

**PENGARUH *BODY SHAMING* DAN *PEER SOCIAL SUPPORT*
TERHADAP *SELF CONFIDENCE* SISWA-SISWI
KELAS 3 SMP NU AL-HIKMAH PPPI
JERU TUMPANG MALANG**

SKRIPSI



Disusun oleh :

Darul Muqomah

NIM. 17410061

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2022

**PENGARUH *BODY SHAMING* DAN *PEER SOCIAL SUPPORT*
TERHADAP *SELF CONFIDENCE* SISWA-SISWI
KELAS 3 SMP NU AL-HIKMAH PPPI
JERU TUMPANG MALANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada :

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh
gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)

Oleh :

Darul Muqomah

NIM. 17410061

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2022

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH *BODY SHAMING* DAN *PEER SOCIAL SUPPORT*
TERHADAP *SELF CONFIDENCE* SISWA-SISWI
KELAS 3 SMP NU AL-HIKMAH PPPI
JERU TUMPANG MALANG**

SKRIPSI

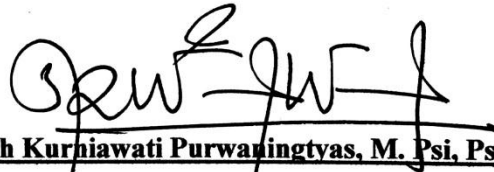
Oleh :

Darul Muqomah

NIM. 17410061

Telah disetujui oleh :

Dosen Pembimbing Skripsi



Dr. Endah Kurniawati Purwaningtyas, M. Psi, Psikolog.
NIP.197505142000032003

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. H. Rifa Hidayah, M. Si.

NIP. 197611282002122001

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH *BODY SHAMING* DAN *PEER SOCIAL SUPPORT*
TERHADAP *SELF CONFIDENCE* SISWA-SISWI
KELAS 3 SMP NU AL-HIKMAH PPPI
JERU TUMPANG MALANG**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 12 Januari 2022

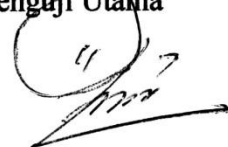
Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing Skripsi

Anggota Penguji Lain



Penguji Utama



Dr. Endah K Purwaningtyas, M. Psi., Psikolog.

Drs. Zainul Arifin, M. Ag.

NIP.197505142000032003

NIP.196506061994031003

Anggota



Hilda Halida, M. Psi., Psikolog.

NIP.19910512201911202273

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan

Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. H. Rifa Hidayah, M. Si.

NIP.197611282002122001

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Darul Muqomah

NIM : 17410061

Fakultas : Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
Malang

Dengan ini menyatakan bahwa penelitian yang berjudul **“Pengaruh *Body Shaming* dan *Peer Social Support* Terhadap *Self Confidence* Siswa-Siswi Kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang”** adalah benar-benar hasil penelitian sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan-kutipan telah dicantumkan sumber pengutipannya dalam daftar pustaka. Jika kemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing maupun Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar peneliti bersedia mendapatkan sanksi akademik.

Malang, 12 Januari 2022

Peneliti



Darul Muqomah

NIM. 17410061

MOTTO

“Percaya diri adalah dasar mencapai kesuksesan”

(Derry Iswidharmanjaya : dalam buku satu hari menjadi lebih percaya diri)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan nikmat dan karunianya kepada peneliti sehingga mampu menyelesaikan penelitian ini dengan lancar. Penelitian ini peneliti persembahkan kepada kedua orang tua, Bapak Miftahul Huda dan Ibu Azzah Fathin (almarhumah) yang senantiasa menjadi *support system* dalam segala perjuangan, dan memberikan motivasi. Kepada keluarga besar yang telah memberikan motivasi serta *social effort* sehingga peneliti mampu menyelesaikan penelitian ini.

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufiq serta hidayah-Nya sehingga peneliti mampu menyelesaikan penelitian yang berjudul “Pengaruh *Body Shaming* Dan *Peer Social Support* Terhadap *Self Confidence* Siswa-Siswi Kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang”. Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada Nabi Nabi Muhammad SAW. Penelitian ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S. Psi) di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Peneliti menyadari bahwa tanpa bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak sangatlah sulit untuk bisa menyelesaikan penelitian ini. Oleh karena itu, dengan rasa hormat, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. M. Zainuddin, M. A., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M. Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Dr. Endah Kurniawati Purwaningtyas, M. Psi., Psikolog., selaku Dosen Pembimbing Penelitian yang telah memberikan banyak ilmu, arahan, masukan serta motivasi dalam menyelesaikan penulisan penelitian ini.
4. Drs. Zainul Arifin, M. Ag., selaku Ketua Penguji dan Ibu Hilda Halida, M. Psi., Psikolog., selaku Dosen Penguji.

5. Dr. Iin Tri Rahayu, M. Si. Psi selaku Dosen Wali & Seluruh Dosen dan civitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
6. Drs. H. Issadur Rofiq, MM., selaku Kepala Sekolah SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
7. Seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam menyelesaikan penelitian ini.

Semoga Allah senantiasa memberikan imbalan atas bantuan dan dukungan dari semua pihak yang telah diberikan kepada peneliti sehingga penelitian ini dapat terselesaikan. Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, dan semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua kalangan bidang pendidikan.

Malang, 12 Januari 2022

Peneliti



Darul Muqomah

NIM. 17410061

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
ABSTRAK.....	xix
ABSTRACK	xx
البحث مستخلص.....	xxi
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1

B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	10
BAB II : KAJIAN TEORI.....	11
A. <i>Self Confidence</i>	11
1. Definisi <i>Self Confidence</i>	11
2. Aspek-Aspek <i>Self Confidence</i>	13
3. Ciri-Ciri <i>Self Confidence</i>	14
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Self Confidence</i>	15
5. <i>Self Confidence</i> Dalam Perspektif Islam.....	17
B. <i>Body Shaming</i>	31
1. Definisi <i>Body Shaming</i>	31
2. Aspek-Aspek <i>Body Shaming</i>	33
3. Bentuk <i>Body Shaming</i>	34
4. Faktor Penyebab <i>Body Shaming</i>	35
C. <i>Peer Social Support</i>	36
1. Pengertian <i>Social Support</i>	36
2. <i>Peer Social Support</i>	38
3. Aspek <i>Social Support</i>	39
4. Faktor-Faktor <i>Social Support</i>	40
D. Pengaruh <i>Body Shaming</i> Terhadap <i>Self Confidence</i>	40
E. Pengaruh <i>Peer Social Support</i> Terhadap <i>Self Confidence</i>	44

F. Pengaruh <i>Body Shaming</i> Dan <i>Peer Social Support</i> Terhadap <i>Self Confidence</i>	48
G. Hipotesis	51
BAB III : METODE PENELITIAN	52
A. Rancangan Penelitian	52
B. Identifikasi Variabel	52
C. Definisi Operasional	53
D. Subyek Penelitian	54
E. Teknik Pengumpulan Data	55
F. Analisis Data.....	66
BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN	73
A. Gambaran umum objek penelitian.....	73
1. Sejarah Berdirinya SMP NU Al-Hikmah PPPI.....	73
2. Visi, Misi, Tujuan SMP NU Al-Hikmah PPPI.....	74
3. Pelaksanaan Penelitian	76
4. Jumlah Subjek Penelitian.....	76
B. Hasil penelitian	77
1. Uji deskriptif.....	77
2. Uji asumsi 84	
3. Uji hipotesis	87
C. Pembahasan	92

1. Tingkat <i>body shaming</i> siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang.....	92
2. Tingkat <i>peer social support</i> siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang.....	94
3. Tingkat <i>self confidence</i> siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang.....	97
4. Pengaruh <i>body shaming</i> terhadap <i>self confidence</i> siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang.....	99
5. Pengaruh <i>peer social support</i> terhadap <i>self confidence</i> siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang.....	101
6. Pengaruh <i>body shaming</i> dan <i>peer social support</i> terhadap <i>self confidence</i> siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang.....	104
BAB V : PENUTUP	107
A. Kesimpulan	107
B. Saran	109
DAFTAR PUSTAKA	110
LAMPIRAN.....	114

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Hasil Wawancara Perilaku <i>Body Shaming</i>	5
Tabel 2.1 Analisis Komponen Teks Psikolog.....	21
Tabel 2.2 Analisis Makna Mufrodat Q.S Fussilat : 8.....	26
Tabel 2.3 Analisis Makna Mufrodat Q.S Fussilat : 30.....	26
Tabel 2.4 Analisis Makna Mufrodat Q.S Al-Asr : 3	27
Tabel 2.5 Analisis Makna Mufrodat Q.S Ali Imron :139	27
Tabel 2.6 Analisis Makna Mufrodat Q.S Yusuf : 87	27
Tabel 2.7 Analisis Makna Mufrodat Q.S Az-Zumar : 53	28
Tabel 2.8 Analisis Makna Mufrodat Q.S Al-Baqoroh : 39	28
Tabel 2.9 Analisis Komponen Teks Al-Qur'an	29
Tabel 3.1 Populasi Penelitian	54
Tabel 3.2 Kategori Jawaban	56
Tabel 3.3 Blueprint Skala <i>Body Shaming</i>	57
Tabel 3.4 Blueprint Skala <i>Peer Social Support</i>	57
Tabel 3.5 Blueprint Skala <i>Self Confidence</i>	58
Tabel 3.6 Daftar Nama Ahli Panel <i>Content Validity Ratio</i>	60

Tabel 3.7 Validitas <i>Peer Social Support</i>	61
Tabel 3.8 Validitas <i>Body Shaming</i>	62
Tabel 3.9 Validitas <i>Peer Social Support</i>	63
Tabel 3.10 Validitas <i>Self Confidence</i>	64
Tabel 3.11 Hasil Uji Reliabilitas <i>Body Shaming</i>	66
Tabel 3.12 Kategorisasi Skala.....	68
Tabel 4.1 Deskripsi Skor Empirik.....	77
Tabel 4.2 Kategorisasi Skala.....	78
Tabel 4.3 Kategorisasi Skala <i>Body Shaming</i>	79
Tabel 4.4 Kategorisasi Skala <i>Peer Social Support</i>	80
Tabel 4.5 Kategorisasi Skala <i>Self Confidence</i>	81
Tabel 4.6 Faktor Pembentuk Utama <i>Body Shaming</i>	82
Tabel 4.7 Faktor Pembentuk Utama <i>Peer Social Support</i>	83
Tabel 4.8 Faktor Pembentuk Utama <i>Self Confidence</i>	84
Tabel 4.9 Uji Normalitas.....	85
Tabel 4.10 Uji Linieritas	86
Tabel 4.11 Uji Analisis Regresi Linier Berganda	87
Tabel 4.12 Uji T (Uji Parsial)	89

Tabel 4.13 Uji F	91
Tabel 4.14 Uji koefisien determinasi	92

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Teks Psikologi Tentang <i>Self Confidence</i>	20
Gambar 2.2 Peta Konsep Tentang <i>Self Confidence</i>	22
Gambar 2.3 Pola Teks Al-Qur'an Tentang <i>Self Confidence</i>	28
Gambar 2.4 Peta Konsep Teks Al-Qur'an Tentang <i>Self Confidence</i>	30
Gambar 4.1 Diagram Tingkat <i>Body Shaming</i>	79
Gambar 4.2 Diagram Tingkat <i>Peer Social Support</i>	80
Gambar 4.3 Diagram Tingkat <i>Self Confidence</i>	81

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Kuesioner Penelitian	114
Lampiran 2 : Skoring	119
Lampiran 3 : Uji Validitas Cvr	122
Lampiran 4 : Uji Validitas Isi	125
Lampiran 5 : Uji Reliabilitas	128
Lampiran 6 : Uji Keterbacaan Variabel <i>Peer Social Support</i>	131
Lampiran 7 : Kategorisasi	134
Lampiran 8 : Uji Linieritas	135
Lampiran 9 : uji normalitas	136
Lampiran 10 : uji hipotesis	137

ABSTRAK

Darul Muqomah, 17410061. Pengaruh *Body Shaming* Dan *Peer Social Support* Terhadap *Self Confidence* siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang.

Dosen Pembimbing : Dr. Endah Kurniawati Purwaningtyas, M.Psi, Psikolog

Penelitian ini dilatar belakangi oleh seringnya terjadi tindak mengomentari bentuk tubuh seseorang sehingga mengalami ketidak percaya diri untuk bersosialisasi di lingkungannya. Kepercayaan diri adalah sikap positif yang dimiliki oleh individu dimana ia berusaha agar dirinya dapat mengembangkan penilaian positif baik terhadap dirinya sendiri maupun lingkungan sekitar.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membuktikan pengaruh *body shaming* terhadap *Self Confidence*, pengaruh *Peer Social Support* terhadap *Self Confidence*, pengaruh *body shaming* dan *Peer Social Support* terhadap *Self Confidence* siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan analisis regresi linier berganda. Pengambilan data dilakukan menggunakan skala yang diisi oleh 60 siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI dengan metode Sampling Jenuh. Skala yang digunakan adalah skala *body shaming*, *peer social support* dan *Self Confidence*.

Hasil analisis menyatakan bahwa : 1) tingkat *body shaming* berada pada kategori Sedang yaitu 63,3% sebanyak 38 siswa. 2) tingkat *peer social support* berada pada kategori Sedang yaitu 68,3% sebanyak 41 siswa. 3) tingkat *Self Confidence* berada pada kategori Sedang yaitu 70% sebanyak 42 siswa. 4) *body shaming* tidak berpengaruh terhadap *Self Confidence* dengan skor T hitung $0.365 < T$ tabel 2002 dengan nilai signifikansi $0.717 > 0.05$. 5) *peer social support* memiliki pengaruh terhadap *Self Confidence* dengan skor T hitung $6.159 > T$ tabel 2002 dengan nilai signifikansi yaitu $0.000 < 0.05$. 6) secara simultan *body shaming* dan *peer social support* berpengaruh signifikan terhadap *Self Confidence* siswa dengan skor F hitung $(19.258) > F$ tabel (3.16) dan nilai probabilitas $(0.000) <$ derajat signifikansi (0.05) .

Kata kunci : *Body shaming*, *peer social support* dan *self confidence*.

ABSTRACT

Darul Muqomah, 17410061. *The effect of body shaming and peer social support on the self confidence of grade 3 students at SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang*

Dosen Pembimbing : Dr. Endah Kurniawati Purwaningtyas, M.Psi,Psikolog

This research is motivated by the frequent occurrence of acts of commenting on a person's body shape so that they experience insecurity to socialize in their environment. Self-confidence is a positive attitude that is owned by an individual where he tries so that he can develop a positive assessment of himself and the surrounding environment.

The purpose of this study was to prove the effect of body shaming on self-confidence, the effect of peer social support on self-confidence, the effect of body shaming and peer social support on the self-confidence of 3rd grade students of SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang.

This research is a quantitative descriptive study using multiple linear regression analysis. Data collection was carried out using a scale filled out by sixty third grade junior high school student NU Al-Hikmah PPPI with the Saturated Sampling method. The scale used is the body shaming scale, peer social support, and self-confidence.

The results of the analysis state that: 1) the level of body shaming is in the Medium category, namely 63.3% as many as 38 students. 2) the level of peer social support is in the Medium category, namely 68.3% as many as 41 students. 3) the level of peer social support is in the Medium category, which is 70% as many as 42 students. 4) body shaming has no effect on self-confidence with a T count score of $0.365 < T \text{ table } 2002$ with a significance value of $0.717 > 0.05$. 5) Peer social support has an influence on self-confidence with a T count score of $6159 > T \text{ table } 2002$ with a significance value of $0.000 < 0.05$. 6) Simultaneously, body shaming and peer social support have a significant effect on students' self-confidence with a calculated F score ($19.258 > F \text{ table } (3.16)$) and probability value ($0.000 < \text{degree of significance } (0.05)$).

Keywords : *Body shaming*, peer social support, and self-confidence

البحث مستخلص

دارالمقامة, 17410061. أثر فضح الجسد والدعم الاجتماعي من الأقران على ثقة طلاب الصف الثالث مدرسه صغار نهضة العلماء الحكمة جرو تمفانج مالانج
المشرفة : د. انداه ك. فوروانينج تياس الماجستيس

الدافع وراء هذا البحث هو التكرار المتكرر لأفعال التعليق على شكل جسم الشخص بحيث يشعر بعدم الأمان للتواصل الاجتماعي في بيئته. الثقة بالنفس هي موقف إيجابي يمتلكه الفرد حيث يحاول حتى يتمكن من تطوير تقييم إيجابي لنفسه والبيئة المحيطة

كان الغرض من هذه الدراسة هو إثبات تأثير فضح الجسم على الثقة بالنفس ، وتأثير الدعم الاجتماعي للأقران على الثقة بالنفس ، وتأثير فضح الجسم والدعم الاجتماعي من الأقران على الثقة بالنفس لطلاب الصف الثالث مدرسه صغار نهضة العلماء الحكمة جرو تمفانج مالانج

هذا البحث عبارة عن دراسة وصفية كمية باستخدام تحليل الانحدار الخطي المتعدد. تم جمع البيانات مدرسه صغار نهضة العلماء الحكمة جرو باستخدام مقياس تم ملؤه بواسطة 60 طالبًا في الصف الثالث تمفانج مالانج باستخدام طريقة أخذ العينات المشبعة. المقياس المستخدم هو مقياس فضح الجسم ودعم الأقران الاجتماعي والثقة بالنفس.

تشير نتائج التحليل إلى ما يلي: (1) مستوى العار الجسدي في الفئة المتوسطة ، أي 63.3٪ حتى 38 طالبًا. (2) مستوى الدعم الاجتماعي من الأقران في الفئة المتوسطة ، أي 68.3٪ بما يصل إلى 41 طالبًا. (3) يكون مستوى الدعم الاجتماعي من الأقران في الفئة المتوسطة ، وهي 70٪ تصل إلى 42 طالبًا. (4) عار بقيمة دلالة $0.05 < 0.717 < T \text{ table } 2002$.0.05 $T < 0.365$ الجسد ليس له أي تأثير على الثقة بالنفس بدرجة بقيمة $T \text{ table } 2002 > (من 5 T 6159)$ الدعم الاجتماعي للأقران له تأثير على الثقة بالنفس بدرجة معنوية $0.000 < 0.05 > (6)$ في الوقت نفسه ، كان للعار الجسدي والدعم الاجتماعي من الأقران تأثير وقيمة احتمالية $(3.16) F$ محسوبة (19.258) < جدول F كبير على ثقة الطلاب بأنفسهم مع درجة $(0.000) >$ درجة الأهمية (0.05) .

الكلمات المفتاحية: فضح الجسم ، دعم الأقران الاجتماعي ، الثقة بالنفس

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di zaman yang semakin modern ini, kecanggihan teknologi semakin pesat sehingga memudahkan masyarakat untuk mengakses berbagai informasi. Masyarakat akan dengan mudah mencari dan menerima berbagai informasi dari berbagai media, baik itu melalui televisi maupun smartphone. Penyebaran dari berbagai media tersebut bisa berdampak pada nilai-nilai yang dengan mudahnya mempengaruhi sikap dan persepsi masyarakat terhadap suatu hal, salah satunya adalah adanya standar tubuh yang ideal bagi wanita maupun pria (Strandbu & Kvaalem dalam Widiasti, 2016)

Standar penampilan ideal tersebut dapat mempengaruhi manusia dalam berbagai hal, salah satunya adalah kepercayaan diri. Menurut Hurlock (1980), terjadinya perubahan fisik pada manusia baik laki-laki maupun perempuan akan mengakibatkan hilangnya kepercayaan diri pada dirinya. Menurut Fauzia dan Rahmiaji (2019) saat remaja tidak mampu melaksanakan rasa konsisten diri, percaya diri menjalani hidup dan menilai diri sesuai standarnya maka ia akan mengalami krisis identitas diri mengakibatkan kepercayaan diri yang rendah dalam menghadapi kehidupan.

Kepercayaan diri adalah sikap positif yang dimiliki oleh individu dimana ia berusaha agar dirinya dapat mengembangkan penilaian positif baik terhadap dirinya sendiri maupun lingkungan sekitar. Kepercayaan diri

seseorang akan menjadi ideal jika suatu hal yang dimiliki individu berada ditingkat yang sangat tinggi. Individu membutuhkan kepercayaan diri yang tinggi dalam mengembangkan potensi yang ada di dalam dirinya. Namun faktanya masih banyak individu yang masih memiliki kepercayaan diri yang rendah (Fatimah, 2006).

Individu cenderung memiliki keinginan untuk diterima oleh lingkungan sosialnya, salah satunya dengan melakukan perubahan pada kondisi fisiknya. Perubahan yang dilakukan terkadang dapat membuat seseorang menderita dan tertekan. Perubahan penampilan yang dilakukan wanita agar sesuai dengan standart kecantikan mampu menimbulkan dampak negatif bagi dirinya sendiri, contohnya adalah adanya kasus mengenai gangguan makan yang disebabkan oleh keinginan untuk memiliki tubuh kurus. Pemikiran masyarakat mengenai standart tubuh ideal adalah wanita yang bertubuh kurus. Maka wanita akan khawatir akan pandangan negatif dari orang lain mengenai bentuk tubuh yang dimilikinya (Davidson, Neale, & Kring, 2014).

Kepercayaan diri sangat penting bagi prestasi belajar remaja (Januruastuti, 2017). Kepercayaan diri juga dibutuhkan dalam proses aktualisasi diri bagi remaja (Amri, 2018). Seperti survei yang dilakukan di SMP NU Al-Hikmah PPPI pada tanggal 8 Maret 2021, ketika proses belajar mengajar berlangsung, dijumpai beberapa siswa yang terlihat memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Hal ini dapat dilihat saat menyampaikan pendapatnya di kelas, siswa yang percaya diri memiliki keberanian untuk

tampil di depan kelas , dan yakin saat menjawab pertanyaan yang diajukan oleh guru. Sedangkan siswa yang memiliki kepercayaan rendah kurang mampu dalam menyampaikan pendapatnya dan menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru, terlihat malu dan berusaha menghindar ketika diminta untuk tampil di depan kelas.

Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan rendahnya kepercayaan diri pada anak muda. Salah satu faktor yang menyebabkan kepercayaan diri rendah adalah penampilan fisik. Perubahan fisik yang terjadi pada individu dapat berdampak pada psikologis yang tidak diinginkan. Mayoritas anak muda akan memperhatikan penampilan mereka dibandingkan dengan aspek yang lainnya, itu akan menyebabkan mereka cenderung tidak suka melihat keadaan fisik mereka di cermin (Santrock, 2003).

Pada fase remaja ditahap pubertas akan muncul suatu permasalahan berupa kekerasan secara verbal dari segi bagian tubuh seperti gendut, kurus atau cungring, pendek atau tinggi, warna kulit hitam, wajah berjerawat. Sehingga memungkinkan remaja tidak percaya diri dengan perubahan kondisi tubuh yang dialami. Seorang remaja yang awal mula memiliki kepercayaan diri yang tinggi, ketika terjadi penurunan daya tahan fisik akibat kritikan-kritikan dari orang tua atau teman-temannya akan membuat kepercayaan dirinya menjadi menurun (Pratiwi, 2019)

Kepercayaan diri pada seseorang berbeda-beda antara satu dengan yang lainnya yaitu ada yang mempunyai kepercayaan diri rendah dan ada yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi (Andiyati, 2016). Kepercayaan

diri yang tinggi akan dengan mudah berinteraksi dengan sesama, dapat menghasilkan aktualisasi diri yang baik, dapat merealisasikan segala kemampuan diri, menyelesaikan suatu masalah dan dapat mencari solusi yang tepat. Namun kepercayaan diri yang rendah akan kesulitan dalam mengeluarkan potensi yang ada dalam dirinya yang akibatnya akan merasa hidupnya tidak berharga, tidak ada artinya, dan akan memunculkan rasa malu (Febrihariyanti & Suharnan, 2013).

Perasaan malu inilah yang biasanya disebut dengan *Body Shaming*. *Body Shaming* merupakan perasaan malu yang timbul akibat dari suatu kritikan atau penilaian negatif dari orang lain maupun dari diri sendiri mengenai tidak idealnya tubuh yang dimilikinya (Damanik, 2018). Banyak individu yang tidak dapat memenuhi standar sehingga menimbulkan perasaan negatif yang diarahkan pada diri sendiri yang kemudian akan menumbulkan perlakuan *body shaming*. *Body shaming* yang terjadi secara terus menerus terhadap orang lain akan menyebabkan dampak depresi kepada korbannya karena perasaan yang stress dan tertekan karena merasa tidak diterima di suatu lingkungan masyarakat akibat memiliki kondisi fisik yang tidak ideal atau tidak sesuai dengan bentuk tubuh ideal (Eva, 2016)

Kasus *body shaming* sangat sering terjadi saat ini, hal ini didukung oleh Penelitian Harter (dalam Santrock, 2005) yang menyimpulkan bahwa penampilan fisik berkorelasi paling kuat dengan rasa percaya diri. Penampilan fisik pada individu sangat memiliki hubungan yang sangat erat dengan kepercayaan diri. Sehingga individu yang memiliki penampilan fisik

yang ideal akan meningkatkan kepercayaan diri pada dirinya, begitupula sebaliknya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hidayat (2009), yang menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara *body shaming* dengan citra diri mahasiswa STIKES Payung Negeri, dimana mahasiswa menganggap serius seseorang yang mengejek mereka gendut maupun kurus sehingga mempengaruhi citra diri yang negatif dan menjadikan rasa malu serta tidak percaya diri serta tidak mau makan.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui perilaku *body shaming* pada siswa siswi kelas 3 SMP NU AL-Hikmah pada tanggal 10 Maret 2021 kepada 2 siswa dan 3 siswi mengatakan bahwa pernah menjadi korban *body shaming*.

Tabel 1.1 Hasil wawancara perilaku *body shaming* pada siswa siswi kelas 3 SMP NU AL-Hikmah

No	Nama inisial	Bentuk <i>body shaming</i>
1.	AM	Dijuluki dengan sebutan “gembrot” karena memiliki tubuh yang gemuk
2.	MNF	Dijuluki dengan sebutan orang timur karena memiliki wajah hitam
3.	SI	Sering di komentari soal wajah yang berjerawat seperti kalimat “eh jerawat kamu kok gak sembuh-sembuh sih malah makin banyak”
4.	KN	Sering dikomentari “kamu kok kurus banget sih” karena memiliki tubuh yang kurus
5.	FDN	Pernah dikomentari “wah tubuh kamu langsing ya” padahal dia memiliki badan yang gemuk

Peneliti juga melakukan wawancara kepada guru BK di SMP NU AL-Hikmah, ada beberapa siswa yang mengalami masalah *body shaming*. Misalnya siswa yang memiliki berat badan yang tidak sesuai dengan idealnya merasa tidak percaya diri untuk bergaul dengan temannya, sehingga dia

merasa bahwa dirinya di kucilkan, ada juga yang di kritik dengan kulit wajah yang hitam sehingga membuat tidak percaya diri untuk berteman dengan yang lain.

