

SKRIPSI

**HUBUNGAN *BODY SHAMING* DENGAN *SELF
BLAMING* PADA SISWA DI UPT SMPN 1 KAMPAR
TAHUN 2023**



NAMA : NUR AFNI SULASMI

NIM : 1914201066

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
RIAU
2023**

SKRIPSI

**HUBUNGAN *BODY SHAMING* DENGAN *SELF
BLAMING* PADA SISWA DI UPT SMPN 1 KAMPAR
TAHUN 2023**



NAMA : NUR AFNI SULASMI

NIM : 1914201066

**Diajukan Sebagai Persyaratan untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
RIAU
2023**

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur peneliti ucapkan kepada kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “**Hubungan *Body Shaming* Dengan *Self Blaming* Pada Siswa di UPT SMPN 1 Kampar**”.

Penelitian ini diajukan guna memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan program S1 Keperawatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai. Dalam menyelesaikan penelitian ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang tulus kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Amir Luthfi selaku Rektor Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.
2. Ibu Dewi Anggriani Harahap, M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.
3. Ibu Ns. Alini, M.Kep selaku Ketua Prodi S1 Keperawatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai dan sekaligus narasumber 1 yang telah memberikan kritik dan saran dalam kesempurnaan penyusunan skripsi ini.
4. Bapak M. Nizar Syarif Hamidi M.Kes selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan masukan dalam materi, meluangkan waktu, pikiran, bimbingan serta arahan dan membantu dalam menyelesaikan Skripsi ini.
5. Ibu Dhini Anggraini Dhillon M.Keb selaku pembimbing II yang telah memberikan masukan dalam materi, meluangkan waktu, pikiran, bimbingan serta petunjuk dan membantu dalam menyelesaikan Skripsi ini.

6. Ibu Erlinawati SST, M. Keb selaku narasumber 2 yang telah memberikan kritik dan saran dalam kesempurnaan penyusunan skripsi ini.
7. Bapak dan ibu dosen Program S1 Keperawatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, terutama yang telah memberikan kesempatan dan kemudahan bagi penulis dalam menyelesaikan Skripsi ini.
8. Bapak Muhammad Yasir, M.Pd selaku kepala sekolah UPT SMPN 1 Kampar dan beserta staf atas izin dan kerjasama dalam pengambilan data dan melakukan penelitian di sekolah tersebut.
9. Kepada responden terima kasih atas kerjasamanya dan membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Keluarga tercinta terutama Ny.Daswani yang selalu memberikan doa dan dukungan dalam setiap langkah, dan terima kasih kepada Melni Dasmi S. Pd dan Siti Salmi S.Pd untuk supportnya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi dengan sangat amat baik.
11. Kepada Sutri Anisa, S.Kep, Nella Ardini S. E dan Suci, S.KM dan sahabat yang selalu ada di sisi peneliti, yang sedia membantu, menemani melakukan penelitian, memberikan dukungan dan memaksa peneliti untuk bimbingan dan revisi agar peneliti dapat menyelesaikan Skripsi ini supaya bisa wisuda bareng.
12. Kepada Faisal Ahmad, M.Pd terima kasih telah menjadi sosok pendamping dalam segala hal, yang selalu menemani setiap malam saya dan mendengarkan semua keluh kesah beserta ocehan saya setiap harinya, beserta

menjawab semua pertanyaan, memberi semangat untuk pantang menyerah dan selalu membimbing untuk menyelesaikan Skripsi ini.

13. Rekan-rekan seperjuangan di Prodi S1 Keperawatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai yang telah memberikan dukungan, masukan dan membantu peneliti dalam menyelesaikan Skripsi ini.

14. Terima kasih kepada diri saya sendiri, terima kasih telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan di luar keadaan dan tak pernah memutuskan untuk menyerah, sesulit apapun proses penyusunan Skripsi ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, dan walaupun agak terlambat sedikit namun ini merupakan pencapaian yang patut di banggakan untuk diri sendiri.

Peneliti menyadari bahwa penulisan Skripsi ini masih banyak kekurangan baik dari segi penampilan dan penulisan. Oleh karena itu, peneliti senantiasa mengharapkan saran dan kritikan yang bersifat membangun demi kesempurnaan Skripsi ini. Semoga ALLAH SWT, selalu memberikan berkah dan karunia-Nya kepada semua pihak yang telah memberikan bimbingan dan dukungan kepada penulis selama mengikuti pendidikan S1 Keperawatan di Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.

Bangkinang, Desember 2023
Penulis

NUR AFNI SULASMI
1914201066

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI**

**Laporan Hasil, Desember 2023
NUR AFNI SULASMI**

**HUBUNGAN *BODY SHAMING* DENGAN *SELF BLAMING* PADA SISWA
DI UPT SMPN 1 KAMPAR TAHUN 2023**

xi + 61 Halaman + 4 Tabel + 4 Skema + 15 Lampiran

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak-anak menuju masa orang dewasa sehingga remaja memiliki emosi yang belum stabil dan belum bisa membedakan mana yang benar dan salah. Remaja sering kali mejadi korban dan pelaku dalam *body shaming* oleh orang-orang terdekat seperti keluarga, masyarakat, dan temannya sendiri dengan bercanda. Remaja yang cuek tidak akan menanggapinya, tetapi remaja yang tidak bisa menerima komentar dari lingkungannya akan cenderung menyalahkan diri sendiri (*self blaming*). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan *body shaming* dengan *self blaming* pada siswa di UPT SMPN 1 Kampar Tahun 2023. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif jenis korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa UPT SMPN 1 Kampar kelas VII dan VIII yang berjumlah 245 siswa. Pengambiln sampel pada penelitian ini menggunakan *simple random sampling*. Data yang diperoleh dianalisis dengan uji *Chi Square*. Hasil penelitian menunjukkan responden yang mengalami *Body Shaming* sebanyak 80 responden (52,6%) dan responden yang megalami *Self Blaming* tinggi sebanyak 84 responden (55,3%). Ada hubungan antara antara *body shaming* dengan *self blaming* pada siswa UPT SMPN 1 Kampar ($p\ value=0,000 \leq 0,05$).

Untuk responden yang pernah mengalami *body shaming* lebih baik melihat potensi apa yang bisa di lakukan oleh diri sendiri dan berhenti membandingkan diri sendiri dengan orang lain yang justru akan membuat lebih tidak percaya diri.

Kata Kunci : *Body Shaming, Self Blaming, Remaja*
Daftar bacaan : 50 (2013-2023)

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
KATA PENGANTAR.....	ii
ABSTRAK	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR SKEMA	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	9
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.3.1 Tujuan Umum	9
1.3.2 Tujuan Khusus	9
1.4 Manfaat Penelitian.....	10
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	10
1.4.2 Manfaat Praktis	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Tinjauan Teoritis	11
2.1.1 Konsep Dasar Remaja	11
a. Pengertian Remaja.....	11
b. Ciri-ciri masa remaja.....	12
c. Tugas perkembangan pada masa remaja	14
2.1.2 Konsep Dasar <i>Body shaming</i>	15
a. Pengertian <i>Body shaming</i>	15
b. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Body Shaming</i>	16
c. Dimensi <i>Body Shaming</i>	18
d. Bentuk <i>Body Shaming</i>	19
e. Ciri-ciri <i>Body Shaming</i>	20
f. Dampak <i>Body shaming</i>	20
g. Pengukuran <i>Body Shaming</i>	21
2.1.3 Konsep Dasar <i>Self Blaming</i>	22
a. Pengertian <i>Self Blaming</i>	22
b. Tipe <i>Self Blaming</i>	24
c. Faktor yang mempengaruhi <i>self blaming</i>	24
e. Dampak <i>Self Blaming</i>	28
f. Pengukuran <i>Self Blaming</i>	29
2.1.4 Penelitian Terkait	30
2.2 Kerangka Teori	33

2.3 Kerangka Konsep.....	34
2.4 Hipotesis	34
BAB III METODE PENELITIAN	35
3.1 Desain Penelitian	35
3.1.2 Alur Penelitian.....	36
3.1.3 Prosedur penelitian	36
3.1.4 Variabel Penelitian.....	37
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	38
3.2.1 Lokasi Penelitian.....	38
3.2.2 Waktu Penelitian.....	38
3.3 Populasi dan Sampel	38
3.3.1 Populasi.....	38
3.3.2 Sampel.....	38
3.4 Etika Penelitian	40
3.4.1 <i>Infomed Consent</i> (Lembar Persetujuan)	40
3.4.2 <i>Anomity</i> (Tanpa nama)	40
3.4.3 <i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan).....	41
3.5 Alat Pengumpulan Data	41
3.5.1 Data demografi.....	41
3.5.2 Instrumen <i>body shaming</i>	41
3.5.3 Instrumen <i>self blaming</i>	42
3.6 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	43
3.6.1 Validitas	43
3.6.2 Reliabilitas	44
3.7 Prosedur Pengumpulan data	45
3.7.1 <i>Editing</i>	46
3.7.2 <i>Coding</i>	46
3.7.3 <i>Tabulating</i>	46
3.8 Definisi Operasional.....	46
3.9 Analisis Data	47
3.9.1 Analisis Univariat.....	47
3.9.2 Analisis Bivariat	48
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	50
4.1 Hasil Penelitian	50
4.1.1 Karakteristik Responden.....	50
4.1.2 Analisis Univariat	50
4.1.3 Analisis Bivariat.....	51
BAB V PEMBAHASAN	53
5.1 Analisa Univariat.....	53
5.1.1 <i>Body Shaming</i>	53

5.1.2	<i>Self Blaming</i>	54
5.2	Analisa Bivariat	55
5.2.1	Hubungan <i>Body Shaming</i> Dengan <i>Self Blaming</i> Pada Siswa UPT SMPN 1 Kampar Tahun 2023	55
BAB VI KESIMPULAN		60
6.1	Kesimpulan.....	60
6.2	Saran	60
DAFTAR PUSTAKA		61

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori.....	33
Skema 2.1 Kerangka Konsep	33
Skema 3.1 Rancangan Penelitian	35
Skema 3.2 Alur Penelitian	36

DAFTAR TABEL

Skema 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik responden	50
Skema 4.2 Distribusi Frekuensi <i>Body Shaming</i>	51
Skema 4.3 Distribusi Frekuensi <i>Self Blaming</i>	51
Skema 4.4 Hubungan <i>Body Shaming</i> dengan <i>Self Blaming</i>	36

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Format Pengajuan Judul Penelitian
- Lampiran 2 Surat izin Pengambilan Data
- Lampiran 3 Surat Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 Surat izin penelitian
- Lampiran 5 Surat balasan izin penelitian
- Lampiran 6 Surat Permohonan Responden
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 8 Kuesioner
- Lampiran 9 Hasil Turnitin
- Lampiran 10 Bukti Legal Pemakaian Kuesioner
- Lampiran 11 Master Tabel
- Lampiran 12 Output SPSS
- Lampiran 13 Dokumentasi Kegiatan
- Lampiran 14 Lembar Konsultasi Pembimbing I dan II
- Lampiran 15 Daftar Riwayat Hidup

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah tahap perkembangan transisi yang dimulai dengan permulaan pubertas dan di akhiri dengan penerimaan peran dewasa. Dalam masyarakat masa remaja berarti bergerak dari ketidakdewasaan menuju kedewasaan. Selama masa remaja akan menghadapi kerentanan *kognitif* (gangguan pemikiran) dan lebih sering terjadi pada remaja yaitu “pemikiran negatif (Heri, 2014).

Pemikiran negatif telah terbukti berkontribusi pada perkembangan gejala depresi pada remaja yang biasanya disebabkan oleh peristiwa-peristiwa negatif (Mandeep 2015). Peristiwa negatif yang biasanya terjadi pada remaja yaitu tindakan *body shaming* dari teman sebayanya yang menyebabkan remaja memiliki pemikiran negatif terhadap kepuasan tubuhnya (Wijastuti, 2016). Grogan dalam (Damanik 2018) menyebutkan ketidakpuasan tubuh yang berkelanjutan bisa menyebabkan *body shame* semakin meningkat, ketidakpuasan adalah evaluasi dan perasaan negatif individu akan tubuhnya. Semua hal yang kurang ideal dipercaya menjadi suatu kekurangan tubuh yang menyebabkan timbulnya perasaan malu pada diri sendiri.

