainya yang ada kaitan dengan bentuk tubuh seseorang (Rahmiaji, 2019).

Perilaku *Body Shaming* ataupun mengomentari kekurangan fisik orang lain tanpa disadari sering dilakukan seseorang. Walaupun bukan kontak fisik yang merungikan, tetapi perilaku *Body Shaming* telah tercantum tipe perundungan secara verbal ataupun melalui perkataan. Bahkan saat komunikasi tiap hari sering terselip kata candaan yang berujung pada perilaku *Body Shaming*. Perbuatan perilaku *Body Shaming* bisa menimbulkan seorang terus menjadi

merasa tidak aman serta kurang percaya diri dengan penampilan fisiknya serta mulai menutup diri baik dengan lingkungan maupun orang-orang di sekitar (Rahmiaji, 2019). Pandangan negatif yang dimiliki seorang tentang kondisi fisiknya sendiri serta orang lain, mendorong individu untuk mengubah penampilannya. Kecemasan pada diri sendiri dapat memotivasi perilaku sosial seseorang karena kecenderungan untuk membuat kesan secara positif agar bisa beradaptasi dengan lingkungan sosial (Myers, 2012). Internalisasi lingkungan, tekanan hubungan interpersonal, berat badan, pilihan pribadi, dan jenis kelamin adalah faktor yang dapat mempengaruhi perilaku *Body Shaming* (Dinartika, N., Wisnuwardhani, D. & N., 2014).

b. Jenis-jenis Perilaku Body shaming

Perilaku *Body Shaming* memiliki 2 jenis (Dolezal, 2015) yaitu :

- 1) *Acute Body Shame* berhubungan dengan aspek sikap tubuh, semacam pergerakan ataupun tingkah laku seorang, ataupun kerap diucap embarrassment. Contohnya ialah penampilan ataupun pertunjukkan, pelanggaran sikap, ataupun kehilangan kontrol diri.
- 2) *Chronic Body Shame* diakibatkan oleh wujud permanen dari suatu penampilan ataupun tubuh. Contohnya ialah berat badan, warna kulit, tinggi ataupun lebar tubuh, bekas luka dan sebagainya. Tidak hanya itu pula berhubungan dengan

kecemasan yang dirasakan, semacam jerawat, penuaan, garis halus, penyakit, dan sebagainya.

c. Bentuk-bentuk Perilaku *Body Shaming*

Bentuk-bentuk perilaku *Body Shaming* (Rahmiaji, 2019) yaitu :

1) Fat Shaming/ Penghinaan lemak

Fat shaming yaitu jenis yang paling populer dari perilaku *Body Shaming*. Fat shaming merupakan penilaian negatif pada seorang yang mempunyai tubuh gemuk.

2) Thin Shaming

Thin Shaming yaitu kebalikan dari Fat shaming tetapi itu mempunyai efek negatif yang sama. Ada banyak bentuk perilaku *Body Shaming* tetapi ditargetkan bagi wanita, misalnya dengan mempermalukan seseorang karena terlalu kurus.

3) Tubuh Berbulu

Tubuh Berbulu yaitu bentuk perilaku *Body Shaming* dengan cara mengejek orang yang mempunyai rambut pada tubuh secara berlebihan, seperti dibagian lengan atau kaki. Terutama wanita akan dipertimbangkan jika memiliki tubuh berbulu karena tidak menarik.

4) Warna Kulit

Perilaku *Body Shaming* dengan cara mengkritik warna kulit sering terjadi, seperti seorang memiliki warna kulit yang gelap atau pucat .

d. Ciri-ciri Perilaku *Body Shaming*

ciri-ciri dari perilaku *body shaming* (Gani & Jalal, 2020) yaitu :

- 1) Kritikan dalam bentuk tubuh diri sendiri dan membandingkan dengan orang lain yang dirasa lebih baik dari diri mereka sendiri.
- 2) Mengkritik bentuk tubuh orang lain didepan orang lain.
- 3) Mengkritik bentuk tubuh orang lain tetapi tidak didepan mereka atau tanpa diketahui oleh orang yang sedang dikritik.

e. Faktor Penyebab Perilaku *Body Shaming*

Terdapat faktor penyebab dari perilaku *body shame* ialah penilaian negatif. Pemikiran terhadap penilaian negatif dari orang lain yang memunculkan rasa malu pada kondisi tubuhnya. Pandangan negatif seorang terkait dengan penampilan fisik seorang yang diamati, dievaluasi serta dinilai oleh orang lain serta dirinya sendiri secara terus-menerus (Northtrop, 2012).

Standar kecantikan yang ada yakni salah satu pemicu terbentuknya perilaku *Body Shaming*. Menyamakan antara standar kecantikan serta kondisi fisik menyebabkan munculnya perasaan rendah diri. Terdapat standar kecantikan mengakibatkan seorang yang tidak sanggup menggapai standar kecantikan akan merasa rendah diri sehingga wanita yang tidak sanggup menggapai standar tersebut, akan memperoleh perilaku *Body Shaming* (Putri, B. A. S., Kuntjara, A. P., & Sutanto, 2018).

Perilaku *body shame* cenderung lebih kerap dirasakan oleh wanita. Salah satu pemicu wanita rentan terkena perilaku *body shame* merupakan masyarakat lebih kritis terhadap penampilan wanita dari pada pria. Perihal ini diperkuat dengan pendapat (Northtrop, 2012).

f. Dampak Perilaku *Body Shaming*

Proses terjadinya perilaku *body shame* dapat terbentuk karena adanya interaksi serta pengaruh dari area kemudian pengaruh tersebut memeberikan dampak terhadap individu. Dampak tersebut yaitu :

1) Gangguan makan

Kepercayaan diri seseorang bisa mengendalikan berat badan dan bisa menentukan ukuran badan sesuai yang diinginkan. Biasanya mengatur pola makan (diet) supaya memiliki bentuk fisik yang diharapkan dan kesehatan dilakukan menurut ahli. Diet merupakan cara mengurangi perilaku *Body Shaming* yang timbul sebab ketidak percayaan terhadap bentuk fisik pada wanita. Sebaliknya, cara tersebut dapat menaikkan angka perilaku *body shame* dibanding menurunkan perilaku *Body Shaming*. Hal tersebut sebenarnya dapat menimbulkan wanita akan berfokus pada bentuk fisik serta berat badan sehingga naikknya ketidak percayaan mereka atas ketidakberhasilan pencapaian bentuk tubuh yang sempurna. Meningkatkan

perilaku *body shame* dapat disebabkan gagal tercapainya sasaran mengurangi berat badan serta tidak mampu mempertahankan penurunan berat badan. Kejadian ini akan terus ada disebabkan gagal dalam mencapai tubuh yang sempurna. Kegagalan akan membawa seseorang pada perilaku *Body Shaming* dan akan berusaha mengurangi berat badan, kemudian akan menjadi penyebab meningkatnya perilaku *body shame* Noll& Fredrickson (dalam Damanik 2018).

Perilaku *Body Shaming* dapat membawa wanita melakukan diet. Hasil riset didapatkan antisipasi *body shame* ataupun mengalami perilaku *Body Shaming*, apabila suatu saat gagal memperoleh tubuh ideal maka *body shame* akan mendorong perempuan untuk diet. Sebagian wanita mengamati dirinya dan merasa puas terhadap bentuk fisik serta berat badannya meskipun mereka tidak ada waktu untuk mengamati penampilan tubuhnya serta percaya Noll& Fredrickson (dalam Damanik 2018).

Sebagian besar wanita bisa mengalami gangguan makan sepuluh kali lipat dari pada pria. Meski sebenarnya tubuhnya termasuk kategori kurus, mereka memandang tubuhnya terlalu gemuk (bentuk tubuh yang terdistorsi). Keadaan ini bisa diakibatkan oleh adanya ketidakpuasan tubuh yang dirasakan

seseorang seperti rendahnya harga diri serta dukungan sosial, terdapat cibiran mengenai berat badan.