Remaja sering kali menganggap bahwa persepsi orang lain dalam memperhatikan dirinya sama halnya dengan persepsi terhadap dirinya. Pada usia remaja awal, remaja akan cenderung melihat suatu hal dari sudut pandang orang lain untuk mendapatkan gambaran apakah suatu hal tersebut baik atau buruk (Santrock, 2003).

Selain *body shaming*, faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri pada individu adalah dukungan sosial teman sebaya. Dukungan sosial merupakan hal yang dibutuhkan oleh seseorang dalam masa perkembangan. Menurut Sarason (Baron & Byrne, 2004) Dukungan sosial merupakan kenyamanan yang diberikan oleh orang lain baik secara fisik maupun psikologis. Dukungan sosial yang dirasakan oleh individu dapat diterima dari berbagai pihak yang diberikan oleh orang lain baik disadari maupun tidak disadari. Dukungan sosial dapat berasal dari keluarga, teman, dan orang lain yang berada di lingkungan tersebut. dukungan sosial sangat dibutuhkan karena dengan adanya dukungan sosial maka seseorang akan mampu bertahan di lingkungan tersebut (Sarafino & Smith, 2011).

Dukungan sosial teman sebaya adalah adanya teman-teman yang menjadi sumber daya yang mampu memberikan kenyamanan baik fisik maupun mental yang didapat dari hasil interaksi remaja dengan teman sebaya

sehingga remaja tersebut mendapatkan rasa cinta, kepedulian, dan penghargaan yang merupakan bagian dari kelompok sosial (Taylor, 2009).

Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti, saat proses pembelajaran berlangsung, ada beberapa siswa yang tidak berani untuk menyampaikan pendapatnya di depan teman-temannya, alasannya dikarenakan takut pendapatnya salah sebab kurang sepadan dibanding teman-temannya, merasa kurang dihargai oleh teman-temannya dan juga sering ditertawakan saat berbicara atau mengungkapkan pendapatnya di depan teman-temannya. Fenomena tersebut terungkap bahwa beberapa siswa kurang mendapatkan dukungan sosial dari teman-temannya. Siswa yang mendapatkan dukungan sosial yang rendah dari temannya akan merasa bahwa dirinya terasingkan, kurang mendapatkan perhatian.

Perkembangan individu saat masa remaja, kelompok teman sebaya memiliki peran yang sangat penting baik secara emosional maupun secara sosial. Menurut Phil Batchelor (1994) tekanan dari teman sebaya dan hal-hal yang bersifat negatif akan mempengaruhi kepercayaan diri remaja. Keberadaan teman sebaya dalam masa remaja merupakan keharusan, dukungan perhatian, kasih sayang, dan nasehat serta kepedulian sehingga membuat dirinya merasa diterima oleh lingkungan sosialnya.

Hasil penelitian yang sesuai dengan fenomena dan teori diatas adalah penelitian Pina Pandu Winata (2017) yang menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kepercayaan diri remaja di SMPN 18 Padang. Penelitian lain yang mendukung penelitian ini

adalah penelitian Rohayati (2011) mengenai program bimbingan teman sebaya untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, ditemukan ada pengaruh dari program bimbingan teman sebaya dapat mempengaruhi kepercayaan diri siswa. Penelitian yang dilakukan oleh Friska (2012) mengenai kepercayaan diri pada remaja obesitas ditinjau dari dukungan teman sebaya dan jenis kelamin diperoleh hasil penelitian bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan teman sebaya dengan kepercayaan diri remaja obesitas. Sehingga semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan dari lingkungan sosialnya, maka semakin tinggi kepercayaan dirinya.

Berdasarkan fenomena dan penelitian yang mendukung, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian terkait “Pengaruh *Body Shaming* Dan *Peer Social Support* Terhadap *Self Confidence* Siswa-Siswi Kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat *body shaming* siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang?
2. Bagaimana tingkat *Peer Social Support* siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang?
3. Bagaimana tingkat *Self Confidence* siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang?

4. Adakah pengaruh *body shaming* terhadap *Self Confidence* siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang?
5. Adakah pengaruh *Peer Social Support* terhadap *Self Confidence* siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang?
6. Adakah pengaruh *body shaming* dan *Peer Social Support* terhadap *Self Confidence* siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui tingkat *body shaming* siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang
2. Untuk mengetahui tingkat *Peer Social Support* siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang
3. Untuk mengetahui tingkat *Self Confidence* siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang
4. Untuk membuktikan pengaruh *body shaming* terhadap *Self Confidence* siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang
5. Untuk membuktikan pengaruh *Peer Social Support* terhadap *Self Confidence* siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang

6. Untuk membuktikan pengaruh *body shaming* dan *Peer Social Support* terhadap *Self Confidence* siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah :

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah, memberikan ilmu dan bermanfaat bagi pengembangan ilmu dalam bidang psikologi sosial mengenai pengaruh *body shaming* dan *Peer Social Support* terhadap *Self Confidence*

2. Manfaat praktis

a. Bagi siswa-siswi

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi siswa-siswi mengenai pengaruh *body shaming* dan *Peer Social Support* terhadap *Self Confidence*. Agar siswa-siswi dapat mengurangi budaya *body shaming* dan dapat memperkuat dukungan sosial terhadap teman sebaya.

b. Bagi peneliti

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai sarana menambah ilmu dan mengembangkan ilmu dibidang psikologi

BAB II

KAJIAN TEORI

A. *Self Confidence*

1. Definisi *self confidence*

Self confidence merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam mengambil suatu tindakan tidak merasa cemas, merasa bebas dalam melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya. Kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup individu yang memiliki keyakinan terhadap kemampuan yang dimilikinya sehingga tidak akan terpengaruh dan dapat bertindak sesuai dengan kehendaknya, gembira, optimis, toleras dan bertanggung jawab. Kepercayaan diri adalah hal yang sangat penting dimiliki oleh setiap orang, baik itu orang tua, anak-anak karena dengan mempunyai kepercayaan diri seseorang akan dengan mudah mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya (Lauster, 2012).

Menurut Anthony (M. Nur & Rini , 2010), kepercayaan diri merupakan sikap yang dimiliki oleh seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, bersikap positif, memiliki kemandirian, dan memiliki kemampuan untuk mencapai apa yang diinginkan. Individu yang memiliki kepercayaan diri, akan lebih mudah bergaul dengan orang lain dan membangun hubungan interpersonal yang baik dengan orang lain dikarenakan mempunyai

kemampuan dan keyakinan diri serta sikap positif terhadap diri sendiri maupun lingkungannya.

Menurut Bandura (1986) ketika seseorang memiliki suatu keyakinan bahwa dirinya mampu berperilaku seperti apa yang dibutuhkan bahkan memperoleh hal yang diharapkan dinamakan dengan kepercayaan diri. Menurut Anita (2003), percaya diri berarti keyakinan yang ada pada diri seseorang akan mampu menyelesaikan suatu masalah atau pekerjaan dengan baik. Kepercayaan diri sangat diperlukan dalam mengambil suatu keputusan untuk mencapai suatu tujuan yang diinginkan. Seseorang yang memiliki sikap percaya diri, akan dengan mudah untuk mengambil langkah yang diinginkan karena yakin dengan keputusannya.

Menurut Derry & Jubile Enterprise (2014), *self confidence* merupakan suatu penilaian yang terhadap diri sendiri mengenai kemampuan bakat, kepemimpinan, serta kondisi tentang perasaan manusia. Dengan adanya percaya diri, individu akan lebih mudah untuk mengenal dan memahami dirinya sendiri sehingga dapat mencapai potensi yang diinginkan.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa *self confidence* merupakan sikap positif yang dimiliki individu seperti dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, selalu berfikir positif, memiliki kemandirian, memiliki keyakinan bahwa mampu untuk melakukan apa yang diinginkannya.

2. Aspek-aspek *self confidence*

Menurut (Lauster, 2012), aspek-aspek dari *self confidence* antara lain :

a. Obyektif

Individu yang mampu memandang permasalahan sesuai dengan kebenaran yang bukan dari kebenaran pribadi atau pendapatnya sendiri

b. Keyakinan akan kemampuan diri

Seseorang yang yakin dan mempunyai sikap positif tentang dirinya ia akan menyadari akan potensi yang dimiliki sehingga ia mampu melakukan sesuatu yang diinginkannya dan mengerti apa yang harus dilakukannya.

c. Bertanggung jawab

Individu mampu menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensi atas apa yang telah dilakukannya

d. Rasional dan realistis

Memandang dan menganalisa masalah dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataannya.

e. Optimis

Individu yang memiliki sikap positif dalam dirinya akan selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang dirinya dan kemampuan yang dimilikinya

3. Ciri-ciri *self confidence*

Menurut M. Nur & Rini (2010), individu yang mempunyai kepercayaan tinggi adalah yang :

- a. Mampu bergaul dengan orang lain tanpa membeda-bedakannya
- b. Mempunyai sifat toleransi terhadap perbedaan dengan baik
- c. Tidak mudah terpengaruh dengan orang lain dan mampu memutuskan dalam menentukan langkah hidupnya
- d. Lebih tenang dalam menghadapi situasi tertentu
- e. Tidak merasa takut dan mampu percaya diri dalam bertingkah laku maupun berpenampilan

Menurut Derry & Jubile Enterprise (2014), ciri-ciri orang yang percaya diri antara lain :

- a. Memiliki rasa tanggung jawab terhadap keputusan yang telah dibuat
- b. Mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru
- c. Mampu mengembangkan motivasi
- d. Mau bekerja keras untuk mencapai suatu kemajuan
- e. Yakin akan peran yang dihadapinya
- f. Berani bertindak dan mengambil kesempatan yang dihadapinya
- g. Menerima diri dengan realistik
- h. Menghargai diri secara positif
- i. Yakin akan kemampuan diri sendiri dan tidak mudah terpengaruh oleh orang lain
- j. Optimis, tenang, dan tidak mudah cemas

k. Mengerti akan kekurangan orang lain

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi *self confidence*

Faktor-faktor yang mempengaruhi *self confidence* menurut Santrock (2003) adalah :

a. Penampilan fisik

Beberapa penelitian telah menemukan bahwa penampilan fisik merupakan suatu kontributor yang sangat berpengaruh terhadap rasa percaya diri remaja. Kelainan fisik tertentu pada seseorang, seperti cacat anggota tubuh merupakan kekurangan yang terlihat oleh orang lain, individu yang tidak dapat berfikir dengan positif maka akan timbul rasa minder dan berkembang menjadi tidak percaya diri.

b. Konsep diri

Terbentuknya rasa percaya diri pada individu diawali dari perkembangan konsep yang diperoleh dari hubungan interaksi dalam kelompok. Semakin baik konsep diri yang dimiliki individu, maka akan semakin tinggi pula kepercayaan diri yang dimilikinya.

c. Hubungan dengan orang tua

Hubungan dengan orang tua merupakan faktor penting dalam mempengaruhi kepercayaan diri. Menurut (Santrock, 2003) faktor terpenting dalam mengembangkan rasa percaya diri pada remaja ialah ekspresi kasih sayang dan memberi kebebasan dengan batasan tertentu kepada anak-anak.

d. Hubungan dengan teman sebaya

Penilaian dari teman sebaya memiliki pengaruh yang tinggi terhadap rasa percaya diri individu. Dukungan dari teman sebaya lebih berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri pada individu pada masa remaja awal, meskipun dukungan orang tua juga merupakan faktor yang penting.

Sedangkan menurut Middlebrok (Herni, 2007) adalah :

a. Pola asuh

Faktor utama yang sangat berpengaruh terhadap perkembangan anak adalah keluarga. Dinama pola asuh orang tua yang akan membentuk sikap percaya diri anak. Menurut Harlock (Herni, 2007), pola asuh demokratis bisa memunculkan pengembangan percaya diri pada anak, dikarenakan dapat melatih dan mengembangkan tanggung jawab serta keberanian dalam menghadapi dan menyelesaikan suatu masalah secara mandiri tanpa bantuan orang tua.

b. Jenis kelamin

Jenis kelamin dapat memberikan efek terhadap perkembangan rasa percaya diri dikarenakan menganut suatu budaya. Misalnya perempuan yang cenderung dianggap lemah dan harus dilindungi, sedangkan laki-laki dianggap bersikap kuat, tegas, mandiri dan mampu melindungi

c. Pendidikan

Pendidikan seringkali menjadi suatu tolak ukur keberhasilan individu. Banyak yang beranggapan bahwa individu yang memiliki jenjang lebih tinggi akan semakin optimis dalam menunjukkan kemampuannya, sedangkan individu yang jenjang pendidikannya rendah akan merasa tersisih sehingga tidak memiliki keyakinan dari kemampuannya.

d. Penampilan fisik

Individu yang memiliki penampilan yang baik akan lebih diperhatikan dan lebih percaya diri dibandingkan dengan individu yang mempunyai penampilan kurang menarik

5. *Self Confidence* Dalam Perspektif Islam

a. Telaah Teks Psikologi Tentang *Self Confidence*

1. Sampel Teks Psikologi Tentang *Self Confidence*

Menurut Anthony (M. Nur & Rini , 2010), *self confidence* merupakan sikap yang dimiliki oleh seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, bersikap positif, memiliki kemandirian, dan memiliki kemampuan untuk mencapai apa yang diinginkan.

Self confidence merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam mengambil suatu tindakan tidak merasa cemas, merasa bebas dalam melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya,

hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, dapat menerima dan menghargai orang lain, memiliki dorongan berprestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri.(Lauster, 2012).

Menurut Derry & Jubile Enterprise (2014), percaya diri merupakan suatu penilaian yang terhadap diri sendiri mengenai kemampuan bakat, kepemimpinan, serta kondisi tentang perasaan manusia. Dengan adanya percaya diri, individu akan lebih mudah untuk mengenal dan memahami dirinya sendiri sehingga dapat mencapai potensi yang diinginkan.

Menurut Willis (dalam Ghufron & Rini 2010 *self confidence* diartikan sebagai keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan kepada orang lain.

Menurut Afiatin dan Andayani (1998) (dalam M.Nur & Rini, 2010) menyatakan bahwa *self confidence* merupakan aspek kepribadian yang berisi keyakinan tentang kekuatan, kemampuan, dan keterampilan yang dimilikinya

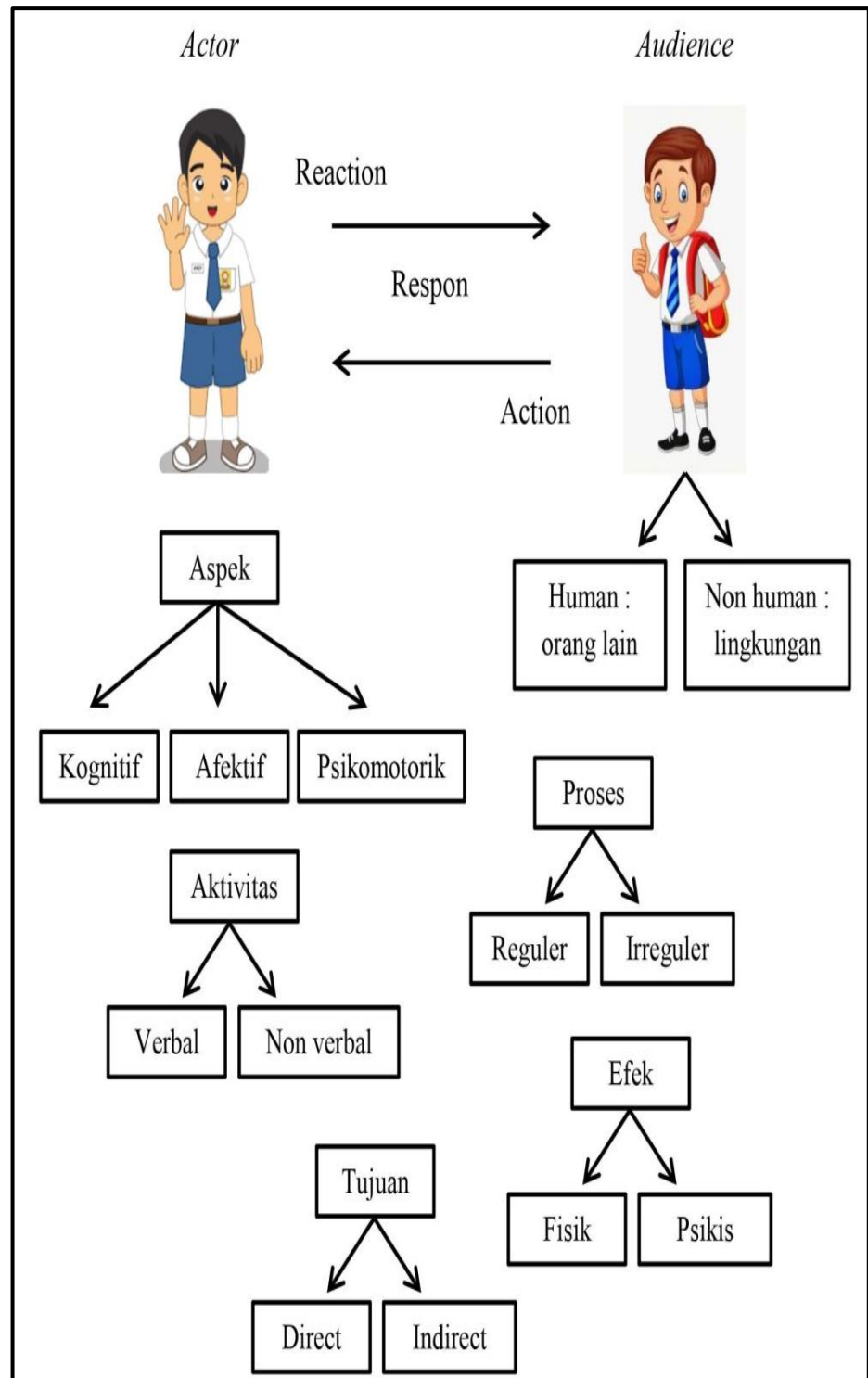
Menurut (Fatimah, 2006) *self confidence* merupakan sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap dirinya sendiri maupun terhadap lingkungan / situasi yang dihadapinya

Menurut (Al-Uqshari, 2005) *self confidence* merupakan bentuk keyakinan pada jiwa, kesepahaman dengan jiwa, dan menguasai pada jiwa

Menurut (Angelis,2003) *self confidence* itu berawal dari diri sendiri bagaimana tekad kita untuk melakukan yang kita inginkan dan butuhkan dalam menjalani proses kehidupan. Untuk dapat membentuk kepercayaan diri pada dasarnya berawal dari keyakinan diri kita sendiri, bagaimana kita dapat menghadapi tantangan dalam kehidupan, sehingga kita mampu berbuat sesuatu untuk menghadapi segala tantangan yang ada.

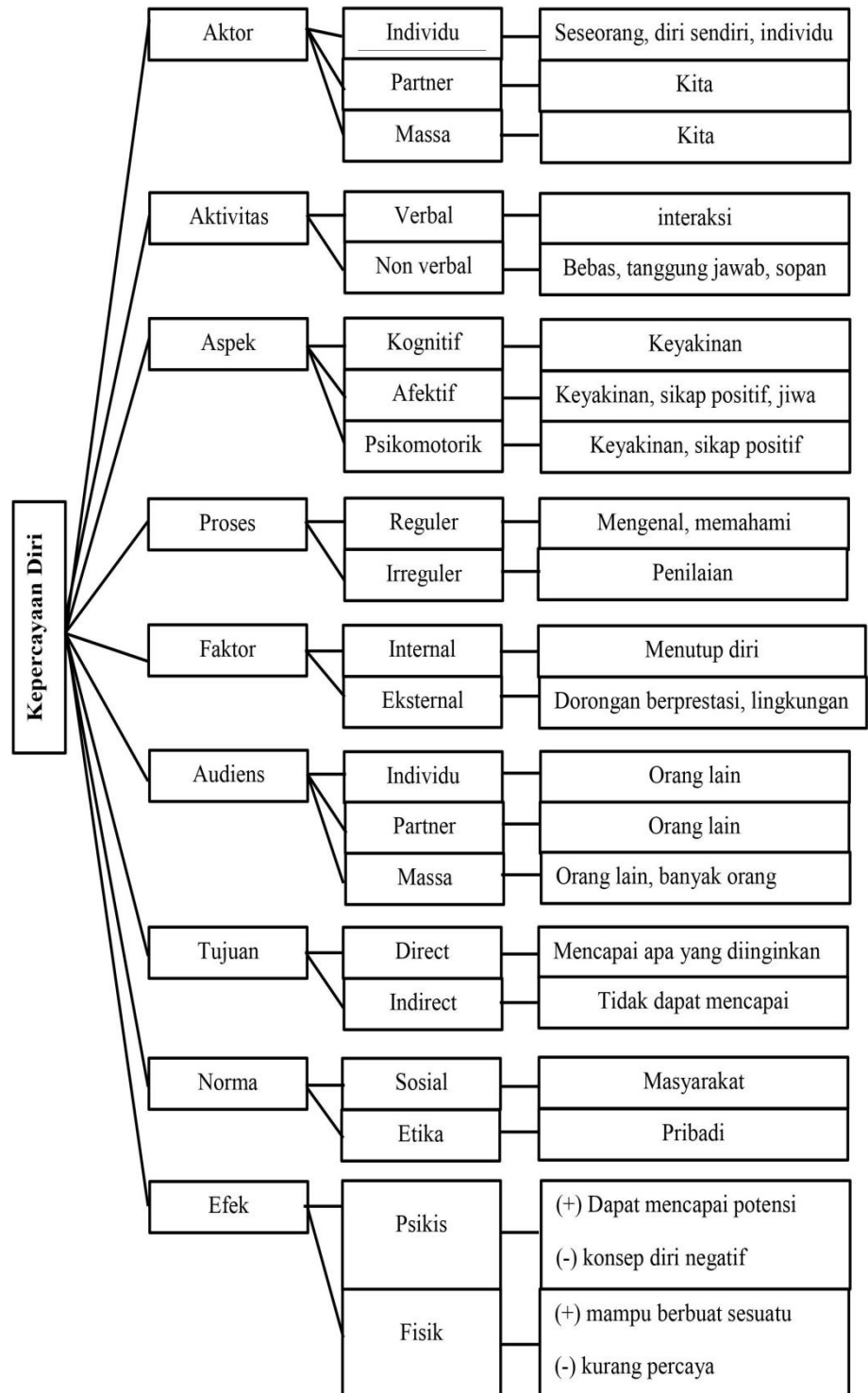
Menurut (Hambly, 1992) *self confidence* merupakan keyakinan terhadap diri sendiri sehingga mampu menangani situasi dengan tenang. Kepercayaan diri lebih banyak berkaitan dengan hubungan seseorang dengan orang lain. Tidak merasa canggung apabila berhadapan dengan banyak orang.

Menurut Twantaway dalam kamus istilah Bimbingan dan Konseling (2005), percaya diri merupakan kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan suatu tindakan. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri yang negatif, kurang percaya pada kemampuannya karena sering menutup diri.