(Mushin 2014) Menjelaskan bahwa tubuh merupakan bagian utama dari penampilan seseorang yang terlihat dan sangat mudah

dinilai oleh diri sendiri bahkan oleh orang lain. Memiliki tubuh ideal, langsing, tinggi, putih, mulus merupakan dambaan setiap orang, membicarakan tentang tubuh seringkali menjadi hal yang tidak nyaman bagi para remaja terutama pada masa pertumbuhan terlebih pada sesuatu yang berkaitan dengan berat badan dan penampilan secara keseluruhan. Dari segi berat badan saja, remaja tidak kebal terhadap apa yang disebut obesitas. Kegemukan dan obesitas menjadi masalah kesehatan, tetapi juga menjadi masalah Psikososial (Fauzia & Rahmiaji, 2019).

Remaja menyadari bahwa daya tarik fisik memiliki dampak yang kuat pada proses interaksi sosial secara umum, dan berperan pada evaluasi lawan jenis secara khusus (Mushin 2014). Hal ini bisa terjadi karena remaja sering kali merasa malu dengan tubuhnya. Kondisi ini terjadi ketika sebagian orang mengomentari bentuk tubuh remaja yang dianggap kurang menarik (terutama dari segi berat badan). Rasa malu tentang tubuh kita adalah keadaan emosional yang bisa sangat menyakitka (Fauzia & Rahmiaji, 2019).

Dalam penelitian sakinah memaparkan bahwa *body shaming* bukan hanya sekedar terkait *fat shaming* (bentuk tubuh yg besar) atau *skinny shaming* (bentuk tubuh terlalu kurus), akan tetapi *body shaming* meliputi segala aspek fisik seseorang yg bisa ditinjau oleh orang lain, misalnya warna kulit, dan tinggi badan. Namun kebanyakan masalah

yang terjadi pada korban *body shaming* merupakan orang yang mempunyai bentuk tubuh yang gemuk (Sakinah, 2018).

Northrop dalam (Cahyani, 2018) menyebutkan bahwa perspektif negatif adalah salah satu variabel yang berkontribusi terhadap *body shaming*. Pikiran tentang evaluasi negatif dari orang lain yang menimbulkan perasaan malu tentang kondisi tubuhnya, pandangan negatif seseorang terhadap penampilan tubuh disebabkan oleh anggapan bahwa penampilan diri sendiri secara terus-menerus menjadi pusat perhatian orang lain dan diri sendiri, dalam situasi yang sering terjadi, korban *Body shaming* dapat menyebabkan penarikan diri secara sosial, bahkan dapat memicu perasaan membenci diri sendiri dan orang lain. *Body shaming* juga memiliki konsekuensi besar bagi korban, termasuk depresi, introversi, gejala psikosomatik, dan dalam skenario terburuk dapat memunculkan ide untuk bunuh diri (Noviyanti, 2022).

Sebagian besar kasus *body shaming* terjadi di lingkungan remaja lain yang belum matang dalam berpikir dan berperilaku. *Body shaming* termasuk *bullying* verbal yang mungkin tidak disadari oleh masyarakat, terutama di kalangan remaja (Fauzia & Rahmiaji, 2019). Dalam penelitian Masithoh (2020) Menyebutkan saat ini, *body shaming* umumnya dianggap wajar oleh para remaja. Masa remaja merupakan masa transisi antara anak-anak dan orang dewasa. oleh karena itu masa remaja sering dikenal dengan masa “pencarian jati

diri” bagi sebagian orang tindakan *body shaming* hanyalah sebuah candaan saja, namun jika dilakukan terus menerus akan mempengaruhi kondisi psikologi korbannya terutama terkait dengan perasaan malu yang akan timbul (Masithoh 2020).

Terkait permasalahan ini mereka tidak menyadari terkait dampak yang ditimbulkan dari *body shaming* adalah seseorang akan mengalami perasaan malu, sakit hati, tidak percaya diri, depresi, pendiam dan menutup diri dari lingkungannya (Alexandra 2018).

Dalam survei nasional pengalaman hidup generasi muda yang dilakukan Kementerian PPPA pada tahun 2018, 3 dari 4 anak laki-laki dan perempuan berusia 13 hingga 17 tahun mengalami kekerasan dalam hidupnya, mengatakan bahwa pelaku kekerasan adalah temannya. 41% siswa berusia 15 tahun mengaku menjadi korban pelecehan setidaknya beberapa kali dalam sebulan. Demikian hasil penelitian yang dilakukan Program for International Student Assessment (PISA) tahun 2018 yang dikutip oleh UNICEF Indonesia.

Korban *bullying* mengalami masalah psikologis, fungsi sosial yang buruk, dan gangguan pendidikan. Faktanya, menurut Menteri Sosial Khofifah Indar Parawansa, 40% kasus bunuh diri di Indonesia disebabkan oleh perundungan (Lizkri, 2023). Pada tahun 2018, seorang remaja Thailand bunuh diri karena mengkritik tubuhnya karena tidak tahan diejek tentang berat badannya oleh teman-temannya. Diketahui sebelumnya bahwa remaja mulai menarik diri

dari lingkungannya dan kehilangan rasa percaya diri(Cewekbanget.id, 2023).

Pada tahun 2015 di Indonesia ada sebanyak 206 jumlah kasus *body shaming* dan semakin meningkat menjadi sebanyak 966 kasus pada tahun 2018. Pada tahun 2018 polisi bisa menyelesaikan 374 kasus *body shaming* dari 966 kasus yang ada, sisanya hingga saat ini kasus tersebut belum dapat terselesaikan (Detiknews 2018). Pada tahun 2017 seorang siswa SMA 1 di Bangkinang seberang Kabupaten Kampar melakukan bunuh diri. Pelecehan dari teman-temannya menyebabkan dia menderita secara emosional. Salah satu bentuk bullying yang diterimanya adalah *physical bullying* atau *body shaming*, teman-temannya memanggilnya tidak menarik setiap hari (Tanjung, 2017).

Berdasarkan data sekolah UPT SMPN 1 Kampar, diketahui jumlah kasus *body shaming* pada tahun 2023 terdapat 7 kasus yang terjadi pada kelas VII dan VIII yang disebabkan saling ejekan fisik yang dilakukan antar teman yang berdampak rasa malu terhadap korban kepada sesama korban.

Penelitian yang dilakukan oleh Andika Wahyudi Gani dan Novita Maulidya Jalal (2021) dengan judul penelitian “Persepsi Remaja Tentang *Body Shaming*” menunjukkan hasil dari 28 subjek penelitian yang merupakan pelajar di kota Makassar, remaja sering menganggap diri mereka sebagai korban *body shaming*, sebanyak 17,9% remaja

percaya bahwa mereka sering menerima perlakuan *body shaming* dari orang lain, perlakuan *body shaming* yang berasal dari teman-temannya, mencapai 67,5%. Sedangkan 57,1%, perilaku *body shaming* paling umum yang dihadapi remaja terkait dengan berat badan atau obesitas. Peristiwa ini mendorong 42,9% remaja untuk mempertimbangkan untuk melakukan perlawanan, sementara 57,1% menyalahkan dirinya atas kejadian tersebut. Gagasan ini mengakibatkan 64,3% remaja menjadi pendiam dan tertutup, 39,3% merasa cemas, dan 21,4% menarik diri dari lingkungannya (Wahyudi dan Novita, 2021).

Dalam penelitian Wijaya, Kebayanti, dan Aditya (2021) mengungkapkan bahwa beberapa dampak dari *body shaming* pada remaja adalah *Self blaming* atau kondisi individu menyalahkan diri sendiri, membenci tubuhnya sendiri, menyebabkan stress, menarik diri dari lingkungan, hingga menyebabkan depresi serta kematian, dan arah menyalahkan diri sendiri seringkali berdampak pada emosi dan perilaku individu dalam situasi stres. Rasa bersalah dan malu adalah serangkaian pikiran dan perasaan negatif yang sangat mirip dengan menyalahkan diri sendiri. Saat merasa tertekan, seseorang akan mengalami stres dan mempengaruhi emosi negatifnya (Wijaya, Kebayanti, dan Aditya 2021).

Mandep (2015) berpendapat bahwa *self blaming* adalah salah satu bentuk pelecehan psikologis terhadap diri sendiri, Ini memperkuat

kekurangan yang ada dan melumpuhkan keinginan untuk maju. Pada dasarnya, *self blaming* berarti seorang individu yang memberikan tanggung jawab pribadi atas terjadinya peristiwa traumatis di mana seseorang secara jelas diidentifikasi sebagai korban (Mandeep, 2015).

Jenis menyalahkan diri sendiri dihipotesiskan berkontribusi terhadap depresi, dan menyalahkan diri sendiri adalah komponen emosi yang diarahkan pada diri sendiri seperti rasa bersalah dan benci pada diri sendiri. Karena sifat menyalahkan diri sendiri sebagai respons terhadap stres dan perannya dalam emosi (Kesehatan Glob, 2020).

Tangney & Dearing (2002) dalam (Wijastuti, 2016) menjelaskan bahwa ketika seseorang menyalahkan diri sendiri, individu cenderung merasa malu (*shame*) atau bersalah (*guilt*), karena kedua emosi tersebut termasuk dalam perasaan menyalahkan diri sendiri. Malu adalah emosi yang terdiri dari perasaan negatif yang terus-menerus dan menyeluruh terhadap diri sendiri, sedangkan rasa bersalah adalah perasaan negatif tentang beberapa perilaku (spesifik) atau tindakan diri sendiri dan/atau keadaan yang telah terjadi, proses kognitif dari kedua emosi ini menggerakkan individu tersebut untuk melakukan evaluasi terhadap diri mereka sendiri berdasarkan nilai atau standar yang ada disekitarnya (Wijastuti, 2016).

Individu yang mempunyai perasaan malu, memungkinkan individu tersebut untuk memunculkan reaksi penilaian negatif

terhadap diri sendiri yang menetap dan menyeluruh, diiringi dengan perasaan mengecil, tidak berdaya, beranggapan bahwa diri yang kurang berharga dan patut untuk dicela, meningkatkan keinginan individu untuk melarikan diri, atau menghindar. Sementara itu, individu yg mempunyai kecenderungan pada bersalah, akan memungkinkan individu tadi untuk bereaksi dengan memberikan penilaian negatif terhadap perilakunya, tak jarang memikirkan lagi dan lagi pelanggaran yang terjadi, berharap mereka bisa memberikan respon yang berbeda atau justru memikirkan bagaimana memperbaiki kesalahan yang sudah terjadi, mau mengakui dan meminta maaf (Tangney & Dearing 2002 dalam Wijastuti, 2016).

Salah satu contoh kasus *body shaming* yang terjadi pada Agustus 2019 di SMKN 7 Tangerang Selatan, remaja usia 16 tahun berinisial HV mengalami *body shaming* oleh kakak kelasnya karena seragam sekolahnya yang terlalu ketat, karena kakak kelasnya tidak senang akhirnya mereka menegu korban yang diperparah dengan kekerasan fisik. Perlakuan yang didapatkan korban di tampar oleh 8 kakak kelasnya, yang lebih parahnya lagi berawal dari perilaku *body shaming* ini merambah pada kekerasan fisik (Sari, 2020).

Peneliti kemudian melakukan wawancara terhadap siswa dan siswi di UPT SMPN 1 Kampar terkait *body shaming* yaitu siswa yang merasakan ejekan terkait kondisi tubuh atau hal hal yang menyangkut hal-hal yang membuat individu tersebut malu. Dari hasil wawancara

tersebut kemudian menggambarkan 10 dari 15 siswa dan siswi yang telah di wawancarai mengaku pernah mengalami *body shaming* dan siswa merasa muak terhadap ejekan orang lain dan memunculkan perasaan malu, dan ada juga individu yang memiliki perspektif negatif terhadap dirinya seperti menyalahkan dirinya sendiri akibat dari tindakan temannya dengan berkata “mereka juga mengejek saya karna saya gemuk kak” dan berfikir dirinya patut di cela, merasa tidak aman saat berada di keramaian dan takut memulai percakapan dengan orang yang baru di temui, dampak dari ketakutan tersebut kemudian mempengaruhi keinginannya untuk bersosialisasi bahkan dari salah satu remaja yang peneliti wawancara, mengaku bahwa ketakutan yang dirasakannya dapat memberikan efek pusing dan sakit perut saat berada dilingkungan yang baru.

Dari latar belakang tersebut peneliti memiliki harapan yang besar, dengan melakukan penelitian terkait hubungan *body shaming* dengan *self blaming* pada siswa di UPT SMPN 1 Kampar, dan nantinya dapat berguna dalam melakukan deteksi dini dan pencegahan terhadap masalah - masalah psikologis seperti depresi akibat dari perlakuan *body shaming* yang timbul diusia remaja, terutama remaja yang ada di UPT SMPN 1 Kampar.