2) Depresi

Hidup di budaya yang mengobyekkan tubuh wanita bisa mengacaukan alur pemahaman perempuan itu dengan mengadakan persepsi mereka, membujuk wanita untuk mengambil perspektif pengamat (orang ketiga) tentang diri maupun tubuh. Pada situasi yang ekstrem perspektif pengamat terhadap diri perspektif sendiri perempuan tentang tubuhnya, mungkin sepenuhnya dapat menggantikan individu mengalami kondisi kehilangan diri. Ketika kondisi kehilangan diri terus berlanjut bisa menimbulkan depresi karena akan semakin mengambil perspektif pengamat terhadap diri Fredrickson dan Robert (dalam Damanik 2018).

Teori objektifikasi memprediksi bahwa menginternalisasi perspektif pengamat pada diri bisa menghasilkan kebiasaan memeriksa tubuh (*habitual body monitoring*) yang bisa menciptakan kecemasan serta rasa malu yang berulang, serta pula menahan kesenangan yang berhubungan pada puncak motivasi paling tinggi. Melihat bagaimana pengalaman emosional wanita di bangun oleh budaya yang mengobyekkan tubuh wanita, maka teori obyektifikasi bisa menarik kesimpulan bagaimana

perbedaan gender berpengaruh pada depresi Fredickson dan Robert (dalam Damanik 2018).

3) Perilaku *Body Shaming* dan Self-Esteem

Individu yang mengalami perilaku *Body Shaming* akan melakukan evaluasi diri dengan terus melaksanakan *body checking* terhadap tubuhnya ataupun penampilanya, tidak hanya itu tentunya individu juga melakukan penilaian pada keberhargaan dirinya. Ketika individu merasa malu dengan keadaan tubuhnya maka orang tersebut akan merasa tidak percaya diri serta mempunyai harga diri yang rendah. Menurut Noser& Zeiger-Hill (dalam Sari 2020) Ketika seseorang sering melakukan penilaian terhadap penampilan diri mereka sendiri, keadaan tersebut cenderung akan berakibat pada tingkat self- esteem yang rendah. Menurut Baumeister (dalam Sari 2020) Menjelaskan individu dengan harga diri rendah akan berfikirannya mempunyai keterbatasan, merasa bersalah karena kekurangannya, serta berada dalam kondisi yang tidak aman.

3. Remaja Awal

a. Pengertian

Masa remaja awal atau di sebut “*Early Adolescence*” berada pada rentang usia 12 sampai 15 tahun, yakni masa remaja karena pada masa ini terdapat sifat serta sikap negatif yang belum terlihat

dalam masa kanak-kanak, individu merasa bingung, cemas, takut serta gelisah (Hurlock, 2011). Masa Remaja awal ditandai adanya kenaikan secara cepat dari pertumbuhan serta pematangan fisik, sehingga intelektual serta emosional terhadap remaja awal sebagian besar terhadap evaluasi kembali serta restrukturisasi oleh jati diri. Pada tahap remaja awal ini penerimaan kelompok teman sebaya begitu berarti (Aryani, 2010).

Kata remaja mempunyai kemiripan makna dengan kata “*adolescence*” ialah berkembang ataupun berkembang menjadi dewasa. Sebutan *adolescence* itu sendiri memiliki makna yang lebih luas lagi mencakup kematangan raga, mental, emosional, dan sosial (Hurlock, 2011). Masa remaja merupakan masa transisi dalam rentang kehidupan manusia, menghubungkan masa anak-anak serta masa dewasa. Transisi perkembangan kerap kali ialah titik berarti dalam kehidupan individu (Santrock, 2011).

Peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa yang diiringi dengan terbentuknya sebagai pergantian yang seringkali dikatakan sebagai fase remaja. Peralihan dari masa kanak-kanak sampai masa remaja bersifat kompleks dan multidimensional sebab melibatkan pergantian dari berbagai aspek kehidupan orang. Perubahan-perubahan yang terjadi, biasanya pergantian pada aspek raga, semacam cepatnya penambahan berat badan, pergantian hormonal, serta kematangan intim yang timbul kala orang memasuki masa

pubertas, semacam pergantian organ intim yang semakin berperan dengan baik serta mulai mencapai kematangan. Tidak hanya pergantian secara raga, pergantian psikologis turut mengikuti pertumbuhan pada remaja, semacam bisa berpikir abstrak, idealistik, serta logis, keterlibatan emosi yang lebih kompleks dalam kehidupan, contohnya remaja bertingkah laku kasar buat menutupi kekurangan dalam perihal rasa percaya diri. Aspek sosial pula hadapi pergantian semacam mulai berkembangnya keahlian buat memahami orang lain sebagai individu, berkaitan dengan sifat-sifat individu, minat, nilai-nilai ataupun perasaan sehingga mendorong remaja untuk melakukan sosialisasi dengan lingkungan. Perubahan-perubahan yang terjadi semasa remaja, mendorong individu supaya bisa melaksanakan negosiasi terhadap perubahan-perubahan tersebut, sehingga diperlukan dukungan dari orang tua supaya anak sanggup menyesuaikan diri, bersikap bijaksana, dan memberikan dorongan ketika anak memasuki usia remaja (Santrock, 2011).

b. Ciri-ciri Remaja Awal

ciri remaja awal menurut Mappiare (dalam Damanik 2018), yaitu sebagai berikut:

1) Ketidak stabilan perasaan serta emosi

Masa remaja awal ialah masa individu mempunyai perasaan yang sangat peka. Perasaan seseorang pada remaja awal mudah

berganti. Perasaan gembira mudah berganti menjadi kesedihan.

Rasa percaya pada diri berubah menjadi meragukan diri.

2) Kecerdasan ataupun keahlian mental meningkat

Pada umur 12 tahun kemampuan anak memahami informasi abstrak mulai sempurna. Seseorang pada masa remaja awal mulai bersikap kritis terhadap komentar serta pemikiran yang irasional Alfred Binet (dalam Damanik 2018).

3) Remaja kesulitan menentukan status identitas

Remaja awal sulit untuk menentukan status identitas karena perlakuan orang dewasa yang berganti-ganti. Orang dewasa merasa ragu memberikan tanggung jawab sebab menganggap remaja masih “kanak-kanak”. Orang dewasa memberikan teguran bila remaja awal bertingkah laku semacam anak-anak.

4) Masa remaja awal adalah masa yang kritis

Remaja awal mengalami berbagai macam permasalahan, semacam penyalahgunaan obat-obatan serta alkohol, kehamilan remaja, serta bunuh diri. Remaja awal yang sanggup menghadapi permasalahan dengan baik, mempunyai modal dasar untuk menghadapi masalah-masalah berikutnya. Remaja awal yang tidak sanggup menghadapi masalah dengan baik selalu bergantung kepada orang lain.

c. Tugas-tugas Perkembangan Remaja Awal

Tugas perkembangan ialah tugas yang muncul sekitar satu periode tertentu pada kehidupan seseorang, bilang orang dapat melewati periode tersebut hingga hendak memunculkan fase senang serta membawa keberhasilan dalam melakukan tugas perkembangan berikutnya (Ali, Mohammad, 2011).

Ada pula tugas-tugas perkembangan remaja sebagai berikut :

- 1) Sanggup menerima kondisi raganya
- 2) Sanggup menguasai serta menerima kedudukan seks usia dewasa
- 3) Sanggup membina ikatan baik pada anggota kelompok yang berlainan jenis
- 4) Melaksanakan kemandirian emosional
- 5) Mencapai kemandirian ekonomi
- 6) Meningkatkan konsep serta keahlian intelektual yang sangat dibutuhkan buat melaksanakan kedudukan selaku anggota masyarakat
- 7) Menguasai serta menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa serta orang tua
- 8) Meningkatkan sikap tanggung jawab sosial yang dibutuhkan buat memasuki usia dewasa
- 9) Mempersiapkan diri buat memasuki pernikahan

10) Menguasai serta mempersiapkan bermacam tanggung jawab serta kehidupan keluarga

Lima tugas perkembangan remaja awal Menurut Wattenburg (dalam Damanik 2018), sebagai berikut :

1) Mampu mengendalikan diri sendiri seperti orang dewasa

Tugas perkembangan ini timbul sebab remaja awal sudah berkembang semakin dewasa. Lingkungan sosial mengharuskan remaja mampu mengendalikan diri sendiri semacam kontrol diri pada orang dewasa.