2. Pola Teks Psikologi Tentang *Self Confidence*Gambar 2.1 Teks Psikologi Tentang *Self Confidence*

3. Analisis Komponen Teks Psikolog Tentang *Self Confidence***Tabel 2.1 Analisis Komponen Teks Psikolog Tentang *Self Confidence***

No.	Komponen	Kategori	Deskripsi
1.	Aktor	Individu, personal	Seseorang, diri sendiri, individu
		Partner	Kita
		Komunitas, massa	Kita
2.	Aktivitas	Verbal	Interaksi
		Non verbal	Bebas, tanggung jawab, hangat, sopan
3.	Aspek	Kognitif	Keyakinan
		Afektif	Keyakinan, sikap positif, mental, psikologis
		Psikomotorik	Keyakinan, sikap positif
4.	Proses	Regular, planning	Mengenal, memahami
		Irregular, unplanning	Penilaian
5.	Faktor	Internal	Menutup diri
		Eksternal	Dorongan berprestasi, lingkungan
6.	Audiens	Individu, personal	Orang lain
		Partner	Orang lain
		Komunitas, massa	Orang lain, banyak lingkungan
7.	Tujuan	Direct	Mencapai apa yang diinginkan, mengembangkan penilaian positif
		Indirect	Tidak dapat mencapai apa yang diinginkan
8.	Norma	Sosial	Masyarakat
		Etika	Pribadi
9.	Efek	Psikis	(+) dapat mencapai potensi yang diinginkan
			(-) konsep diri negatif
		Fisik	(+) mampu berbuat sesuatu
			(-) kurang percaya pada kemampuan

4. Peta Konsep Tentang *Self Confidence*Gambar 2.2 Peta Konsep Tentang *Self Confidence*

5. Rumusan Konseptual Tentang *Self Confidence*

a. Secara general

Self confidence merupakan kemampuan seseorang berupa aspek kognitif, afektif dan psikomotorik dalam memutuskan sesuatu didasarkan pada distress terhindar dari stress.

b. Secara particular

Self confidence merupakan kemampuan seseorang berupa aspek kognitif (keyakinan), afektif (keyakinan, sikap positif, jiwa, psikologis) dan psikomotorik (keyakinan, sikap positif) dalam memutuskan sesuatu didasarkan pada distress (tidak merasa cemas, bebas, tanggung jawab, hangat, sopan) terhindar dari stress (cemas).

b. Telaah Teks Al-Qur'an Tentang *Self Confidence*

1. Sampel Teks Al-Qur'an Tentang *Self Confidence*

Mujtaba (1993) berpendapat bahwa sebagai seorang muslim sepatutnya percaya kepada dirinya sendiri dan unsur yang paling mampu memberikan kepada manusia sikap percaya diri adalah iman. Iman adalah kepercayaan yang dimiliki secara dominan oleh setiap orang, yang dipimpin oleh wahyu yang konsepnya terangkat oleh Al-Qur'an sebagai kumpulan wahyu otentik. Firman Allah SWT dalam Q.S Fussilat ayat 8 :

إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَهُمْ أَجْرٌ غَيْرُ مَمْنُونٍ (٨)

Artinya :

Sesungguhnya orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan, mereka mendapat pahala yang tidak ada putus-putusnya. (Q.S Fussilat : 8)

Allah juga menjelaskan dalam surah Fussilat ayat 30 yang berbunyi :

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا
بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ (٣٠)

Artinya :

Sesungguhnya orang-orang yang berkata, “Tuhan kami adalah Allah” kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, maka malaikat-malaikat akan turun kepada mereka (dengan berkata), “Janganlah kamu merasa takut dan janganlah kamu bersedih hati; dan bergembiralah kamu dengan (memperoleh) surga yang telah dijanjikan kepadamu. (Q.S Fussilat : 30)

Allah juga menjelaskan dalam Q.S Al-Asr ayat 3 :

إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ (٣)

Artinya :

Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan serta saling menasihati untuk kebenaran dan saling menasihati untuk kesabaran. (Q.S Al-Asr : 3)

Allah juga menjelaskan dalam Q.S Ali Imron ayat 139

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ (١٣٩)

Artinya :

Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang beriman. (Q.S Ali Imron : 139)

Allah juga menjelaskan dalam Q.S Yusuf ayat 87 :

يٰٓبَنِيَّ اذْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَآخِيهِ وَلَا تَأْيِسُوا مِنْ رَوْحِ اللّٰهِ اِنَّهٗ لَا يَأْيِسُ مِنْ رَوْحِ اللّٰهِ اِلَّا الْقَوْمُ الْكٰفِرُونَ (٨٧)

Artinya :

Wahai anak-anakku! Pergilah kamu, carilah (berita) tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya yang berputus asa dari rahmat Allah, hanyalah orang-orang yang kafir. (Q.S Yusuf : 87)

Allah juga menjelaskan dalam Q.S Az-zumar ayat 53 :

قُلْ لِيَعْبَادِيَ الَّذِيْنَ اَسْرَفُوْا عَلٰٓى اَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوْا مِنْ رَّحْمَةِ اللّٰهِ اِنَّ اللّٰهَ يَغْفِرُ الذُّنُوْبَ جَمِيْعًا اِنَّهٗ هُوَ الْغَفُوْرُ الرَّحِيْمُ (٥٣)

Artinya :

Katakanlah, “Wahai hamba-hamba-Ku yang melampaui batas terhadap diri mereka sendiri! Janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya. Sungguh, Dialah Yang Maha Pengampun, Maha Penyayang. (Q.S Az-zumar : 53)

Allah juga menjelaskan dalam Q.S Al-Baqoroh ayat 39

وَالَّذِينَ كَفَرُوا وَكَذَّبُوا بِآيَاتِنَا أُولَٰئِكَ أَصْحَابُ النَّارِ ۖ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ (٣٩)

Artinya :

Adapun orang-orang yang kafir dan mendustakan ayat-ayat Kami, mereka itu penghuni neraka. Mereka kekal di dalamnya. (Q.S Al-Baqoroh : 39)

2. Analisis Makna Mufrodat

Tabel 2.2 Analisis Makna Mufrodat Q.S Fussilat : 8

No	Teks	Terjemahan	Sinonim	Antonim	Makna psikologi
1.	الَّذِينَ	Orang-orang	المؤمنون	المشركون	Aktor
2.	آمَنُوا	Yang beriman	المؤمنون	المشركون	Aspek
3.	عَمَلُوا الصَّالِحَاتِ	Mengerjakan kebajikan	احسن	سينة	Aktivitas
4.	لَهُمْ	Mereka	اولئك	شيطان	Audiens
5.	أَجْرٌ غَيْرُ مَمْنُونٍ	Mendapat pahala yang tidak terputus-putus	الثواب	ذنوب	Efek

Tabel 2.3 Analisis Makna Mufrodat Q.S Fussilat : 30

No	Teks	Terjemahan	Sinonim	Antonim	Makna psikologi
1.	الَّذِينَ	Orang-orang	المؤمنون	المشركون	Aktor
2.	قَالُوا	Berkata	تكلّموا	صاموا	Aktivitas
3.	رَبَّنَا اللَّهُ	Tuhan kami Allah	رب العالمين	مخلوق	Norma
4.	اسْتَقَامُوا	Istiqomah	مداومة	تعجل	Proses
5.	نُنَزِّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةَ	Malaikat-malaikat akan turun kepada mereka	اعطى	عذاب	Efek
6.	أَلَّا تَخَافُوا	Janganlah kamu merasa takut	شجاع	يهابوا	Efek
7.	وَلَا تَحْزَنُوا	Janganlah kamu bersedih hati	فرحان	حزين	Efek
8.	وَابْتَهِرُوا بِالْجَنَّةِ	Bergembiralah kamu dengan memperoleh surga	النعمة	العذاب	Efek
9.	الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ	Yang telah dijanjikan kepadamu	العهد	انكار	Norma

Tabel 2.4 Analisis Makna Mufrodat Q.S Al-Asr : 3

No	Teks	Terjemahan	Sinonim	Antonim	Makna psikologi
1.	الَّذِينَ	Orang-orang	المؤمنون	المشركون	Aktor
2.	آمَنُوا	Yang beriman	المؤمنون	المشركون	Aspek
3.	عَمَلُوا الصَّالِحَاتِ	Mengerjakan kebajikan	احسن	سينة	Aktivitas
4.	وَتَوَّاصَوْا بِالْحَقِّ	Dan saling menasehati untuk kebenaran	نصائح	بلا اهتمام	Aktivitas
5.	وَتَوَّاصَوْا بِالصَّبْرِ	Dan saling menasehati untuk kesabaran	نصائح	بلا اهتمام	Aktivitas

Tabel 2.5 Analisis Makna Mufrodat Q.S Ali Imron :139

No	Teks	Terjemahan	Sinonim	Antonim	Makna psikologi
1.	وَلَا تَهِنُوا	Dan janganlah kamu merasa lemah	قوي	ضعيف	Aspek
2.	وَلَا تَحْزَنُوا	Dan jangan (pula) bersedih hati	فرحان	حزين	Aspek
3.	وَأَنْتُمْ	Dan kamu	انت	انا	Aktor
4.	الْأَعْلَىٰ	Paling tinggi derajatnya	احسن	واطئ	Faktor
5.	إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ	Jika kamu orang beriman	مسلم	كافر	Tujuan

Tabel 2.6 Analisis Makna Mufrodat Q.S Yusuf : 87

No	Teks	Terjemahan	Sinonim	Antonim	Makna psikologi
1.	يَبْنِي	Wahai anak-anakku	اولاد	الاب	Aktor
2.	أَذْهَبُوا	Pergilah	يسير	يرجع	Aktivitas
3.	فَتَحَسَّسُوا	Carilah berita	يبحث	صامو	Tujuan
4.	مِنْ يُوسُفَ	Tentang Yusuf	ابن	المرعة	Audiens
5.	وَأَخِيهِ	Dan saudaranya	اهل	عدو	Audiens
6.	وَلَا تَأْيِسُوا	Dan jangan kamu berputus asa	همة	يس	Proses
7.	رَوْحَ اللَّهِ	Rahmat Allah	رحمة العظيمة	العذاب	Norma
8.	لَا يَأْتِسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ	Yang berputus asa dari rahmat Allah	يس	همة	Tujuan
9.	إِلَّا الْقَوْمَ الْكَافِرُونَ	Hanyalah orang-orang kafir	المشركون	المؤمنون	Audiens

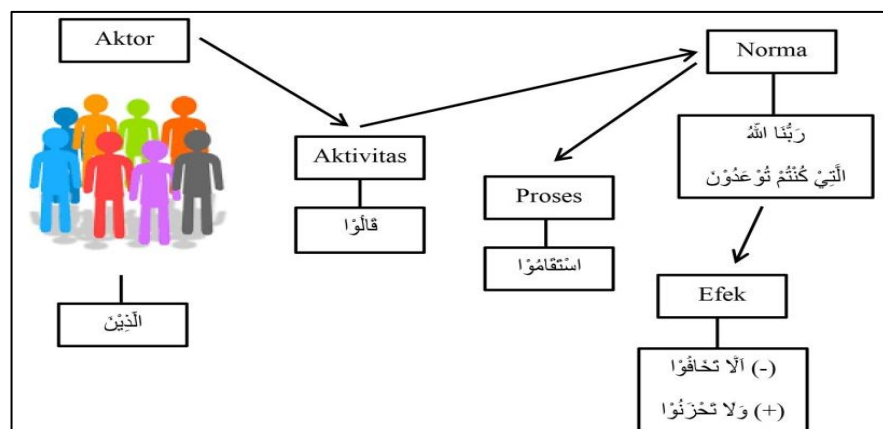
Tabel 2.7 Analisis Makna Mufrodat Q.S Az-zumar : 53

No	Teks	Terjemahan	Sinonim	Antonim	Makna psikologi
1.	قُلْ	Katakanlah	تكلّموا	صاموا	Aktivitas
2.	يُعِبَادِي	Wahai hamba-hambaku	المؤمنون	المشركون	Aktor
3.	لَا تَقْطُوعَا	Janganlah kamu berputus asa	لا تَيْسُوا	يَيْسُ	Proses
4.	مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ	Dari Rahmat Allah	رحمة العظيمة	العذاب	Norma
5.	اللَّهُ	Allah	خالق	مخلوق	Aktor
6.	يَغْفِرُ الذَّنُوبَ جَمِيعًا	Mengampuni dosa-dosa semuanya	هو التواب	الخبِيث	Tujuan
7.	هُوَ	Dia-lah	خالق	مخلوق	Aktor
8.	الْعَفُورُ الرَّحِيمُ	Yang maha pengampun, maha penyayang	اسماء الحسنی	الخبِيث	Norma

Tabel 2.8 Analisis Makna Mufrodat Q.S Al-Baqoroh : 39

No	Teks	Terjemahan	Sinonim	Antonim	Makna psikologi
1.	الَّذِينَ	Orang-orang	المؤمنون	المشركون	Aktor
2.	كَفَرُوا وَكَذَّبُوا	Kafir dan mendustakan	المشركون	المؤمنون	Faktor
3.	أُولَئِكَ	Mereka	الَّذِينَ	انا	Audiens
4.	أَصْحَابُ النَّارِ	Penghuni neraka	سكان الجحيم	اصحاب الجنة	Efek
5.	هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ	Mereka kekal didalamnya	دائم	المؤقت	Efek

3. Pola Teks Al-Qur'an Tentang *Self Confidence*

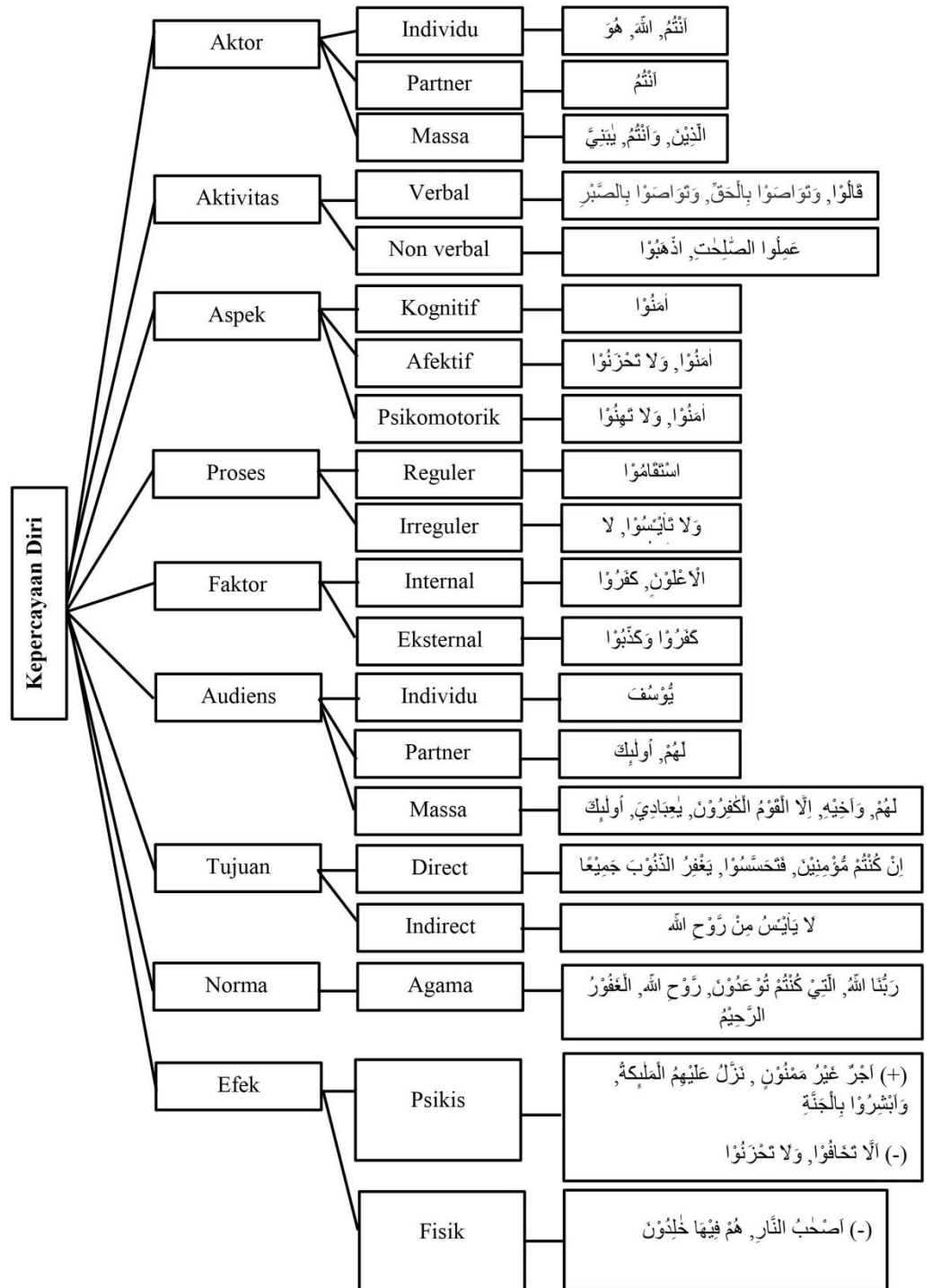


Gambar 2.3 Pola Teks Al-Qur'an Tentang *Self Confidence*

4. Analisis Komponen Teks Al-Qur'an Tentang *Self Confidence***Tabel 2.9 Analisis Komponen Teks Al-Qur'an Tentang *Self Confidence***

No.	Komponen	Kategori	Deskripsi
1.	Aktor	Individu, personal	وَأَنْتُمْ اللَّهُ هُوَ
		Partner	وَأَنْتُمْ
		Komunitas, massa	الَّذِينَ، وَأَنْتُمْ، يَنْبِيَّ
2.	Aktivitas	Verbal	قَالُوا، وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ، وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ
		Non verbal	عَمِلُوا الصَّالِحَاتِ، اذْهَبُوا،
3.	Aspek	Kognitif	آمَنُوا
		Afektif	آمَنُوا، وَلَا تَحْزَنُوا،
		Psikomotorik	آمَنُوا، وَلَا تَهِنُوا
4.	Proses	Regular, planning	اسْتَقَامُوا،
		Irregular, unplanning	وَلَا تَأْسُوا، لَا تَقْطُوا،
5.	Faktor	Internal	الْأَعْلُونَ، كَفَرُوا وَكَذَّبُوا
		Eksternal	كَفَرُوا وَكَذَّبُوا
6.	Audiens	Individu, personal	يُوسُفَ
		Partner	لَهُمْ، أَوْلِيكَ
		Komunitas, massa	لَهُمْ، وَأَجْنِبِهِ، إِلَّا الْقَوْمَ الْكَافِرُونَ، يُعْبَادِي، أَوْلِيكَ
7.	Tujuan	Direct	إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ، فَتَحَسَّسُوا، يَغْفِرُ الدُّنُوبَ جَمِيعًا
		Indirect	لَا يَأْتِسُ مِنْ رُوحِ اللَّهِ
8.	Norma	Agama	رَبَّنَا اللَّهُ، الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ، رُوحِ اللَّهِ، الْغُفُورِ الرَّحِيمِ
9.	Efek	Psikis	(+) أَجْرٌ غَيْرُ مَمْنُونٍ، نَزَّلَ عَلَيْهِمُ الْمَلَكَةَ، وَأَنْبَشِرُوا بِالْجَنَّةِ
			(-) أَلَّا تَخَافُوا، وَلَا تَحْزَنُوا
		Fisik	(-) أَصْحَابُ النَّارِ، هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ

5. Peta Konsep Teks Al-Qur'an Tentang *Self Confidence*



Gambar 2.4 Peta Konsep Teks Al-Qur'an Tentang *Self Confidence*

6. Rumusan Konseptual Tentang *Self Confidence*

a. Secara General

Self confidence merupakan kemampuan seseorang (الَّذِينَ) untuk melakukan aktivitas verbal (قَالُوا) dan non verbal (عَمِلُوا الصَّالِحَاتِ) dengan didasari norma agama (رَبُّنَا اللَّهُ)

b. Secara particular

Self confidence merupakan kemampuan seseorang (الَّذِينَ) untuk melakukan aktivitas verbal (قَالُوا) dan non verbal (عَمِلُوا الصَّالِحَاتِ) dengan didasari norma agama (رَبُّنَا اللَّهُ) yang dilakukan secara berulang (اسْتَقَامُوا) dan menimbulkan efek positif (أَبَشِرُوا بِالْجَنَّةِ)

B. Body Shaming

1. Definisi *body shaming*

Body shaming merupakan sikap atau perilaku mengomentari berat badan, ukuran tubuh, dan penampilan diri maupun orang lain. Komentar yang diberikan oleh orang lain akan membuat individu manarik dari lingkungan dikarenakan mendapatkan ancaman, pengalaman buruk dan penolakan sosial (Gilbert & Miles, 2002).

Menurut Chaplin (2012) *body shaming* adalah bentuk dari tindakan mengomentari fisik, penampilan, atau citra diri seseorang. *Body shaming* adalah suatu tindakan mengomentari, mengkritik, atau mengeluarkan pendapat kepada seseorang atau diri sendiri mengenai bentuk tubuh yang dimilikinya. Kritikan atau komentar yang diberikan oleh orang lain

bukanlah kritikan yang positif atau yang bersifat membangun, melainkan dengan maksud untuk menjatuhkan orang lain dan mempermalukannya melalui fisik yang dimilikinya (Fitriana, 2019).

Body shaming merupakan suatu bentuk kekerasan *verbal-emosional* yang sering tidak disadari oleh pelakunya karena umumnya dianggap wajar. Orang lain tidak hanya mengamati tubuh sebagai dari diri kita tetapi juga menjadi tempat untuk kepribadian yang membuat pengalaman subyektif manusia yang dapat bermakna dapat terjadi (Brigitta, Aristarchus & Ryan, 2018).

Body shaming adalah suatu keadaan emosional yang dapat menyakitkan diri sendiri karena merasa mendapat suatu penolakan sosial dari orang lain serta perasaan muak pada diri sendiri akibat merasa memiliki tubuh yang tidak ideal atau berbeda dengan orang lain. *Body shaming* akan menyebabkan seseorang memiliki rasa malu karena orang lain tidak hanya mengamati tubuh kita, tapi juga memberikan penilaian subjektif pada tubuh kita. Rasa malu ini biasanya ditandai dengan menutup diri dari lingkungan sosial, menghindar atau mengalihkan perhatian orang lain. Seseorang yang mengalami *body shaming* tidak hanya menghindar saja, tetapi juga akan merasa terancam sehingga melampiaskan amarahnya pada orang lain. (Robert & Goldenberg, 2007)

Menurut Evans (dalam Lestari, 2019), *body shaming* adalah kritikan terhadap diri sendiri ataupun orang lain. *Body shaming* yang terjadi secara terus menerus terhadap orang lain akan mendatangkan

dampak depresi kepada korbannya karena perasaan stres dan tertekan terhadap lingkungan sekitar yang dianggap tidak dapat menerima keberadaannya karena kondisi fisik yang dimiliki tidak sesuai dengan citra tubuh ideal yang terbentuk di tengah masyarakat

Berdasarkan dari pengertian *body shaming* diatas, dapat disimpulkan bahwa *body shaming* merupakan suatu tindakan mengkritik, mengomentari dan membanding-bandingkan bentuk fisik dirinya ataupun orang lain yang kemudian akan memunculkan perasaan malu juga dapat menyebabkan depresi karena bentuk tubuhnya yang tidak ideal.

2. Aspek-aspek *body shaming*

Menurut Gilbert & Miles (2002), aspek-aspek dari *body shaming* adalah :

a. Komponen kognitif sosial dan eksternal

Merupakan faktor eksternal yang melibatkan perasaan negatif dan persepsi bahwa citra tubuh seseorang dapat menjadi objek pengamatan negatif, kritikan oleh orang lain dan pengucilan. Dengan adanya hal tersebut mengakibatkan perasaan terancam dan menghindari dari konteks sosial

b. Komponen mengenai evaluasi diri yang berasal dari dalam

Yaitu evaluasi negatif dari dalam diri yang terfokus berdasarkan pada citra tubuh seseorang dan konsekuensi untuk mengontrol paparan gambar tubuh.

3. Bentuk *body shaming*

a. *Fat Shaming*

Fat shaming ini dilakukan oleh seseorang dengan mengomentari tubuh yang dianggap tidak sesuai dengan standar bentuk tubuh yang ideal. Misalnya memanggil seseorang yang memiliki tubuh gemuk dengan panggilan hewan yang memiliki ukuran besar, contohnya gajah, badak, panda.

b. *Skinny Shaming*

Berbeda dengan *fat*, *skinny shaming* adalah mengomentari seseorang yang memiliki bentuk tubuh kecil. Misalnya memanggil dengan sebutan kurus, kurang gizi.

c. Rambut tubuh / tubuh berbulu

Yaitu dengan mengomentari tubuh seseorang yang memiliki rambut-rambut yang tumbuh ditubuhnya, baik itu karena sedikit maupun karena banyak (lebat). Misalnya memanggil seseorang yang memiliki bulu alis sedikit dengan sebutan tuyul, sedangkan orang yang memiliki bulu alis lebat dengan sebutan kera

d. Warna kulit

Tidak hanya bentuk tubuh saja yang dikritik, warna kulit juga kerap menjadi bahan kritikan orang lain. Misalnya seseorang yang memiliki kulit yang cenderung gelap dipanggil dengan sebutan black.

4. Faktor penyebab *body shaming*

Standart kecantikan yang ada di lingkungan sosial menjadi salah satu penyebab terjadinya *body shaming*. Membanding-bandingkan keadaan fisik dapat menyebabkan timbulnya perasaan rendah diri. Adanya standart kecantikan membuat seseorang yang tidak mampu mencapai standart tersebut akan menjadi rendah diri dan akan mendapatkan perlakuan *body shaming* (Putri, Kuntjara, & Sutanto, 2012)

Perempuan lebih cenderung mengalami *body shaming*, hal tersebut dikarenakan masyarakat lebih kritis dalam menilai penampilan perempuan dibandingkan laki-laki. Menurut Northrop (2012), perempuan cenderung dianggap memiliki tubuh kurang ideal oleh orang lain. Dikarenakan perempuan menjadi objek perasaan negatif oleh orang lain maka akan meningkatkan kecenderungan muncul perasaan malu pada perempuan.

Faktor lain yang menjadi penyebab terjadinya *body shaming* adalah pandangan negatif. Pemikiran terkait kritikan atau evaluasi negatif dari orang lain menyebabkan perasaan malu terhadap keadaan tubuhnya. Timbulnya pandangan negatif seseorang mengenai penampilan dikarenakan adanya pengamatan, evaluasi, dan penilaian terus menerus terhadap penampilan fisik yang dilakukan diri sendiri maupun orang lain (Northrop, 2012)

C. *Peer Social Support*

1. *Pengertian peer social support*

Social support merupakan suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan, dan bantuan yang diterima oleh individu dari orang lain atau sekelompok orang (Sarafino & Smith, 2011). House (1981) berpendapat bahwa dukungan sosial merupakan hubungan interpersonal yang melibatkan dua orang atau lebih yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan dasar individu dalam mendapatkan rasa aman, hubungan sosial, dan persetujuan dan kasih sayang.

Social support menurut Malecki & Demaray (2002) adalah penilaian seseorang mengenai perilaku suportif (dukungan emosional, dukungan informasi, dukungan penilaian, dan dukungan instrumental) dari individu di jaringan sosialnya (orang tua, guru, teman sekelas, teman dekat) yang dapat meningkatkan sesuatu yang baik dan mencegah hal yang buruk.

Menurut Gottlieb (dalam Maslihah, 2011) *social support* merupakan suatu informasi baik verbal maupun non verbal, saran, bantuan yang diberikan oleh orang lain atau tingkah laku yang diberikan oleh orang sekitar di dalam lingkungan sosial bisa berupa kehadiran atau hal-hal yang memberikan keuntungan emosional maupun pengaruh pada tingkah laku individu.

Rook 1985 dikutip Smet 1994 (dalam Nursalam 2007) menjelaskan bahwa *social support* merupakan salah satu fungsi dari ikatan sosial, dan

ikatan sosial tersebut menggambarkan tingkat kualitas umum dari hubungan interpersonal. Saat seseorang didukung oleh lingkungan maka segalanya akan terasa lebih mudah.

Dukungan sosial menunjukkan adanya hubungan interpersonal yang melindungi individu terhadap konsekuensi negatif dari stress. Adanya dukungan sosial tersebut berpengaruh pada kenyamanan seseorang, kepedulian, penghargaan atau bahkan bantuan yang dirasakan individu yang diterima dari orang lain atau kelompok sosial (Sarafino & Smith, 2011).

Menurut Santrock (2003), mengemukakan bahwa teman sebaya bisa berguna sebagai pemberi informasi terhadap dunia luar dari keluarga, seperti sebagai pemberi saran dan pujian terhadap apa yang telah dilakukan, apakah hal itu baik atau buruk.

Pemberian *social support* menurut Cohen (dalam Vostanis, 2016) memiliki arti sebagai sumber daya psikologis yang ditujukan untuk mendapatkan keuntungan agar individu untuk mengatasi stress. Menurut Eisenberger (dalam Vostanis, 2016) definisi dari *social support* adalah suatu proses mengamati orang lain sehingga mampu memahami dan memberikan bantuan atau perawatan khususnya selama individu mengalami stress.

Johnson (1991) mengatakan bahwa *social support* adalah pertukaran sumber yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan dan keberadaan orang-orang yang mampu diandalkan untuk memberikan

bantuan, semangat, penerimaan, dan perhatian. Sistem dukungan sosial sendiri terdiri dari orang lain yang dianggap penting yang bekerja sama bagi tugas, menyediakan sumber-sumber yang dibutuhkan seperti materi, peralatan, keterampilan, informasi atau nasehat untuk membantu individu dalam mengatasi situasi khusus.

2. *Peer Social Support*

Menurut Rogers (1962) teman sebaya diartikan sebaya kelompok yang terdiri dari anak-anak yang mempunyai umur yang relatif sama dengan minat dan cita-cita yang relatif sama juga. Adapun menurut Light & Keller (1982) teman sebaya didefinisikan dalam usianya, jenis kelamin tingkat (sebagai remaja dan sebagai siswa), pendidikannya relatif sama dan melihat dunia dengan pandangan yang sama. Pendapat lain yang dikemukakan oleh Abu Ahmadi (dalam Lolita Hendriyati, 1998) yang menjelaskan pengertian kelompok sebaya adalah kelompok primer yang berhubungan antara anggotanya yang beranggotakan sejumlah individu yang mempunyai persamaan usia dan status atau posisi sosial serta dapat menunjukkan kategorinya masing-masing, misal kelompok sebaya anak-anak, kelompok sebaya remaja, kelompok sebaya dewasa.