1.2 Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah Hubungan *Body Shaming* dengan *Self Blaming* pada siswa/i di UPT SMPN 1 Kampar Tahun 2023?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan *body shaming* dengan *self blaming* pada siswa/i di UPT SMPN 1 Kampar Tahun 2023

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi kejadian *body shaming* pada siswa/i di UPT SMPN 1 Kampar Tahun 2023
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi *self blaming* pada siswa/i di UPT SMPN 1 Kampar Tahun 2023
- c. Untuk mengetahui hubungan *body shaming* dengan *self blaming* pada siswa/i di UPT SMPN 1 Kampar Tahun 2023

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini di harapkan dpat memberikan manfaat di dalam ilmu psikologi terutama di bidang ilmu jiwa dan ilmu keperawatan. Selain itu harapan dari peneliti dapat dijadikan bahan kajian penelitian-penelitian selanjutnya.
- b. Bagi peneliti sendiri, penelitian ini di harapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dalam memperluas wawasan tentang *self blaming* pada siswa/i yang mengalami *body shaming* serta sebagai bahan informasi untuk peneliti selanjutnya yang relevan dengan penelitian ini.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan manfaat praktis yaitu dapat membantu siswa/i untuk meningkatkan pemahaman tentang *self blaming* dan *body shaming*.
- b. Bagi institusi pendidikan di harapkan penelitian ini dapat membantu para siswa/i untuk meningkatkan kepekaan sosial.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Tinjauan Teoritis

2.1.1 Konsep Dasar Remaja

a Pengertian Remaja

Istilah remaja (*adolescence*) berasal dari bahasa latin “*adolescence*” yang berarti tumbuh menjadi dewasa atau dalam perkembangan menuju dewasa. Masa remaja merupakan tahap perkembangan dari anak-anak menuju dewasa, yang ditandai oleh perubahan-perubahan fisik umum dan perkembangan kognitif dan sosial (Khotimah, Doriza, and Artanti 2016). Masa remaja adalah masa transisi seseorang yang telah meninggalkan masa anak-anak yang lemah dan penuh ketergantungan, akan tetapi belum mampu ke usia yang lebih kuat dan penuh tanggung jawab, baik terhadap dirinya maupun masyarakat (Huda 2016).

Rentang usia remaja menurut (Kemenkes 2018) yaitu yang berusia 10-18 tahun. Batasan usia remaja yang biasa digunakan para ahli yaitu antara usia 12-21 tahun. Sedangkan menurut (Desmita 2016) rentang waktu usia remaja dibagi menjadi 3, yaitu masa remaja awal pada usia 12-15 tahun, masa remaja pertengahan pada usia 15-18 tahun, dan masa remaja akhir yaitu pada usia 18-21 tahun.

b Ciri-ciri masa remaja

Ciri-ciri remaja adalah sebagai berikut (Nasrudin 2017):

1) Masa remaja sebagai periode yang penting.

Pada masa remaja perubahan dan perkembangan fisik serta psikologis memegang peranan penting dalam pertumbuhan dan semua perkembangan itu menimbulkan perlunya penyesuaian mental dan perlunya membentuk sikap, nilai dan minat baru.

2) Masa remaja sebagai periode peralihan.

Dalam masa ini status remaja tidak jelas, remaja berada dimasa antara kanak-kanak menuju dewasa. Pada masa ini kanak-kanak belum bisa dianggap sebagai orang dewasa. Keadaan ini memberikan waktu pada remaja untuk mencoba berbeda dan menentukan pola perilakunya, nilai dan sifat yang paling sesuai dengannya.

3) Masa remaja sebagai periode perubahan.

Pada masa remaja individu mengalami perubahan dalam hal emosi, fisik, minat, peran dan nilai-nilai.

4) Masa remaja sebagai periode ambang masa dewasa.

Pada masa remaja individu merasa dirinya telah mandiri sehingga mereka ingin menyelesaikan masalahnya sendiri tanpa bantuan orang lain. Namun tidak jarang mereka mengalami kesulitan dalam penyelesaian masalah

itu. Ketidakmampuan remaja dalam menyelesaikan masalah menurut cara yang mereka yakini menyebabkan remaja menyelesaikan masalah dengan cara yang tidak sesuai.

5) Masa remaja sebagai masa mencari identitas.

Identitas diri yang dicari remaja berupa usaha menjelaskan siapa dirinya, apa peranannya dalam masyarakat.

6) Masa remaja sebagai usia yang meimbulkan ketakutan.

Stereotip yang menganggap bahwa remaja merupakan individu yang tidak rapih, tidak dapat dipercaya dan pandangan buruk lainnya menyebabkan peralihan ke masa dewasa menjadi sulit. Hal tersebut menimbulkan pertentangan dengan orang tua sehingga anak menjadi kesulitan untuk meminta bantuan orangtua untuk mengatasi berbagai masalahnya.

7) Masa remaja sebagai masa yang tidak realistis.

Remaja cenderung melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya.

8) Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa, seperti merokok,

menggunakan obat-obatan terlarang dan sebagainya. Mereka menganggap bahwa perilaku ini akan memberikan citra yang mereka inginkan.

a. **Tugas perkembangan pada masa remaja**

Menurut (Hafizah 2020) tugas perkembangan masa remaja difokuskan pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku kenak-kanakan serta berusaha untuk mencapai kemampuan bersikap perilaku secara dewasa. Tugas-tugas perkembangan masa remaja adalah berusaha:

- 1) Mampu menerima keadaan fisiknya.
- 2) Mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa.
- 3) Mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis.
- 4) Mencapai kemandirian emosional.
- 5) Mencapai kemandirian ekonomi.
- 6) Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat.
- 7) Memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa dan orang tua.
- 8) Mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa.
- 9) Memperispakan diri untuk memasuki perkawinan.

10) Memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga.

2.1.2 Konsep Dasar *self blaming*

a. Pengertian *Self Blaming*

Menyalahkan diri sendiri (*self blaming*) adalah cara untuk mengatasi masalah dengan menyalahkan dan menghukum diri sendiri, yang di sebabkan oleh rasa penyesalan terhadap kejadian yang telah terjadi (Zuama, 2011 dalam Laily, 2020). Menyalahkan diri sendiri adalah respon umum terhadap peristiwa yang membuat stress, masalah yang sering muncul ketika seseorang mengalami *self blaming* adalah adanya ketidakpercayaan diri dengan tubuh sendiri, melihat sosok diri yang negatif, mengkritik diri sendiri secara berlebihan, merasa tidak menarik, minder, merasa gagal, dan merasa diri lemah atau tidak berdaya. Istyqomah, 2018 mengatakan bahwa rasa bersalah adalah keadaan emosi yang dihasilkan ketika individu mengevaluasi perilaku mereka sebagai kegagalan tetapi hanya berfokus pada perilaku yang spesifik yang menyebabkan terjadinya kegagalan tersebut.

Wijastuti (2013) mengatakan dalam kehidupan seseorang banyak peristiwa yang terjadi sehari-harinya, di mulai peristiwa yang positif hingga peristiwa negatif. Terkadang saat individu mengalami peristiwa negatif dalam kehidupannya,

menyalahkan diri sendiri menjadi salah satu cara yang paling mudah untuk dilakukan. Ketika individu menyalahkan diri sendiri, individu tersebut cenderung akan merasa malu (*shame*) atau bersalah (*guilt*) karena kedua emosi ini termasuk kedalam emosi *self blame*.

Dari berbagai definisi di atas dapat di simpulkan bahwa menyalahkan diri sendiri (*self blaming*) adalah sebuah kesadaran emosi yang dimiliki setiap manusia meliputi marah, kesedihan, keadaan memalukan, dan keputusasaan. Saat individu tersebut merasakan kegagalan yang berdampak pada dirinya sendiri maka akan mempengaruhi penilaian evaluasi diri atas kegagalan diri tersebut, karena merasa menyakiti atau mengecewakan orang-orang terdekat seperti orang tua, sahabat, dan orang-orang sekitar serta mengevaluasi diri dan tidak memperbaiki tindakan, justru terus menyalahkan diri sendiri.

b. Tipe *Self Blaming*

Ada 2 tipe *self blaming* Janoff-Bulman, 1979 (A'yun 2021)

- 1) *Characterological Self Blame* yaitu menyalahkan diri sendiri berdasarkan aspek/karakteristik yang ada dalam diri dan sulit diubah.
- 2) *Behavioral Self Blame* yaitu menyalahkan diri berdasarkan perilaku atau tindakan diri yang dapat diubah.

c. Faktor yang mempengaruhi *self blaming*

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya *self blaming* (Santrock, 2011 dalam Alfi & Halwati, 2019).

1) Kepercayaan diri yang rendah.

Pandangan yang seseorang miliki terhadap kemampuan, potensi, dan nilai dirinya sendiri. Ketika seseorang memiliki kepercayaan diri yang rendah, mereka cenderung meragukan diri sendiri dalam berbagai hal dalam kehidupan.

2) Rasa malu.

Perasaan negatif yang muncul saat seseorang merasa tidak puas dengan diri sendiri atau merasa tidak sesuai dengan standar sosial atau pribadi yang diharapkan. Rasa malu seringkali terkait dengan rendahnya harga diri, perasaan rendah diri, atau pengalaman emosional yang tidak menyenangkan. Rasa malu dapat menghasilkan kecemasan sosial dan mendorong individu untuk menghindari situasi atau interaksi yang dapat memperkuat perasaan malu mereka. Hal ini dapat mengganggu hubungan antarpribadi, kehidupan sosial, dan perkembangan pribadi.

3) Perasaan tidak berharga.

Pandangan negatif terhadap diri sendiri yang melibatkan keyakinan bahwa diri seseorang tidak bernilai atau tidak

pantas mendapatkan penghargaan, cinta, atau kesuksesan. Perasaan ini seringkali terkait dengan persepsi diri yang rendah, merasa tidak layak atau tidak mampu mencapai hal-hal yang diinginkan. Hal ini bisa disebabkan oleh pengalaman traumatis, penolakan, atau kurangnya pengakuan dan dukungan emosional. Perasaan tidak berharga dapat memengaruhi kesehatan mental dan emosional secara keseluruhan, mengganggu hubungan sosial, dan menghambat perkembangan pribadi.

4) Tekanan sosial

Tekanan yang dirasakan oleh individu untuk memenuhi harapan, norma, dan nilai-nilai sosial dari keluarga, teman sebaya, masyarakat, atau media. Ketika merasa terbebani oleh tekanan sosial, mereka mungkin merasa perlu untuk menyesuaikan perilaku, penampilan, atau pandangan mereka agar sesuai dengan norma yang ditetapkan. Tekanan sosial yang kuat dapat mengarah pada penurunan kepercayaan diri, rasa malu, dan perasaan tidak berharga jika seseorang merasa tidak mampu memenuhi harapan sosial tersebut.

5) Gangguan mental.

Beberapa gangguan mental seperti depresi, gangguan kecemasan, atau gangguan makan dapat meningkatkan

risiko *self-blaming*. Pikiran negatif atau kecenderungan untuk menginternalisasi masalah dan kesalahan dapat membuat seseorang lebih rentan terhadap *self-blaming*.

6) Lingkungan yang memperkuat *self-blaming*.

Jika seseorang tumbuh dalam lingkungan yang sering menyalahkan atau mengkritik, mereka mungkin belajar untuk menyalahkan diri sendiri dengan mudah. Lingkungan yang memperkuat *self-blaming* dapat mempengaruhi keyakinan seseorang tentang diri mereka sendiri dan menyebabkan mereka cenderung menyalahkan diri sendiri dalam berbagai situasi.

7) *Body Shaming*

Jika individu mengalami *body shaming* maka akan dapat menyebabkan penarikan diri secara sosial, bahkan dapat memicu perasaan membenci diri sendiri (menyalahkan diri sendiri) dan orang lain dan juga akan berdampak pada psikologis individu yang mengalaminya.

8) Pengalaman masa lalu.

Pengalaman masa lalu seseorang termasuk pengalaman traumatis, penolakan atau kegagalan dapat memainkan peran penting dalam membentuk pandangan diri mereka. Pengalaman negatif dapat meninggalkan luka emosional dan psikologis yang mempengaruhi kepercayaan diri, harga

diri, dan persepsi diri. Pengalaman masa lalu juga dapat mempengaruhi cara seseorang berinteraksi dengan orang lain, merespon situasi tertentu, atau menghadapi tantangan dalam kehidupan sehari-hari.

d Dimensi *Self Blaming*

Menurut (Widjast, 2011 dalam Ramlan, 2020) menyatakan bahwa dimensi dari *self blaming*, yaitu:

- 1) *Modelling* adalah memperlakukan diri sendiri seperti yang diperlakukan orang lain pada dirinya.
- 2) Strategi atau perilaku aman dengan orang lain yang besikap bermusuhan.
- 3) Rasa malu yang timbul diakibatkan karena adanya perasaan berbeda dari kebanyakan individu yang berada pada suatu lingkungan.
- 4) Ketidakmampuan untuk menentramkan diri.
- 5) Ketidakmampuan untuk menghibur diri ketika berada dalam ancaman.
- 6) Ketidakmampuan untuk memproses kemarahan.