2) Mendapatkan kebebasan

Remaja awal bebas menentukan pilihan dalam berbagai alternatif pilihan kemudian melakukan keputusan dengan tanggung jawab, semacam memilih jenis sekolah /jurusan, lapangan pekerjaan, dan teman kencan.

3) Bergaul dengan teman sebaya

Tugas perkembangan ini berkaitan erat dengan kepercayaan diri. Proses interaksi sosial memberikan umpan balik. Umpan balik yang bersifat positif (pujian) tingkatkan kepercayaan diri remaja. Umpan balik yang bersifat negatif (penolakan) merendahkan kepercayaan diri. Maka dari itu, remaja mempunyai tugas untuk memperluas hubungan antara individu serta berkomunikasi secara lebih dewasa terhadap teman sebaya.

4) Meningkatkan keterampilan-keterampilan baru

Remaja awal mempunyai tugas untuk berlatih serta meningkatkan bermacam keterampilan baru yang sesuai dengan tuntutan hidup di masa dewasa nanti.

5) Mempunyai citra diri yang realistis

Lingkungan sosial mengharapkan remaja awal mempunyai gambaran diri sendiri secara realistis, dan bisa memaknai seluruh hal pada diri mereka. Remaja awal mempunyai tugas untuk mampu menerima keadaan diri apa adanya, memelihara, serta menggunakan secara positif.

d. Tahap Perkembangan Remaja Awal

Tahap pada perkembangan remaja awal (Batubara, 2010), ditandai dengan :

- 1) Krisis identitas diri serta jiwa yang labil
- 2) Berartinya sahabat dekat serta ingin lebih akrab dengan teman sebaya
- 3) Berkurangnya rasa hormat pada orang tua, kadangkala berlaku agresif serta menunjukkan kesalahan orang tua
- 4) Ada pengaruh teman sebaya (peer group) terhadap hobi serta metode berpaakaian
- 5) Ingin bebas serta mulai mencari orang lain yang disayangi selain orang tua

B. Kerangka Teori



Skema 2.1 Kerangka Teori 1

C. Hipotesis

Ha : Ada hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal.

Ho : Tidak ada hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Kerangka Konsep



Skema 3.1 Kerangka Konsep 1

B. Variabel Penelitian

1) Variabel Bebas (Variabel independent)

Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi maupun menjadi penyebab perubahan atau timbulnya variabel terikat (Sugiyono, 2015). Variabel bebas yaitu Kepercayaan diri.

2) Variabel Terikat (Variabel dependent)

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi ataupun akibat dari variabel bebas (Sugiyono, 2015). Variabel terikat yaitu Perilaku *Body Shaming*.

C. Jenis dan Desain Penelitian

Desain penelitian yakni metode mencapai tujuan penelitian yang sudah ditetapkan serta berfungsi sebagai pedoman ataupun penurunan penelitian pada proses penelitian (Nursalam, 2017). Penelitian ini merupakan deskriptif korelasi, mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Jenis riset termasuk penelitian kuantitatif. Penelitian ini

menggunakan pendekatan korelasional dengan pendekatan *cross sectional*, penelitian yang menekankan saat observasi serta pengukuran data variabel dependen dan independen. Dalam riset yang ingin diketahui ialah hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi merupakan daerah generalisasi yang terdiri atas obyek ataupun subyek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk diteliti dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2015). Populasi dari riset yaitu remaja awal yang berusia 12-15 tahun sebanyak 287 responden yang bersekolah di SMPN 1 Cluwak.

2. Sampel

Sampel yaitu jumlah yang diperoleh dari populasi yang telah ditentukan oleh peneliti. Sampel penelitian ilmu keperawatan dapat ditentukan dari dua kriteria yaitu kriteria inklusi dan eksklusi (Donsu, 2016).

Dalam penelitian ini pengambilan sampel secara *simple random sampling*. Alasan peneliti menggunakan *sampel random sampling* dalam penelitian ini ialah untuk menghilangkan kesalahan maka perlu diambil secara sampel random atau sampel acak. Selain itu, anggota populasi semuanya berada disekolah yang sama. Metode yang

digunakan untuk menentukan sampel adalah dengan cara mengundi nomor absen siswa setiap kelasnya. Untuk menentukan sampel penelitian menggunakan Rumus Slovin dalam (Nursalam., 2017).

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

Keterangan :

n = Jumlah sampel

N = populasi

d = Tingkat signifikan (0,05)

Sampel siswa siswi SMPN 1 Cluwak

$$n = \frac{287}{1 + 287(0,0025)}$$

$$n = \frac{287}{1,717}$$

$$n = 167 \text{ responden}$$

Untukantisipasi drop out maka ditambah 10% dari sampel sehingga jumlah sampel menjadi 186 responden.

Setelah diketahui besarnya sampel siswa SMPN 1 Cluwak maka dilakukan perhitungan pada setiap kelasnya yaitu Kelas VII A, VII B, VII C, VIII A, VIII B, VIII C, IX A, IX B, dan IX C dengan pengambilan secara acak proposional menggunakan rumus :

$$n_1 = \frac{n}{N} \times N_1$$

Keterangan :

n_1 = Besar sampel untuk masing-masing lokal kelas

n = Jumlah siswa siswi

N = Jumlah seluruh populasi SMPN 1 Cluwak

N_1 = Besar sampel yang dijadikan populasi

Dari rumus diatas pembagian sampelnya yaitu menggunakan teknik random sampling dengan sebagai berikut :

$$\text{Kelas VII A} = \frac{32}{287} \times 186 = 20,7 = 21$$

$$\text{Kelas VII B} = \frac{32}{287} \times 186 = 20,7 = 21$$

$$\text{Kelas VII C} = \frac{32}{287} \times 186 = 20,7 = 21$$

$$\text{Kelas VIII A} = \frac{32}{287} \times 186 = 20,7 = 20$$

$$\text{Kelas VIII B} = \frac{32}{287} \times 186 = 20,7 = 20$$

$$\text{Kelas VIII C} = \frac{31}{287} \times 186 = 20,0 = 20$$

$$\text{Kelas IX A} = \frac{32}{287} \times 186 = 20,7 = 21$$

$$\text{Kelas IX B} = \frac{32}{287} \times 186 = 20,7 = 21$$

$$\text{Kelas IX C} = \frac{32}{287} \times 186 = 20,7 = 21$$

- a. Kriteria inklusi ialah kriteria yang menentukan subjek penelitian mewakili sampel penelitian yang memenuhi kriteria sampel (Nursalam, 2017).

Dalam penelitian ini kriteria inklusinya adalah :

- 1) Siswa yang berusia 12-15 tahun.

- 2) Siswa yang bersedia menjadi responden
- b. Kriteria eksklusi yaitu kriteria yang menentukan subjek penelitian yang tidak dapat mewakili sebagai sampel karena tidak memenuhi syarat sebagai sampel (Nursalam, 2017).

Dalam penelitian ini kriteria eksklusinya adalah :

- 1) Siswa yang pada saat dilakukan penelitian menggundurkan diri menjadi responden

E. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat dilakukan penelitian di SMPN 1 Cluwak, Kabupaten Pati. Pengumpulan dan proses penelitian dilaksanakan pada bulan September 2021.

F. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel Penelitian	Devinisi Operasional	Alat dan Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Tingkat Kepercayaan Diri	Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri	Alat ukur : Menggunakan kuesioner dengan 23 pertanyaan dengan skor jawaban : Sangat sesuai (SS) : 4 Sesuai (S) : 3 Tidak sesuai (TS) : 2 Sangat tidak sesuai (STS) : 1	Kepercayaan diri dikelompokkan berdasarkan skor : Tinggi : > 73 Sedang : 58-73 Rendah : < 58	Ordinal
Perilaku <i>Body Shaming</i>	Penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri terhadap bentuk tubuh, pandangan	Alat ukur mnggunakan kuesioner dengan 22 pertanyaan dengan skor jawaban :	<i>Body Shaming</i> dikelompokkan bersdasarkan skor : Tinggi : > 45 Sedang : 32-45 Rendah : <32	Ordinal

	negatif terhadap diri sendiri.	Sangat sesuai (SS) : 4 Sesuai (S) : 3 Tidak sesuai (TS) : 2 Sangat tidak sesuai (STS) : 1		
--	--------------------------------	--	--	--

G. Instrumen / Alat Pengumpul Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian ialah alat dalam penelitian yang dapat dipakai untuk mengobservasi, mengukur dan memberi nilai pada variabel yang diteliti (Dharma, 2011). Dalam penelitian ini menggunakan instrumen penelitian berupa kuesioner. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data pada penelitian ini menggunakan lembar kuesioner skala model likert yang berisi pertanyaan atau pernyataan sikap positif maupun negatif, setuju dan tidak setuju, atau mendukung pada objek sikap serta tidak mendukung objek sikap. Menurut sugioyono, 2011 dalam (Masrifah, 2020) skala likert digunakan untuk mengukur sikap, positif, serta persepsi seorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.

Responden dari setiap pertanyaan yang menggunakan skala likert mempunyai dua tipe pertanyaan favorable (mendukung maupun memihak pada objek sikap) dan unfavorable (tidak memihak pada objek sikap).

Tabel 3.2 Skor Skala Likert

Alternatif Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat Sesuai (SS)	4	1

Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

1) Kepercayaan diri

Skala Kepercayaan Diri disini peneliti mengembangkan skala berdasarkan aspek menurut lauster, 1990 dalam (Masrifah, 2020)

Tabel 3.3 Blueprint Skala Kepercayaan Diri

Aspek	Deskriptor	No	F/FU
1. Onjektif	Memandang kebenaran sesuai dengan semestinya	9,1	F
		5	UF
2. Keyakinan akan kemampuan diri	Bersikap positif terhadap diri sendiri	7,12,2,11	F
		8	UF
3. Bertanggung jawab	Mampu menanggung segala konsekuensi perbuatan	13,6,4	F
		20	UF
4. Rasional dan realistis	Mampu memahami suatu hal berdasarkan dengan akal dan kenyataan	18,15,19	F
		22	UF
5. Optimis	Memiliki pandangan baik terhadap masa depan	23,16,14,3,10	F
		21	UF

2) Perilaku *Body Shaming*

Skala variabel *Body Shaming* dalam penelitian ini dari skala menurut Glibert & Milles, 2001 dalam (Masrifah, 2020)

Tabel 3.4 Blueprint Skala *Body Shame*

Variable			
Aspek	Indikator	No.	F/UF
1. Komponen negatif sosial/eksternal	Perasaan negatif dan persepsi bahwa citra tubuh dapat menjadi pengawasan negatif dan kritik oleh orang lain	1,6,8,10,12,14,17,20	F

2. Komponen mengenai evaluasi diri	Evaluasi dari negatif terfokus berdasarkan pada citra tubuh seseorang	2,3,4,5,6,7,9,11,3,15,16,19,22	F
		18,21	UF

Instrumen yang digunakan penelitian ini adalah :

a. Kuesioner A

Kuesioner A data demografi untuk mengetahui karakteristik untuk responden yang berisi identitas meliputi: nama, jenis kelamin dan umur.

b. Kuesioner B

Kuesioner B berisi tentang kuesioner menilai tingkat kepercayaan diri yang terdiri dari 23 pertanyaan dengan penilaian menggunakan skala likert yaitu apabila pertanyaan sangat sesuai (4), sesuai (3), tidak sesuai (2), sangat tidak sesuai (1). Kuesioner ini pernah digunakan oleh (Masrifah, 2020).

c. Kuesioner C

Kuesioner C berisi tentang kuesioner menilai perilaku *Body Shaming* yang terdiri dari 22 pertanyaan dengan penilaian menggunakan skala likert yaitu apabila pertanyaan sangat sesuai (4), sesuai (3), tidak sesuai (2), sangat tidak sesuai (1). Dengan penilaian menggunakan skala likert yaitu apabila tinggi >45, sedang 32-45, rendah < 32. Kuesioner ini pernah digunakan oleh (Masrifah, 2020)

2. Uji Instrumen Penelitian

a. Uji Validitas

Uji validitas berfungsi untuk melaksanakan pengukuran mengenai valid tidaknya suatu kuesioner yang akan diberikan kepada responden. Kuesioner dapat dikatakan valid apabila pertanyaan di dalam skala bisa menunjukkan suatu yang akan diukur pada kuesioner penelitian. Dikatakan valid apabila terdapat korelasi yang signifikan dengan total skor. Metode yang digunakan dalam pengujian validitas kuesioner ialah metode korelasi pearson yaitu dengan metode mengkorelasikan skor item dengan skor totalnya (Hidayat, 2017).

Didalam penelitian ini peneliti menggunakan kuesioner. Perhitungan uji validitas dilakukan dengan menggunakan program computer SPSS telah di uji validitasnya dengan uji coba 93 responden dengan hasil r hitung $(0,203-0,658) > r$ tabel $(0,1716)$ sehingga kuesioner bisa digunakan. Peneliti tidak melakukan uji validitas karena kuesioner sudah digunakan dan sudah valid. Instrumen yang digunakan ini sudah valid dan peneliti tidak mengubah apapun, sehingga uji validitas dan uji reabilitas tidak diuji dalam penelitian ini dan kuesioner telah diuji coba oleh (Masrifah, 2020).

b. Uji reabilitas

Uji reabilitas menunjukkan bahwa instrument bisa dipercaya dan dapat digunakan untuk mengumpulkan data. Pada uji reabilitas ini supaya dapat mengetahui berapa besar kemampuan alat untuk mengukur target yang diukur (Nursalam., 2017).

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan kuesioner untuk mengetahui kepercayaan diri dan *Body Shaming*. Kuesioner ini telah diuji reabilitas dan telah dinyatakan reliabel sehingga tidak perlu diuji reabilitas. Pada kuesioner ini telah diuji reabilitas yang dilakukan oleh (Masrifah, 2020). Kuesioner kepercayaan diri diuji dengan jumlah 93 responden dengan hasil koefisien alfa 0,923 sehingga kuesioner dapat digunakan untuk mengukur kepercayaan diri. Sedangkan kuesioner *Body Shaming* telah diuji dengan hasil koefisien alfa 0,851 sehingga kuesioner dapat digunakan untuk mengukur tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *body shaming* pada remaja awal SMPN 1 Cluwak.