Dari pendapat tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa teman sebaya merupakan kelompok individu yang beranggotakan anak-anak, remaja, atau orang dewasa yang mempunyai umur relatif sama dan kepentingan yang sama pula serta mempunyai hukum atau norma yang

dibuat secara bersama dan minat, cita, pendidikan serta pandangan yang sama.

Berdasarkan dari pengertian dukungan sosial teman sebaya diatas, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan bantuan yang diberikan oleh teman sebaya yang mana bantuan tersebut diberikan ketika individu sedang membutuhkan. Bantuan tersebut dapat memberikan rasa dihargai dan dicintai oleh lingkungan sekitarnya.

3. Aspek *social support*

Menurut Sarafino & Smith (2011), ada lima aspek *social support*, yaitu:

- a. Dukungan emosional : dukungan ini berupa bantuan yang berbentuk empati, kepedulian dan perhatian terhadap individu, seperti perilaku memberikan perhatian dan bersedia mendengarkan keluh kesah orang lain
- b. Dukungan penghargaan : dukungan ini diberikan sebagai umpan balik atas peran sosial agar individu merasa dihargai, meliputi menghargai, diterima oleh teman, dan penilaian positif
- c. Dukungan instrumental : dukungan ini bisa berupa mengajarkan kepada orang lain mengenai keterampilan, meluangkan waktu, maupun memberikan bantuan materi
- d. Dukungan informasi : dukungan ini diberikan dengan cara memberikan informasi baik berupa nasehat, saran kepada orang lain, atau cara-cara memecahkan suatu masalah

- e. Dukungan jaringan sosial : dukungan ini membuat individu merasa memiliki teman yang senasib sebagai anggota dari kelompok yang memiliki kesamaan minat dan aktivitas sosial dengannya

4. Faktor-faktor *social support*

Menurut Myers (dalam Wahyuni, 2016) faktor-faktor yang menjadi pendorong seseorang memberikan dukungan sosial yang positif adalah :

- a. Empati

Empati merupakan merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain untuk memahami emosi orang lain sehingga akan mengurangi kesulitan dan meningkatkan kesejahteraan orang lain

- b. Norma dan nilai sosial

Norma dan nilai sosial berguna untuk mendorong seseorang untuk menjalankan kewajiban dalam kehidupan sehari-hari

- c. Pertukaran sosial

Pertukaran sosial merupakan hubungan timbal balik perilaku sosial antara cinta, pelayanan, dan informasi

D. Pengaruh *Body Shaming* Terhadap *Self Confidence*

Menurut (Chaerunnisa, 2008), sejalan dengan pertumbuhan fisik remaja perempuan, remaja perempuan lebih cenderung memiliki kepedulian yang berlebihan pada penampilan fisiknya. Pada masa perkembangan, jika penampilan fisiknya kurang sesuai dengan apa yang diharapkan maka akan timbul perasaan tidak puas dengan apa yang dimilikinya. Ketidakpuasan

dalam penampilan fisik dapat terjadi permasalahan yang rumit bagi perkembangan remaja perempuan sehingga membuat dirinya memiliki kepercayaan yang rendah. menyatakan pendapat yang sama bahwa remaja perempuan yang memiliki penampilan fisik yang kurang menarik akan mencari jalan keluar untuk memperbaiki penampilan fisiknya tersebut (Hurlock, 1980).

Penelitian yang dilakukan oleh Reasoner (2004) menunjukkan bahwa 12% individu diindikasikan mengalami penurunan harga diri setelah memasuki sekolah menengah pertama, dan 13% memiliki harga diri yang rendah pada sekolah menengah. Permasalahan yang sering dialami oleh remaja salah satunya adalah penilaian terhadap bentuk fisik yang dinilai kurang atau tidak ideal baik dilakukan oleh diri sendiri maupun orang lain (Santrock, 2003).

Berdasarkan pendapat Santrock (2003) bahwa pada remaja yang berusia 12 hingga 20 tahun memiliki perhatian yang khusus terhadap gambaran tubuh, penampilan fisik, hal tersebut terjadi terutama pada remaja perempuan. Remaja perempuan akan mencari berbagai cara dan usaha untuk mendapatkan gambaran tubuh yang ideal sehingga terlihat lebih menarik, seperti berpakaian sesuai dengan tren dan yang membentuk tubuh, menggunakan alat kecantikan, melakukan olah raga agar membentuk tubuh yang ideal, menggunakan suplemen untuk kulit, namun usaha tersebut tidak akan bisa sepenuhnya memuaskan mereka. Hal ini sejalan dengan pendapat Dion (dalam Hurlock, 1999), yaitu dengan melakukan usaha-usaha untuk

mengubah penampilan fisik belum cukup untuk menjamin adanya perasaan puas terhadap dirinya.

Penilaian yang muncul dikalangan remaja putri bahwa standar tubuh yang lebih mementingkan penampilan fisik dengan bentuk tubuh yang proporsional mengakibatkan remaja putri menjadi kurang percaya diri. Ketika hal itu terjadi pada dirinya, remaja putri selalu mendapatkan penilaian dirinya melalui kaca mata orang lain yaitu teman-teman sebayanya atau keluarganya (Ratnawati, 2012). Pandangan negatif yang dimiliki oleh individu terhadap kondisi fisik diri sendiri dan orang lain akan mendorong individu untuk melakukan perubahan pada penampilannya. Kekhawatiran diri dapat memotivasi perilaku sosial seseorang karena kecenderungan untuk memberikan kesan positif agar mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial (Myers, 2012)

Penelitian yang dilakukan Rombe (2014) menyatakan bahwa kepercayaan diri individu dibedakan atas kepercayaan diri rendah dan tinggi. Saat siswa kepercayaan dirinya rendah, ia mulai mengomentari secara sinis, membandingkan dalam segi bentuk tubuh, wajah yang kurang menarik sehingga memunculkan rasa malu pada tubuh. Hasil penelitian Dolezal (2015) menyatakan bahwa masa remaja akan mengalami masa pubertas yaitu masa perubahan fisik sehingga rentan mengalami *body shame* yaitu perasaan malu karena dihina secara fisik oleh lingkungan sekitar.

Perasaan cemas, malu dan muak terhadap diri sendiri akibat sering direndahkan dan dikritik oleh teman sebayanya menyebabkan penilaian jelek

dan ketidak sempurnaan dimata lingkungan sekitarnya. Sesuai dengan pendapat Fathi (2011) menyatakan bahwa *body shame* akan memunculkan perasaan cemas, memunculkan perasaan akan diperlakukan tidak seperti manusia akibat bentuk tubuh.

Menurut laporan Davies (2018) sebanyak 130 responden remaja yang aktif dalam menggunakan media sosial rata-rata akan merasa resah jika tidak mendapatkan respon sebanyak yang mereka harapkan dan berakibat menurunkan tingkatan kepercayaan dirinya menjadi rendah serta gelisah akibat tuntutan media sosial tersebut. Berdasarkan laporan Cahyu (2018) dari komunitas kecantikan, para gadis menyatakan bahwa 54 % gadis didunia merasa malu dengan dirinya sendiri dan penampilannya. Serta pada remaja wanita di Indonesia mengorbankan kegiatan pentingnya dikarenakan rasa malu yang berlebihan terhadap penampilannya. Selain itu kepercayaan diri rendah remaja juga dipengaruhi oleh media sosial yang menampilkan beragam foto kecantikan sehingga remaja cenderung membandingkan penampilan yang ia miliki sehingga mempengaruhi rendahnya percaya diri pada remaja.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh tim *Dove Girl Beauty Confidence Report* menunjukkan bahwa permasalahan kepercayaan diri rendah dikalangan remaja perempuan Indonesia masih menjadi masalah yang cukup memprihatinkan. Mayoritas dari mereka menjadikan kecantikan sebagai akar dari kecemasan mereka. Hasil sample penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa 54% remaja perempuan di dunia tidak

memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Bahkan 7 dari 10 remaja di Indonesia menarik diri dari lingkungan sosialnya dan aktivitas-aktivitas penting di kehidupan karena mereka tidak percaya diri dengan penampilannya. Mereka enggan berkumpul dengan teman-temannya dan keluarga, mengikuti kegiatan kelompok, serta aktivitas yang dapat membangun potensi dirinya.

Body shaming dialami oleh wanita dan pria mencapai 64 %. Rasa malu akan tubuh yang dikarenakan dihina dan dikritik oleh orang lain menyebabkan gangguan makan dan kesehatan mental, citra diri yang buruk pada wanita dan pria. Bagi banyak korban, komentar dan kritikan yang negatif dapat meninggalkan bekas luka psikologis yang dapat mempengaruhi timbulnya kelainan makan seperti *anoreksia nervosa* (kelaparan diri sendiri), *bulimia nervosa (purging)*, dan gangguan makan yang berlebihan, serta menarik diri dari lingkungan sekitar (Stacey, 2017).

Riset yang dilakukan oleh Rupang, Opod, & Sinolungan (2013) mengungkapkan bahwa faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah *body shame*. Penelitian ini menyatakan bahwa *body shame* terkait dengan kondisi fisik yang dimiliki. Kepercayaan diri pun juga dipengaruhi oleh kondisi fisik individu seperti tubuh gemuk, kurus, serta cacat fisik. Bentuk tubuh dimiliki berdampak rendahnya *self-esteem* serta kepercayaan diri murid.

E. Pengaruh *Peer Social Support* Terhadap *Self Confidence*

Pengaruh kuat teman sebaya merupakan hal yang penting dan tidak dapat diremehkan pada masa perkembangan remaja awal (Mappiare, 2000).

Teman sebaya akan menumbuhkan daya saing untuk dapat menjadi lebih baik dibandingkan dengan teman-temannya. Teman sebaya juga merupakan sumber yang digunakan remaja awal untuk saling bertukar informasi baik dalam bidang akademis yaitu pelajaran maupun pada bidang non akademis yaitu hobi (Wijaya, 2018).

Rook (dalam Hunt, Paul, dan Chester, 2011) mengatakan bahwa dukungan teman sebaya merupakan salah satu fungsi dari ikatan sosial, dan ikatan-ikatan sosial tersebut menggambarkan tingkat kualitas umum dari hubungan interpersonal. Ikatan dan persahabatan dengan orang lain dianggap sebagai aspek yang memberikan kepuasan secara emosional dalam kehidupan individu. Saat seseorang didukung oleh lingkungan maka segalanya akan terasa lebih mudah. Dukungan teman sebaya menunjukkan pada hubungan interpersonal yang melindungi individu terhadap konsekuensi negatif dari stres. Dukungan teman sebaya yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten.

Jackie Robinson (dalam Papalia, 2008) mengungkapkan bahwa keberadaan teman sebaya sangat penting bagi kehidupan remaja, untuk itu remaja harus mendapatkan penerimaan dan dukungan yang baik dari teman sebayanya. Penerimaan dan dukungan yang baik dari teman sebaya merupakan hal yang dapat membantu pembentukan identitas diri remaja yang positif.

Dukungan yang diterima di lingkungan keluarga seperti anggota keluarga yang saling berinteraksi dengan baik akan memberikan rasa nyaman

dan percaya diri yang tinggi. Begitu juga dengan lingkungan masyarakat semakin bisa mematuhi norma dan diterima oleh masyarakat, maka akan menumbuhkan rasa percaya diri yang tinggi (Centi, 1995)

Berdasarkan pendapat Stankov, Morony, & Ping (2010) bahwa kepercayaan diri merupakan modal dasar untuk pengembangan aktualitas diri. Dengan percaya diri orang akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri. Sementara itu, kurangnya percaya diri akan menghambat pengembangan potensi diri. Individu yang kurang percaya diri akan menjadi seseorang yang pesimis dalam menghadapi rintangan, takut dan ragu-ragu untuk menyampaikan gagasan, serta bimbang dalam menentukan pilihan dan sering membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain

Pada kenyataannya, tidak semua remaja awal mendapatkan dukungan sosial teman sebaya. Margono (2014) menjelaskan remaja yang mendapatkan penolakan atau tidak diperhatikan dari teman sebaya akan merasa kesepian dan timbul rasa permusuhan, sehingga remaja tersebut memiliki rasa harga diri yang rendah dan prestasi belajar yang kurang. Remaja yang memiliki teman sebaya akan cenderung lebih mampu untuk mengatasi masalah dan peningkatan pada kualitas hidupnya seperti memiliki rasa percaya diri, berprestasi dan mampu bersaing dibandingkan dengan anak yang tidak memiliki teman sebaya (Saguni & Amin, 2014)

Seseorang yang kurang percaya diri akan cenderung pesimis dalam menghadapi setiap permasalahan ataupun kesukaran dikarenakan setiap kali

ada permasalahan yang harus dihadapi sudah membayangkan kegagalannya terlebih dahulu (Daradjat, 1990)

Manusia merupakan makhluk sosial yang tidak bisa lepas dari peran orang lain. Dalam kehidupan sehari-hari setiap manusia saling membantu dan melengkapi kebutuhan masing-masing. Adanya penerimaan yang positif dari lingkungan sekitar salah satunya adalah teman sebaya sangatlah dibutuhkan sebagai suatu bentuk dukungan dalam membentuk kepercayaan diri. Hal ini sesuai dengan pendapat Sari (dalam Puspitasari, 1999) bahwa dukungan dari lingkungan sekitar seperti keluarga, sekolah, masyarakat, dan teman sebaya merupakan faktor yang menentukan dalam terwujudnya kepercayaan diri. Remaja yang memiliki teman sebaya akan cenderung lebih mampu untuk mengatasi transisi normatif dan peningkatan pada kualitas hidupnya seperti prestasi belajar dan daya bersaing, dibandingkan dengan anak yang tidak memiliki teman sebaya (Saguni & Amin, 2014).

Kepercayaan diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang. Proses terbentuknya kepercayaan diri, pertama yaitu ketika seseorang mendapatkan dukungan sosial sejak awal dari orang-orang terdekatnya, maka akan membuat individu tahu bahwa ia memiliki kelebihan pada dirinya. Kedua, jika seseorang mempunyai banyak pengalaman di dalam kehidupannya dan disertai dengan dukungan dari orang-orang terdekat disekelilingnya serta dapat menggunakan kelebihan yang dimilikinya maka akan membuat seseorang percaya diri dalam melakukan apa saja yang diinginkan di dalam hidupnya.

F. Pengaruh *Body Shaming* Dan *Peer Social Support* Terhadap *Self Confidence*

Perubahan fisik memiliki tantangan yang sedikit rumit ditambah lagi dengan kondisi remaja yang memiliki kecenderungan mulai membangun hubungan sosial dengan teman sebaya. Hubungan yang dibangun dengan teman sebaya tentu tidak mudah dengan kondisi fisik yang tak sesuai dengan citra kecantikan yang masyarakat idealkan. Faktanya sesama teman sebaya tidak selalu mampu membuka diri untuk berteman dengan yang lainnya. Beberapa remaja bahkan menjadikan fisik sebagai kriteria yang menentukan pondasi untuk membangun hubungan pertemanan. Meskipun tidak sedikit yang mengabaikan fisik dalam membangun hubungan ini. Hal ini dipandang rumit dikarenakan teman sebaya seringkali menyinggung perkara fisik dalam menjalin pertemanan meski tidak melulu sifatnya negatif. Fenomenanya, banyak dari teman dekat dalam usia remaja seringkali menjadikan fisik sebagai bahan ketawaan. Memanggil temannya sendiri dengan kondisi fisik yang paling menonjol yang temannya miliki. Disadari ataupun tidak pada hakikatnya kondisi ini termasuk kedalam *Body Shaming* (Jahja, 2011).

Kajian Damanik (2018) yang berfokus pada dinamika psikologis perempuan yang mengalami *body shaming* menunjukkan bahwa mereka mengalami *body shaming* akan lebih memperhatikan tubuh dan menjadikan tubuhnya sebagai objek. Hal ini menyebabkan rasa cemas dan meningkatkan rasa malu terhadap diri sendiri. Mereka juga melakukan usaha untuk mengurangi rasa malu yakni dengan menghindari sesuatu yang dapat menjadi

objek *body shaming*. Citra tubuh berhubungan dengan persepsi seseorang, perasaan dan pikirannya tentang dirinya atau tubuhnya dan biasanya dikonseptualisasikan memiliki tubuh yang dinilai dari estimasi ukuran, evaluasi daya tarik tubuh dan emosi yang terkait dengan bentuk tubuh dan ukurannya (Grogan, 1999; Muth dan Cash, 1997)

Perubahan fisik remaja dapat berdampak pada psikologis yang tidak diinginkan. Kebanyakan remaja lebih cenderung memerhatikan penampilan mereka dibanding dengan aspek lain yang ada dalam dirinya. Seorang wanita memiliki perasaan tidak suka yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki, hal ini dikarenakan adanya suatu penekanan kultural yang lebih besar terhadap atribut fisik wanita (Papalia, Old, & Feldman, 2008)

Loekmono (1983) mengutarakan bahwa individu memiliki taraf kepercayaan diri yang berbeda-beda, sebagian ada yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi dan ada yang merasa kurang percaya diri. Seseorang yang memiliki percaya diri yang rendah akan merasa tidak berharga, tidak ada artinya dan merasa minder untuk menghadapi tindakan dari orang lain, sedangkan seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi akan mudah bergaul, lebih mudah untuk mengontrol perilakunya.

Adanya media massa yang sering menampilkan iklan-iklan kecantikan dengan model yang memiliki postur tubuh yang langsing, tinggi, berkulit putih, dan memiliki wajah yang mulus menjadikan standarisasi penampilan terhadap wanita yang dibangun oleh masyarakat menjadi sangat tinggi. Adanya persepsi tersebut membuat wanita sering kali mendapatkan tekanan-

tekanan atau komentar dari orang lain jika penampilannya tidak sesuai dengan standart yang ada. Ketidakpuasan individu terhadap tubuh yang dimilikinya akan berakibat pada turunnya rasa percaya diri pada dirinya (Knauss, Paxton & Alsaker, 2008)

Berdasarkan laporan (Frizona, 2017) psikolog anak, Aurora Lumbantoruan M.Psi menyatakan bahwa remaja yang obesitas dan bertubuh gemuk menyebabkan remaja tidak percaya diri, merasa ditolak lingkungan, sehingga lebih banyak menyendiri. Remaja yang dapat perlakuan Dikecam dan dikritik oleh teman sebaya karena ukuran mereka seperti gemuk cenderung merasa takut, stress, cemas, malu, perasaan menjadi kurang dari manusia. Cara pengurangan berat badan dengan taktik berbahaya seperti muntah yang diinduksikan. Sehingga menimbulkan upaya bunuh diri diantara anak-anak usia sekolah (Fathi, 2011)

Menurut laporan (Santoso, 2015) bahwa 56 % remaja memiliki masalah jerawat dan dikomentari dalam bentuk verbal negatif oleh lingkungan sekitarnya yang mempengaruhi rendahnya kepercayaan diri pada remaja yang menyebabkan remaja malu serta minder dan berkeinginan untuk mengakhiri hidupnya.

Menurut Fredrickon (1997) seseorang yang tidak dapat menerima perlakuan *body shaming* akan cenderung merasa ada yang salah di dalam dirinya atau tidak kompeten dalam melakukan sesuatu karena rendahnya kepercayaan terhadap diri sendiri. Pada perempuan, dampak *body shaming* sangat terlihat, hal ini dikarenakan perempuan sangat memperhatikan

penampilan fisiknya, sering kali bukan untuk keinginan dirinya sendiri melainkan untuk menghindari komentar negatif yang kemungkinan akan ditunjukkan pada dirinya (McKinley & Hyde, 1996).

Menurut Saronson (dalam Rahmadita, 2013) menerangkan bahwa dukungan teman sebaya dapat dianggap sebagai sesuatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang-orang yang dapat dipercaya. Dari keadaan tersebut individu akan mengetahui bahwa orang lain memperhatikan, menghargai, dan mencintainya. Keberadaan teman sebaya dalam kehidupan remaja merupakan keharusan. Dukungan perhatian, kasih sayang, nasehat dan kepedulian dari teman sebaya membuat remaja merasa diterima oleh lingkungan sosialnya (Santrock, 2003). Hal ini akan menumbuhkan perasaan berharga pada diri remaja sehingga akan muncul sikap percaya diri yang dicerminkan sikap tidak mudah menyerah, bertanggung jawab, berani menjadi diri sendiri dan mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri.

G. Hipotesis

Berdasarkan pemaparan kajian teori diatas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah :

Ha : Terdapat pengaruh antara *body shaming* dan *peer social support* terhadap *self confidence*

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian merupakan suatu kegiatan atau proses yang dilakukan secara sistematis, logis, dan terencana untuk mengolah, mengumpulkan, menganalisis data serta menyimpulkannya dengan menggunakan suatu metode atau teknik tertentu untuk mencari suatu jawaban dari permasalahan yang ada (Kasiram, 2010).

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Menurut Azwar (2012) penelitian kuantitatif adalah penelitian yang analisisnya menekankan pada data-data angka (numerical) yang diolah dengan menggunakan metode statistika. Dengan menggunakan metode kuantitatif, maka akan memperoleh data yang signifikan mengenai hubungan atau pengaruh antar variabel yang diteliti. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif dan analisis regresi linier berganda.

Penelitian ini fokus pada pengaruh *body shaming* dan *peer social support* terhadap *self confidence* siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang.

B. Identifikasi variabel penelitian

Menurut Neuman (1997), variabel merupakan atribut seseorang atau objek yang mempunyai variasi antara satu obyek dengan obyek lainnya atau satu orang dengan yang lainnya. Variabel penelitian adalah suatu yang

berbentuk apa saja yang dipilih oleh peneliti untuk dikaji sehingga mendapatkan data tersebut yang kemudian diambil kesimpulan dari pembahasan (Sugiyono, 2007).

Di dalam penelitian ini terdapat tiga variabel, yaitu :

1. Variabel bebas (X1 dan X2)

X1 : *body shaming*

X2 : *peer social support*

2. Variabel terikat (Y) : *self confidence*

C. Definisi Operasional

Definisi operasional dalam penelitian ini adalah :

1. *Body Shaming*

Body shaming merupakan suatu sikap atau perilaku mengomentari berat badan, ukuran tubuh, dan penampilan yang dilakukan oleh siswa terhadap diri sendiri atau orang lain. *Body shaming* terdiri dari 2 aspek yaitu komponen kognitif sosial atau eksternal, komponen mengenai evaluasi diri yang berasal dari dalam.

2. *Peer Social Support*

Peer social support merupakan pemberian dukungan bisa berupa kenyamanan, perhatian, penghargaan dan bantuan yang diberikan oleh teman sebaya. Dukungan sosial teman sebaya terdiri dari 5 aspek yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan jaringan sosial

3. *Self Confidence*

Self confidence merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri yang dimiliki oleh siswa sehingga dalam mengambil suatu tindakan tidak merasa cemas, merasa bebas dalam melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya. Kepercayaan diri terdiri dari 5 aspek yaitu obyektif, keyakinan akan kemampuan sendiri, bertanggung jawab, rasional dan realistik, optimis

D. Subyek Penelitian

1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan dari unit atau karakteristik hasil pengukuran yang menjadi objek suatu penelitian. Populasi adalah subjek atau objek yang berada disuatu wilayah yang memenuhi syarat-syarat yang berkaitan dengan masalah penelitian (Bambang, Prasetyo, & Lina, 2006). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI yang berjumlah 60 siswa.

Tabel 3.1 Populasi penelitian

No	Kelas	Jumlah siswa
1.	1	56 siswa
2.	2	48 siswa
3.	3	60 siswa

2. Sampel

Sampel merupakan sebagian dari populasi yang menjadi objek penelitian (Sugiyono, 2007). Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang akan diteliti (Arikunto, 2006). Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan sampling jenuh. Menurut Sugiyono (2007) sampling jenuh merupakan teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan dalam sebagai sampel.

Dalam penelitian ini, populasi siswa kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI berjumlah 60, maka pengambilan sampel pada penelitian ini adalah seluruh populasi yang berjumlah 60.

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen pengumpulan data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan angket / kuisioner. Angket / kuisioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi sejumlah pertanyaan atau pernyataan kepada responden untuk dijawab (Sugiono, 2007).

Menurut Sugiono (2007) instrumen penelitian adalah suatu alat bantu yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan dan mengukur fenomena alam ataupun sosial yang akan diamati. Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan untuk mengukur pengaruh *body shaming* dan dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri adalah dengan menggunakan angket atau kuesioner. Peneliti menggunakan 3 alat

ukur, yaitu skala *body shaming*, *peer social support*, dan *self confidence*. Menurut Azwar (2012), skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah modifikasi skala likert yang masing-masing skala memiliki ciri empat alternatif jawaban yang dipisahkan menjadi pernyataan *favorable* dan pernyataan *unfavorable*. Peneliti membuat kategori jawaban yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

Tabel 3.2 kategori jawaban

kategori Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Dalam penelitian ini terdapat 3 variabel yang akan dijelaskan, yaitu skala *Body shaming*, dukungan sosial teman sebaya, dan kepercayaan diri

a. *Body Shaming*

Skala yang digunakan dalam mengukur *body shaming* merupakan skala dari Cook (1988) dengan merujuk pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Gilbert & Miles (2002) yaitu komponen kognitif sosial atau eksternal, komponen mengenai evaluasi diri yang berasal dari dalam

Tabel 3.3 Blueprint Skala *Body shaming*

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favo	Unfavo	
Komponen kognitif 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		8
Komponen mengenai evaluasi diri	Evaluasi diri negatif terfokus berdasarkan pada citra tubuh seseorang	2,3,4,5,7,9,11,13,15,16,19,22	18,21	14
Jumlah		22		

b. *Peer Social Support*

Skala *peer social support* merupakan skala yang disusun oleh peneliti dengan merujuk aspek-aspek *peer social support* yang dikemukakan oleh Sarafino & Smith (2011) yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan jaringan sosial.

Tabel 3.4 Blueprint Skala *peer social support*

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favo	Unfavo	
Dukungan emosional	Perhatian	1, 2	3, 4	4
	Peduli	5, 7	6, 8	4
	Empati dan kasih sayang	9, 10	11, 12	4
Dukungan penghargaan	Menghargai	13, 15, 16	14, 17	5
	Diterima oleh teman	18, 19	20, 21	4
	Penilaian positif terhadap individu yang bersangkutan	22, 23	24, 25	4
Dukungan instrumental	Bantuan langsung berupa materi	26, 27	28, 29	4
	Bantuan langsung berupa tindakan	30, 31	32, 33	4
Dukungan informasi	Membantu memecahkan masalah	36, 37	34, 35	4
	Memberikan nasihat / solusi, alternatif, saran, dan bimbingan	38, 39	40, 41	4
Dukungan jaringan sosial	Ikut serta dalam aktivitas kelompok	42, 43	44, 45	4
	Memberikan rasa kebersamaan dalam kelompok	46, 47	48, 49	4
Jumlah		49		

c. *Self Confidence*

Skala yang digunakan dalam mengukur *self confidence* merujuk pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh (Lauster, 2012) yaitu : keyakinan akan kemampuan diri, optimis, obyektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis.