Ketika individu tidak mampu untuk mengungkapkan apa yang mereka rasakan, mereka akan cenderung menyalahkan diri sendiri dan dapat membahayakan dirinya sendiri.

e. Dampak *Self Blaming*

Dampak dari *self blaming* ada 2, yaitu (Man, 2009 dalam Ramlan, 2020):

1) Rendah diri

Banyak kemungkinan *self blaming* yang mempengaruhi seseorang dapat disejajarkan dengan jumlah sumber *self blaming* yang berpotensi. *Self blaming* tidak hanya berdampak pada rasa rendah diri, rasa tidak aman, rasa malu, rasa kacau, rasa takut, rasa sedih dan kegagalan. *Self blaming* juga bisa jadi sumber berkembangnya persoalan emosional seperti mengasihani diri sendiri.

2) Gangguan fisik

Gangguan fisik yang dapat ditimbulkan dari *self blaming* adalah saat remaja yang mengalami perilaku *body shaming* kemudian menetapkan dirinya sendiri sebagai sumber atau penyebab perilaku itu muncul, maka remaja tersebut akan melakukan perubahan ekstrim terhadap kondisi tubuhnya tanpa memikirkan lagi dampak dari perubahan itu sendiri, contoh tindakan tersebut adalah dengan melakukan diet yang ketat sehingga mempengaruhi keadaan fisiknya.

f. Pengukuran *Self Blaming*

1) Skala *self blaming* Triadi Ramlan (2022)

Skala *self blaming* merupakan instrument yang dipakai untuk pengukuran tingkat *self blaming*, instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrument *self blaming* yang dipakai Triadi Ramlan (2022) yang terdiri dari 33 item. Untuk mengukur *Self blaming* pada penelitian ini menggunakan skala *likert* berdasarkan ciri –ciri *self blaming* dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Rendah jika nilai skor < 54
2. Tinggi jika skor ≥ 54

2.1.3 Konsep Dasar *Body shaming* a Pengertian *Body shaming*

Body shaming merupakan tindakan mengkritik, mengomentari, atau membandingkan fisik orang lain maupun dirinya sendiri (Sari 2020). Sedangkan dalam kamus *Oxford*, 2018 (dalam Nuermey Hanafi & Tanzil Furqon, 2021) *Body shaming* di artikan sebagai tindakan atau praktik mempermalukan seseorang dengan membuat komentar mengejek atau kritis tentang bentuk atau ukuran tubuh mereka

Body shaming merupakan perilaku seseorang yang menghina suatu bentuk tubuh orang lain yang memiliki bentuk tubuh tidak ideal dan/atau tidak seperti bentuk-bentuk tubuh pada umumnya (Mutmainnah 2020b). *Body shaming* sendiri

berarti tindakan memepermalukan keadaan tubuh atau penampilan seseorang dengan kritikan dan komentar negatif (Rahmasari 2020).

Menurut Siti Mazdafiah, Direktur Savy Amira *Women Crisis Centre*, *body shaming* merupakan suatu pandangan yang diberikan oleh masyarakat terkait standar tertentu atas tubuh kepada seseorang yang menyebabkan timbulnya rasa malu akan pada diri korban (Sherly 2019). *Body shaming* adalah suatu keadaan emosional yang bisa sangat menyakitkan karena merasa mendapatkan penolakan sosial dari orang lain, serta perasaan muak pada diri sendiri (Sari 2020).

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa *body shaming* adalah suatu bentuk tindakan *bullying* verbal dengan cara memberikan komentar negatif, menghina atau mengejek kondisi tubuh seseorang yang berbeda dengan yang lainnya.

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Body Shaming*

Banyak faktor yang dapat mempengaruhi *body shaming* seseorang, termasuk pandangan atau penilaian orang lain terhadap penampilan diri. Para ahli menyatakan ada berbagai faktor yang dapat mempengaruhi *body shaming* seseorang, adapun Cash dan Pruzinsky dalam Nurul Aida Masithoh

mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi *body shaming* diantaranya (Annisa Noviyanti 2022):

1) Jenis Kelamin

Gender dapat mempengaruhi dalam perkembangan *body shaming* seseorang. Rasa tidak puas terhadap kondisi fisik yang lebih banyak terjadi terhadap perempuan dari pada laki-laki. Karena pada umumnya wanita lebih kurang puas terhadap kondisi fisik terutama pada bentuk tubuhnya.

2) Media Massa

Media Massa mengatakan bahwa media massa yang muncul dimana-mana memberikan gambaran ideal mengenai figure perempuan dan laki-laki yang dapat mempengaruhi gambaran kondisi fisik seseorang. Media masa menjadi pengaruh terbesar dalam budaya sosial. Anak-anak dan remaja lebih banyak menghabiskan waktunya dengan menonton televisi dan kebanyakan orang dewasa membaca surat kabar harian atau majalah. Melihat foto-foto model yang langsing membuat gadis dan perempuan merasa buruk tentang kondisi fisik mereka terutama pada bentuk tubuh seseorang. Jadi dapat disimpulkan bahwa media masa dapat memberikan dampak rendah terhadap rasa percaya diri dan harga diri

seseorang. Yang dapat mendorong rendahnya self esteem seseorang.

3) Hubungan interpersonal

Hubungan interpersonal membuat seseorang cenderung membandingkan diri dengan lain dan *feedback* yang diterima mempengaruhi bagaimana perasaan terhadap penampilan fisik. Hal inilah yang sering membuat orang merasa cemas dengan penampilannya dan gugup ketika orang lain melakukan evaluasi terhadap dirinya. jadi dapat disimpulkan bahwa *feedback* hubungan interpersonal bagi penampilan dapat mempengaruhi bagaimana *self esteem* khususnya terhadap tubuh.

c. Dimensi *Body Shaming*

Body shaming merupakan perasaan malu yang khusus pada kondisi tubuh individu, Dimensi dari *body shaming* (Gilbert & Miles, 2002) meliputi:

1) Komponen kognitif sosial dan eksternal

Komponen kognitif mengacu pada pemikiran dari orang lain yang menilai sebagai seseorang yang rendah maupun kurang baik sehingga mengakibatkan memandang dirinya rendah.

2) Komponen mengenai evaluasi diri yang berasal dari dalam

Pada komponen ini mengacu pada pandangan buruk terhadap diri sendiri yang berasal dari pemikiran negatif mengenai diri. Hal ini juga didasari pada kritikan yang menyerang dengan kata-kata yang merendahkan diri sehingga hal tersebut mengakibatkan menurunnya kepercayaan diri dan menanamkan pemikiran malu dari dalam diri.

3) Komponen emosi

Emosi yang terdapat dalam perasaan malu meliputi perasaan cemas, marah, dan muak terhadap diri sendiri. Hal ini disebabkan dari pemikiran negatif atas dirinya dan ketidakmampuan mengikuti standar yang ada dari lingkungan.

4) Komponen perilaku

Perasaan malu memiliki kecenderungan untuk menghindar dari lingkungan sekitarnya karena terdapat perasaan tidak nyaman yang timbul dari pandangan rendah dari orang lain serta merasa terancam di lingkungannya.

d. Bentuk *Body Shaming*

Bentuk-bentuk body shaming (Fauzia and Rahmiaji 2019) yaitu:

1) *Fat Shaming*

Ini merupakan bentuk *body shaming* yang paling populer. *Fat shaming* adalah komentar negatif terhadap orang-orang yang memiliki badan gemuk.

2) *Skinny / Thin Shaming*

Bentuk *body shaming* merupakan kebalikan dari *fat shaming* yaitu mempermalukan seseorang yang memiliki badan yang kurus atau terlalu kurus.

3) Rambut tubuh/tubuh berbulu

Bentuk *body shaming* ini dengan menghina seseorang yang dianggap memiliki rambut berlebih ditubuh, seperti di lengan ataupun di kaki. Terlebih pada perempuan akan dianggap tidak menarik jika memiliki tubuh berbulu.

4) Warna Kulit

Bentuk *body shaming* dengan mengomentari warna kulit banyak terjadi. Seperti warna kulit yang terlalu pucat atau terlalu gelap.

e. Ciri-ciri *Body Shaming*

Ada 3 ciri-ciri *Body shaming* (Vargas 2015) yaitu:

- 1) Mengkritik diri sendiri lalu membandingkan dengan orang lain.

Misalnya melihat diri sendiri lebih gemuk dari orang lain.

- 2) Mengkritik orang lain di depan mereka.

Misalnya mengatakan kulit orang lain lebih gelap sehingga perlu melakukan perawatan.

- 3) Mengkritik penampilan orang lain tanpa sepengetahuan mereka.

Misalnya membicarakan penampilan teman terlihat tidak pantas dengan orang lain.

f. Dampak *Body shaming*

Body shaming memang terkadang merupakan “Hanya candaan” menurut pelakunya. Namun tindakan ini memberikan dampak bagi individu yang mengalaminya atau yang menjadi korban *body shaming*. Dampak *body shaming* (Sakinah 2018b) yaitu sebagai berikut:

- 1) Semakin kehilangan kepercayaan diri dan merasa tidak aman.

Individu yang mengalami *body shaming* cenderung menjadi tidak percaya diri karena merasa berbeda dengan

orang lain. Hal seperti ini akan mempengaruhi kepribadiannya.

2) Berupaya untuk menjadi ideal.

Setelah mengalami *body shaming*, individu cenderung ingin lebih ideal agar diterima orang lain. Walaupun hanya berupa candaan bagi beberapa orang, namun korban seringkali melakukan hal-hal nekat untuk menjadi ideal di mata orang lain seperti melakukan diet ketat, meminum suplemen dan susu penggemuk serta melakukan olahraga ekstrim. Hal ini justru membahayakan tubuh individu tersebut karena obsesinya menjadi ideal di mata orang lain.

g. Pengukuran *Body Shaming*

1) Skala *Body Shaming* oleh Nikmal fadhlyah (2021)

Merupakan instrument yang dipakai untuk mengukur kejadian *body shaming*, instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrument *body shaming* yang dikembangkan oleh Nikmal Fadhlyah (2021) yang terdiri dari 26 item pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Untuk mengukur *body shaming* pada penelitian ini menggunakan skala *likert* berdasarkan ciri-ciri *body shaming* dengan ketentuan sebagai berikut (Sari 2020) :

1) Iya : jika nilai total skor <62

2) Tidak : jika nilai total skor ≥ 62

2.1.4 Penelitian Terkait

Penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya dan mendukung penelitian ini di antaranya yaitu:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Rita Hariyati (2022) dengan judul “Pengaruh *Body shaming* dengan *self blaming* di SMP NEGRI 27 BANJARMASIN” pada penelitian ini menggunakan metode *observasional* dengan desain *cross-sectional* populasi sebanyak 592 siswa. Peneliti mengambil teknik penarikan *random sampling* dan di dapatkan 239 sampel. Teknik analisisnya menggunakan *regresi linier* sederhana. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *body shaming* yang dikemukakan oleh Vargas dan skala *self-blaming* yang dikemukakan oleh Coleman. Adapun hasil dari penelitian, yaitu nilai signifikan untuk pengaruh *body shaming* (x) terhadap *self blaming* (Y) adalah sebesar $0,000 > 0,05$ dan koefisien korelasi $r = 0,489$ dengan koefisien determinasi (R Square) menunjukkan sumbangan *Body shaming* untuk *self blaming* sebesar 2,9%. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya terdapat pengaruh *body shaming* (X) terhadap *self blaming* (Y). Sehingga, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh

body shaming terhadap *self blaming* pada siswa di SMP Negeri 27 Banjarmasin (Hariyati 2022).