H. Metode Pengumpul data

a. Data primer

Data proses diambil secara online kepada responden misalnya : dengan menggunakan google form wawancara, membagikan isi kuesioner, mencari data melalui observasi responden (Nursalam, 2017). Data penelitian yang diambil yaitu didapat dari siswa SMPN 1 Cluwak, perempuan ataupun laki-laki.

b. Data Sekunder

Data pendukung maupun data penunjang dari data primer, yang mempunyai relevansi dengan topic yang akan dibahas. Proses pengumpulan data dilaksanakan melalui berbagai tahapan yaitu sebagai berikut :

1. Peneliti melakukan izin ke fakultas ilmu keperawatan unissula untuk meminta surat izin studi pendahuluan
2. Peneliti melakukan pengajuan surat ijin peneliti kepihak SMPN 1 Cluwak
3. Melakukan observasi dan wawancara studi pendahuluan
4. Melakukan sidang proposal penelitian
5. Peneliti melakukan izin ke SMPN 1 Cluwak untuk meminta daftar siswa SMPN 1 Cluwak serta mengatur jadwal untuk melakukan pengisian kuesioner terhadap responden
6. Memberikan lembar persetujuan kepada responden agar ikut serta dalam riset penelitian serta menandatangani lembar persetujuan (Infomed Consent)
7. Menjelaskan agar responden faham serta jelas tentang cara pengisian kuesioner yang di berikan terhadap responden
8. Pengambilan data serta pengisian kuesioner kepada siswa SMPN 1 Cluwak yang akan diteliti
9. Mengelola data serta menganalisis hasil dari penelitian
10. Mengujikan hasil penelitian (Ujian Hasil)

I. Rencana analisa data

1. Pengolahan data

Menurut (Nursalam, 2013), melakukan pengolahan data sesuai yang ada di bawah ini :

- a. *Editing* adalah pengecekan kembali data-data yang telah diisi oleh responden
- b. *Cleaning* adalah mengoreksi data untuk memastikan kelengkapan serta kebenaran kuesioner
- c. *Coding* ialah memberikan kode data telah dipisahkan dalam kategori yang ditentukan
- d. *Tabulasi data* merupakan mengolah serta menghitung data, mengumpulkan dalam bentuk statistic, dan memasukkannya sesuai dengan standar yang ditentukan
- e. *Entri data* adalah proses memasukkan data kedalam computer.

2. Analisa data

a. Analisa univariat

Peneliti melakukan analisa univariat dengan deskriptif tentang distribusi frekuensi dan proporsi masing-masing variabel yang diteliti, dari variabel bebas ataupun variabel terikat. Dalam penelitian ini, analisa data yang akan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi variabel bebas yaitu kepercayaan diri serta variabel terikat yaitu *Body Shaming*.

b. Analisa bivariat

Analisa bivariat ialah analisa yang digunakan untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara variabel satu dan variabel lainnya. Pada penelitian ini terdapat dua analisa bivariat yang digunakan yaitu hubungan kepercayaan diri dan perilaku *Body Shaming*. Uji statistic yang dipakai adalah uji *somers'd* karena variabel dependent dan independent berbentuk kategorik dengan tabel 3x3. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan, digunakan p value yang dibandingkan tingkat kesalahan (*alpha*) yaitu 5% atau 0,05. $P\ value < 0,05 = H_0$ ditolak H_a diterima, yang berarti ada hubungan antara variabel dependent dengan variabel independent $p\ value > 0,05 = H_0$ diterima H_a ditolak, yang berarti tidak ada hubungan antara variabel dependent dengan variabel independent.

J. Etika Penelitian

1. *Informasi consent* (lembar persetujuan)

Peneliti ini melakukan izin agar responden setuju, lembar kertas persetujuan disebar kepada responden sebelum penelitian dilakukan, dengan maksud agar responden paham betul tentang penelitian maksud dan tujuan dari penelitian. Apabila responden menolak peneliti akan menghargai keputusan responden dan tidak akan memaksanya. Responden dalam penelitian yaitu siswa SMPN 1 Cluwak yang telah menandatangani lembar persetujuan dan setuju untuk diteliti serta sebagai bukti bahwa responden tidak menolak

2. *Anonymity* (tanpa nama)

Dalam penelitian tidak mencantumkan nama panjang dan pendek, tetapi mencantumkan inisial dan kode pada formulir penelitian untuk mengumpulkan data, serta menjaga privasi dan nama samaran atau inisial

3. *Confidentiality* (kerahasiaan)

Menjaga kerahasiaan hasil data penelitian dan informasi yang diperoleh untuk menjamin kerahasiaannya. Hasil penelitian ini akan dirahasiakan dan data responden tidak akan disebarluaskan

4. *Beneficienci* (manfaat)

Peneliti berharap dapat memberikan manfaat kepada responden semaksimal mungkin dan meminimalkan hal-hal yang merugikan responden. Dalam penelitian ini, saya berharap akan membawa manfaat dan memahami tingkat kepercayaan diri dan perilaku *Body Shaming* yang dihadapinya

5. *Nonmaleficienci* (keamanan)

Dalam penelitian ini, peneliti berfokus pada hal-hal yang dapat merugikan dan membahayakan responden. Peneliti ini tidak menggunakan peralatan dan bahan berbahaya, dan lokasi penelitian aman. Mengumpulkan data hanya dengan mengisi kuesioner tidak akan melakukan eksperimen berbahaya pada responden

6. *Veracity* (kejujuran)

Penelitian ini bersifat jujur, tanpa ada rahasia, dan jujur dengan informasi ada dalam penelitian, sehingga responden berhak mengetahui informasi yang ada. Penelitian ini dengan jujur menginformasikan tentang manfaat pengisian kuesioner dan penelitian.

7. *Justice* (keadilan)

Memperlakukan responden secara setara tanpa membedakan, seperti diberi pulpen dan kuesioner yang sama, serta diperlakukan dengan sopan dan baik tanpa diskriminasi.



BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Pengantar Bab

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal yang dilakukan pada oktober 2021 di SMPN 1 Cluwak. Jumlah responden sebanyak 186 siswa. Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 186 responden di peroleh hasil dibawah ini :

B. Karakteristik Responden

Karakteristik responden bertujuan untuk dapat mendeskripsikan responden yang sedang diteliti, dan dalam penelitian ini yang diteliti adalah jenis kelamin dan usia responden. Berikut penjelasan karakteristik responden dengan tabel dibawah ini :

1. Jenis Kelamin

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin siswa/siswi (N=186)

Jenis kelamin	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Perempuan	100	53.8 %
Laki-laki	86	46.2 %
Total	186	100 %

Berdasarkan tabel 4.1 diatas diperoleh hasil riset bahwa jenis kelamin siswa/siswi kelas VII, VIII, IX di SMPN 1 Cluwak dengan jenis kelamin Perempuan yaitu sebanyak 100 siswa/siswi (53.8 %) dan jenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 86 siswa/siswi (46.2 %).

2. Usia

Tabel 4.2 Distribui frekuensi responden berdasarkan usia siswa/siswi
(N=186)

Umur siswa/siswi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
12	38	20.4 %
13	82	44.1%
14	46	24.7%
15	20	10.8 %
Total	186	100 %

Berdasarkan tabel 4.2 diatas diperoleh hasil riset bahwa usia siswa/siswi terbesar berusia 13 tahun yaitu sebanyak 82 (44.1%) siswa/siswi dan yang paling sedikit berusia 15 tahun yaitu sebanyak 20 (10.8 %)

C. Analisa Univariat

Analisa univariat digunakan untuk menggambarkan sampel riset dari seluruh variabel penelitian dengan metode menyusun secara teratur untuk masing-masing variabel antara lain :

1. Tingkat Kepercayaan Diri

Tabel 4.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan kepercayaan diri remaja (N=186)

Kepercayaan diri	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	41	22.0 %
Sedang	71	38.2%
Tinggi	74	39.8%
Total	186	100 %

Berdasarkan tabel 4.3 didapatkan hasil dari riset tingkat kepercayaan diri remaja pada kategori tinggi sebanyak 74 siswa (39.8%) dan kategori rendah sebanyak 41 siswa (22.0%).

2. Perilaku *Body Shaming*

Tabel 4.4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan perilaku *body shaming* (N=186)

Perilaku <i>Body Shaming</i>	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	86	46.2 %
Sedang	39	21.0 %
Tinggi	61	32.8 %
Total	186	100 %

Berdasarkan tabel 4.5 didapatkan hasil dari riset perilaku *Body Shaming* pada remaja kategori tinggi sebanyak 61 siswa (32.8%), kategori sedang sebanyak 39 siswa (21.0%) dan dengan kategori rendah sebanyak 86 siswa (46.2%).