Tabel 3.5 Blueprint skala *self confidence*

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favo	Unfavo	
Obyektif	Memandang kebenaran sesuai dengan semestinya	9, 1	5	3
Keyakinan akan kemampuan diri	Bersikap positif terhadap diri sendiri	7, 12, 2, 11	8	5
Bertanggung jawab	Mampu menanggung segala konsekuensi perbuatan	13, 6, 4, 17	20	5
Rasional dan Realistis	Mampu memahami suatu hal berdasarkan dengan akal dan kenyataan	18, 15, 19,	22	4
Optimis	Memiliki pandangan baik terhadap masa depan	23, 16, 14, 3, 10	21	6
Jumlah		23		

2. Uji validitas, uji keterbacaan dan uji reliabilitas

a. Uji validitas

Menurut Azwar (2012) validitas berasal dari kata *validity* yang berarti sejauh mana ketepatan suatu alat ukur dalam menjalankan fungsinya sebagai alat ukur. Validitas merupakan derajat ketepatan antara data yang terjadi pada objek penelitian dengan data yang dapat dilaporkan oleh peneliti.

Pada penelitian ini menggunakan bantuan *IBM SPSS 23.0 for windows* dengan teknik *product moment pearson* untuk mengetahui validitas aitem. Aitem dapat dikatakan valid jika memiliki nilai $>0,30$.

Menurut Azwar (2011) semua aitem yang mencapai koefisiensi korelasi minimal 0,30 daya bedanya dianggap memuaskan . sebuah aitem dapat dikatakan valid jika $r_{xy} > 0,30$, sebaliknya jika didapati koefisien validitas kurang dari 0,30 / $r_{xy} < 0,30$ maka aitem-aitem tersebut tidak valid dan dianggap gugur. Berikut uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini :

1. Uji validitas CVR

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan CVR (*Content Validity Ratio*) yang bertujuan untuk mengetahui apakah suatu aitem itu dikatakan relevan atau tidak. Nilai CVR memiliki rentang antara -1.00 sampai dengan +1.00. Untuk mengukur tingkat validitas isi aitem berdasarkan pada data empirik dibutuhkan penilaian dari beberapa ahli yang disebut dengan SME (*Subyek Matter Expert*). berikut rumus CVR, yaitu :

$$\text{CVR} = \frac{2.Ne}{n} - 1$$

Keterangan :

CVR : *Content Validity Ratio* (Rasio Validitas isi)

Ne : jumlah panelis yang memberikan penilaian

n : jumlah semua panelis

berikut data para ahli yang bersedia untuk melakukan CVR yaitu :

Tabel 3.6 daftar nama ahli panel *content validity ratio*

Nama	Pelaksanaan
Selly Candra Ayu, M.Si	6 September – 8 September 2021
Abd. Hamid Cholili, M.Psi.,Psikolog	6 September – 9 September 2021
Elok Faiz Fatma El Fahmi, M.Si	6 September – 10 September 2021
Novia Sholichah, M.Psi	6 September – 13 September 2021
Agus Iqbal Hawabi, M.Psi	6 September – 22 September 2021

Proses dari CVR adalah dengan memberikan seperangkat dokumen yang terdiri dari identitas ahli, definisi operasional, model skala penelitian, petunjuk pengisian, dan skor penelitian. Skala dukungan sosial teman sebaya terdiri dari 49 aitem.

SME (*Subyek Matter Expert*) atau yang biasa disebut ahli panel dalam penelitian ini adalah bapak dan ibu dosen fakultas psikologi yang ahli dalam bidangnya yang berkaitan dengan penelitian ini. Sebelum dilakukannya CVR, terlebih dahulu peneliti menghubungi dosen yang bersangkutan apakah bersedia untuk menilai dan memberikan saran apabila terdapat kesalahan dalam aitem tersebut. Kemudian hasil dari CVR dihitung menggunakan rumus CVR melalui *microsoft excel*, yaitu :

Tabel 3.7 Validitas *Peer Social Support*

Aspek	Indikator	No aitem		Jumlah
		Aitem valid	Aitem gugur	
Dukungan emosional	Perhatian	1, 2, 3, 4		4
	Peduli	5, 6, 7, 8		4
	Empati dan kasih sayang	9, 10, 11, 12		4
Dukungan penghargaan	Menghargai	13, 14, 15, 16, 17		5
	Diterima oleh teman	18, 19, 20, 21		4
	Penilaian positif terhadap individu yang bersangkutan	22, 23, 24, 25		4
Dukungan instrumental	Bantuan langsung berupa materi	26, 27, 28, 29		4
	Bantuan langsung berupa tindakan	30, 31, 32, 33		4
Dukungan informasi	Membantu memecahkan masalah	36, 37, 34, 35		4
	Memberikan nasihat / solusi, alternatif, saran, dan bimbingan	38, 39, 40, 41		4
Dukungan jaringan sosial	Ikut serta dalam aktivitas kelompok	42, 43, 44, 45		4
	Memberikan rasa kebersamaan dalam kelompok	47, 48, 49	46	3
Jumlah		48		

Berdasarkan hasil uji validitas CVR pada variabel dukungan sosial teman sebaya dapat disimpulkan bahwa dari 49 aitem yang dibuat oleh peneliti terdapat 1 aitem yang gugur. Sehingga jumlah aitem yang valid menjadi 48.

2. Uji validitas isi

Pada uji validitas variabel *body shaming*, *peer social support* dan *self confidence* menggunakan bantuan *IBM SPSS 23.0 for windows* dengan teknik product moment pearson untuk

mengetahui validitas aitem Adapun rumus korelasi product moment adalah :

$$r_{xy} = \frac{N\sum xy - \sum x \sum y}{\sqrt{N\sum x^2 - (\sum x)^2} \sqrt{N\sum y - (\sum y^2)}}$$

Keterangan :

r : koefisien korelasi y : skor rata-rata dari y

x : skor rata-rata dari x N : jumlah sampel

Hasil dari perhitungan uji validitas *body shaming* yaitu :

Tabel 3.8 Validitas *Body Shaming*

Aspek	Indikator	No Aitem		Jumlah
		Aitem valid	Aitem gugur	
Komponen kognitif sosial / eksternal	Perasaan negatif dan persepsi bahwa citra tubuh dapat menjadi pengawasan negatif dan kritik oleh orang lain	1,8,10,12,14,17,20	6	7
Komponen mengenai evaluasi diri	Evaluasi diri negatif terfokus berdasarkan pada citra tubuh seseorang	2,3,4,5,7,9,11,15,19,22	13,16,18,21	10
Jumlah		17		

Berdasarkan tabel diatas maka dapat disimpulkan bahwa dari 22 aitem yang ada, terdapat 5 aitem yang gugur sehingga jumlah seluruh aitem menjadi 17.

Hasil perhitungan uji validitas dukungan sosial teman sebaya yaitu :

Tabel 3.9 Validitas *peer social support*

Aspek	Indikator	No. Aitem		Jumlah
		Valid	Gugur	
Dukungan emosional	Perhatian	2, 3	1, 4	2
	Peduli	5, 6, 8	7	3
	Empati dan kasih sayang	9, 10, 11, 12		4
Dukungan penghargaan	Menghargai	13, 15, 16, 17	14	4
	Diterima oleh teman	18, 20, 21	19	3
	Penilaian positif terhadap individu yang bersangkutan	22,23, 24,25		4
Dukungan instrumental	Bantuan langsung berupa materi	26, 27, 28, 29		4
	Bantuan langsung berupa tindakan	30, 31, 32, 33		4
Dukungan informasi	Membantu memecahkan masalah	34, 35, 36, 37		4
	Memberikan nasihat / solusi, alternatif, saran, dan bimbingan	38, 39, 40, 41		4
Dukungan jaringan sosial	Ikut serta dalam aktivitas kelompok	42, 44, 45	43	3
	Memberikan rasa kebersamaan dalam kelompok	46, 47, 48		3
Jumlah		42		

Berdasarkan tabel diatas maka dapat disimpulkan bahwa dari 48 aitem yang ada, terdapat 6 aitem yang gugur sehingga jumlah seluruh aitem menjadi 42.

Hasil perhitungan uji validitas *self confidence* yaitu :

Tabel 3.10 Validitas *self confidence*

Aspek	Indikator	No Aitem		Jumlah
		Aitem valid	Aitem gugur	
Obyektif	Memandang kebenaran sesuai dengan semestinya	1, 9	5	2
Keyakinan akan kemampuan diri	Bersikap positif terhadap diri sendiri	2, 7, 8, 11, 12		5
Bertanggung jawab	Mampu menanggung segala konsekuensi perbuatan	4, 6, 13, 17, 20		5
Rasional dan Realistis	Mampu memahami suatu hal berdasarkan dengan akal dan kenyataan	15, 18, 19	22	3
Optimis	Memiliki pandangan baik terhadap masa depan	3, 10, 16, 14, 21, 23		6
Jumlah		21		

Berdasarkan tabel diatas maka dapat disimpulkan bahwa dari 23 aitem yang ada, terdapat 2 aitem yang gugur sehingga jumlah seluruh aitem menjadi 21.

b. Uji keterbacaan

Uji keterbacaan bertujuan untuk melihat sejauh mana keterbacaan instrumen oleh responden. Melalui uji keterbacaan ini diharapkan agar dapat dipahami oleh responden baik itu struktur bahasa ataupun maksud dari pernyataan yang diajukan.

Skala yang diuji keterbacaannya adalah skala dukungan sosial teman sebaya dengan 48 aitem. Dalam uji keterbacaan, peneliti menggunakan 2 kriteria, yaitu “mudah difahami” dan “tidak faham”. Dalam pelaksanaan uji keterbacaan ini peneliti meminta bantuan

kepada 7 siswa kelas 9 (bukan sampel) untuk menelaah ketatabahasaan dalam instrumen yang telah dibuat. Untuk hasil perhitungan uji keterbacaan menggunakan aplikasi *microsoft excel*.

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh kesimpulan bahwa dari 48 aitem yang telah diajukan, 39 aitem dinyatakan “mudah difahami” dan 9 aitem dinyatakan “tidak faham”. Setiap aitem yang dinyatakan tidak faham maka peneliti memperbaiki kalimat dari aitem-aitem tersebut.

c. Uji reliabilitas

Menurut Azwar (2012) reliabilitas mengacu pada konsistensi dan keterpercayaan hasil ukur, yang berarti kecermatan pengukuran. Pengukuran yang tidak reliabel tidak akan konsisten dari waktu ke waktu. Reliabilitas dinyatakan dengan bentuk koefisien reliabilitas yang angkanya dalam rentang 0,00 sampai dengan 1,00. Artinya semakin mendekati 1,00 maka semakin tinggi reliabilitas, sebaliknya koefisien yang mendekati angka 0,00 berarti semakin rendah reliabilitas. Reliabilitas dapat dilihat dari instrumen yang reliabel, dapat dikatakan reliabel ketika instrumen dapat digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama dan menghasilkan data yang sama (Sugiyono, 2007).

Dalam penelitian ini, uji reliabilitas menggunakan teknik *Alpha Cronbach* dengan bantuan komputer program *IBM SPSS (Statistical product and service solution)* versi 23.0 for windows. Hasil dari uji reliabilitas pada penelitian ini yaitu :

Tabel 3.11 Hasil uji reliabilitas *body shaming*

Variabel	Alpha	Keterangan
Body shaming	0.677	Reliabel
Dukungan sosial teman sebaya	0.924	Reliabel
Kepercayaan diri	0.807	Reliabel

Berdasarkan hasil perhitungan diatas, nilai reliabilitas / *alpha cronbach* yang didapatkan untuk skala *body shaming* adalah 0,677, untuk skala dukungan sosial teman sebaya adalah 0,924, dan untuk skala kepercayaan diri adalah 0,807. Hal ini menunjukkan bahwa skala *body shaming*, dukungan sosial teman sebaya, dan kepercayaan diri merupakan skala yang reliabel karena mendekati 1. Artinya bahwa skala ini jika digunakan untuk berulang kali dengan subjek yang sama maka hasilnya akan tetap sama.

F. Analisis data

1. Uji deskriptif

Uji deskriptif digunakan untuk mengkategorisasikan dan mengukur tingkat *body shaming* dan dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI. Uji deskriptif memiliki tujuan untuk menjelaskan hasil penelitian. Analisis deskriptif pada penelitian ini menggunakan program *IBM SPSS (Statistical product and service solution)* versi 23.0 for windows, sedangkan hasilnya dibagi menjadi 3 kategorisasi yaitu Tinggi, Sedang, dan Rendah.

a. Skor empirik

Skor empirik adalah skor yang menggunakan acuan pada subjek di populasi karena tinggi rendahnya sebuah makna skor tergantung dari populasi. Tujuan dari skor empirik adalah untuk mengetahui posisi relatif individu dalam kelompok. Dalam penelitian ini, analisis skor empirik menggunakan program *IBM SPSS (Statistical product and service solution)* versi 23.0 for windows.

1. Mean

Mean adalah rata-rata data yang diperoleh dengan cara menjumlahkan seluruh angka kemudian membaginya sesuai dengan jumlah banyaknya data yang dijumlahkan. Adapun rumusnya adalah:

$$\mu_{empirik} = \frac{1}{2} (i_{max} + i_{min}) \sum n$$

Keterangan :

$\mu_{empirik}$ = mean empirik

i_{max} = nilai maksimal aitem

i_{min} = nilai minimal aitem

$\sum n$ = jumlah aitem yang diterima

2. Standart deviasi (SD)

Setelah mean atau rata-rata diketahui, maka langkah selanjutnya adalah mencari standart deviasi dengan rumus :

$$SD = \frac{1}{6} (x_{max} - x_{min})$$

Keterangan :

SD = rerata Standart deviasi hipotetik

x_{max} = nilai maksimal subjek

x_{min} = nilai minimal subjek

b. Kategorisasi

Kategorisasi dimulai dari kategorisasi tinggi, sedang, dan rendah. Adapun rumus untuk kategorisasi adalah :

Tabel 3.12 kategorisasi skala

Kategori	Norma
Tinggi	$X > (\text{Mean} + 1SD)$
Sedang	$(\text{Mean} - 1SD) \leq X \leq (\text{Mean} + 1SD)$
Rendah	$X < (\text{Mean} - 1SD)$

langkah selanjutnya adalah melakukan presentasi masing-masing variabel dengan menggunakan rumus :

$$P = \frac{F}{N} \times 100$$

Keterangan :

P = Presentase

F = frekuensi

N = banyaknya subjek

2. Uji asumsi

a. Uji normalitas

Menurut Sugiyono (2007), Uji normalitas dihitung untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi secara normal atau

tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan teknik uji *kolmogorov-smirnov* dengan menggunakan bantuan program *IBM SPSS (Statistical product and service solution)* versi 23.0 for windows.

Hasil yang menunjukkan nilai $p > 0,05$ maka data dinyatakan berdistribusi normal sedangkan hasil $p < 0,05$ data dinyatakan tidak berdistribusi secara normal.

b. Uji linieritas

Uji linieritas dihitung untuk mengetahui apakah data penelitian tersebut linier atau tidak. Artinya data tersebut mengikuti garis linier korelasi atau tidak dan apakah mengarah korelasi / hubungan yang negatif atau positif. Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui linier tidaknya suatu distribusi data penelitian atau untuk mengukur besarnya pengaruh dari satu variabel bebas *independent* (x) terhadap variabel *dependent* (y). Uji linieritas dalam penelitian ini menggunakan program *IBM SPSS (Statistical product and service solution)* versi 23.0 for windows.

3. Uji hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui apakah ada pengaruh atau tidak antara *body shaming*, dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan beberapa analisis yaitu :

a. Analisis regresi linear berganda

Analisis regresi linier berganda digunakan untuk mengukur pengaruh antara variabel dependen (Y) dan variabel independen (X) dengan jumlah variabel lebih dari satu (Sugiono, 2007). Analisis ini digunakan untuk menghitung nilai dari variabel independen (X) yakni *body shaming* dan dukungan sosial teman sebaya terhadap variabel dependen (Y) yakni kepercayaan diri.

Analisis regresi berganda pada penelitian ini menggunakan bantuan program *IBM SPSS (Statistical product and service solution)* versi 23.0 for windows, dengan menggunakan rumus :

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + \dots + e$$

Keterangan :

Y = variabel dependen (kepercayaan diri)

X₁ = variabel independen 1 (*body shaming*)

X₂ = variabel independen 2 (dukungan sosial teman sebaya)

a = nilai konstanta

b₁ = koefisien regresi variabel X₁

b₂ = koefisien regresi variabel X₂

e = error

b. Uji T (uji parsial)

(Sugiono, 2007) uji T digunakan untuk mengetahui tingkat signifikansi pengaruh masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen dengan asumsi variabel independen yang lainnya tidak berubah. Hipotesis diterima apabila nilai sig < 0,05 yang artinya

variabel independen secara parsial mempengaruhi variabel dependen.

Berikut rumus dari t tabel :

$$t \text{ tabel} = t (a/2 ; n - k - 1)$$

Keterangan :

a = derajat signifikansi

n = banyaknya subjek

k = jumlah variabel independen

c. Uji F (uji signifikansi simultan)

Menurut (Sugiono, 2007) uji F bertujuan untuk mengetahui pengaruh variabel independen secara simultan. Tingkat signifikansi yang digunakan adalah 0,05. Apabila nilai F lebih besar dari nilai F tabel maka semua variabel independen secara simultan berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen. Berikut rumus mencari F tabel:

$$F \text{ tabel} = F (k ; n - k)$$

Keterangan :

K = jumlah variabel

n = jumlah subjek

d. Koefisien determinasi (*R square*)

Koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh variabel terikat dan variabel bebas. Koefisien determinasi merupakan koefisien korelasi yang dikuadratkan atau disebut dengan *R square*. Nilai dari *R square* adalah antara 0 sampai 1, semakin

mendekati angka 1 maka variabel bebas memberikan hampir semua informasi yang dibutuhkan untuk memprediksi variabel terikat.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Objek Penelitian

1. Sejarah berdirinya SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang

SMP NU Al-Hikmah PPPI adalah sekolah swasta yang berada di naungan Yayasan Pendidikan Pondok Pesantren Islam (PPPI) yang terletak di desa Jeru kecamatan Tumpang Kabupaten Malang. SMP NU Al-Hikmah PPPI didirikan pada tahun 2007. Awal mula berdirinya adalah melihat kondisi pondok pesantren salafiyah di kabupaten Malang yang mana pondok pesantren salafiyah sangat kental dengan nuansa agamanya dan tidak mau mendirikan sekolah formal. Begitu juga di PPPI Jeru sehingga pada tahun 2007 mengalami kemunduran.

Pada tahun-tahun sebelumnya, santri yang mondok di PPPI sangatlah banyak, meskipun tanpa adanya pendidikan formal tetap bisa berkembang dengan baik. Tetapi pada tahun 1990 an, jumlah santri yang mondok di PPPI mulai berkurang. Dikarenakan peminat dari pondok pesantren adalah yang sudah ada sekolah formalnya, maka pada tahun 2007 Yayasan PPPI merintis sekolah formal yang pada saat itu namanya “SMP ISLAM Al-Hikmah”. SMP ISLAM Al-Hikmah pada saat itu mengikut induk di SMP Negeri Tumpang dikarenakan pada saat itu masih belum mendapatkan izin operasional. Untuk mendapatkan izin operasional harus mempunyai akte notaris terlebih dahulu. Pada saat itu SMP sudah

mempunyai, tetapi masih belum kuat. Maka atas saran dari praktisi pendidikan di NU, SMP diminta untuk bergabung dengan LP Ma'arif dan memakai akte yang dimilikinya. Pada akhirnya izin operasional bisa diterbitkan oleh KEMENDIKBUD.

Adapun jumlah siswa pada tahun 2007/2008 adalah 45 siswa. Kemudian berkembang pesat sampai sekarang dengan jumlah siswa mencapai 363.

2. Visi, misi dan tujuan SMP NU Al-Hikmah PPPI

a. Visi SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang

“Berilmu, Beriman, Bertaqwa, dan berahlaqul karimah”

b. Misi SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang

1. Mendidik siswa agar memiliki kemampuan dalam IMTAQ dan IPTEK
2. Memberikan bekal kepada siswa bahwa sebaik-baiknya bekal adalah rasa keimanan dan ketaqwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa
3. Mengantarkan siswa mempunyai kemantapan dalam keimanan dan ketaqwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa
4. Memberikan tauladan dalam kehidupan siswa sesuai dengan tuntunan Al-Qur'an dan Hadist, sebagai perwujudan ketaqwaan Terhadap Tuhan Yang Maha Esa
5. Mengantarkan siswa agar memiliki kemantapan Aqidah dan Berahlaqul karimah

c. Tujuan SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang

1. Melakukan analisis konteks dan mendokumentasikan secara lengkap (standar isi)
2. Melakukan review kurikulum SMP NU Al-Hikmah PPPI pada semua mata pelajaran (standar isi)
3. Semua kelas melaksanakan pendekatan “pembelajaran aktif” pada semua mata pelajaran (standar proses)
4. Mengembangkan berbagai kegiatan dalam proses belajar di kelas berbasis pendidikan bangsa (standar kelulusan)
5. Mengirimkan semua guru mata pelajaran untuk meningkatkan pengetahuan dengan cara mengikuti MGMP tingkat sekolah atau se Kabupaten Malang (standar pendidikan)
6. Mewujudkan penilaian outentik pada kompetensi kognitif, psikomotor dan efektif sesuai karakteristik mata pelajaran (standar penilaian)
7. Melaksanakan penulisan hasil belajar oleh pendidik, sekolah dan pemerintah (standar penilaian)
8. Mewujudkan prestasi kelulusan (standar kelulusan)
9. Menyiapkan lulusan yang mampu bersaing untuk melanjutkan ke jenjang pendidikan tinggi (standar kelulusan)
10. Menyelenggarakan budaya sekolah yang kondusif untuk mencapai tujuan pendidikan menengah (standar pengelolaan)

11. Mengembangkan potensi siswa dalam menggunakan pengetahuan dan teknologi (standar kelulusan)
12. Mengembangkan kemampuan olahraga kepramukaan dan seni tangguh dan kompetitif (standar kelulusan)
13. Menciptakan lingkungan sekolah yang aman, rapi, bersih dan nyaman (standar sarana)

3. Pelaksanaan penelitian

Penelitian yang berjudul “Pengaruh *body shaming* dan dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri siswa-siswi Kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI” ini dilaksanakan pada tanggal 26-28 Oktober 2021 pada siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI. Penyebaran skala dilakukan dengan cara offline, yakni mendatangi sekolah dan menyebarkan secara langsung ke siswa-siswi kelas 3. Peneliti bisa mengamati secara langsung proses siswa-siswi dalam mengisi kuesioner tersebut.

4. Jumlah subjek penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI yang berjumlah 60. Dengan rincian 25 siswa laki-laki dan 35 siswi perempuan.

B. Hasil Penelitian

Hasil dari penelitian menjelaskan tentang berbagai analisis yang telah dilakukan setelah mendapatkan data dari subjek penelitian. Hasil penelitian meliputi :

1. Uji deskriptif

Uji deskriptif digunakan untuk mengetahui jawaban dari rumusan masalah, hipotesis dan untuk merealisasikan tujuan dari penelitian yang dilakukan. Dalam uji deskriptif ini melalui beberapa tahapan analisa dengan menggunakan bantuan program *IBM SPSS (Statistical product and service solution)* versi 23.0 for windows. Tahapan dari uji deskriptid antara lain :

a. Skor empirik

Skor empirik adalah skor yang menggunakan acuan pada subjek di populasi karena tinggi rendahnya sebuah makna skor tergantung dari populasi. Tujuan dari skor empirik adalah untuk mengetahui posisi relatif individu dalam kelompok. Dalam penelitian ini, analisis skor empirik menggunakan program *IBM SPSS (Statistical product and service solution)* versi 23.0 for windows. Hasil dari uji empirik dalam penelitian ini adalah :

Tabel 4.1 Deskripsi Skor Empirik

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Body shaming	60	37	61	50.42	5.794
Dukungan sosial teman sebaya	60	96	160	130.83	14.134
Kepercayaan diri	60	49	79	67.98	6.218
Valid N (listwise)	60				

Berdasarkan uji deskriptif empirik pada tabel 4.1, variabel body shaming mendapatkan hasil skor aitem terendah sebesar 37, skor tertinggi sebesar 61, nilai mean sebesar 50,42, standar deviasi sebesar 5,7.

Variabel dukungan sosial teman sebaya mendapatkan hasil skor aitem terendah sebesar 96, skor tertinggi sebesar 160, nilai mean sebesar 130,8, standar deviasi sebesar 14,1.

Variabel kepercayaan diri mendapatkan hasil skor aitem terendah sebesar 49, skor tertinggi sebesar 79, nilai mean sebesar 67,9, standar deviasi sebesar 6,2.

b. Kategorisasi

Kategorisasi dimulai dari kategorisasi tinggi, sedang, dan rendah. Adapun rumus untuk kategorisasi adalah :

Tabel 4.2 kategorisasi skala

Kategori	Norma
Tinggi	$X > (\text{Mean} + 1\text{SD})$
Sedang	$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 1\text{SD})$
Rendah	$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$

Untuk mencari kategorisasi tinggi, sedang, rendah dalam penelitian ini menggunakan bantuan program *IBM SPSS (Statistical product and service solution)* versi 23.0 for windows. Berikut penjelasannya :

1. Skala *body shaming* (X1)

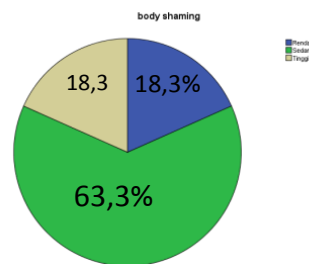
Hasil dari kategorisasi *body shaming* adalah :

Tabel 4.3 kategorisasi skala *body shaming*

Kategori	Skor	Frequency	Percent
Tinggi	>56	11	18,3%
Sedang	45-56	38	63,3%
Rendah	<45	11	18,3%
Total		60	100%

Berdasarkan tabel 4.3 diatas dapat diperoleh hasil bahwa 18,3% siswa berada pada kategorisasi tinggi dengan jumlah responden 11 dari 60 responden, 63,3% siswa lainnya berada pada kategorisasi sedang dengan jumlah responden 38 dari 60 responden, sedangkan kategorisasi rendah memiliki persentase 18,3% dengan jumlah responden 11 dari 60 responden.