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilaksanakan dengan judul “Hubungan *Body shaming* dengan *Self blaming* pada siswa UPT SMPN 1 Kampar” ialah tempat penelitian, tahun, dan teknik pengambilan sampel. Persamaan dengan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan metode *observasional* analitik dengan dengan *cross sectional*.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Ridha Putriana Sari dengan judul “Hubungan *Body Shaming* dengan interaksi social teman sebaya di SMKN & Tangerang Selatan” Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian studi korelasional dan dilaksanakan di SMKN 7 Tangerang Selatan. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara *body shaming* dengan interaksi social teman sebaya di SMKN 7 Tangerang Selatan. Tingkat *body shaming* siswa di SMKN 7 Tangerang Selatan berada dalam kategori sedang dengan persentase 60% dan interaksi social teman sebaya berada dalam kategori sedang dengan persentase 64,32%. Hasil korelasi menunjukkan arah hubungan negatif antara *body shaming* dengan interaksi sosial teman sebaya berdasarkan data yang diperoleh nilai $r=0,865$ dengan nilai sig sebesar

0,000 dan nilai $r=1,765$ artinya $r=0,865 > |r|=1,765$ dan nilai probabilitas sig ($0,000 < 0,05$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya seakin tinggi perlakuan *body shaming* yang diterima maka semakin rendah interaksi sosial.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilaksanakan dengan judul “Hubungan *Body shaming* dengan *Self blaming* pada siswa UPT SMPN 1 Kampar” ialah tempat penelitian, tahun dan teknik pengambilan sampel. Persamaan dengan penelitian ini adalah menggunakan Variabel Independen yang sama yaitu *Body shaming* dan sama-sama menggunakan metode penelitian kuantitatif jenis korelasional (Sari 2020).

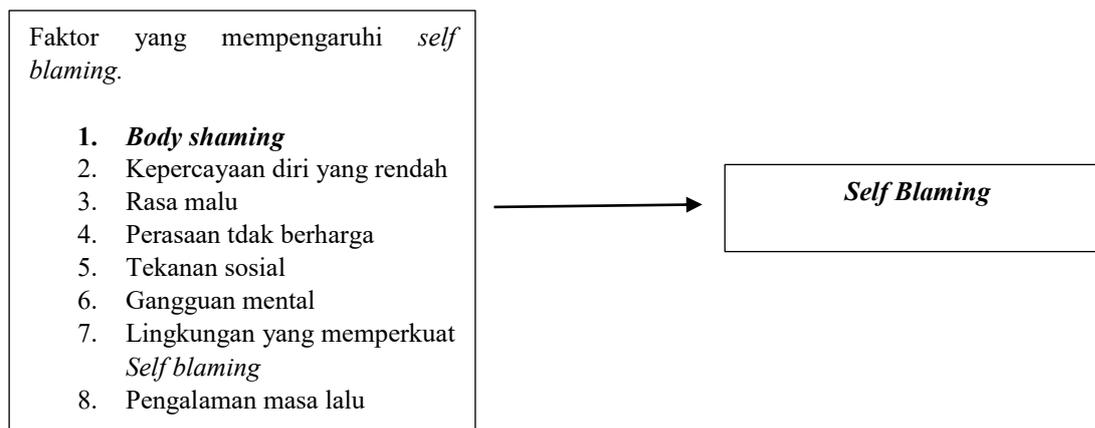
3. Penelitian yang dilakukan oleh Eka Suci Nur Layli dengan judul “pengaruh *body shaming* terhadap *self blaming* pada remaja di Karang Taruna Perumnas Ngembat Asri Gemolong” Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif jenis korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja karang taruna berjumlah 79 orang. Pengambilan sampel penelitian menggunakan teknik *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 56 remaja di karang taruna perumnas Ngembat Asri. Alat pengumpulan data menggunakan dokumentasi, kuesioner dengan menggunakan skala *body shaming* dan skala *self blaming*. Uji hipotesis

dalam penelitian ini menggunakan digunakan teknik analisis *Simple Linier Regression* dengan bantuan *Microsoft Excel* 2016 dan SPSS versi 23.0. Berdasarkan hasil penelitian dan perhitungan dalam pengujian hipotesis dengan menggunakan teknik analisis *Simple Linier Regression* didapatkan nilai korelasi / hubungan yaitu sebesar 0,498. Koefisien determinasi sebesar 0,248 yang berarti bahwa pengaruh variabel bebas (*body Shaming*) terhadap variabel terikat (*Self Blaming*) adalah sebesar 24,8%. Maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya ada pengaruh antara *body shaming* terhadap *self blaming* pada remaja di Karang Taruna Perumnas Ngembat Asri Gemolong.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilaksanakan dengan judul “Hubungan *Body shaming* dengan *Self blaming* pada siswa UPT SMPN 1 Kampar” ialah tempat penelitian, tahun dan teknik pengambilan sampel. Persamaan dengan penelitian ini adalah menggunakan Variabel Independen dan variable Dependen yang sama yaitu *Body shaming* dan *self blaming* tetapi yang di penelitian ini melihat hubungan antar variabel sama-sama menggunakan metode penelitian kuantitatif jenis korelasional (Laily 2020).

2.2 Kerangka Teori

Kerangka teori adalah suatu model konseptual mengenai bagaimana seseorang menyatakan hubungan antara beberapa faktor yang dianggap penting bagi suatu masalah. Kerangka teori ini menjadi landasan bagi penelitian dalam menelaah dan mengidentifikasi variabel-variabel utama dari masalah riset yang diteliti (Suprpto 2017). Adapun skema dari kerangka teori dapat dilihat sebagai berikut:



Skema 2.1 Kerangka Teori

2.3 Kerangka Konsep

Menurut (Hidayat 2016) kerangka konsep merupakan bagian penelitian yang menyajikan konsep atau teori dalam bentuk kerangka konsep penelitian. Pembuatan kerangka konsep ini mengacu kepada masalah-masalah yang akan diteliti atau berhubungan dengan penelitian dan dibuat dalam bentuk diagram.



Skema 2.2. Kerangka Konsep

2.4 Hipotesis

Menurut (Sugiyono 2017a) hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian. Hipotesis dalam penelitian keperawatan terdiri atas hipotesis nol (hipotesis statistik/nihil) hipotesis alternatif (hipotesis kerja). Hipotesis alternatif menyatakan adanya hubungan antar variabel sedangkan hipotesis nol menyatakan tidak ada hubungan antar variabel. Dari kajian diatas maka hipotesis dari penelitian ini dapat dirumuskan:

Ha : Adanya Hubungan antara *Body Shaming* dengan *Self Blaming*

BAB III

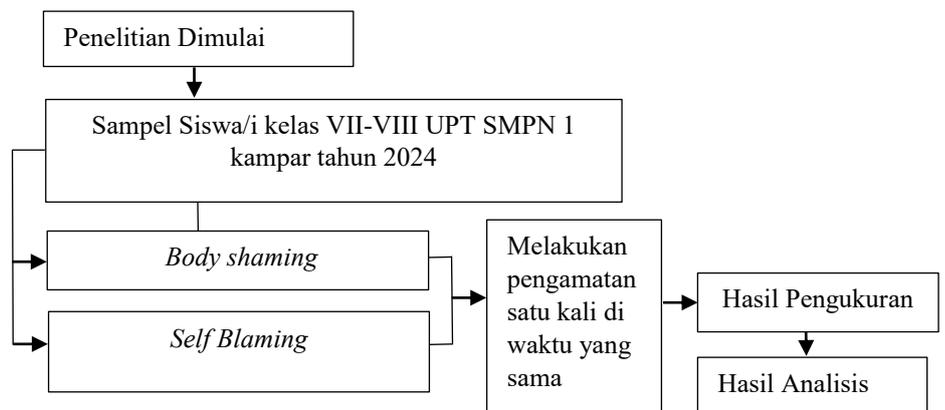
METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Kuantitatif korelasional adalah penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan dua atau beberapa variabel. Sementara pendekatan kuantitatif pada penelitian ini memiliki tujuan untuk menjelaskan, memprediksi, dan mengendalikan fenomena sosial melalui pengukuran objektif serta melibatkan analisis numerik, sedangkan asosiatif ditetapkan sebagai jenis penelitian dalam penelitian ini (Sugiyono, 2017).

3.1.1. Rancangan Penelitian

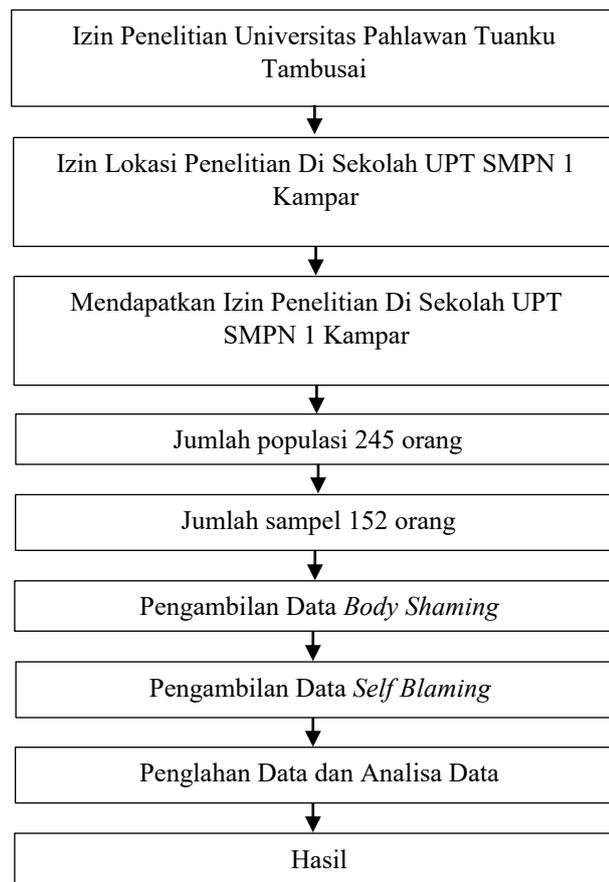
Rancangan penelitian meliputi proses perencanaan dan pelaksanaan penelitian. Adapun rancangan dalam penelitian ini dapat dilihat pada skema 3.1 berikut ini:



Skema 3.1 Rancangan Penelitian

3.1.2. Alur Penelitian

Alur penelitian dalam penelitian ini dapat dilihat pada skema 3.2 berikut:



Skema 3.2 Alur Penelitian

3.1.3. Prosedur penelitian

- a. Mengajukan surat permohonan izin penelitian kepada Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai untuk melakukan penelitian di Sekolah UPT SMPN 1 Kampar.
- b. Meminta izin kepada Sekolah UPT SPMN 1 Kampar untuk melakukan penelitian.

- c. Setelah mendapatkan izin, peneliti mengajukan perizinan dan penentuan waktu penelitian.
- d. Membuat surat izin permintaan menjadi responden kepada subjek penelitian.
- e. Melakukan perkenalan terhadap responden dan memberikan gambaran penelitian yang akan dilakukan.
- f. Peneliti memberikan penjelasan tentang tata cara mengisi angket kepada responden dan dipersilakan bertanya jika ada responden yang belum jelas.
- g. Peneliti mempersilakan responden untuk mengisi angket selama peneliti mendampingi responden.
- h. Setelah semua pertanyaan diisi, angket diambil kembali oleh peneliti.
- i. Mengolah dan menganalisis data dari jawaban responden.
- j. Analisis data (univariat dan bivariat).

3.1.4. Variabel Penelitian

Variabel-variabel yang akan diteliti pada penelitian ini adalah:

- a. Variabel terikat (variabel *dependen*).

Variabel terikat (*dependen*) adalah faktor yang diamati dan diukur untuk menentukan ada tidaknya hubungan atau pengaruh dari variabel bebas (Nursalam 2017). Variabel *dependen* pada penelitian ini adalah *Self Blaming*.

b. Variabel bebas (variabel *independen*).

Variabel bebas (*independen*) adalah variabel yang nilai menentukan variabel lain. Suatu kegiatan yang dimanipulasi oleh peneliti menciptakan suatu dampak pada variabel *dependen*. Variabel bebas biasanya diukur, dimanipulasi dan diamati untuk diketahui hubungannya dengan variabel lain (Nursalam 2017).

Variabel *independen* pada penelitian ini adalah *Body Shaming*.

3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian

3.2.1. Lokasi Penelitian

Penelitian akan dilakukan di Sekolah UPT SMPN 1 Kampar Kabupaten Kampar Provinsi Riau.

3.2.2. Waktu Penelitian

Penelitian di lakukan pada tanggal 08 – 10 Januari 2024.

3.3. Populasi dan Sampel

3.3.1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek atau subjek penelitian dengan karakteristik tertentu yang akan diteliti (Hidayat 2016). Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa/i di UPT SMPN 1 Kampar dengan jumlah 245 orang.