D. Analisa Bivariat

Analisa bivariat dapat digunakan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal dan uji yang digunakan yaitu uji *somers' d*

Tabel 4.5 Uji *somers' d* hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal (N=186)

		Perilaku <i>body Shaming</i>			Total	P
		Rendah	Sedang	Tinggi		
Kepercayaan Diri	Rendah	7	12	22	41	0,000
	Sedang	18	19	34	71	
	Tinggi	61	8	5	74	
Total		86	39	61	186	

Hasil analisis uji somers'd menunjukkan $p = 0,000$ ($\text{sig} < 0,05$) yang bermakna bahwa terdapat hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal.



BAB V

PEMBAHASAN

A. Pengantar Bab

Pada bab pembahasan ini peneliti akan menjelaskan hasil penelitian tentang hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal, yang dilakukan pada oktober 2021 di SMPN 1 Cluwak. Penelitian ini menggunakan metode *sampel random sampling* dengan 186 responden. Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 186 responden diperoleh hasil dibawah ini :

B. Interpretasi dan Diskusi Hasil

Karakteristik responden bertujuan untuk dapat mendeskripsikan responden yang sedang diteliti dan dalam riset ini yang diteliti adalah jenis kelamin dan usia responden. Berdasarkan penjelasan karakteristik responden dengan tabel dibawah ini:

1. Jenis Kelamin

Hasil riset menunjukkan bahwa jenis kelamin dari 186 responden di dominasi oleh jenis kelamin perempuan lebih banyak yaitu sebanyak 100 responden (53.8%), sedangkan jumlah jenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 86 responden(46.2 %).

(Marta-simes et al., 2016) mengemukakan bahwa perilaku *Body Shaming* ini berkembang dan berfungsi bukan hanya sebagai emosi melainkan berupa penilaian diri yang dapat muncul karena ada

ketidakpuasan atas apa yang dimiliki individu. Perilaku *Body Shaming* biasanya lebih sering dialami oleh wanita, hal ini terjadi karena wanita lebih mudah tersinggung dan menghayati penilaian subyektif dibandingkan laki-laki.

Menurut (Sakinah, 2018) remaja seringkali menjadikan fisik sebagai bahan ejekan terhadap seorang dalam kelompoknya. Bergosip mengenai teman sebaya sering kali mendominasi percakapan di antara remaja. Walaupun hanya dengan nada bercanda, *Body Shaming* dapat dikategorikan sebagai tindakan bullying karena dianggap sebagai bentuk kekerasan secara verbal kepada individu lain. Remaja perempuan yang belum memperlihatkan penerimaan terhadap dirinya, menyakini bahwa mempunyai tubuh kurus akan membantunya dapat beradaptasi dengan lingkungan pergaulan disekitarnya.

Penelitian yang sudah dilakukan peneliti menyimpulkan responden dengan jenis kelamin perempuan lebih mudah tersinggung dengan perilaku *Body Shaming* dibandingkan dengan responden berjenis kelamin laki-laki, serta wawancara pada responden laki-laki cenderung menghiraukan perkataan temannya dan memilih untuk membalas perkataan mereka. Sehingga pada sebagian responden wanita jika mendapat perilaku *Body Shaming* kebanyakan kepercayaan dirinya mengarah ke hal negatif sedangkan responden laki-laki mengarah ke hal yang positif.

2. Usia

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwa yang terbanyak berusia 13 tahun yaitu sebanyak 82 dengan persentase (44.1 %) dan yang paling sedikit berusia 15 tahun yaitu sebanyak 20 dengan persentase (10.8 %). Remaja yang berusia 12 tahun didapatkan 38 dengan persentase (20.4%) serta remaja yang berusia 14 didapatkan sebanyak 46 dengan persentase (24.7%).

(Samosir & Sawitri, 2015) mengemukakan masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju kehidupan dewasa. Selama masa remaja, individu mengalami banyak perubahan. Masa remaja sebagai periode perubahan dimana tingkat perubahan sikap serta perilaku remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik dan perubahan ini terjadi dengan cepat. Ketika seseorang memasuki Sekolah Menengah Pertama (SMP), perubahan masa remaja terlihat jelas, karena rata-rata rentang usia siswa sekolah menengah pertama adalah antara 12-15 tahun, dan rentang usia ini termasuk dalam masa remaja awal.

Menurut (Tri Handayani, 2018) Permasalahan penampilan jadi perihai yang berarti bagi remaja untuk meningkatkan citra individu mengenai gambaran tubuhnya sehingga mempengaruhi terhadap tingkat kepercayaan diri individu tersebut. Remaja yang menganggap memiliki tubuh langsing serta ideal akan menjadikannya pusat perhatian dan membuat remaja tersebut menjadi penuh percaya diri. Remaja yang

memiliki rasa percaya diri akan berkembang menjadi pribadi yang kuat, sehat serta tangguh.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (A. A. Hidayat, 2017) emosi remaja masih labil. Adanya perubahan sosial yang menimbulkan remaja cenderung renggang dengan orang tuanya dan lebih terbuka dengan teman sebangkunya. Demi mengekspresikan segala bentuk potensi yang dimilikinya remaja membuat kelompok untuk menuangkan potensi tersebut. Masa remaja adalah masa dimana keingintahuannya tinggi sehingga menyebabkan remaja tersebut untuk mencoba hal-hal baru yang mengarah ke hal positif maupun negatif.

Menurut pendapat peneliti remaja merupakan usia dimana remaja mulai berfikir tentang tubuhnya baik bentuk tubuh ataupun penampilannya, dan bagaimana cara mengatasi perubahan yang terjadi pada dirinya. Serta melihat dari bentuk tubuh orang lain, atau teman dekatnya dan disitulah menimbulkan perilaku *Body Shaming* dari melihat bentuk tubuh temannya yang kurus maupun gendut. Perilaku *Body Shaming* tersebut dapat mempengaruhi kepercayaan diri remaja yang mengarah positif ataupun negatif.

C. Analisa Univariat

1. Tingkat Kepercayaan Diri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang mempunyai kepercayaan diri tinggi sebanyak 74 responden (39.8%), sedang

sebanyak 71 responden (38.2%) dan dengan kategori rendah sebanyak 41 responden (22.0%).

Menurut (Tri Handayani, 2018) Setiap manusia terlahir dengan mempunyai rasa percaya diri, tetapi tidak seluruhnya dapat mempunyai rasa percaya diri yang tinggi. Demikian pula dengan rasa percaya diri yang dimiliki seorang remaja, dimana rasa percaya diri ini sesungguhnya ialah salah satu indikator kecerdasan emosional yang berhubungan dengan keahlian untuk memahami kelebihan serta kekurangan yang dimilikinya. Kepercayaan diri ialah keyakinan yang dimiliki dalam menanggulangi seluruh situasi. Seseorang yang kurang mampu menghadapi situasi yang ada, maka seorang tersebut akan merasa kurang percaya diri.

Rasa kurang percaya diri inilah yang menimbulkan individu akan berperilaku negatif, pesimis serta tidak mengakui dirinya sendiri. Banyak faktor-faktor yang membuat seorang kurang percaya diri salah satunya ialah penampilan fisik. Dimana seseorang akan lebih percaya apabila fisiknya sempurna. Salah satunya ialah bagaimana cara seorang tersebut mempersepsikan tentang tubuhnya atau penampilan fisiknya. Ketika seorang tersebut mempersepsikan tentang tubuhnya positif maka akan meningkatkan kepercayaan diri individu tersebut serta sebaliknya ketika individu mempersiapkan tubuhnya negatif maka kepercayaan diri seorang tersebut akan cenderung rendah.

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek karakter atau konsep diri yang berarti untuk seseorang disebabkan dengan terdapatnya kepercayaan diri seseorang mampu mengaktualisasikan seluruh kemampuan yang terdapat pada dirinya. Berdasarkan pendapat tersebut maka bisa diketahui bahwa kepercayaan diri tidak hanya harus dimiliki oleh orang dewasa tetapi juga remaja dalam perkembangan mereka menjadi dewasa supaya mampu berinteraksi dengan orang lain sehingga bisa menghasilkan interaksi sosial yang positif. Rasa percaya diri dapat diwujudkan melalui sikap berani serta yakin dalam melakukan sesuatu (Wahyuni, 2014).