Adapun diagram tingkat *body shaming* akan dijelaskan pada gambar berikut ini :

**Gambar 4.1** diagram tingkat *body shaming*

Gambar diagram 4.1 diatas menunjukkan bahwa tingkat tertinggi dari *body shaming* pada siswa adalah dengan presentase 63,3% , yang artinya tingkat *body shaming* siswa siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI adalah sedang.

2. Skala *peer social support*

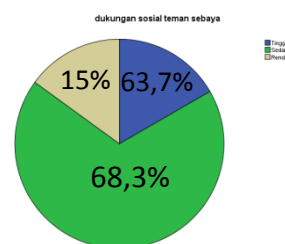
Hasil kategorisasi *peer social support* adalah :

Tabel 4.4 Kategorisasi skala *peer social support*

Kategori	Skor	Frequency	Percent
Tinggi	>145	10	16,7%
Sedang	117-145	41	68,3%
Rendah	<117	9	15%
Total		60	100%

Berdasarkan tabel 4.4 diatas dapat diperoleh hasil bahwa 16,7% siswa berada pada kategorisasi tinggi dengan jumlah responden 10 dari 60 responden, 68,3% siswa lainnya berada pada kategorisasi sedang dengan jumlah responden 41 dari 60 responden, sedangkan kategorisasi rendah memiliki persentase 15% dengan jumlah responden 9 dari 60 responden.

Adapun diagram tingkat *peer social support* akan dijelaskan pada gambar berikut ini :



Gambar 4.2 diagram tingkat *peer social support*

Gambar diagram 4.2 diatas menunjukkan bahwa tingkat tertinggi dari dukungan sosial teman sebaya pada siswa adalah

dengan presentase 68,3% , yang artinya tingkat dukungan sosial teman sebaya siswa siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI adalah sedang.

3. *Self confidence*

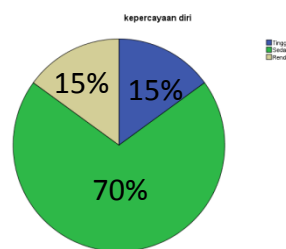
Hasil dari kategorisasi *self confidence* adalah :

Tabel 4.5 kategorisasi skala *self confidence*

Kategori	Skor	Frequency	Percent
Tinggi	>74	9	15%
Sedang	62-74	42	70%
Rendah	<62	9	15%
Total		60	100%

Berdasarkan tabel 4.5 diatas dapat diperoleh hasil bahwa 15% siswa berada pada kategorisasi tinggi dengan jumlah responden 9 dari 60 responden, 70% siswa lainnya berada pada kategorisasi sedang dengan jumlah responden 42 dari 60 responden, sedangkan kategorisasi rendah memiliki persentase 15% dengan jumlah responden 9 dari 60 responden.

Adapun diagram tingkat *self confidence* akan dijelaskan pada gambar berikut ini :



Gambar 4.3 diagram tingkat *self confidence*

Gambar diagram 4.3 diatas menunjukkan bahwa tingkat tertinggi dari kepercayaan diri pada siswa adalah dengan presentase 70% , yang artinya tingkat dukungan sosial teman sebaya siswa siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI adalah sedang.

c. Faktor pembentuk utama variabel

1. Variabel *body shaming*

Faktor pembentuk utama variabel *body shaming* berdasarkan aspek-aspek yang telah dibentuk dijabarkan berdasarkan tabel 4.6 dibawah ini :

tabel 4.6 faktor pembentuk utama *body shaming*

Aspek	Skor total variabel	Skor total aspek	Hasil
Komponen kognitif sosial / eksternal	3025	1164	0.385
Komponen mengenai evaluasi diri		1861	0.615

Berdasarkan tabel 4.6 diatas menunjukkan bahwa faktor pembentuk utama variabel *body shaming* adalah aspek komponen mengenai evaluasi diri yaitu sebesar 0.615. Hal tersebut menunjukkan bahwa jika terlalu mengevaluasi negative terhadap diri sendiri maka dapat menyebabkan terjadinya *body shaming*. Skor terendah faktor pembentuk *body shaming* adalah komponen kognitif sosial / eksternal sebesar 0.385. hal tersebut menunjukkan

bahwa kritikan dari orang lain tidak menyebabkan terjadinya *body shaming*.

2. Variabel *peer social support*

Faktor pembentuk utama variabel dukungan sosial teman sebaya berdasarkan aspek-aspek yang telah dibentuk dijabarkan berdasarkan tabel 4.7 dibawah ini :

Tabel 4.7 faktor pembentuk utama *peer social support*

Aspek	Skor total variabel	Skor total aspek	Hasil
Dukungan emosional	7850	1648	0.210
Dukungan penghargaan		2088	0.266
Dukungan instrumental		1486	0.189
Dukungan informasi		1502	0.191
Dukungan jaringan sosial		1126	0.143

Berdasarkan tabel 4.7 diatas menunjukkan bahwa faktor pembentuk utama variabel dukungan sosial teman sebaya adalah aspek dukungan penghargaan yaitu sebesar 0.266. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa yang diterima oleh temannya akan meningkatkan adanya dukungan sosial teman sebaya. Skor terendah faktor pembentuk dukungan sosial teman sebaya adalah dukungan jaringan sosial sebesar 0.143. hal tersebut menunjukkan bahwa siswa perlu ikut serta dalam aktivitas kelompok agar dapat meningkatkan dukungan sosial teman sebaya

3. Variabel *self confidence*

Faktor pembentuk utama variabel kepercayaan diri berdasarkan aspek-aspek yang telah dibentuk dijabarkan berdasarkan tabel 4.8 dibawah ini :

Tabel 4.8 faktor pembentuk utama *self confidence*

Aspek	Skor total variabel	Skor total aspek	Hasil
Obyektif	4079	383	0.094
Keyakinan akan kemampuan diri		926	0.227
Bertanggung jawab		960	0.235
Rasional dan Realistis		581	0.142
Optimis		1229	0.301

Berdasarkan tabel 4.8 diatas menunjukkan bahwa faktor pembentuk utama variabel kepercayaan diri adalah aspek bertanggung jawab yaitu sebesar 0.235. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa yang mampu menanggung segala konsekuensi perbuatan bisa meningkatkan kepercayaan diri. Skor terendah faktor pembentuk kepercayaan diri adalah obyektif sebesar 0.094. hal tersebut menunjukkan bahwa siswa perlu berfikir yang sesuai dengan kebenaran agar dapat mengatasi kepercayaan diri.

2. Uji asumsi

a. Uji normalitas

Menurut Sugiyono (2007), Uji normalitas dihitung untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi secara normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan teknik uji

kolmogorov-smirnov dengan menggunakan bantuan program *IBM SPSS (Statistical product and service solution)* versi 23.0 for windows.

Hasil yang menunjukkan nilai *signifikansi* $>0,05$ maka data dinyatakan berdistribusi normal sedangkan hasil nilai *signifikansi* $<0,05$ data dinyatakan tidak berdistribusi secara normal. Hasil dari uji normalitas adalah sebagai berikut :

Tabel 4.9 uji normalitas

<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>			
Variabel	Populasi	Asymp. Sig. (2-tailed)	Ket.
<i>body shaming</i>	60	0.852	Normal
dukungan sosial teman sebaya	60	0.888	Normal
kepercayaan diri	60	0.666	Normal

Berdasarkan tabel 4.9, hasil dari uji normalitas variabel *body shaming* mendapatkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* yaitu 0.852, variabel dukungan sosial teman sebaya yaitu 0.888, variabel kepercayaan diri yaitu 0.666. hal tersebut menunjukkan bahwa uji normalitas *one-sample kolmogorav-smirnov test* pada masing-masing mendapatkan nilai signifikansi $>0,05$ sehingga dapat dikatakan bahwa semua variabel tersebut normal.

b. Uji linieritas

Uji linieritas dihitung untuk mengetahui apakah data penelitian tersebut linier atau tidak. Artinya data tersebut mengikuti garis linier korelasi atau tidak dan apakah mengarah korelasi / hubungan yang

negatif atau positif. Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui linier tidaknya suatu distribusi data penelitian atau untuk mengukur besarnya pengaruh dari satu variabel bebas *independent* (x) terhadap variabel *dependent* (y). Uji linieritas dalam penelitian ini menggunakan program *IBM SPSS (Statistical product and service solution)* versi 23.0 for windows.

Hasil yang menunjukkan nilai *signifikansi deviation from linierity* $>0,05$ maka data dinyatakan linier sedangkan hasil nilai *signifikansi deviation from linierity* $<0,05$ data dinyatakan tidak linier. Hasil dari uji linieritas adalah sebagai berikut :

Tabel 4.10 uji linieritas

<i>Deviation from linierity</i>			
Variabel	Populasi	Sig.	Ket
Kepercayaan diri* <i>body shaming</i>	60	0.262	Linier
Kepercayaan diri*dukungan sosial teman sebaya	60	0.593	Linier

Berdasarkan tabel 4.10 pada uji linieritas diketahui nilai signifikansi *body shaming* terhadap kepercayaan diri sebesar 0.262 dan dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri sebesar 0.593 dimana seluruh nilai tersebut $>0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel-variabel tersebut dinyatakan linier

3. Uji hipotesis

a. Analisis regresi linier berganda

Analisis regresi linier berganda digunakan untuk mengukur pengaruh antara variabel dependen (Y) dan variabel independen (X) dengan jumlah variabel lebih dari satu (Sugiono, 2007). Analisis regresi berganda pada penelitian ini menggunakan bantuan program *IBM SPSS (Statistical product and service solution)* versi 23.0 for windows, dengan menggunakan rumus :

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + \dots + e$$

Keterangan :

Y = variabel dependen (kepercayaan diri)

X₁ = variabel independen 1 (body shaming)

X₂ = variabel independen 2 (dukungan sosial teman sebaya)

a = nilai konstanta

b₁ = koefisien regresi variabel X₁

b₂ = koefisien regresi variabel X₂

e = error

Hasil dari analisis regresi linier berganda adalah sebagai berikut :

Tabel 4.11 uji analisis regresi linier berganda

Variabel	Beta
<i>Constant</i>	29.612
Kepercayaan diri* <i>body shaming</i>	0.040
Kepercayaan diri*dukungan sosial teman sebaya	0.278

Berdasarkan tabel 4.11 maka mendapatkan hasil rumus analisis regresi linier berganda yaitu :

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + \dots + e$$

$$Y = 29.612 + 0.040 + 0.278$$

Nilai konstanta dalam analisis regresi berganda pada penelitian ini adalah 29.612 yang berarti jika tidak ada perubahan dari variabel bebas *body shaming* dan dukungan sosial teman sebaya maka nilai dari variabel terikat kepercayaan diri adalah sebesar 29.612.

Nilai koefisien masing-masing variabel adalah 0.040 (X1) dan 0.278 (X2). Koefisien regresi X1 (*body shaming*) yang bernilai 0.040. Hal tersebut menunjukkan bahwa nilai koefisien regresi < 0.05 maka *body shaming* tidak berpengaruh kepada kepercayaan diri siswa. Koefisien regresi X2 (dukungan sosial teman sebaya) yang bernilai 0.278. Hal tersebut menunjukkan bahwa nilai koefisien regresi > 0.05 yang artinya dukungan sosial teman sebaya berpengaruh kepada kepercayaan diri siswa

b. Uji T (uji parsial)

(Sugiono, 2007) uji T digunakan untuk mengetahui tingkat signifikansi pengaruh masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen dengan asumsi variabel independen yang lainnya tidak berubah. Hipotesis diterima apabila nilai sig $< 0,05$ yang artinya variabel independen secara parsial mempengaruhi variabel dependen.

Berikut rumus dari t tabel :

$$t \text{ tabel} = t (a/2 ; n - k - 1)$$

Keterangan :

a = derajat signifikansi

n = banyaknya subjek

k = jumlah variabel independen

Hasil dari Uji T yaitu mencari pengaruh pada masing-masing variabel *body shaming* dan dukungan sosial teman sebaya akan dijelaskan pada tabel 4.12 berikut :

Tabel 4.12 Uji T (uji parsial)

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	29.612	7.862		3.767	.000
body shaming	.040	.110	.037	.365	.717
dukungan sosial teman sebaya	.278	.045	.632	6.159	.000

a. Dependent Variable: kepercayaan diri

T tabel = t (a/2 ; n - k - 1)
T tabel = 0,05/2 ; 60-2-1 = 0,025 ; 57 = 2002

Berdasarkan tabel 4.12 diatas, hasil dari Uji T variabel *body shaming* memiliki nilai *sig* 0.717. Hal ini menunjukkan bahwa nilai *sig* lebih besar dari derajat signifikansi yaitu $0.717 > 0.05$ maka tidak terdapat pengaruh antara *body shaming* dan kepercayaan diri siswa. Variabel *body shaming* memiliki skor T hitung 0.365 dan T tabel

2002. Hal tersebut menunjukkan bahwa $T_{hitung} < T_{tabel}$ yang artinya variabel *body shaming* tidak memiliki kontribusi terhadap kepercayaan diri siswa

Berdasarkan tabel 4.12 diatas, hasil dari Uji T variabel dukungan sosial teman sebaya memiliki nilai *sig* 0.000. Hal ini menunjukkan bahwa nilai *sig* lebih kecil dari derajat signifikansi yaitu $0.000 < 0.05$ maka terdapat pengaruh antara dukungan sosial teman sebaya dan kepercayaan diri siswa. Variabel dukungan sosial teman sebaya memiliki skor T_{hitung} 6.159 dan T_{tabel} 2002. Hal tersebut menunjukkan bahwa $T_{hitung} > T_{tabel}$ yang artinya variabel dukungan sosial teman sebaya memiliki kontribusi terhadap kepercayaan diri siswa

c. Uji F (uji signifikansi simultan)

Menurut (Sugiono, 2007) uji F bertujuan untuk mengetahui pengaruh variabel independen secara simultan. Tingkat signifikansi yang digunakan adalah 0,05. Apabila nilai F lebih besar dari nilai F tabel maka semua variabel independen secara simultan berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen. Berikut rumus mencari F tabel:

$$F_{tabel} = F(k ; n - k)$$

Keterangan :

K = jumlah variabel

n = jumlah subjek

Berikut hasil dari uji F (uji signifikansi simultan) pengaruh *body shaming* dan dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri yaitu :

Tabel 4.13 uji F

ANOVA ^b					
Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	919.773	2	459.887	19.258	.000 ^a
Residual	1361.210	57	23.881		
Total	2280.983	59			

a. Predictors: (Constant), dukungan sosial teman sebaya, body shaming

b. Dependent Variable: kepercayaan diri

F tabel = F (k ; n - k)

F tabel = 2 ; 60 - 2 = 2 ; 58 = 3.16

Berdasarkan tabel 4.13 diatas dapat diketahui nilai F hitung adalah 19.258 dan F tabel 3.16, dengan nilai probabilitas (*Sig.*) 0.000 dan derajat signifikansi 0.05. dapat disimpulkan bahwa F hitung (19.258) > F tabel (3.16) dan nilai probabilitas (0.000) < derajat signifikansi (0.05) maka hipotesis diterima sehingga secara Bersama-sama (simultan) variabel *body shaming* dan dukungan sosial teman sebaya berpengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri siswa

d. Koefisien determinasi (R Square)

Koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh variabel terikat dan variabel bebas. Koefisien determinasi merupakan koefisien korelasi yang dikuadratkan atau disebut dengan

R square. Nilai dari *R square* adalah antara 0 sampai 1, semakin mendekati angka 1 maka variabel bebas memberikan hampir semua informasi yang dibutuhkan untuk memprediksi variabel terikat.

Berikut hasil dari uji koefisien determinasi yaitu :

Tabel 4.14 uji koefisien determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.635 ^a	.403	.382	4.887

a. Predictors: (Constant), dukungan sosial teman sebaya, body shaming

b. Dependent Variable: kepercayaan diri

Berdasarkan tabel 4.14 diatas, diketahui nilai *R square* adalah 0.403 hal tersebut menunjukkan bahwa *body shaming* dan dukungan sosial teman sebaya berpengaruh terhadap kepercayaan diri sebesar 40,3% . sedangkan 59,3% dipengaruhi oleh variabel lainnya yang tidak diteliti. Nilai dari *R square* cenderung mendekati 0 maka disimpulkan bahwa kemampuan variabel independent dalam menjelaskan variabel dependen sangatlah terbatas.

C. PEMBAHASAN

1. Tingkat *body shaming* siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI

Jeru Tumpang Malang

Menurut (Robert & Goldenberg, 2007) *Body shaming* merupakan keadaan emosional yang dapat menyakitkan diri sendiri, bisa dikarenakan merasa mendapat suatu penolakan sosial dari orang lain serta perasaan

muak pada diri sendiri akibat merasa memiliki tubuh yang tidak ideal atau berbeda dengan orang lain.

Adanya suatu standart kecantikan atau memiliki tubuh yang ideal ketika berada di lingkungan sosial menjadi salah satu penyebab terjadinya *body shaming*. Membanding-bandingkan keadaan fisik dapat menyebabkan timbulnya perasaan rendah diri. Akibatnya membuat seseorang yang tidak mampu mencapai standart tersebut akan menjadi rendah diri dan akan mendapatkan perlakuan *body shaming* (Putri, Kuntjara, & Sutanto, 2012)

Hasil analisis uji deskriptif yang sudah dilakukan dalam penelitian ini, menunjukkan bahwa tingkat *body shaming* siswa siswi kelas 3 SMP NU Al Hikmah PPPI Jeru Tumpang malang berada pada kategori sedang. Hal tersebut dapat dilihat pada hasil diagram lingkaran yang menunjukkan bahwa 38 siswa dengan presentase 63,3% berada pada kategori sedang. Artinya responden sering merasa malu dan tidak puas dengan kondisi fisiknya namun tidak begitu berlebihan. Sedangkan siswa yang berada pada kategori tinggi sebanyak 11 siswa dengan presentase 18,3%. Siswa yang berada pada tingkat rendah sebanyak 11 siswa dengan presentase 18,3%.

Beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya *body shaming* yaitu pandangan negatif, ancaman atau penolakan sosial, adanya standar kecantikan, dan obyektifikasi. *Body shaming* akan menyebabkan seseorang memiliki rasa malu karena orang lain tidak hanya mengamati

tubuh kita, tapi juga memberikan penilaian subjektif pada tubuh kita. Rasa malu ini biasanya ditandai dengan menutup diri dari lingkungan sosial, menghindar atau mengalihkan perhatian orang lain. Seseorang yang mengalami *body shaming* tidak hanya menghindar saja, tetapi juga akan merasa terancam sehingga melampiaskan amarahnya pada orang lain. (Robert & Goldenberg, 2007)

Aspek *body shaming* yang paling mempengaruhi adalah komponen mengenai evaluasi diri yaitu sebesar 0.615, Hal tersebut menunjukkan bahwa jika terlalu mengevaluasi negative terhadap diri sendiri maka dapat menyebabkan terjadinya *body shaming*. Skor terendah faktor pembentuk *body shaming* adalah komponen kognitif sosial / eksternal sebesar 0.385. hal tersebut menunjukkan bahwa kritikan dari orang lain tidak menyebabkan terjadinya *body shaming*.

Aspek komponen mengenai evaluasi diri yang berasal dari dalam memiliki pengaruh paling tertinggi dalam *body shaming* yang menunjukkan bahwa individu mengevaluasi negatif dari dalam diri yang terfokus berdasarkan pada citra tubuh seseorang, sering membandingkan dengan bentuk tubuh orang lain. Penilaian terhadap diri sendiri dilakukan secara terus menerus terhadap penampilan fisiknya.

2. Tingkat *peer social support* siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang

Teman sebaya adalah remaja yang memiliki usia dan kematangan yang sama. Teman sebaya memiliki peranan yang sangat penting dalam

perkembangan pribadi seseorang dan sebagai sumber informasi di luar keluarga, seperti sebagai pemberi saran dan pujian terhadap apa yang telah dilakukan, apakah hal itu baik atau buruk. (Santrock, 2003)

Pada masa remaja biasanya para remaja berusaha untuk melepaskan diri dari orang tua dengan maksud untuk mencari identitas dirinya, dan teman sebaya merupakan faktor yang sangat berpengaruh terhadap perilaku. (Anggraini, 2021)

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada siswa siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang mendapatkan hasil bahwa siswa dengan dukungan sosial teman sebaya yang berada pada kategori tinggi dengan jumlah 10 dari 60 siswa dengan persentase 16,7%, 68,3% siswa lainnya berada pada kategorisasi sedang dengan jumlah 41 dari 60 siswa, sedangkan kategorisasi rendah memiliki persentase 15% dengan jumlah 9 dari 60 siswa. Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat dukungan sosial teman sebaya siswa siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang berada pada kategori sedang.

Pemberian dukungan sosial menurut Cohen (dalam Vostanis, 2016) memiliki arti sebagai sumber daya psikologis yang ditujukan untuk mendapatkan keuntungan agar individu untuk mengatasi stress. Menurut Eisenberger (dalam Vostanis, 2016) definisi dari dukungan sosial adalah suatu proses mengamati orang lain sehingga mampu memahami dan memberikan bantuan atau perawatan khususnya selama individu mengalami stress.

Hasil penelitian menyebutkan bahwa aspek dukungan sosial teman sebaya yang menjadi faktor pembentuk utama adalah aspek dukungan penghargaan yaitu sebesar 0.266. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa yang diterima oleh temannya akan meningkatkan adanya dukungan sosial teman sebaya. Skor terendah faktor pembentuk dukungan sosial teman sebaya adalah dukungan jaringan sosial sebesar 0.143. hal tersebut menunjukkan bahwa siswa perlu ikut serta dalam aktivitas kelompok agar dapat meningkatkan dukungan sosial teman sebaya.

Dukungan yang baik adalah menerima dukungan dari lingkungan keluarga seperti anggota keluarga yang saling berinteraksi dengan baik akan memberikan rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi. Begitu juga dengan lingkungan masyarakat semakin bisa mematuhi norma dan diterima oleh masyarakat, maka akan menumbuhkan rasa percaya diri yang tinggi (Centi, 1995)

Pada kenyataannya, tidak semua remaja awal mendapatkan dukungan sosial teman sebaya. Margono (2014) menjelaskan remaja yang mendapatkan penolakan atau tidak diperhatikan dari teman sebaya akan merasa kesepian dan timbul rasa permusuhan, sehingga remaja tersebut memiliki rasa harga diri yang rendah dan prestasi belajar yang kurang. Remaja yang memiliki teman sebaya akan cenderung lebih mampu untuk mengatasi masalah dan peningkatan pada kualitas hidupnya seperti memiliki rasa percaya diri, berprestasi dan mampu bersaing dibandingkan dengan anak yang tidak memiliki teman sebaya (Saguni & Amin, 2014)

3. Tingkat *self confidence* siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang

Percaya diri merupakan modal dalam kehidupan yang harus ditumbuhkan pada diri seseorang (Hains-Wesson, 2020). Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam mengambil suatu tindakan tidak merasa cemas, merasa bebas dalam melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya. Seseorang dapat melakukan apapun dengan keyakinan bahwa dia akan berhasil, apabila ternyata gagal dia tidak akan putus asa dan terus bersemangat. (Lauster, 2012).

Hasil analisis uji deskriptif yang sudah dilakukan dalam penelitian ini, menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri siswa siswi kelas 3 SMP NU Al Hikmah PPPI Jeru Tumpang malang berada pada kategori sedang. Hal tersebut dapat dilihat pada hasil diagram lingkaran yang menunjukkan bahwa 42 siswa dengan presentase 70% berada pada kategori sedang. Sedangkan siswa yang berada pada kategori tinggi sebanyak 9 siswa dengan presentase 15%. Dan siswa yang berada pada tingkat rendah sebanyak 9 siswa dengan presentase 15%.

Menurut M. Nur & Rini (2010), individu yang mempunyai kepercayaan tinggi adalah yang mampu bergaul dengan orang lain tanpa membeda-bedakannya, mempunyai sifat toleransi terhadap perbedaan dengan baik. tidak mudah terpengaruh dengan orang lain dan mampu memutuskan dalam menentukan langkah hidupnya, lebih tenang dalam

menghadapi situasi tertentu, tidak merasa takut dan mampu percaya diri dalam bertingkah laku maupun berpenampilan

Tidak semua remaja awal mendapatkan dukungan sosial teman sebaya. Margono (2014) menjelaskan remaja yang mendapatkan penolakan atau tidak diperhatikan dari teman sebaya akan merasa kesepian dan timbul rasa permusuhan, sehingga remaja tersebut memiliki rasa harga diri yang rendah dan prestasi belajar yang kurang. Remaja yang memiliki teman sebaya akan cenderung lebih mampu untuk mengatasi masalah dan peningkatan pada kualitas hidupnya seperti memiliki rasa percaya diri, berprestasi dan mampu bersaing dibandingkan dengan anak yang tidak memiliki teman sebaya (Saguni & Amin, 2014)

Aspek kepercayaan diri yang paling mempengaruhi adalah aspek bertanggung jawab yaitu sebesar 0.235, Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa yang mampu menanggung segala konsekuensi perbuatan bisa meningkatkan kepercayaan diri. Skor terendah faktor pembentuk kepercayaan diri adalah obyektif sebesar 0.094. hal tersebut menunjukkan bahwa siswa perlu berfikir yang sesuai dengan kebenaran agar dapat mengatasi kepercayaan diri.

Kepercayaan diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang. Proses terbentuknya kepercayaan diri, pertama yaitu ketika seseorang mendapatkan dukungan sosial sejak awal dari orang-orang terdekatnya, maka akan membuat individu tahu bahwa ia memiliki kelebihan pada dirinya. Kedua, jika seseorang mempunyai banyak pengalaman di dalam

kehidupannya dan disertai dengan dukungan dari orang-orang terdekat disekelilingnya serta dapat menggunakan kelebihan yang dimilikinya maka akan membuat seseorang percaya diri dalam melakukan apa saja yang diinginkan di dalam hidupnya.

Seseorang yang kurang percaya diri akan cenderung pesimis dalam menghadapi setiap permasalahan ataupun kesukaran dikarenakan setiap kali ada permasalahan yang harus dihadapi sudah membayangkan kegagalannya terlebih dahulu (Daradjat, 1990).

4. Pengaruh *body shaming* terhadap *self confidence* siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang

Body shaming merupakan suatu bentuk kekerasan *verbal-emosional* yang sering tidak disadari oleh pelakunya karena umumnya dianggap wajar. Orang lain tidak hanya mengamati tubuh sebagai diri kita tetapi juga menjadi tempat untuk kepribadian yang membuat pengalaman subyektif manusia yang dapat bermakna dapat terjadi (Brigitta, Aristarchus & Ryan, 2018).