3.3.2. Sampel

Sampel adalah sebagian objek yang diambil dari keseluruhan objek yang teliti yang di anggap mewakili seluruh populasi bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut

(Arikunto 2017). Yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah siswa/i di kelas VII-VIII di UPT SMPN 1 Kampar.

a. Kriteria Sampel

1) Kriteria inklusi

Merupakan karakteristik umum subjek penelitian dari semua populasi target dan terjangkau yang akan diteliti (Surjaweni 2014).

- a.) Siswa yang berstatus aktif.
- b.) Siswa kelas VII-VIII di UPT SMPN 1 Kampar.
- c.) Siswa yang bersedia menjadi responden.

2) Kriteria Eksklusi

- a.) Responden yang tidak bersedia menjadi responden.
- b.) Responden yang tidak hadir dihari penelitian.
- c.) Responden yang tidak bersedia diwawancara pada saat penelitian.

b. Besaran sampel

Adapun besaran sampel yang di ambil pada penelitian ini di UPT SMPN 1 Kampar dengan menggunakan total sampling sebanyak 152 sampel.

Keterangan:

N : Besar populasi

n : Besar sampel

d : Tingkat kepercayaan/ketetapan yang dianjurkan (0,25)

c. Teknik Pengambilan Sampel

Adapun teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini menggunakan *simple random sampling*, yaitu pengambilan sampel secara keseluruhan. Dimana pengambilan sampel yang dilakukan secara acak dengan rumus berikut:

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

$$n = \frac{245}{1 + 245(0,05)^2}$$

$$n = \frac{245}{1 + 245(0,0025)}$$

$$n = 151,9 = 152 \text{ orang}$$

Keterangan:

N : Besar populasi

n : Besar sampel

d : Tingkat kepercayaan/ketetapan yang dianjurkan (0,0025)

d. Jumlah sampel

Dari hasil pengambilan sampel yang telah dilakukan jumlah sampel yang didapat adalah sebesar 152 orang.

3.4. Etika Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti akan mengajukan permohonan izin kepada pihak sekolah UPT SMPN 1 Kampar untuk mendapatkan

persetujuan melakukan peneliiian, kemudian menyerahkan kuesioner kepada objek yang akan di teliti dengan menekankan masalah yang meliputi:

3.4.1. *Infomed Consent* (Lembar Persetujuan)

Infomed consent adalah persetujuan antara peneliti dengan subjek penelitian dengan memberikan lembaran persetujuan. Lembar persetujuan diberikan sebelum melakukan penelitian. Lembaran persetujuan ini diberikan peneliti kepada responden yang akan diteliti dan memenuhi kriteria *inklusi*. Lembar ini juga dilengkapi dan bermanfaat bagi penelitian. Perberian lembaran persetujuan bertujuan agar responden mengerti maksud dan tujuan penelitian dan mengetahui dampaknya. Jika responden bersedia maka mereka menandatangani lembar persetujuan dan jika responden tidak bersedia, maka peneliti tidak boleh memaksa dan harus menghormati keputusan responden.

3.4.2. *Anomity* (Tanpa nama)

Masalah etika keperawatan merupakan masalah yang memberikan jaminan dalam penggunaan subjek penelitian dengan cara tidak memberikan atau mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur dan hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan.

3.4.3. Confidentiality (Kerahasiaan)

Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil penelitian.

3.5. Alat Pengumpulan Data

Alat pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini berupa instrument kuesioner yang digunakan untuk memperoleh data yang dibutuhkan.

3.5.1. Data demografi

Data demografi adalah bagian dari kuesioner yang bertujuan untuk mendapatkan data demografi responden. Data yang dimaksud adalah inisial siswa/i, usia, jenis kelamin, dan kelas.

3.5.2. Instrumen *Body Shaming*

Dikumpulkan melalui instrument kuesioner di dalamnya terdapat 26 pertanyaan yang berhubungan dengan *Body shaming* dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner menggunakan skala *likert* dengan kategori *body shaming* tidak jika skor <62 dan iya jika skor ≥ 62 .

3.5.3. Instrumen *self blaming*

Dikumpulkan melalui intrumen kuesioner didalamnya terdapat 33 pertanyaan yang berkaitan dengan *self blaming* dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner menggunakan skala *psikologis* dengan kategori *Self Blaming* yaitu rendah jika skor <54 dan tinggi jika skor ≥ 54 .

3.6. Uji Validitas dan Reliabilitas

3.6.1. Validitas

Validitas merupakan derajat ketepatan antara yang terjadi pada objek penelitian dengan gaya yang dapat diperoleh oleh peneliti, validitas mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan alat ukur dalam mengukur suatu data (Sugiyono, 2017).

Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan rumus *korelasi product moment* dari *pearson product moment* sebagai berikut:

$$r = \frac{n(\sum XY - \sum X \sum Y)}{\sqrt{[n\sum X^2 - (\sum X)^2][n\sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

r_{xy} : Koefisien korelasi

n : Jumlah responden uji coba

X : Skor tiap item

Y : Skor seluruh item responden uji coba

Setelah menghitung r_{hitung} , hal yang harus dilakukan adalah membandingkan r_{hitung} dan r_{tabel} dengan taraf signifikan 5%. Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ berarti valid, dan sebaliknya jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ berarti tidak valid.

Dalam penelitian ini penulis tidak melakukan uji validitas untuk kuesioner *body shaming* dan *self blaming*. Penulis menggunakan kuesioner yang telah dilakukan oleh pada instrumen *body shaming* yang telah dilakukan oleh Nikmal Fadhlyah 2021 dengan judul “Hubungan *Body shaming* dengan Konsep diri “kepada 158 responden

dengan memiliki nilai korelasi $r = 0,176$ dapat dikatakan valid. Sedangkan pada instrumen *self blaming* yang telah dilakukan oleh Triadi Ramlan 2022 dengan judul “Pengaruh *Body Shaming* dengan *self blaming*” kepada 406 responden dengan memiliki nilai koelasi r hitung $> 0,3$ dapat dikatakan valid.

3.6.2. Reliabilitas

Reliabilitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran tetap konsisten bila dilakukan pengukuran dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama dan dengan alat pengukuran yang sama.

Uji reliabilitas dihitung dengan menggunakan rumus *alpha* sebagai berikut:

$$r_i = \left(\frac{k}{k-1}\right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2}\right)$$

(Arikunto, 2009)

Keterangan:

σ_b^2 = Jumlah varians butir

σ_t^2 = Varians total

Keputusannya dengan membandingkan r_{hitung} dengan r_{tabel} , dengan ketentuan jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ berarti reliabel dan $r_{hitung} < r_{tabel}$ berarti tidak reliabel.

Dalam penelitian ini penulis tidak melakukan uji validitas untuk kuesioner *body shaming* dan *self blaming*. Penulis menggunakan kuesioner yang telah dilakukan oleh pada instrumen *body shaming*

yang telah dilakukan oleh Nikmal Fadhlyah (2021) dengan judul "Hubungan *Body Shaming* dengan konsep diri" kepada 158 responden dengan memiliki nilai *Cronbach's alpa* pada skala tersebut adalah 0,918 skala penelitian tersebut dikatakan reliabel karena nilai koefisien *Cronbach's alpa* menunjukkan nilai $> 0,6$. Sedangkan pada instrumen *self blaming* yang telah dilakukan oleh Triadi Ramlan (2022) dengan judul " Pengaruh *Body Shaming* dengan *self blaming*" kepada 406 responden memiliki nilai reliabilitas pada skala perilaku seksual di hitung dengan menggunakan rumus *Alpha Cronbach*.setelah dihitung, maka diperoleh nilai koefisien reliabilitas *alpha* sebesar 0.914 dan dinyatakan reliabel.

3.7. Prosedur Pengumpulan data

Menurut Nursalam (2013) Pengumpulan data merupakan suatu proses pendekatan kepada subjek dengan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian. Data yang didapatkan selanjutnya diubah dalam bentuk tabel, kemudian diolah menggunakan program *statistic computer*. Kemudian dilakukan pengolahan data secara manual dengan langkah sebagai berikut ini:

3.7.1. Editing

Proses *editing* dilaksanakan untuk memeriksa, mengoreksi dan meneliti kembali kesalahan dari kuesioner yang rusak ataupun diperiksa kembali kebenarannya.

3.7.2. Coding

Data yang sudah diedit kemudian dilakukan pengkodean berupa lembaran atau kartu kode yang berisi nomor responden dan nomor-nomor pernyataan.

3.7.3. Tabulating

Setelah dilakukan pengkodean selanjutnya *tabulating* yang bertujuan untuk mempermudah analisa data dan pengolahan yang lebih lengkap sesuai dengan populasi yang telah dibutuhkan lalu dimasukkan ke dalam tabel-tabel distribusi frekuensi.

3.8. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan mendefinisikan variabel operasional berdasarkan karakteristik yang diamati, sehingga memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena (Hidayat, 2016). Definisi operasional pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel 3.1 berikut ini:

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala	Hasil Ukur
Variabel Independen				
<i>Body Shaming</i>	Yang terdiri dari aspek yaitu mengomentari dan membandingkan diri sendiri, mengomentari penampilan orang lain, mengomentari fisik dan membandingkan fisik orang lain.	Kuesioner <i>Body Shaming</i> dengan 26 item	Ordinal	1=Tidak, jika skor, <62 2=Iya, jika skor ≥62 (Fadhlya, 2021)
Variabel Dependen				
<i>Self Blaming</i>	Pola pikir menyalahkan diri sendiri atas peristiwa negatif yang dialaminya.	Kuesioner <i>Self Blaming</i> dengan 33 item	Ordinal	1=Rendah, jika skor, <54 2=Tinggi, jika skor ≥54 (Ramlan, 2022)

3.9. Analisis Data

Menurut Notoadmodjo (2012), Analisis data bertujuan untuk memperoleh gambaran dari hasil penelitian yang telah dirumuskan dalam tujuan penelitian, membuktikan hipotesis penelitian yang telah dirumuskan, dan memperoleh kesimpulan secara umum dari penelitian yang merupakan kontribusi dalam pengembangan ilmu yang bersangkutan.

3.9.1. Analisis Univariat

Analisis univariat adalah proses mengolah data dengan menggambarkan atau meringkas data dalam bentuk tabel ataupun grafik (Nursalam, 2014). Karakteristik responden seperti umur, jenis kelamin, kelas, disajikan dalam bentuk persentase, selain itu penilaian *body shaming* dan *self blaming* terkait item pernyataan penyebab disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi. Data numerik seperti usia dan kelas disajikan dalam bentuk mean, median, standard deviasi, nilai maksimal, dan minimal.

3.9.2. Analisis Bivariat

Analisa bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berkorelasi atau berhubungan (Notoatmojo, 2015) dalam penelitian ini analisis bivariat digunakan untuk menganalisa hubungan *body shaming* dan *self blaming* di UPT SMPN 1 Kampar Tahun 2024.

Sehingga dalam analisis ini dapat digunakan uji *chisquare*, dalam pengambilan uji *chi square* dengan tingkat kepercayaan 95% dengan kriteria:

- 1) Jika nilai signifikan $p \text{ vlue} \leq a (0,05)$ maka H_0 ditolak yang artinya menunjukkan variable tersebut ada hubungan.
- 2) Sebaliknya jika nilai signifikan $p \text{ vlue} > a (0,05)$ maka H_a diterima yang artinya menunjukkan variable tersebut tidak ada hubungan.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

4.1 Gambaran umum UPT SMPN 1 Kampar

UPT SMPN 1 KAMPAR adalah salah satu satuan pendidikan dengan jenjang SMP di Air Tiris, Kecamatan Kampar, Kabupaten Kampar, Riau. Dalam menjalankan kegiatannya, UPT SMPN 1 KAMPAR berada di bawah naungan kementerian pendidikan dan kebudayaan. UPT SMPN 1 KAMPAR memiliki akreditasi A, berdasarkan sertifikat 1449/BAN-SM/SK/2019 yang memiliki ruang kelas sebanyak 34 kelas, laboratorium 1, perpustakaan 1, dan ruang sanitasi siswa ada 2 ruangan yang di kepalai oleh bapak Muhammad Yasir

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 08-10 Januari 2024 di UPT SMPN 1 Kampar pada 152 orang. Data yang diambil pada penelitian ini meliputi variabel independen (*body shaming*) dan variabel dependen (*self blaming*) yang diukur menggunakan kuesioner. Selanjutnya hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

4.2 Hasil Penelitian

4.2.1 Karakteristik Responden

Karakteristik data responden dalam penelitian ini terdiri dari jenis kelamin. Distribusi frekuensi dapat dilihat pada tabel 4.1 berikut ini:

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin pada siswa/i di UPT SMPN 1 Kampar Tahun 2024

No	Jenis kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Laki-Laki	67	44,1%
2	Perempuan	85	55,9%
Total		152	100%

Berdasarkan tabel 4.1 dapat dilihat bahwa dari 152 responden, sebanyak 85 orang (55,9%) berjenis kelamin perempuan.