Sesuai dengan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa tingkat kepercayaan diri remaja awal didapatkan hasil remaja yang mempunyai kepercayaan diri tinggi sebanyak 74 responden (39.8%). Hal ini membuktikan bahwa sebagian besar remaja mempunyai tingkat kepercayaan diri dalam kategori tinggi.

2. Perilaku *Body Shaming*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang perilaku *Body Shaming* pada remaja yaitu tinggi sebanyak 61 responden (32.8%), sedang sebanyak 39 responden (21.0%) dan dengan kategori rendah sebanyak 86 responden(46.2%).

(Hidayat R. et al., 2019) Efek dari rasa malu pada tubuh yang memberikan efek negatif sehingga cenderung mengikuti apa yang orang lain sampaikan terkait dengan kondisi tubuh. Pengalaman rasa malu

yang dialami dapat menjadikan rasa tidak percaya diri serta tidak layak berada di kelompok sosial. Dampak dari perilaku *Body Shaming* sangat banyak negatifnya, hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *Body Shaming* berdampak pada pola pikir yang negatif pada seseorang. Hasilnya bahwa perilaku *Body Shaming* dapat menimbulkan penilaian diri yang cenderung buruk.

Menurut (Evelianti et al., 2020) mengomentari fisik seseorang sering dilakukan tanpa disadari menimbulkan efek negatif terhadap seorang yang dapat menimbulkan seorang tersebut merasa tidak nyaman dengan penampilan fisiknya dan menutup diri terdapat lingkungan maupun interaksi dengan orang lain. *Body Shaming* bisa berasal dari lingkungan sekitar, teman sebaya maupun keluarga.

Penelitian yang sudah dilakukan, peneliti dapat mengasumsikan bahwasannya seseorang yang mendapatkan perlakuan *Body Shaming* lebih mengarah ke hal yang negatif. Perilaku *Body Shaming* merupakan pengalaman kurang baik yang dialami oleh individu sehingga merasa bahwa yang dilakukan tidak sesuai dengan yang diharapkan oleh dirinya sendiri maupun lingkungan. Oleh karena itu, dapat menimbulkan rasa tidak percaya diri, menyebabkan rasa malu, tidak puas terhadap tubuhnya sendiri. Meskipun perilaku *Body Shaming* ada sisi baiknya tetapi perilaku *Body Shaming* tetap saja menyebabkan rasa ingin memperbaiki tubuhnya dan tetap menjadi suatu tindakan yang kurang baik.

D. Analisa Bivariat

1. Hubungan tingkat kepercayaan diri dengan perilaku *Body Shaming* pada remaja awal

Hasil penelitian yang telah dilakukan dari jumlah responden sebanyak 186 responden didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal. Peneliti ini memakai uji *Somers' d* menunjukkan $p = 0,000$ ($\text{sig} < 0,05$). Hasil menunjukkan bahwa taraf signifikan kurang dari α maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya terdapat hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nasrul & Rinaldi, 2020) Terdapat pengaruh yang signifikan antara kepercayaan diri dan *Body Shaming* dengan nilai signifikan 0,04 ($<0,05$). Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Masrifah, 2020) terdapat pengaruh yang signifikan antara kepercayaan diri dan *Body Shaming* dengan nilai signifikan 0,039 ($<0,05$). Disimpulkan bahwa *Body Shaming* berpengaruh pada kepercayaan diri remaja.

Penelitian yang dilakukan oleh perilaku *Body Shaming* yang terjadi di SMKN 7 Tangerang Selatan yaitu berupa kritikan tingkah laku, menghina fisik, dan membandingkan fisik korban. Hasil korban *Body Shaming* lebih memilih menyendiri di rumah daripada bermain bersama temannya, hal itu disebabkan karena mereka merasa tidak percaya diri.

Bagi mereka korban *Body Shaming* akan merasa tersinggung dan malu ketika menjadi bahan ejekan dan ditertawakan oleh teman-temannya. Adapun perbedaan antara siswa laki-laki dan perempuan dalam menyikapi perlakuan *Body Shaming*. Siswa laki-laki ketika mendapatkan perlakuan *Body Shaming*, mereka cenderung menganggap bahwa hinaan fisik hanya sebagai candaan saja hal ini didasarkan pada jawaban mereka yang lebih banyak memilih jarang. Sedangkan siswa perempuan cenderung merasa sakit hati ketika mendapat perlakuan *Body Shaming*. Namun, di sisi lain perempuan ketika mendapat perlakuan *Body Shaming* mereka tidak akan membalas, mereka lebih memilih untuk diam. Sedangkan siswa laki-laki mereka memberikan perlawanan dengan cara membalas mengejek perilaku *Body Shaming* (Sari, 2020)

Dapat ditarik kesimpulan dari penelitian yang sudah dilakukan serta teori yang ada bahwa terdapat hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal. Perilaku *Body Shaming* berkaitan dengan tingkat kepercayaan diri yang rendah dan tinggi. Individu yang tidak mendapat perilaku *Body Shaming* memiliki rasa percaya diri yang tinggi, bersifat positif, mempunyai kepribadian yang baik dan bisa mengendalikan diri sendiri. Sedangkan individu yang mendapatkan perilaku *Body Shaming* memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah ataupun mengarah ke negatif dengan harga diri rendah,

merasa malu, tidak percaya diri, tidak memiliki motivasi dan semangat hidup, cenderung menyendiri karena kritikan dari orang lain.

E. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dalam penyusunan penelitian ini hanya dilakukan satu lingkup SMPN 1 Cluwak, sehingga hasil tidak bisa digeneralisasi pada seluruh siswa-siswi sekolah lain. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dimana informasi yang didapatkan diambil dari kuesioner yang diisi oleh responden dan seharusnya pengambilan data diambil sebagian wawancara.

F. Implikasi Keperawatan

Implikasi untuk pengembangan ilmu keperawatan dan dapat dijadikan sumber informasi serta dapat dijadikan data dasar khususnya pada penelitian hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal.

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Sesuai dengan hasil riset hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Responden jenis kelamin siswa/siswi kelas VII, VIII, IX di SMPN 1 Cluwak dengan jenis kelamin Perempuan yaitu sebanyak 100 responden dengan presentase (53.8 %). Usia siswa/siswi terbesar berusia 13 tahun yaitu sebanyak 82 responden dengan presentase (44.1%).
2. Perilaku *Body Shaming* pada remaja kategori tinggi sebanyak 61 responden dengan presentase (32.8%)
3. Tingkat kepercayaan diri remaja pada kategori tinggi sebanyak 74 responden dengan presentase (39.8%).
4. Terdapat hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal dengan nilai $p = 0,000$ ($\text{sig} < 0,05$).

B. Saran

1. Bagi profesi keperawatan

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi tambahan ilmu pengetahuan serta wawasan dalam mencegah maupun mengurangi dampak dari tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal SMPN 1 Cluwak

2. Bagi pendidikan keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi ilmiah untuk menambah pengetahuan tentang hubungan antara tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal.