Hasil penelitian yang sudah dilakukan terhadap 60 siswa-siswi SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang menunjukkan bahwa hipotesis penelitian “adanya pengaruh antara *Body shaming* terhadap kepercayaan diri siswa” tidak diterima. Berdasarkan hasil perhitungan tabel yang telah dipaparkan diatas menunjukkan bahwa nilai sig. untuk pengaruh *body shaming* (X1) terhadap kepercayaan diri (Y) sebesar 0.717 > 0.05 dan nilai T hitung 0.365 < T tabel 2002. Sehingga dapat ditarik

kesimpulan bahwa variabel maka *body shaming* tidak berpengaruh atau tidak memiliki kontribusi kepada kepercayaan diri siswa

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nur M (2020) yang menunjukkan bahwa variabel *body shaming* dengan kepercayaan diri diperoleh hasil signifikansi yaitu $0.040 < 0.05$ dan nilai koefisien sebesar -0.328 maka *body shaming* memengaruhi secara negatif kepercayaan diri, yang berarti bahwa jika tingkat *body shaming* tinggi maka menyebabkan kepercayaan diri menjadi rendah, begitupula sebaliknya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *body shaming* tidak berpengaruh terhadap kepercayaan diri siswa-siswi SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang, dikarenakan siswa-siswi SMP NU Al-Hikmah cuek terhadap penampilan dirinya, mereka berpenampilan apa adanya, ketika teman-temannya mengomentari terhadap dirinya mereka tidak menganggap serius hal tersebut. Menurut salah satu siswa di SMP NU Al-Hikmah, penampilan bukan menjadi hal yang sangat penting untuk dirinya.

Kondisi tersebut tidak sejalan dengan pendapat (Santrock, 2003) bahwa faktor yang signifikan dapat memengaruhi kepercayaan diri adalah penampilan fisik. Perubahan fisik dapat berdampak pada psikologis yang tidak diinginkan. Kebanyakan anak muda lebih cenderung memerhatikan penampilan mereka dibandingkan aspek lain dalam dirinya. Hasil penelitian Dolezal (2015) menyatakan bahwa masa remaja akan

mengalami masa pubertas yaitu masa perubahan fisik sehingga rentan mengalami *body shame* yaitu perasaan malu karena dihina secara fisik oleh lingkungan sekitar.

Penelitian yang dilakukan Rombe (2014) menyatakan bahwa kepercayaan diri individu dibedakan atas kepercayaan diri rendah dan tinggi. Saat siswa kepercayaan dirinya rendah, ia mulai mengomentari secara sinis, membandingkan dalam segi bentuk tubuh, wajah yang kurang menarik sehingga memunculkan rasa malu pada tubuh. Ketika siswa memiliki kepercayaan diri yang tinggi maka dia akan mudah bergaul, lebih mudah mengontrol perilakunya dan akan memanfaatkan waktunya dengan hal-hal yang positif.

5. Pengaruh *peer social support* terhadap *self confidence* siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang

Rook (dalam Hunt, Paul, dan Chester, 2011) mengatakan bahwa dukungan teman sebaya merupakan salah satu fungsi dari ikatan sosial, dan ikatan-ikatan sosial tersebut menggambarkan tingkat kualitas umum dari hubungan interpersonal. Ikatan dan persahabatan dengan orang lain dianggap sebagai aspek yang memberikan kepuasan secara emosional dalam kehidupan individu. Saat seseorang didukung oleh lingkungan maka segalanya akan terasa lebih mudah. Dukungan teman sebaya menunjukkan pada hubungan interpersonal yang melindungi individu terhadap konsekuensi negatif dari stres. Dukungan teman sebaya yang

diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten.

Berdasarkan analisis uji regresi linier berganda diketahui bahwa Koefisien regresi X₂ (dukungan sosial teman sebaya) yang bernilai 0.278. Hal tersebut menunjukkan bahwa nilai koefisien regresi > 0.05 yang artinya dukungan sosial teman sebaya berpengaruh kepada kepercayaan diri siswa.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian Pina Pandu Winata (2017) yang menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kepercayaan diri remaja di SMPN 18 Padang diperoleh besarnya koefisien korelasi yaitu 0.491 dengan signifikansi 0.000. hubungan yang signifikansi antara dukungan sosial teman sebaya dengan kepercayaan diri remaja berada pada kategori cukup kuat.

Sari (dalam Puspitasari, 1999) mengatakan bahwa bahwa dukungan dari lingkungan sekitar seperti keluarga, sekolah, masyarakat, dan teman sebaya merupakan faktor yang menentukan dalam terwujudnya kepercayaan diri. Remaja yang memiliki teman sebaya akan cenderung lebih mampu untuk mengatasi transisi normatif dan peningkatan pada kualitas hidupnya seperti prestasi belajar dan daya bersaing, dibandingkan dengan anak yang tidak memiliki teman sebaya (Saguni & Amin, 2014).

Berdasarkan uji T variabel dukungan sosial teman sebaya memiliki nilai *sig* 0.000. Hal ini menunjukkan bahwa nilai *sig* lebih kecil dari derajat signifikansi yaitu $0.000 < 0.05$ maka terdapat pengaruh antara

dukungan sosial teman sebaya dan kepercayaan diri siswa. Variabel dukungan sosial teman sebaya memiliki skor T hitung 6.159 dan T tabel 2002. Hal tersebut menunjukkan bahwa $T \text{ hitung} > T \text{ tabel}$ yang artinya variabel dukungan sosial teman sebaya memiliki kontribusi terhadap kepercayaan diri siswa.

Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka kepercayaan diri siswa semakin positif, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial teman sebaya maka kepercayaan diri siswa semakin negatif. Seseorang yang mendapatkan dukungan sosial dari teman sebaya secara positif akan lebih percaya diri dalam melakukan sesuatu, karena penerimaan sosial atau penilaian teman sebaya yang positif akan memengaruhi persepsi seseorang terhadap suatu obyek secara positif.

Faktor yang memengaruhi kepercayaan diri menurut (Santrock, 2003) adalah dukungan sosial teman sebaya. Menurut Phil Batchelor (1994) tekanan dari teman sebaya dan hal-hal yang bersifat negatif akan mempengaruhi kepercayaan diri remaja. Keberadaan teman sebaya dalam masa remaja merupakan keharusan, dukungan perhatian, kasih sayang, dan nasehat serta kepedulian sehingga membuat dirinya merasa diterima oleh lingkungan sosialnya seperti kelompok teman sebaya. Hal ini akan menumbuhkan perasaan berharga pada diri remaja sehingga akan muncul sikap percaya diri yang dicerminkan dengan sikap tidak mudah menyerah,

bertanggung jawab, berani menjadi diri sendiri dan mempunyai cara pandang yang positif terhadap dirinya sendiri.

6. Pengaruh *body shaming* dan *peer social support* terhadap *self confidence* siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang

Berdasarkan laporan (Frizona, 2017) psikolog anak, Aurora Lumbantoruan M.Psi menyatakan bahwa remaja yang obesitas dan bertubuh gemuk menyebabkan remaja tidak percaya diri, merasa ditolak lingkungan, sehingga lebih banyak menyendiri. Remaja yang dapat perlakuan dikecam dan dikritik oleh teman sebaya karena ukuran mereka seperti gemuk cenderung merasa takut, stress, cemas, malu, perasaan menjadi kurang dari manusia. Cara pengurangan berat badan dengan taktik berbahaya seperti muntah yang diinduksikan. Sehingga menimbulkan upaya bunuh diri diantara anak-anak usia sekolah (Fathi, 2011)

Menurut laporan (Santoso, 2015) bahwa 56 % remaja memiliki masalah jerawat dan dikomentari dalam bentuk verbal negatif oleh lingkungan sekitarnya yang mempengaruhi rendahnya kepercayaan diri pada remaja yang menyebabkan remaja malu serta minder dan berkeinginan untuk mengakhiri hidupnya

Berdasarkan hasil Analisa yang sudah dilakukan tentang pengaruh *body shaming* dan dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri siswa mendapatkan hasil bahwa uji F hitung adalah 19.258 dan F

tabel 3.16, dengan nilai probabilitas (*Sig.*) 0.000 dan derajat signifikansi 0.05. dapat disimpulkan bahwa F hitung (19.258) > F tabel (3.16) dan nilai probabilitas (0.000) < derajat signifikansi (0.05) maka hipotesis diterima sehingga secara Bersama-sama (simultan) variabel *body shaming* dan dukungan sosial teman sebaya berpengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri siswa

Dari pemaparan diatas juga dapat diketahui bahwa nilai R square (R^2) adalah $0.403 = 40,3\%$, hal tersebut menunjukkan bahwa *body shaming* dan dukungan sosial teman sebaya berpengaruh terhadap kepercayaan diri sebesar 40,3% . sedangkan 59,3% dipengaruhi oleh variabel lainnya yang tidak diteliti. Nilai dari R square cenderung mendekati 0 maka disimpulkan bahwa kemampuan variabel independent dalam menjelaskan variabel dependen sangatlah terbatas.

Menurut Saronson (dalam Rahmadita, 2013) mengatakan bahwa dukungan teman sebaya dapat dianggap sebagai sesuatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang-orang yang dapat dipercaya. Individu akan mengetahui bahwa orang lain memperhatikan, menghargai, dan mencintainya. Keberadaan teman sebaya dalam kehidupan remaja merupakan keharusan. Dukungan perhatian, kasih sayang, nasehat dan kepedulian dari teman sebaya membuat remaja merasa diterima oleh lingkungan sosialnya (Santrock, 2003). Hal ini akan menumbuhkan perasaan berharga pada diri remaja sehingga akan muncul sikap percaya diri yang dicerminkan sikap tidak mudah menyerah,

bertanggung jawab, berani menjadi diri sendiri dan mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian kuantitatif tentang “pengaruh *body shaming* dan *Peer Social Support* terhadap *Self Confidence* siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI Jeru Tumpang Malang” dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Hasil analisis data diketahui bahwa tingkat *body shaming* berada pada kategori Sedang yaitu presentase 63,3%. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI memiliki *body shaming* di tingkat sedang.
2. Hasil analisis data diketahui bahwa tingkat dukungan sosial teman sebaya berada pada kategori Sedang yaitu presentase 68,3%. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa-siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI memiliki dukungan sosial teman sebaya yang cukup baik.
3. Hasil analisis data diketahui bahwa tingkat kepercayaan diri berada pada kategori Sedang yaitu presentase 70%. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa siswi kelas 3 SMP NU Al-Hikmah PPPI memiliki kepercayaan diri yang cukup baik.
4. *Body shaming* secara parsial tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri. Hal tersebut berdasarkan uji T yang mamiliki nilai *sig* 0.717. Hal ini menunjukkan bahwa nilai *sig* lebih besar dari derajat

signifikansi yaitu $0.717 > 0.05$ maka tidak terdapat pengaruh antara *body shaming* dan kepercayaan diri siswa. Variabel *body shaming* memiliki skor T hitung 0.365 dan T tabel 2002. Hal tersebut menunjukkan bahwa T hitung $<$ T tabel yang artinya variabel *body shaming* tidak memiliki kontribusi terhadap kepercayaan diri siswa. Kesimpulannya adalah jika *body shaming* tinggi maka kepercayaan diri siswa menurun.

5. Dukungan sosial teman sebaya secara parsial memiliki pengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri. Hal tersebut berdasarkan uji T yang memiliki nilai *sig* 0.000. Hal ini menunjukkan bahwa nilai *sig* lebih kecil dari derajat signifikansi yaitu $0.000 < 0.05$ maka terdapat pengaruh antara dukungan sosial teman sebaya dan kepercayaan diri siswa. Variabel dukungan sosial teman sebaya memiliki skor T hitung 6.159 dan T tabel 2002. Hal tersebut menunjukkan bahwa T hitung $>$ T tabel yang artinya variabel dukungan sosial teman sebaya memiliki kontribusi terhadap kepercayaan diri siswa. Kesimpulannya adalah jika dukungan sosial teman sebaya tinggi maka kepercayaan diri siswa semakin baik
6. *Body shaming* dan dukungan sosial teman sebaya secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri siswa. Hal tersebut berdasarkan pada hasil dari uji F yaitu F hitung (19.258) $>$ F tabel (3.16) dan nilai probabilitas (0.000) $<$ derajat signifikansi (0.05) maka hipotesis diterima. Kesimpulannya adalah kepercayaan diri dapat dipengaruhi oleh *body shaming* dan dukungan sosial teman sebaya.

B. Saran

1. Bagi subjek penelitian

Berdasarkan hasil dari penelitian diketahui bahwa sebagian siswa berada pada tingkat Sedang dalam *body shaming*, dukungan sosial teman sebaya, kepercayaan diri. Oleh karena itu peneliti menyarankan untuk menghilangkan budaya *body shaming* dengan menghindari melakukan komentar negatif terhadap penampilan seseorang, karena tanpa kita sadari komentar tersebut dapat berdampak pada kondisi psikologis seseorang. Meningkatkan dukungan sosial teman sebaya dengan cara memberikan bantuan berupa nasehat maupun bantuan materi kepada teman yang membutuhkannya. Meningkatkan rasa percaya diri dengan cara selalu berfikir obyektif, rasional & realistis, selalu yakin, optimis dan bertanggung jawab terhadap apa yang dilakukannya.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Pada penelitian ini terdapat banyak keterbatasan peneliti, diantaranya peneliti hanya fokus ke subjek anak SMP saja, maka untuk peneliti selanjutnya bias mengambil subjek yang lebih luas. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengkaji lebih luas mengenai penelitian-penelitian terdahulu sebagai data mendukung dari penelitian agar lebih maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- A. L. (2003). *101 cara menumbuhkan percaya diri anak (usia balita sampai remaja)*. Jakarta: Gramedia.
- Amri, S. (2018). Pengaruh kepercayaan diri (self confidence) berbasis ekstrakurikuler pramuka terhadap prestasi belajar matematika siswa SMA Negeri 6 Kota Bengkulu. *Jurnal dan Matematika Reflesia*, 156-170.
- Andiyati, N. W. (2016). Hubungan antara body image dengan kepercayaan diri siswa kelas X di SMA Negeri 2 Bantul. *Bimbingan dan konseling*, 80-88.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Rineka cipta.
- Azwar, S. (2012). *Metodelogi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bambang, Prasetyo, & L. M. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif Teori dan Aplikasinya*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action : a social cognitive theory*. Englewood Chiff: NJ : Prentice-Hall.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2004). *Psikologi Sosial. Edisi ke sepuluh (jilid 2)*. Jakarta: Erlangga.
- Cahyu. (2018). Kepercayaan diri remaja perempuan Indonesia masih rendah apa solusinya.
- Chaplin, J. P. (2012). *Kamus lengkap psikologi*. Jakarta: Rajawali Press.
- D. I., & Jubile Enterprise. (2014). *satu hari menjadi lebih percaya diri*. Jakarta: Gramedia.
- dalam Lestari, S. (2019). Bullying or Body Shaming? Young Women in Patient Body Dysmorphic Disorder. *Journal of Psychology*.
- dalam Maslihah, S. (2011). Studi tentang hubungan dukungan sosial, penyesuaian sosial di lingkungan sekolah dan prestasi akademik siswa SMPIT Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat. *Jurnal psikologi undip*, 103-114.
- dalam Puspitasari, M. R. (1999). kepercayaan diri remaja putri obesitas ditinjau dari persepsi terhadap penampilan fisik.
- dalam Rahmadita, I. (2013). Hubungan antara konflik peran ganda dan dukungan sosial pasangan dengan motivasi kerja pada karyawan di Rumah sakit Abdul Rivai. *jurnal psikologi* , 58-68.
- dalam Santrock, J. W. (2005). *Adolecence : perkembangan remaja (Terjemahan)*. Jakarta: Erlangga.
- dalam Vostanis, P. (2016). Why are some individuals more resilient than others : the role of social support. *School of psychology*, 77-79.

- dalam Wahyuni, N. S. (2016). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan kemampuan bersosialisasi pada siswa SMK Negeri 3 Medan. *Jurnal Diversita*, 2 (2).
- Damanik, T. M. (2018). Dinamika Psikologis Perempuan Mengalami Body shaming.
- Davidson, G., Neale, J., & Kring, A. (2014). *Psikologi abnormal edisi ke 9*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Davies, A. P. (2018, Januari Minggu). *remaja krisis percaya diri, psikolog : dukungan sosial*. Retrieved from <https://gaya.tempo/read/1054871/remaja-krisis-percaya-diri-psikolog-dukung-secara-emosional/full&view=ok>
- Dolezal, L. (2015). *The body and shame phenomenology, feminism, and the socially shaped body*. New York, London: Lexington Books.
- Eva, L. (2016). *Is body shaming predicting poor physical health and is there a gender difference*. Psychology.
- Fathi, F. (2011). Why weight matters: addressing body shaming in the social justice community. *Journal Columbia Social Work Review*, 22-36.
- Fatimah, E. (2006). *Psikologi perkembangan (perkembangan peserta didik)*. Bandung: Pustaka setia.
- Febrihariyanti, D. N., & Suharnan. (2013). pengaruh pelatihan dasar kepemimpinan terhadap kepercayaan diri dan kemampuan problem solving anggota pramuka. *Persona : Jurnal Psikologi Indonesia*, 139-152.
- Fitriana, S. A. (2019). Dampak Body Shaming Sebagai Bentuk Kekerasan Terhadap Perempuan. *Skripsi Jurusan Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial Ilmu Politik Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatulloh Jakarta*.
- Frizona, V. (2017, November Senin). *Gadis Remaja Minder karena Terlalu Gemuk, Awas Moms Dia Nekat Bunuh Diri*. Retrieved from <https://lifestyle.okezone.com/read/2017/11/20/196/1817364/gadis-remaja-minder-karena-terlalu-gemuk-awas-moms-dia-nekat-bunuh-diri>
- Gilbert, P., & Miles, J. (2002). *Body shame (conceptualisation, research, and treatment)*. New York: Brunner-Routledge.
- H. R. (2007). Hubungan antara perilaku asertif dengan kepercayaan diri pada mahasiswa.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan : Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.

- Januruastuti, T. E. (2017). Hubungan antara kepercayaan diri dengan prestasi belajar siswa pada SDN Pulogebangn24 Pagi Jakarta Timur. *Pedagogik*, 65-76.
- Kasiram, M. (2010). *Metodologi Penelitian Kualitatif-Kuantitatif*. Malang: UIN Maliki Press.
- Lauster, P. (2012). *Tes kepribadian*. Jakarta: ANS Sungguh Bersaudara.
- M. G., & R. R. (2010). *Teori teori psikologi*. Yogyakarta: Ar Ruzz Media.
- Malecki, C. K., & Demaray, M. K. (2002). Measuring perceived social support : development of the child and adolescent social support scale (CASSS). *Northern illinois university : Psychology in the school*, 1-18.
- Neuman, W. L. (1997). *Social Research Methods : Qualitative and Quantitative Approach*. Boston: Allyn and Bacon.
- Northrop, J. M. (2012). *Reflecting on cosmetic surgery body image, shame and narcissism*. New York: Roulledge.
- Pratiwi, H. S. (2019). Hubungan empati dengan penghinaan fisik pada remaja SMP Al-khairiyah di Samarinda. *Psikoborneo: Ejournal Psikologi*, 506-516.
- Putri, B. A., Kuntjara, A. P., & Sutanto, R. P. (2012). Perancangan kampanye "sitzer's project" sebagai upaya pencegahan body shaming. *Jurnal DKV Adiwarna*, 1-9.
- Robert, T.-a., & Goldenberg, J. (2007). The self-concious emotions : theory and research. *wresting with nature : an existential perspective on the body and gender in self-concious emotions*. 289-406.
- Rombe, S. (2014). Hubungan body image dan kepercayaan diri dengan perilaku konsumtif pada remaja putri di SMA Negeri 5 Samarinda. *Psikologi*, 76-91.
- Rupang, I., Opod, H., & Sinolungan, J. (2013). Hubungan tingkat kepercayaan diri dengan obesitas pada siswa SMA Rex Mundi Manado. *urnal E-Biomedik*, 343–348.
- Santoso, A. (2015, Februari Jumat). *Hanya Karena Jerawat Membandel, Wanita Malu dan Bisa Bunuh Diri*. Retrieved from <https://www.tribunnews.com/kesehatan/2015/02/06/hanya-karena-jerawat-membandel-wanita-malu-dan-bisa-bunuh-diri>
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence : Perkembangan remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology : biopsychosocial interactions*. New York: John Willy & Sons, Inc.

- Stacey, C. (2017). *The walk of (body) shame: the detrimental repercussions of cyberbullying*.
- Stankov, L., Morony, S. A., & Ping, L. Y. (2010). Strong links between self-confidence and math performance. 29.
- Strandbu & Kvaem dalam Widiasti, N. L. (2016). Profil citra tubuh (body image) pada remaja dan implikasinya bagi bimbingan dan konseling.
- Sugiono. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Taylor, S. E. (2009). *Health psychology; eight edition*. New York: Mc Graw Hill.
- Wijaya, R. (2018). Hubungan dukungan sosial teman sebaya terhadap motivasi berprestasi pada remaja awal di kota Denpasar.

LAMPIRAN

Lampiran 1 : kuesioner penelitian

Skala *body shaming*

Sebelum mengisi angket, isilah kolom identitas terlebih dahulu :

Nama :

Jenis kelamin :

Petunjuk pengerjaan

Baca dan pahami setiap pernyataan dengan teliti dan seksama. Tugas anda adalah memberikan tanda silang (X) pada salah satu jawaban yang menggambarkan atau yang paling mendekati keadaan diri anda.

Adapun pilihan jawaban tersebut adalah :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Setiap orang dapat mempunyai jawaban yang berbeda karena itu pilihan jawaban yang paling sesuai dengan diri anda, karena tidak ada jawaban yang salah sejauh itu penilaian pribadi anda.

----- 😊 selamat mengerjakan 😊 -----

Instruksi :

Isilah pernyataan dibawah ini sesuai dengan kondisi saudara senyatanya pada saat ini !

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya terkadang merasa tidak nyaman dalam situasi sosial karena takut bentuk tubuh dan penampilan fisik saya dikritik orang lain				
2.	Biasanya ada bagian tubuh saya yang saya sembunyikan kekurangannya				
3.	Saya menghindari mengenakan pakaian ketat yang dapat memperlihatkan bentuk tubuh saya				
4.	Saya merasa malu ketika belum terlihat baik				
5.	Saya merasa malu ketika saya bercermin dalam keadaan tidak mengenakan busana sama sekali				

6.	Saya menghindari situasi sosial (semisal pergi ke pesta atau jalan-jalan) karena tidak puas dengan penampilan fisik saya				
7.	Saya merasa minder ketika saya menggunakan pakaian yang menunjukkan bentuk badan saya				
8.	Penampilan fisik dan tubuh saya mempengaruhi dalam berhubungan dengan lingkungan sosial				
9.	Saya memperhatikan gerakan dan postur tubuh saya agar dapat menyembunyikan bagian tubuh yang tidak saya sukai				
10.	Saya tidak menyukai olahraga di depan umum karena saya takut orang lain akan mengamati atau mengevaluasi bentuk tubuh saya				
11.	Saya merasa ada yang salah dengan diri saya, ketika saya tidak bisa mengendalikan berat badan saya				
12.	Penampilan fisik saya terkadang membuat saya merasa minder saat berhubungan dengan orang lain				
13.	Ketika penampilan saya tidak dapat terlihat bagus, saya merasa ingin menjadi orang jahat				
14.	Bentuk tubuh yang saya miliki mempengaruhi saya dalam berhubungan dengan lawan jenis				
15.	Saya merasa ada yang membuat saya kurang puas ketika melihat tubuh saya di cermin				
16.	Saya merasa rugi ketika saya tidak melakukan olah raga yang cukup				
17.	Saya merasa malu ketika orang lain mengetahui berat badan timbangan badan saya				
18.	Ketika saya tidak melakukan olahraga, saya merasa khawatir ada sesuatu yang salah dengan saya				
19.	Saya memilih pakaian yang dapat membuat tubuh saya terlihat proporsional dan ideal				
20.	Saya menghindari menggerakkan bentuk tubuh saya (seperti menari) di depan umum karena saya takut dikritik orang lain saat mengekspos penampilan saya				
21.	Saya merasa baik-baik saja meskipun tidak dapat mengontrol berat badan saya				
22.	Saya merasa malu ketika ukuran tubuh saya tidak sesuai dengan yang saya inginkan				

Skala peer social support

Adapun pilihan jawaban tersebut adalah :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Teman-teman saya mengingatkan tentang tugas sekolah				
2.	Ketika saya sakit, teman-teman selalu mengingatkan saya untuk minum obat				
3.	Teman-teman di sekolah cuek dengan kondisi saya				
4.	Teman-teman tidak mengingatkan saya untuk masuk sekolah jika saya bolos sehari-hari				
5.	Bila saya sakit, teman-teman memberikan perhatian				
6.	Teman-teman acuh ketika saya kehabisan uang				
7.	Saya senang karena teman-teman saya mentraktir makan apabila saya kehabisan uang				
8.	Teman –teman tidak menanyakan saya ketika saya menghadapi kesulitan				
9.	Teman-teman merasa sedih ketika saya mengalami musibah				
10.	Teman-teman menghibur saya apabila saya sedih				
11.	Ketika saya gagal dan merasa sedih, teman-teman tidak menghiraukan saya				
12.	Jika saya menangis, teman-teman malah menertawakan saya				
13.	Teman-teman mengapresiasi pencapaian saya				
14.	Teman-teman meremehkan apa yang saya kerjakan				
15.	Saya dan teman-teman saling menghormati apabila ada pendapat yang berbeda				
16.	Teman-teman selalu mendukung kemampuan yang saya miliki				
17.	Pendapat saya tidak dihiraukan teman saya				
18.	Meskipun jarang bertemu, teman-teman selalu menerima kedatangan saya kapanpun				
19.	Teman-teman mengakui kelebihan yang saya miliki				
20.	Saya merasa tidak disukai oleh teman-teman				
21.	Ketika saya ingin bergabung disuatu kelompok, teman-teman tidak menerima saya				
22.	Teman-teman memuji hasil pekerjaan saya				
23.	Teman-teman akan merasa ikut senang jika saya melakukan pekerjaan dengan baik				
24.	Keterampilan yang saya miliki dipandang sebelah mata oleh teman-teman				
25.	Teman-teman memandang negatif terhadap saya				
26.	Teman-teman meminjamkan uang ketika saya kehabisan uang				