4.2.2 Analisa Univariat

Berdasarkan analisa univariat dapat dilihat distribusi frekuensi dari tiap-tiap variabel sebagai berikut:

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi *Body shaming* Pada Siswa/i di UPT SMPN 1 Kampar Tahun 2024

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui bahwa responden dengan *body shaming* tinggi

No	Variabel	Frekuensi (n)	Persentase %
T 1	<i>Body Shaming</i>		
a	a. Tidak (< 62)	72	47,4
b	b. Iya (≥ 62)	80	52,6
c	Total	152	100

4.3 Distribusi Frekuensi *Self Blaming* Pada Siswa/i di Upt SMPN 1 kampar Tahun 2024

No	Variabel	Frekuensi (n)	Persentase %
1	<i>Self Blaming</i>		
a	a. Rendah (<70)	68	44,7
b	b. Tinggi (≥ 70)	84	55,3
Total		152	100

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa responden dengan *self blaming* tinggi sebanyak 84 responden (55,3%).

4.2.3 Analisa Bivariat

Analisa bivariat dalam penelitian ini yaitu hubungan *body shaming* dan *self blaming* pada siswa di UPT SMPN 1 Kampar. Hasil analisa dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.4 Hubungan *Body Shaming* dengan *Self blaming* Siswa/i di UPT SMPN 1 Kampar Tahun 2024

<i>Body shaming</i>	<i>Self blaming</i>				Total		<i>p value</i>	POR
	Rendah		Tinggi		N	%		
	N	%	N	%				
Tidak	59	86,8	13	15,5	72	100	0,000	35,803
Iya	9	13,2	71	84,5	80	100		
Total	68	100	84	100	152	100		

Berdasarkan hasil analisis bivariat pada tabel 4.4 di atas dapat diketahui bahwa dari 68 responden yang tidak mengalami *body shaming* yang mengalami *self blaming* tinggi sebanyak 13 responden (15,5%). Sedangkan dari 84 responden yang mengalami *body shaming* yang mengalami *self blaming* rendah sebanyak 9 responden (13,2%). Berdasarkan hasil uji statistik *chi square* diperoleh nilai *p value* = 0,000 \leq 0,05 yang artinya ada hubungan antara *body shaming* dengan *self blaming* pada siswa di UPT SMPN 1 Kampar. Berdasarkan tabel 4.4 diketahui nilai *Prevalence odd ratio* (POR) = 35,803 dapat disimpulkan bahwa siswa yang mengalami *body shaming* tinggi mempunyai peluang 35,803 kali lebih tinggi mengalami *self blaming*.

BAB V

PEMBAHASAN

5.1 Analisa Univariat

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 152 responden di UPT SMPN 1 Kampar, didapatkan bahwa terdapat hubungan antara *body shaming* dengan *self blaming* pada siswa UPT SMPN 1 Kampar tahun 2024. Penelitian ini dilakukan dengan menyebarkan kuesioner dalam 3 hari kepada siswa kelas VII yang terdapat 5 kelas dan kelas VIII yang terdapat 4 kelas. Kemudian data yang di dapatkan kemudian diolah dan disajikan dalam bentuk tabel.

5.1.1 *Body Shaming*

Body shaming merupakan perilaku seseorang yang menghina suatu bentuk tubuh orang lain yang memiliki bentuk tubuh tidak ideal dan atau tidak seperti bentuk-bentuk tubuh pada umumnya (Mutmainnah 2020). Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 152 responden, dapat dilihat Sebagian besar responden dengan yang mengalami *body shaming* sebanyak 80 responden (52,6%) dan yang tidak mengalami *body shaming* sebanyak 72 responden (47,4%).

Januarko (2013) menyatakan dalam penelitiannya bahwa korban *bullying* biasanya adalah orang-orang yang lemah, penurut (mudah gelisah, kurang percaya diri, mudah dimanipulasi dan melakukan sesuatu untuk menyenangkan orang lain atau meredam

amarah). Sejiwa, 2008 dalam Rilla (2018) menyebutkan bahwa orang yang mengalami *bullying* ditandai dengan orang yang lemah, sulit bersosialisasi, tidak percaya diri, tidak cantik/ganteng, mempunyai cacat fisik, berbeda dengan orang lain, dan sebagainya. *Bullying* seperti halnya *body shaming*,

Sering terjadi pada masa remaja (Hasibuan & Wulandari, 2015). Sejumlah faktor yang mempengaruhi hal ini adalah sama. Beberapa remaja melakukan *body shaming* karena merasa lebih hebat (Rilla 2018).

5.1.2 *Self Blaming*

Self blaming merupakan bentuk cara untuk mengatasi masalah dengan menyalahkan dan menghukum diri sendiri, yang disebabkan oleh rasa penyesalan terhadap kejadian yang telah terjadi (Zuama, 2011 dalam Laily 2020). Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 152 responden, dapat dilihat Sebagian besar responden dengan *self blaming* tinggi sebanyak 84 responden (55,3%) dan yang mengalami *self blaming* yang rendah sebanyak 68 responden (44,7%).

Menyalahkan diri sendiri adalah respon umum terhadap peristiwa yang menimbulkan stres dan memiliki implikasi khusus terhadap penyesuaian diri seseorang. Menurut Janoff-Bulman, menyalahkan diri sendiri pada dasarnya berarti bahwa seseorang mengambil tanggung jawab pribadi atas terjadinya suatu peristiwa

traumatis, seringkali ketika sudah jelas bahwa orang tersebut sebenarnya adalah korbannya (Mandeep 2015). Rasa bersalah sering kali memengaruhi perasaan dan perilaku seseorang selama dan setelah situasi stres. Ketika seseorang mengalami peristiwa traumatis dan merasa tertekan setelah kejadian tersebut, ia menarik diri dari lingkungannya dan berusaha menyalahkan dirinya sendiri.

Menurut Lewis, Havilland dan Barrett (Istyqomah 2018), menyalahkan diri sendiri adalah keadaan emosional yang terjadi ketika individu menilai perilakunya sebagai sebuah kegagalan tetapi hanya fokus pada perilaku yang menyebabkan kegagalan tersebut, rasa bersalah adalah emosi negatif, biasanya ditandai dengan penilaian negatif terhadap diri sendiri karena ketidakmampuan.

5.2 Analisa Bivariat

5.2.1 Hubungan *Body Shaming* Dengan *Self Blaming* Pada Siswa UPT SMPN 1 Kampar Tahun 2024.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di UPT SMPN 1 Kampar tahun 2024, diperoleh hasil dari 68 responden yang tidak mengalami *body shaming* yang mengalami *self blaming* tinggi sebanyak 13 responden (15,5%). Sedangkan dari 84 responden yang mengalami *body shaming* yang mengalami *self blaming* rendah sebanyak 9 responden (13,2%). Berdasarkan hasil uji statistik *chi*

square diperoleh nilai *p value* = $0,000 \leq 005$ yang artinya ada hubungan antara *body shaming* dengan *self blaming* pada siswa di UPT SMPN 1 Kampar. Berdasarkan tabel 4.4 diketahui nilai *Prevalence odd ratio* (POR) = 35,803 dapat disimpulkan bahwa siswa yang mengalami *body shaming* tinggi mempunyai peluang 35,803 kali lebih tinggi mengalami *self blaming*.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya *self blaming* yaitu *body shaming* atau hinaan fisik dari teman atau orang lain. Persepsi individu, seseorang yang mungkin memiliki persepsi negatif terhadap dirinya sendiri yang tidak hanya terbatas pada penampilan fisik. Pengalaman traumatis atau peristiwa berat tertentu dalam hidup seseorang juga dapat memicu tingkat *self blaming*, kurangnya dukungungan sosial, individu tersebut tidak mendapatkan dukungan dari orang lain bisa meningkatkan tingkat *self blaming* dan kepercayaan diri yang rendah, ketika seseorang memiliki kepercayaan diri yang rendah, mereka cenderung meragukan diri sendiri dalam berbagai hal dan juga individu yang memiliki kecendrungan menyendiri atau lebih sering disebut *introvert* (Alfi & Halwati 2019).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Zuama pada tahun 2011 (Laily 2020), faktor yang sering muncul ketika seseorang merasa bersalah adalah kurang percaya diri pada tubuhnya, citra diri yang negatif, kritik diri yang berlebihan, perasaan menarik, harga diri.

lebih buruk, terasa gagal dan lemah atau tidak berdaya (Zuama, 2011, Laily 2020).

Menurut asumsi peneliti, dari 13 responden yang tidak mengalami *body shaming* yang mengalami *self blaming* tinggi dikarenakan memang individu tersebut memiliki sifat pendiam dan lebih suka menyendiri atau sering disebut *introvert*. Seseorang yang cenderung lebih suka dengan keadaan yang tenang, lebih terfokus pada pikiran dan perasaan pribadi mereka sendiri. Orang *introvert* lebih cenderung hati-hati dalam berbicara atau berinteraksi dalam kelompok besar, dan mereka cenderung menemukan pemulihan energi melalui waktu sendiri atau dalam interaksi yang lebih intim (Siloam 2023).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Eka Suci Nurlayli (2020) yaitu tentang *Body shaming* dengan *Self blaming* yaitu faktor penyebab terjadinya *self blaming* adalah pengalaman traumatis, perasaan penuh tekanan akibat dari *body shaming* atau tindak *bullying* secara verbal dari teman atau orang disekelilingnya. Individu yang menarik diri dari lingkungannya, tidak mau bersosialisasi dan lebih memilih untuk menyendiri (Laily 2020).

Sedangkan, 9 responden dengan yang mengalami *body shaming* yang mengalami *self blaming* rendah dikarenakan responden lebih menerima dirinya dan merasa puas terhadap dirinya sendiri.

Responden yang mengalami *body shaming* terus menerus tidak menjadikan itu masalah. Kita selalu ingin lebih dan lebih, meskipun apa yang kita miliki sudah cukup, puas berasal dari sudut pandang yang benar bukan dari keadaan. Sesempurna apa pun hidup, kita tetap tidak akan puas kalau sudut pandang kita belum tepat, maka dari itu kita perlu belajar merasa puas, artinya belajar menyesuaikan sudut pandang. Menerima diri sendiri bisa menuntun pada perasaan puas terhadap diri sendiri dan mensyukuri apapun yang telah dilakukan, meskipun telah melakukan kesalahan, kita bisa mengambil pelajaran dari itu dan tidak terus-terusan menyalahkan diri sendiri, daripada hanya melihat diri kita dari sudut pandang orang lain, lihat diri kita dari sisi kita sendiri apa kelebihan dan kekurangan dan bagaimana mengatasi hal itu (Fimela, 2015).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Febriana dan Rahmasari, 2021) yang mengamati penerimaan diri korban *bullying*. Mereka mengatakan bahwa untuk mencapai penerimaan diri yang baik, individu harus melalui lima tahap yaitu perlawanan (melawan perasaannya), menyelidiki (menyelidiki artinya membingungkan, dan mencari apa yang sebenarnya terjadi), toleransi (mentolerir apa yang terjadi), mengizinkan (menerima) dan berteman (menjadi teman). Berdasarkan langkah-langkah tersebut ditemukan kesamaan antar individu, dimana 3 individu tersebut mendapatkan dukungan sosial dari teman sebaya yang

mempunyai pengaruh tinggi terhadap dirinya. Diketahui bahwa dukungan sosial seperti nasehat, perhatian dan kasih sayang dapat membantu mereka menerima diri sendiri. Selain itu, dukungan sosial ini juga memungkinkan mereka menghadapi perundungan.

Aspek penerimaan diri juga mempengaruhi kepercayaan diri korban dan hubungan interpersonal atau sosialnya. Kedua pertanyaan tersebut nampaknya sangat penting untuk aspek penerimaan diri yang dipaparkan dalam penelitian ini. Pengaruh positif inilah yang membuat manusia berkembang ke arah yang lebih baik. Meski ketiga subjek uji mengaku melalui proses penerimaan diri yang panjang, namun akhirnya mereka berhasil menerima diri sendiri dan perilaku bullying yang dialaminya bahkan berkembang ke arah yang lebih baik (Febriana dan Rahmasari, 2021).