3. Bagi masyarakat

Dari hasil penelitian ini diharapkan agar mampu memberikan manfaat serta informasi kepada masyarakat tentang betapa pentingnya mengetahui dan memperhatikan dampak yang dapat terjadi dari tingkat kepercayaan diri terhadap perilaku *Body Shaming* pada remaja awal.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya untuk hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi untuk penelitian yang mempunyai bidang yang sama ataupun dapat juga dijadikan perbandingan dengan menggunakan metode yang berbeda karena masih ada banyak faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat kepercayaan diri yang mengarah ke hal yang positif maupun negatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Mohammad, dkk. (2011). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik* (PT Bumi Aksara (ed.)).
- Amita, D. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Andiyati, A. D. W. (2016). Hubungan antara body image dengan kepercayaan diri siswa kelas X di SMA Negeri 2 Bantul. *Bimbingann Konseling*, 4, 80–88.
- Aryani. (2010). *Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya* (Salemba Medika (ed.)).
- Batubara, J. R. . (2010). *Adolescent Development(Perkembangan Remaja)* (Sari Pediatri (ed.)).
- Damanik, T. M. (2018). *Dinamika Psikologis Perempuan Mengalami Body Shaming*. Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta.
- Dharma, K. K. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan (Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian)* (T. (Trans Info & Media) (eds.)).
- Dinartika, N., Wisnuwardhani, D., & A., & N. (2014). *Prediksi Relationship Contingency Dan Self-Efficacy Dalam Hubungan Romantis Terhadap Body Shame Pada Dewasa Muda* (Psibernetika (ed.)).
- Dolezal, L. (2015). *The Body and Shame: Phenomenology Feminism and the Socially Shaped Body*. (Lexington Books (ed.)).
- Donsu, J. D. (2016). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. (Pustaka Baru. (ed.)).
- Evelianti, M., Sukamti, N., & Wardana, M. K. (2020). The Relationship between *Body Shaming* Treatment and Body Image in Adolescents in Depok. *JIKO (Jurnal Ilmiah Keperawatan Orthopedi)*, 4(2), 70–76. <https://doi.org/10.46749/jiko.v4i2.43>

- Fauzia, T. F., & Rahmiaji, L. R. (2019). Memahami pengalaman *Body Shaming* pada remaja Perempuan. *Interaksi Online*, 7(3), 238-.
- Gam, R. T., Singh, S. K., Manar, M., Kar, S. K., & Gupta, A. (2020). *Body Shaming* among school-going adolescents: prevalence and predictors. *International Journal Of Community Medicine And Public Health*, 7(4), 1324. <https://doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20201075>
- Gani, A. W., & Jalal, N. M. (2020). Persepsi Remaja Tentang *Body Shaming*. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 5(2), 155–161.
- Ghufron, M. Nur & Risnawati, R. (2017). *Teori-Teori Psikolog* (A.-R. Media (ed.)).
- Hidayah, Z. (2013). *Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Dalam Pembelajaran Dengan Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Therapy*.
- Hidayat, A. A. (2017). *Metodologi Penelitian Keperawatan dan Kesehatan* (Salemba Medika (ed.)).
- Hidayat, R., Malfasari, E., & Herniyanti, R. (2019). Hubungan Perlakuan *Body Shaming* Dengan Citra Diri Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), 79. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.1.2019.79-86>
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Erlangga (ed.)).
- Komara, I. B. (2016). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Prestasi Belajar dan Perencanaan Karir Siswa SMP. *Psikopedagogia Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 33. <https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v5i1.4474>
- Marta-simes, J., Ferreira, C., Ph, D., & Mendes, A. L. (2016). Eating Behaviors Exploring the effect of external shame on body appreciation among Portuguese young adults : The role of self-compassion. *Eating Behaviors*, 23, 174–179. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2016.10.006>
- Masrifah, N. I. (2020). *Pengaruh Self Objectification Dan Body Shame Terhadap Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Uin Maul. Islam*

Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Myers, D. (2012). *Psikologi Sosial Edisi Ke 10 Jilid 1* (Salemba Humanika (ed.)).

Nainggolan, T. (2011). *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Pengguna Napza* (Sosiokonsepsia (ed.)).

Nasrul, R. F., & Rinaldi. (2020). Hubungan Body Shame Dengan Kepercayaan Diri Pada Siswa Sma N 5 Pariaman. *Jurnal Riset Psikologi*, 04(No. 2), 1–14.

Northrop, J. M. (2012). *Reflecting on Cosmetic Surgery Body Image Shame and Narcissism*. (Routledge (ed.)).

Novtiar, C., & Aripin, U. (2017). *Meningkatkan kemampuan berpikir kritis matematis dan kepercayaan diri siswa SMP melalui pendekatan open ended* (Prisma (ed.)).

Nurkholifah, Siti., Toheri, & Winarso, W. (2018). *Hubungan antara Self Confidence dengan Kemampuan Berpikir Kritis Siswa dalam Pembelajaran Matematika* (Jurnal Edumatica 6 (ed.)).

Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (Salemba Medika (ed.)).

Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Praktis Edisi 3* (Salemba Medika. (ed.)).

Prabadewi, K. D. L., & Widiavivri, P. N. (2014). Hubungan Konsep Diri Akademik dengan Motivasi Berprestasi pada Remaja Awal yang Tinggal di Panti Asuhan di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(2), 261–270. <https://doi.org/10.24843/jpu.2014.v01.i02.p05>

Pratiwi, H. S. (2019). Hubungan empati dengan penghinaan fisik pada remaja SMP Al-khairiyah di Samarinda. *Ejournal Psikologi Fisip Unmul Ac Id*, 7(2), 506–

Putri, B. A. S., Kuntjara, A. P., & Sutanto, R. P. (2018). Perancangan Kampanye “Sizter’s Project” sebagai Upaya Pencegahan Body Shaming. *DKV Adiwarna*,

1(12) 1-9.

Rachmah, E. N., & Baharuddin, F. (2019). Faktor Pembentuk Perilaku *Body Shaming* di Media Sosial. Psikologi Sosial Di Era Revolusi. *Psikologi Sosial Di Era Revolusi*, 4.0, 66–73. <http://fppsi.um.ac.id/wp-content/uploads/2019/07/Eva-Nur.pdf>

Rahayuningdyah, E. (2016). Berdasarkan uraian diatas bisa ditarik kesimpulan kalau keyakinan adalah watak yang dimiliki seorang yang mempunyai aspek aspek kepercayaan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional serta realistis. (N. 2 Jurnal: JIPE, Vol. 1 (ed.)).

Rahmiaji, T. F. F. L. R. (2019). Memahami pengalaman. *Body Shaming*, 4–5.

Rustanto, E. . (2016). Kpercayaan dan terhadap efikasi diri terhadap kematangan karir mahasiswa di politeknik (Jurnal: Lentera Bisnis (ed.)).

Sakinah. (2018). Pengaruh *Body Shaming* Terhadap Kecenderungan *Anorexia Nervosa* Pada Remaja Perempuan Di Surabaya Kemajuan teknologi pada saat ini memberikan kemudahan dalam mengakses berbagai informasi dari beragam media , baik melalui media elektronik seperti televisi ,.

Samosir, D., & Sawitri, D. (2015). Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Pengungkapan Diri Pada Remaja Awal Kelas Vii. *Empati: Jurnal Karya Ilmiah S1 Undip*, 4(2), 14–19.

Santrock, J. . (2011). *Child Development (Perkembangan Anak Edisi 11 Jilid 2, Penerjemah: Rachmawati dan Kuswanti)*. (Erlangga (ed.)).

Sari, R. P. (2020). Hubungan *Body Shaming* dengan interaksi sosial teman sebaya di smkn 7 tangerang selatan. In *Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah* (Vol. 15, Issue 2).

Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. (Alfabeta (ed.)).

Syahrullah, D., Ekajaya, & Jufriadi. (2019). Hubungan Antara Kepercayaan Diri

Dengan. *Jurnal PSYCHE 165 Fakultas Psikologi*, 12(1), 93–102.

Tri Handayani, A. (2018). Hubungan Body Image Dan Imaginary Audience Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Di Sma Panca Budi Medan. *Jurnal Penelitian Pendidikan Sosial Humaniora*, 3(1), 319–324. <https://doi.org/10.32696/jp2sh.v3i1.94>

Utomo, D., & Harmiyanto, H. (2016). Hubungan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Dan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X Sman 1 Garum Kabupaten Blitar. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 1(2), 55–59. <https://doi.org/10.17977/um001v1i22016p055>

Wahyuni, S. (2014). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Psikologi. *Jurnal Psikologi*, 2(1), 50–62.