27.	Teman-teman ada disaat saya berada dalam kesulitan				
28.	Teman-teman saya tidak peduli ketika saya tidak punya uang untuk membeli makan				
29.	Teman-teman keberatan ketika saya meminjam beberapa barang miliknya				
30.	Teman-teman bersedia berdiskusi dengan saya ketika ada tugas				
31.	Ketika saya sakit teman-teman merawat saya dengan baik				
32.	Teman-teman tidak mau menjelaskan materi yang kurang saya pahami				
33.	Ketika saya lupa mengerjakan tugas, teman-teman tidak mengingatkan saya				
34.	Teman-teman tidak memberi saran bila saya menghadapi masalah				
35.	Dilingkungan saya, saya tidak mempunyai tempat untuk bertanya cara menyelesaikan masalah				
36.	Teman-teman memberikan alternatif solusi untuk mengatasi masalah saya				
37.	Teman-teman memberikan informasi yang terbaik untuk mengatasi masalah saya				
38.	Teman-teman mengingatkan kepada saya agar selalu berbuat baik setiap saat				
39.	Teman-teman memberi saran mengenai masa depan saya				
40.	Teman-teman mengacuhkan saya ketika saya membutuhkan saran				
41.	Teman-teman tidak memberikan masukan bila saya dalam kesulitan				
42.	Saya rajin sekolah bila mengikuti kegiatan organisasi sekolah				
43.	Mengikuti komunitas membuat saya lebih berwawasan				
44.	Bila mengikuti kegiatan di sekolah, semangat belajar saya menurun				
45.	Tidak ada manfaat yang saya peroleh ketika mengikuti kegiatan organisasi di sekolah				
46.	Saya mengikuti kegiatan organisasi yang membantu saya dalam tugas sekolah				
47.	Saya dan teman-teman mengerjakan tugas kelompok bersama-sama				
48.	Kegiatan organisasi di sekolah membuat saya malas belajar				
49.	Bila berkumpul dengan kelompok, semangat saya menurun				

Skala self confidence

Adapun pilihan jawaban tersebut adalah :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya mampu menjalankan keputusan bersama yang telah dibuat				
2.	Dalam cara berpakaian saya selalu memilih gaya penampilan saya sendiri tanpa membandingkan dan mengikuti orang lain				
3.	Saya yakin bisa memanfaatkan kelebihan saya dengan baik				
4.	Saya mampu menyelesaikan kewajiban dengan baik				
5.	Saya merasa kesal ketika pendapat saya tidak dijadikan keputusan bersama				
6.	Saya akan menerima konsekuensi dari setiap perbuatan yang saya lakukan				
7.	Saya selalu yakin bahwa saya dapat menghadapi segala rintangan				
8.	Saya sering tidak yakin dengan hasil yang sudah saya kerjakan				
9.	Saya terbuka dengan pendapat orang lain mengenai tindakan saya				
10.	Saya yakin bahwa kegiatan yang saya ikuti sekarang dapat membawa kesuksesan untuk saya				
11.	Saya mampu menutupi kekurangan saya dengan menunjukkan kelebihan yang ada				
12.	Saya yakin dapat memaksimalkan kemampuan yang saya miliki				
13.	Saya berusaha minta maaf atas kesalahan yang saya lakukan				
14.	Saya yakin bahwa kemampuan saya dapat membawa kesuksesan untuk saya				
15.	Saya menata tujuan saya sesuai dengan kemampuan yang saya miliki				
16.	Saya pantang menyerah untuk meraih harapan saya meskipun pernah mengalami kegagalan				
17.	Saya selalu tepat waktu dalam menyelesaikan tugas				
18.	Saya selalu menjelaskan sesuatu dengan logis dan berdasarkan fakta				
19.	Saya memiliki tujuan hidup sesuai dengan passion yang saya sukai				
20.	Ketika ada masalah lebih baik saya menghindar daripada menyelesaikannya				
21.	Saya merasa pesimis terhadap masa depan saya karena banyak saingan				
22.	Saya cenderung memiliki harapan dan keinginan yang sangat banyak tanpa sesuai dengan kemampuan saya				
23.	Saya yakin bahwa saya dapat menata masa depan saya dengan baik				

Lampiran 3 : uji validitas CVR

Aspek : dukungan emosional

NO	VALIDATOR	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	Abd. Hamid Cholili. M.Psi.,Psikolog	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	Agus iqbal hawabi, M.Psi	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
3	Novia sholichah, M.Psi	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
4	Selly candra ayu, M.Si	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1
5	Elok faiz fatma el fahmi, M.Si	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
jumlah		5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	4	5
CVR		1	1	1	0,6	1	1	1	0,6	1	1	0,6	1

Aspek : dukungan penghargaan

NO	VALIDATOR	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
1	Abd. Hamid Cholili. M.Psi.,Psikolog	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
2	Agus iqbal hawabi, M.Psi	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
3	Novia sholichah, M.Psi	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
4	Selly candra ayu, M.Si	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1
5	Elok faiz fatma el fahmi, M.Si	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
jumlah		5	5	5	5	4	5	5	4	5	4	5	5	5
CVR		1	1	1	1	0,6	1	1	0,6	1	0,6	1	1	1

Aspek : dukungan instrumental

NO	VALIDATOR	26	27	28	29	30	31	32	33
1	Abd. Hamid Cholili. M.Psi.,Psikolog	1	1	1	1	1	1	1	1
2	Agus iqbal hawabi, M.Psi	1	1	1	1	1	1	1	1
3	Novia sholichah, M.Psi	1	1	1	1	1	1	1	1
4	Selly candra ayu, M.Si	1	1	0	1	1	1	1	1
5	Elok faiz fatma el fahmi, M.Si	1	1	1	1	1	1	1	1
Jumlah		5	5	4	5	5	5	5	5
CVR		1	1	0,6	1	1	1	1	1

Aspek : dukungan informasi

NO	VALIDATOR	34	35	36	37	38	39	40	41
1	Abd. Hamid Cholili. M.Psi.,Psikolog	1	1	1	1	1	1	1	1
2	Agus iqbal hawabi, M.Psi	1	1	1	1	1	1	1	1
3	Novia sholichah, M.Psi	1	1	1	1	1	1	1	1
4	Selly candra ayu, M.Si	0	0	1	1	1	1	1	0

5	Elok faiz fatma el fahmi, M.Si	1	1	1	0	1	1	1	1
Jumlah		4	4	5	4	5	5	5	4
CVR		0,6	0,6	1	0,6	1	1	1	0,6

Aspek : dukungan jaringan sosial

NO	VALIDATOR	42	43	44	45	46	47	48	49
1	Abd. Hamid Cholili. M.Psi.,Psikolog	1	1	1	1	0	1	0	1
2	Agus iqbal hawabi, M.Psi	1	1	1	1	1	1	1	1
3	Novia sholichah, M.Psi	1	1	1	1	1	1	1	1
4	Selly candra ayu, M.Si	1	1	1	0	1	1	1	1
5	Elok faiz fatma el fahmi, M.Si	1	1	1	1	0	1	1	1
Jumlah		5	5	5	4	3	5	4	5
CVR		1	1	1	0,6	0,2	1	0,6	1

No	Pernyataan	N	ne	CVR index	kesimpulan
1.	Teman-teman saya mengingatkan tentang tugas sekolah	5	5	1	Aitem digunakan
2.	Ketika saya sakit, teman-teman selalu mengingatkan saya untuk minum obat	5	5	1	Aitem digunakan
3.	Teman-teman di sekolah cuek dengan kondisi saya	5	5	1	Aitem digunakan
4.	Teman-teman tidak mengingatkan saya untuk masuk sekolah jika saya bolos sehari-hari	5	4	0,6	Aitem digunakan
5.	Bila saya sakit, teman-teman memberikan perhatian	5	5	1	Aitem digunakan
6.	Teman-teman acuh ketika saya kehabisan uang	5	5	1	Aitem digunakan
7.	Saya senang karena teman-teman saya mentraktir makan apabila saya kehabisan uang	5	5	1	Aitem digunakan
8.	Teman –teman tidak menanyakan saya ketika saya menghadapi kesulitan	5	4	0,6	Aitem digunakan
9.	Teman-teman merasa sedih ketika saya mengalami musibah	5	5	1	Aitem digunakan
10.	Teman-teman menghibur saya apabila saya sedih	5	5	1	Aitem digunakan
11.	Ketika saya gagal dan merasa sedih, teman-teman tidak menghiraukan saya	5	4	0,6	Aitem digunakan
12.	Jika saya menangis, teman-teman malah menertawakan saya	5	5	1	Aitem digunakan
13.	Teman-teman mengapresiasi pencapaian saya	5	5	1	Aitem digunakan
14.	Teman-teman meremehkan apa yang saya kerjakan	5	5	1	Aitem digunakan
15.	Saya dan teman-teman saling menghormati apabila ada pendapat yang berbeda	5	5	1	Aitem digunakan

16	Teman-teman selalu mendukung kemampuan yang saya miliki	5	5	1	Aitem digunakan
17.	Pendapat saya tidak dihiraukan teman saya	5	4	0,6	Aitem digunakan
18.	Meskipun jarang bertemu, teman-teman selalu menerima kedatangan saya kapanpun	5	5	1	Aitem digunakan
19.	Teman-teman mengakui kelebihan yang saya miliki	5	5	1	Aitem digunakan
20.	Saya merasa tidak disukai oleh teman-teman	5	4	0,6	Aitem digunakan
21.	Ketika saya ingin bergabung disuatu kelompok, teman-teman tidak menerima saya	5	5	1	Aitem digunakan
22.	Teman-teman memuji hasil pekerjaan saya	5	4	0,6	Aitem digunakan
23.	Teman-teman akan merasa ikut senang jika saya melakukan pekerjaan dengan baik	5	5	1	Aitem digunakan
24.	Keterampilan yang saya miliki dipandang sebelah mata oleh teman-teman	5	5	1	Aitem digunakan
25.	Teman-teman memandang negatif terhadap saya	5	5	1	Aitem digunakan
26.	Teman-teman meminjamkan uang ketika saya kehabisan uang	5	5	1	Aitem digunakan
27.	Teman-teman ada disaat saya berada dalam kesulitan	5	5	1	Aitem digunakan
28.	Teman-teman saya tidak peduli ketika saya tidak punya uang untuk membeli makan	5	4	0,6	Aitem digunakan
29.	Teman-teman keberatan ketika saya meminjam beberapa barang miliknya	5	5	1	Aitem digunakan
30.	Teman-teman bersedia berdiskusi dengan saya ketika ada tugas	5	5	1	Aitem digunakan
31.	Ketika saya sakit teman-teman merawat saya dengan baik	5	5	1	Aitem digunakan
32.	Teman-teman tidak mau menjelaskan materi yang kurang saya pahami	5	5	1	Aitem digunakan
33.	Ketika saya lupa mengerjakan tugas, teman-teman tidak mengingatkan saya	5	5	1	Aitem digunakan
34.	Teman-teman tidak memberi saran bila saya menghadapi masalah	5	4	0,6	Aitem digunakan
35.	Dilingkungan saya, saya tidak mempunyai tempat untuk bertanya cara menyelesaikan masalah	5	4	0,6	Aitem digunakan
36.	Teman-teman memberikan alternatif solusi untuk mengatasi masalah saya	5	5	1	Aitem digunakan
37.	Teman-teman memberikan informasi yang terbaik untuk mengatasi masalah saya	5	4	0,6	Aitem digunakan
38.	Teman-teman mengingatkan kepada saya agar selalu berbuat baik setiap saat	5	5	1	Aitem digunakan
39.	Teman-teman memberi saran mengenai	5	5	1	Aitem digunakan

	masa depan saya				
40.	Teman-teman mengacuhkan saya ketika saya membutuhkan saran	5	5	1	Aitem digunakan
41.	Teman-teman tidak memberikan masukan bila saya dalam kesulitan	5	4	0,6	Aitem digunakan
42.	Saya rajin sekolah bila mengikuti kegiatan organisasi sekolah	5	5	1	Aitem digunakan
43.	Mengikuti komunitas membuat saya lebih berwawasan	5	5	1	Aitem digunakan
44.	Bila mengikuti kegiatan di sekolah, semangat belajar saya menurun	5	5	1	Aitem digunakan
45.	Tidak ada manfaat yang saya peroleh ketika mengikuti kegiatan organisasi di sekolah	5	4	0,6	Aitem digunakan
46.	Saya mengikuti kegiatan organisasi yang membantu saya dalam tugas sekolah	5	3	0,2	Aitem gugur
47.	Saya dan teman-teman mengerjakan tugas kelompok bersama-sama	5	5	1	Aitem digunakan
48.	Kegiatan organisasi di sekolah membuat saya malas belajar	5	4	0,6	Aitem digunakan
49.	Bila berkumpul dengan kelompok, semangat saya menurun	5	5	1	Aitem digunakan

Lampiran 4 : uji validitas isi

Validitas body shaming

No	Validitas
1.	.369
2.	.353
3.	.323
4.	.346
5.	.331
6.	.266
7.	.314
8.	.482
9.	.531
10.	.484
11.	.451
12.	.603
13.	.264
14.	.374
15.	.383
16.	.075
17.	.396
18.	.150
19.	.386

20.	.459
21.	.146
22.	.418

Validitas peer social support

No	Validitas
1.	.266
2.	.562
3.	.401
4.	.259
5.	.664
6.	.336
7.	.093
8.	.562
9.	.664
10.	.600
11.	.605
12.	.504
13.	.417
14.	.236
15.	.582
16.	.577
17.	.660
18.	.400
19.	.268
20.	.395
21.	.346
22.	.446
23.	.577
24.	.373
25.	.588
26.	.304
27.	.517
28.	.541
29.	.322
30.	.595
31.	.707
32.	.493
33.	.505
34.	.660
35.	.462
36.	.517

37.	.654
38.	.579
39.	.490
40.	.497
41.	.494
42.	.584
43.	.153
44.	.385
45.	.383
46.	.431
47.	.573
48.	.480

Validitas self confidence

No	Validitas
1.	.366
2.	.591
3.	.598
4.	.679
5.	.113
6.	.385
7.	.387
8.	.315
9.	.300
10.	.659
11.	.399
12.	.384
13.	.572
14.	.716
15.	.555
16.	.351
17.	.371
18.	.543
19.	.481
20.	.430
21.	.432
22.	.231
23.	.557

Lampiran 5 : uji reliabilitas

Variabel *body shaming*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.677	22

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem_1	60.0000	36.237	.258	.665
Aitem_2	59.8500	36.401	.243	.666
Aitem_3	59.3000	36.756	.215	.669
Aitem_4	59.4833	36.932	.259	.666
Aitem_5	59.5167	36.695	.223	.668
Aitem_6	60.2667	37.080	.138	.677
Aitem_7	59.6667	36.362	.172	.675
Aitem_8	60.3000	35.332	.386	.653
Aitem_9	60.0667	34.131	.421	.647
Aitem_10	59.8833	34.884	.375	.653
Aitem_11	60.0167	35.339	.343	.656
Aitem_12	60.1500	33.655	.510	.638
Aitem_13	61.0167	37.203	.146	.675
Aitem_14	60.3833	36.003	.254	.665
Aitem_15	60.2500	36.021	.270	.664
Aitem_16	59.8167	39.034	-.054	.695
Aitem_17	60.4000	35.702	.276	.663
Aitem_18	60.4667	38.287	.024	.687
Aitem_19	59.6667	35.955	.271	.663
Aitem_20	59.7833	35.257	.352	.655
Aitem_21	60.4500	38.319	.013	.689
Aitem_22	60.1667	35.124	.283	.662

Variabel *peer social support*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.924	48

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem_1	146.1833	217.406	.224	.925
Aitem_2	146.3333	211.107	.529	.922
Aitem_3	146.6333	214.643	.362	.923
Aitem_4	146.5333	217.609	.218	.925
Aitem_5	146.4167	209.298	.638	.921
Aitem_6	146.5167	215.203	.289	.924
Aitem_7	146.2333	220.758	.046	.926
Aitem_8	146.7333	210.606	.527	.922
Aitem_9	146.5333	207.168	.633	.921
Aitem_10	146.3333	211.175	.571	.922
Aitem_11	146.4667	209.745	.573	.922
Aitem_12	146.5167	210.254	.460	.923
Aitem_13	146.5000	217.068	.393	.923
Aitem_14	146.5833	217.840	.192	.925
Aitem_15	146.1667	212.412	.555	.922
Aitem_16	146.2000	212.163	.549	.922
Aitem_17	146.5167	210.593	.636	.921
Aitem_18	146.3167	215.203	.364	.923
Aitem_19	146.5833	217.535	.228	.925
Aitem_20	146.4167	213.535	.348	.924
Aitem_21	146.3500	216.096	.308	.924
Aitem_22	146.5833	214.484	.412	.923
Aitem_23	146.2500	212.394	.550	.922
Aitem_24	146.5000	216.559	.342	.924
Aitem_25	146.4500	210.726	.557	.922
Aitem_26	146.4667	216.389	.261	.924
Aitem_27	146.4833	209.678	.473	.923
Aitem_28	146.3667	212.541	.510	.922
Aitem_29	146.5500	216.726	.285	.924
Aitem_30	146.3333	210.836	.565	.922
Aitem_31	146.4500	207.370	.681	.920
Aitem_32	146.5000	213.102	.459	.923
Aitem_33	146.4833	213.068	.472	.923
Aitem_34	146.4333	212.182	.640	.922
Aitem_35	146.6833	210.966	.414	.923
Aitem_36	146.4167	213.400	.486	.922
Aitem_37	146.3333	210.633	.630	.921
Aitem_38	146.2167	210.173	.545	.922
Aitem_39	146.4333	213.640	.458	.923
Aitem_40	146.4833	213.983	.467	.923
Aitem_41	146.3667	215.050	.468	.923
Aitem_42	146.7833	210.545	.552	.922

Aitem_43	146.4667	219.372	.104	.926
Aitem_44	146.4333	214.758	.345	.924
Aitem_45	146.3167	216.423	.352	.924
Aitem_46	146.1500	215.723	.401	.923
Aitem_47	146.4500	210.286	.539	.922
Aitem_48	146.4000	214.685	.451	.923

Variabel *self confidence*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.807	23

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem_1	69.7167	38.715	.301	.802
Aitem_2	69.7000	36.349	.521	.792
Aitem_3	69.6333	36.541	.534	.792
Aitem_4	69.7333	36.165	.627	.788
Aitem_5	70.4167	40.145	.004	.818
Aitem_6	69.8500	37.655	.283	.804
Aitem_7	69.6500	38.367	.314	.802
Aitem_8	70.6000	37.973	.188	.812
Aitem_9	69.9333	38.911	.222	.806
Aitem_10	69.5500	35.811	.598	.788
Aitem_11	69.9333	37.894	.313	.802
Aitem_12	69.7667	37.979	.296	.803
Aitem_13	69.5333	37.033	.512	.793
Aitem_14	69.4500	36.082	.671	.787
Aitem_15	69.5833	36.993	.489	.794
Aitem_16	69.5333	38.253	.261	.804
Aitem_17	70.2333	37.640	.261	.806
Aitem_18	70.0167	36.966	.474	.794
Aitem_19	69.7667	36.724	.386	.798
Aitem_20	69.7333	37.792	.351	.800
Aitem_21	70.1333	36.795	.318	.803
Aitem_22	70.5833	38.993	.113	.814
Aitem_23	69.3167	37.373	.500	.795

Lampiran 6 : uji keterbacaan variabel *peer social support*

No	Pernyataan	Hasil uji keterbacaan	Pernyataan pengganti
1.	Teman-teman saya mengingatkan tentang tugas sekolah	Semua paham	-
2.	Ketika saya sakit, teman-teman selalu mengingatkan saya untuk minum obat	Semua paham	-
3.	Teman-teman di sekolah cuek dengan kondisi saya	Semua paham	-
4.	Meskipun lama tidak masuk sekolah, tidak ada teman yang menanyakan kondisi saya	Semua paham	-
5.	Bila saya sakit, teman-teman memberikan perhatian	Semua paham	-
6.	Teman-teman acuh ketika saya kehabisan uang	2 dari 7 siswa yang tidak paham	Teman-teman tidak peduli ketika saya kehabisan uang
7.	Saya senang karena teman-teman saya mentraktir makan apabila saya kehabisan uang	Semua paham	-
8.	Teman –teman tidak menanyakan ketika saya menghadapi kesulitan	Semua paham	-
9.	Teman-teman merasa sedih ketika saya mengalami musibah	Semua paham	-
10.	Teman-teman menghibur saya apabila saya sedih	Semua paham	-
11.	Ketika saya gagal dan merasa sedih, teman-teman tidak menghiraukan saya	1 dari 7 siswa yang tidak paham	Ketika saya sedih, teman-teman mengabaikan saya
12.	Jika saya menangis, teman-teman malah menertawakan saya	Semua paham	-
13.	Teman-teman mengapresiasi pencapaian saya	1 dari 7 siswa yang tidak paham	Teman-teman menghargai pencapaian saya
14.	Teman-teman meremehkan apa yang saya kerjakan	Semua paham	-
15.	Saya dan teman-teman saling menghormati apabila ada pendapat yang berbeda	Semua paham	-
16.	Teman-teman selalu mendukung kemampuan yang saya miliki	Semua paham	-
17.	Pendapat saya tidak dihiraukan teman saya	1 dari 7 siswa yang tidak paham	Pendapat saya tidak dipedulikan oleh teman-teman
18.	Meskipun jarang bertemu, teman-teman selalu menerima kedatangan saya kapanpun	Semua paham	-

19.	Teman-teman mengakui kelebihan yang saya miliki	Semua paham	-
20.	Saya merasa tidak disukai oleh teman-teman	Semua paham	-
21.	Saya sering ditolak saat ingin bergabung dengan teman teman	Semua paham	-
22.	Teman-teman memuji hasil pekerjaan saya	Semua paham	-
23.	Teman-teman akan merasa ikut senang jika saya melakukan pekerjaan dengan baik	Semua paham	-
24.	Keterampilan yang saya miliki dipandang sebelah mata oleh teman-teman	Semua paham	-
25.	Teman-teman memandang negatif terhadap saya	Semua paham	-
26.	Teman-teman meminjamkan uang ketika saya kehabisan uang	Semua paham	-
27.	Teman-teman ada disaat saya berada dalam kesulitan	Semua paham	-
28.	Teman-teman saya acuh ketika saya tidak punya uang untuk membeli makan	2 dari 7 siswa yang tidak paham	Teman-teman mengabaikan saya ketika saya kehabisan uang
29.	Teman-teman keberatan ketika saya meminjam barang miliknya	Semua paham	-
30.	Teman-teman bersedia berdiskusi dengan saya ketika ada tugas	Semua paham	-
31.	Ketika saya sakit teman-teman merawat saya dengan baik	Semua paham	-
32.	Teman-teman tidak mau menjelaskan materi yang kurang saya pahami	Semua paham	-
33.	Ketika saya lupa mengerjakan tugas, teman-teman tidak mengingatkan saya	Semua paham	-
34.	Teman-teman tidak memberi saran bila saya menghadapi masalah	Semua paham	-
35.	Dilingkungan saya, saya tidak mempunyai tempat untuk bertanya cara menyelesaikan masalah	1 dari 7 siswa yang tidak paham	Dilingkungan saya, saya tidak mempunyai tempat untuk curhat
36.	Teman-teman memberikan alternatif solusi untuk mengatasi masalah saya	Semua paham	-
37.	Teman-teman memberikan informasi yang terbaik untuk mengatasi masalah saya	Semua paham	-
38.	Teman-teman mengingatkan kepada saya agar selalu berbuat baik setiap saat	Semua paham	-
39.	Teman-teman memberi saran mengenai masa depan saya	Semua paham	-
40.	Teman-teman mengacuhkan saya ketika saya membutuhkan saran	1 dari 7 siswa yang tidak paham	Teman-teman tidak mempedulikan saya ketika saya membutuhkan saran

41.	Teman-teman tidak memberikan masukan bila saya dalam kesulitan	Semua paham	-
42.	Saya rajin sekolah bila mengikuti kegiatan organisasi sekolah	Semua paham	-
43.	Mengikuti komunitas membuat saya lebih berwawasan	Semua paham	-
44.	Bila mengikuti kegiatan di sekolah, semangat belajar saya menurun	2 dari 7 siswa yang tidak paham	Semangat belajar saya menurun ketika mengikuti kegiatan di sekolah
45.	Tidak ada manfaat yang saya peroleh ketika mengikuti kegiatan organisasi di sekolah	Semua paham	-
46.	Saya dan teman-teman mengerjakan tugas kelompok bersama-sama	Semua paham	-
47.	Kegiatan organisasi di sekolah membuat saya malas belajar	Semua paham	-
48.	Bila berkumpul dengan kelompok, semangat saya menurun	1 dari 7 siswa yang tidak paham	Saya tidak bersemangat ketika berkumpul dengan teman kelompok

Lampiran 7 : kategorisasi

Variabel *body shaming*

body shaming

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tinggi	11	18.3	18.3	18.3
Sedang	38	63.3	63.3	81.7
Rendah	11	18.3	18.3	100.0
Total	60	100.0	100.0	

Variabel *peer social support*

dukungan sosial teman sebaya

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tinggi	10	16.7	16.7	16.7
Sedang	41	68.3	68.3	85.0
Rendah	9	15.0	15.0	100.0
Total	60	100.0	100.0	

Variabel *self confidence*

kepercayaan diri

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tinggi	9	15.0	15.0	15.0
Sedang	42	70.0	70.0	85.0
Rendah	9	15.0	15.0	100.0
Total	60	100.0	100.0	

Lampiran 8 : uji linieritas

Body shaming terhadap self confidence

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
kepercayaan diri * body shaming	Between Groups	(Combined)	918.721	21	43.749	1.220	.289
		Linearity	13.815	1	13.815	.385	.538
		Deviation from Linearity	904.906	20	45.245	1.262	.262
	Within Groups		1362.262	38	35.849		
Total			2280.983	59			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
kepercayaan diri * body shaming	.078	.006	.635	.403

Peer social support terhadap self confidence

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
kepercayaan diri * dukungan sosial teman sebaya	Between Groups	(Combined)	1786.817	39	45.816	1.854	.071
		Linearity	916.593	1	916.593	37.097	.000
		Deviation from Linearity	870.223	38	22.901	.927	.593
	Within Groups		494.167	20	24.708		
Total			2280.983	59			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
kepercayaan diri * dukungan sosial teman sebaya	.634	.402	.885	.783

Lampiran 9 : uji normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		body shaming	dukungan sosial teman sebaya	kepercayaan diri
N		60	60	60
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	50.42	130.83	67.98
	Std. Deviation	5.794	14.134	6.218
Most Extreme Differences	Absolute	.079	.075	.094
	Positive	.079	.046	.042
	Negative	-.070	-.075	-.094
Kolmogorov-Smirnov Z		.609	.581	.727
Asymp. Sig. (2-tailed)		.852	.888	.666

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Lampiran 10 : uji hipotesis

Uji T (uji parsial)

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	29.612	7.862		3.767	.000
body shaming	.040	.110	.037	.365	.717
dukungan sosial teman sebaya	.278	.045	.632	6.159	.000

a. Dependent Variable: kepercayaan diri

Uji F (uji signifikansi simultan)

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	919.773	2	459.887	19.258	.000 ^a
	Residual	1361.210	57	23.881		
	Total	2280.983	59			

a. Predictors: (Constant), dukungan_sosial_teman_sebaya, body_shaming

b. Dependent Variable: kepercayaan_diri

Uji Koefisien Determinasi (*R square*)

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.635 ^a	.403	.382	4.887

a. Predictors: (Constant), dukungan sosial teman sebaya, body shaming

b. Dependent Variable: kepercayaan diri