BAB VI

KESIMPULAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang di lakukan pada tanggal 08 -10 januari tahun 2024 di UPT SMPN 1 Kampar dengan melihat hubungan *body shaming* dengan *self blaming* pada siswa di sekolah UPT SMPN 1 Kampar diperoleh kesimpulan:

- 6.1.1 Diketahui bahwa responden yang mengalami *body shaming* berada pada kategori cukup tinggi.
- 6.1.2 Diketahui bahwa responden yang mengalami *self blaming* berada pada kategori cukup tinggi.
- 6.1.3 Terdapat hubungan antara *body shaming* dengan *self blaming* pada siswa/i di UPT SMPN 1 Kampar.

6.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian pembahasan dan kesimpulan maka penulis mengemukakan beberapa saran, yaitu:

6.2.1 Bagi remaja

Untuk responden yang pernah mengalami *body shaming* lebih baik melihat potensi apa yang bisa di lakukan oleh diri sendiri dan berhenti membandingkan diri sendiri dengan orang lain yang justru akan membuat lebih tidak percaya diri.

6.2.2 Bagi orang tua

Diharapkan juga untuk memberikan pengarahan dan lebih dipantau anak-anaknya yang masih berada diusia remaja bahwa tindakan *body shaming* merupakan tindakan yang kurang terpuji dan dapat memberikan dampak yang buruk bagi orang lain maupun diri sendiri.

6.2.3 Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan mampu dalam meningkatkan penelitian jika menggunakan variabel serupa. Penelitian ini menggunakan subjek remaja, mungkin untuk penelitian selanjutnya akan lebih baik jika subjek diperluas dan diharapkan juga peneliti lain dapat melakukan penelitian yang lebih mendalam terkait *body shaming* dengan hubungan dengan variabel lain, seperti *self efficacy*, *regiusitas* dan variabel lainnya karena penelitian ini hanya membahas *self blaming* sebagai variabel bebas.

DAFTAR PUSTAKA

- A'yun, Nashofah Qurrota. 2021. "Pengaruh Efikasi Diri Terhadap *Self Blaming* Pada Perempuan Yang Pernah Mengalami Pelecehan Seksual Di Tempat Umum Universitas Pendidikan Indonesia| *repository.Upi.Edu*|perpustakaan.Upi. Edu." : 21–32
- Alexandra, A. B. M. B. 2018. "*Environmental Research And Public Health. Weigh Shame, Social Connection, And Depressive Symptoms In Late Adolescence.*" 7–8.
- Alfi, Imam, and Umi Halwati. 2019. "Faktor-Faktor *Blaming the Victim* (Menyalahkan Korban) Di Wilayah Praktik Kerja Sosial." *Islamic Management and Empowerment Journal* 1(2): 217–28.
- Arikunto, S. 2017. Pengembangan Instrumen Penelitian Dan Penilaian Program. Yogyakarta: Pustaka pelajar.
- Cahyani, R. R. 2018. "Efektifitas *Cognitive Behavior Therapy* Untuk Menurunkan Tingkat *Body Shame*." Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Ibrahim Malik Ibrahim Malang.
- Cewekbanget.id.2023."Kasus Bunuh Diri Di Thailand." [https:// cewekbanget.grid.id/](https://cewekbanget.grid.id/).
- Damanik, T. M. 2018. "Dinamika Psikologis Perempuan Mengalami *Body Shaming*." *Program Studi Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta* 17.
- Desmita. 2016. "Psikologi Perkembangan Peserta Didik. Bandung."
- Detiknews. 2018. "Polisi Tangani 966 Kasus *Body Shaming* Selama 2018" Baca Artikel Detiknews, 'Polisi Tangani 966 Kasus *Body Shaming* Selama 2018' Selengkapnya <https://News.Detik.Com/Berita/d-4321990/Polisi-Tangani-966-Kasus-Body-Shaming-Selama-2018>."
- Fauzia, T.F, and L.R Rahmiaji. 2019. "Memahami Pengalaman *Body Shaming* Pada Remaja Perempuan." *Body Shaming*: 4–5.
- Febriana, and Rahmasari. 2021. "Gambaran Penerimaan Diri Korban *Bullying*." *Jurnal Penelitian Psikologi* 8(5): 1–15. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41313>.
- Fimela. 2015. "Alasan Kuat Untuk Mencintai Diri Sendiri." *beauty*. <https://www>.

fimela.com/beauty/read/3745094/-alasan-kuat-anda-harus-mencintai-diri-sendiri.

Hafizah, Nur. 2020. "Peran Orang Tua Terhadap Pembentukan Kepribadian Islami Bagi Remaja Di Lingkungan Dusun 01 Nusa Indah Desa Pulas Jambu Kecamatan Kampar Kabupaten Kampar."

Hariyati, Rita. 2022. "Pengaruh *Body shaming* terhadap *self blaming* pada siswa SMP Negeri 27 Banjarmasin." <http://digilib.ulm.ac.id/archive/digital/detailed.php?code=23997>.

Hasibuan, R. L & Wulandari, L. H. 2015. "Efektivitas *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* Untuk Meningkatkan *Self Esteem* Pada Siswa SMP Korban Bullying." *jurnal psikologi* 103–110. <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/psikologi/article/view/1559>.

Heri. 2014. Pengantar Perilaku Manusia Untuk Keperawatan. Yogyakarta: pustaka pelajar.

Hidayat, Alimul. 2016. Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknik Analisis Data. Jakarta: Salemba Medika.

Huda, Nurul. 2016. "Kemandirian Pada Remaja Yang Diasuh Orangtua Tunggal Universitas Medan Area." <https://repositori.uma.ac.id/jspui/handle/123456789/1762>.

Istiqomah, D. 2018. "Pengaruh Rasa Salah, Rasa Malu Dan Tipe Kepribadian Big Five Terhadap Self-Forgiveness Pada Residen Narkoba."

Januarko, Setiawan. 2013. "Studi Tentang Penanganan Korban Bullying Pada Siswa SMP Se-Kecamatan Trwa." *Jurnal BK UNESA*, 383–389. <https://jurnal.mahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/7440>.

Kemendes, Indonesia. 2018. "Remaja Indonesia Harus Sehat Kementerian Kesehatan Indonesia."

Kesehatan Glob, J Asia Cent. 2020. "Atribusi Pasien Yang Menyalahkan Diri Sendiri: Studi Tinjauan Sistematis."

Khotimah, Khusnul, Shinta Doriza, and Guspri Devi Artanti. 2016. "Perbedaan Kemandirian Remaja Berdasarkan Status Pekerjaan Ibu." *Family Edu* 1(2): 99–120.

Laily, Eka Suci Nur. 2020. "Pengaruh *Body Shaming* Terhadap *Self Blaming* Pada

Remaja Di Karang Taruna Perumnas Ngembat Asri Gemolong.” *jurnal* 21(1): 1–9.

Lizkri, Damar &. 2023. “Kenali Bahaya *Bullying* Di Kalangan Remaja, Penyebab 40 Persen Kasus Bunuh Diri Di Indonesia.” [https://beritakbb.pikiran-rakyat.com/nasional/pr-966313974/kenali-bahaya-bullying-di-kalangan-remaja-penyebab-40-persen-kasus-bunuh-diri-di-indonesia#:~:text=Korban perundungan mengalami masalah psikis,di Indonesia disebabkan oleh *bullying*.](https://beritakbb.pikiran-rakyat.com/nasional/pr-966313974/kenali-bahaya-bullying-di-kalangan-remaja-penyebab-40-persen-kasus-bunuh-diri-di-indonesia#:~:text=Korban%20perundungan%20mengalami%20masalah%20psikis,di%20Indonesia%20disebabkan%20oleh%20bullying.)

Mandeep, Inderbir. 2015. “*Dysfunctional Attitude and Self-Blame: Effect on Self-Esteem and Self-Conscious Emotions among Adolescents.*” *International Journal of Indian Psychology* 3(1).

Masithoh, N. A. 2020. “*Body Shame* Pada Mahasiswa Generasi Milenial Di Universitas Negeri Semarang.” *SKRIPSI. Universitas Negeri Semarang*. [http://lib.unnes.a.id/42229/1/1511414042_Nurul Aida Masithoh_Psikologis.Pdf](http://lib.unnes.a.id/42229/1/1511414042_Nurul_Aida_Masithoh_Psikologis.Pdf).

Mushin, Akhmada. 2014. “Studi Kasus Ketidakpuasan Remaja Putri Terhadap Keadaan Tubuhnya (*Body Image* Negatif Pada Remaja Putri).” Program Studi Bimbingan Dan Konseling Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta.

Mutmainnah, ayuhan nafsul. 2020a. “Analisis Yuridis Terhadap Pelaku Penghinaan Citra Tubuh (*Body Shaming*) Dalam Hukum Pidana Di Indonesia.” *Fakultas Hukum Universitas Islam Malang, 2020*.

Nasrudin, Moh. Hamam. 2017. “Pengaruh Konformitas Teman Sebaya Terhadap Perilaku *Deliquency* Minum-Minuman Keras Pada Remaja Desa Kranding Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri.”

Noviyanti, A. 2022. “Self Esteem Remaja Yang Mengalami *Body Shaming* Di Desa Sido Urip, Kec. Arga Makmur, Kab. Bengkulu Utara.” (1811320004): 1–161.

Noviyanti, Annisa. 2022. “*self esteem* remaja yang mengalami *body shaming* di Desa Sido Urip.”

Nuermey Hanafi, Audi, and Muhammad Tanzil Furqon. 2021. “Klasifikasi *Body Shaming* Berbahasa Indonesia Pada Komentar Instagram Dengan Pembobotan TF-IDF-C Menggunakan Metode Modified K-Nearest Neighbor (MK-NN).” 5(2): 597–604. <http://j-ptiik.ub.ac.id>.

- Nursalam. 2017. *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Rahmasari, Diana. 2020. "Hubungan Antara *Body Shaming* Dan *Happiness* Dengan Konsep Diri Sebagai Variabel Mediator."
- Ramlan, Triady. 2020. "Pengaruh *Body Shaming* Terhadap *Self Blaming* Pada Remaja Dikota Makasar." *Jurnal Teknologi Informasi* 4(2).
- Rilla, E. V. 2018. "Hubungan *Bullying* Dengan Konsep Diri Remaja Di SMP Negeri 5 Garut Tahun 2017." *Healt Sciences Journal* 116–124. <https://ejournal.stikki.ac.id/index.php/stikku/article/view/70>.
- Sakinah. 2018a. "'Ini Bukan Lelucon': *Body Shaming*, Citra Tubuh, Dampak Dan Cara Mengatasinya." *Jurnal Emik* 1: 53–67.
- Sakinah, Sakinah. 2018. "'Ini Bukan Lelucon' *Body Shaming*, Citra Tubuh, Dampak Dan Cara Mengatasinya, Universitas Hasanuddin." *junall ilmiah ilmu-ilmu sosial*.
- Sari, Ridha Putriana. 2020. 15 Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Hubungan *Body Shaming* Dengan Interaksi Sosial Teman Sebaya Di Smkn 7 Tangerang Selatan.
- Sherly. 2019. "Menyikapi *Body Shaming*: Latih Konsep Dirimu, Program Studi Psikologi, Universitas Bunda Mulia."
- Siloam, Hospitalis. 2023. "Ciri-Ciri Introvert Dan Perbedaannya Dengan Ekstrovert." *healtpedia*.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Tangerang: Alfabeta.
- Suprpto, Haddy. 2017. *Metodologi Penelitian Untuk Karya Ilmiah*. Yogyakarta: Gosen Publishing.
- Surjaweni, V. 2014. *Metode Penelitian: Lengkap, Raktis, Dan Mudah Dipahami*. Jakarta: pustaka baru press.
- Tanjung, Chaidir Anwar. 2017. "*Selain Dibully*, Siswi SMA Bunuh Diri Di Riau Alami Tekanan Fisik."
- Vargas, E. 2015. "*Body Shaming: What Is It & Why Do We Do It? Walden Behavioral Care*." <https://www.waldeneatingdisorders.com/blog/body-shaming-what-is-why-do-we-do-it/>.

- Wahyudi, Andika Gani, and Maulidya Jalal Novita. 2021. "Persepsi Remaja Tentang *Body Shaming*." *Jurnal IKRA-ITH Humaniora* 5(2): 155–61.
- Wijastuti, Wiwi. 2013. "Gambaran Kecenderungan *Shame* Dan Kecenderungan *Guilt* Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran." *Journal of the American Chemical Society* 123(10): 2176–81. <https://shodhganga.inflibnet.ac.in/jspui/handle/10603/7385>.
- Wijaya, Surya, N. & Kebayanti, and Krisna I. Aditya. 2021. "*Body Shaming* Dan Perubahan Perilaku Sosial Korban (Studi Pada Remaja Di Kota Denpasar)." *jurnal ilmiah sosiologi sorort* 1(2).