

**PENGARUH *BODY SHAMING* DI MEDIA SOSIAL (*INSTAGRAM*)
TERHADAP *SELF CONFIDENCE* ANGGOTA KSR PMI-UNIT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANAMALIK IBRAHIM
MALANG**

SKRIPSI



Oleh :
Siti Nurhamida
NIM. 16410032

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

2022

**PENGARUH *BODY SHAMING* DI MEDIA SOSIAL (*INSTAGRAM*)
TERHADAP *SELF CONFIDENCE* ANGGOTA KSR PMI-UNIT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANAMALIK IBRAHIM
MALANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada :
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi (S1)

Oleh :
Siti Nurhamida
NIM. 16410032

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG
2022**

**PENGARUH *BODY SHAMING* DI MEDIA SOSIAL (*INSTAGRAM*)
TERHADAP *SELF CONFIDENCE* ANGGOTA KSR PMI-UNIT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANAMALIK IBRAHIM
MALANG**

SKRIPSI

Oleh :

Siti Nurhamida

NIM. 16410032

Telah disetujui oleh
Dosen Pembimbing Skripsi

Drs. Zainul Arifin, M. Ag.
NIP. 19650606 199403 1003

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



SKRIPSI

**PENGARUH *BODY SHAMING* DI MEDIA SOSIAL (*INSTAGRAM*)
TERHADAP *SELF CONFIDENCE* ANGGOTA KSR PMI-UNIT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANAMALIK IBRAHIM
MALANG**

Telah Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji
Pada Tanggal, 14 Januari 2022

Susunan Dewan Penguji

Dewan Pembimbing Skripsi



Drs. Zainul Arifin, M. Ag.

NIP.19650606 199403 1003

Anggota Penguji Lain

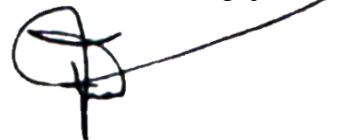
Penguji Utama,



M. Arif Furqon, M.Psi

NIP.19900614 20191120 1268

Ketua Penguji,

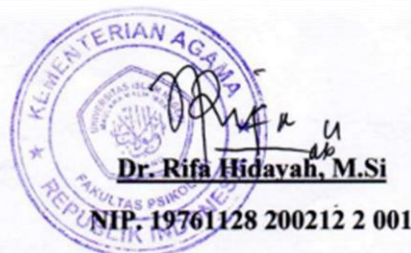


Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Pd.I

NIP.19550717 198203 1005

Skripsi telah diterima sebagai salah satu pernyataan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Pada Tanggal 14 Januari 2022

**Mengesahkan,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**



SURAT PERNYATAAN

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Siti Nurhamida

NIM : 16410032

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Dengan ini menyatakan bahwa penelitian yang berjudul **Pengaruh Body Shaming Di Sosial Media Instagram Terhadap Self Confedence Anggota KSR-PMI Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang** adalah benar merupakan penelitian sendiri dan tidak melakukan tindak plagiat dalam penyusunan penelitian tersebut. Adapun kutipan-kutipan yang ada dalam penyusunan penelitian ini telah peneliti cantumkan sumber pengutipannya dalam daftar pustaka. Peneliti bersedia untuk melakukan proses sebagaimana mestinya sesuai undang-undang jika ternyata penelitian ini secara prinsip plagiat penelitian orang lain dan bukan merupakan tanggung jawab Dosen Pembimbing ataupun Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian pernyataan ini peneliti buat dengan sebenar-benarnya dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 3 Januari 2022



Peneliti

Siti Nurhamida
Siti Nurhamida

16410032

MOTTO

الاعتماد علي النفس أساس النجاح

“Percaya diri adalah rahasia pertama sebuah kesuksesan”

Sumber : KH. MA Sahal Mahfudh

PERSEMBAHAN

Penelitian ini peneliti persembahkan untuk :

1. Kedua orang tua Peneliti Bapak, Hasyim Wijaya dan Ibu Dak Faeni.
2. Kepada Kakak saya Su'udi Hasyim, Nur Hidayati Hasyim, Siti Solicha Hasyim dan M. Yusuf Hasyim. Terima kasih atas semua *support*, motivasi serta kasih sayang untuk peneliti menyelesaikan Pendidikan Sarjana S1.
3. Terima kasih untuk semuanya yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu yang telah memberikan sumbangsih dalam bentuk apapun

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puja dan puji syukur peneliti haturkan kepada Allah Swt yang telah memberikan nikmat serta karunianya, sehingga kita masih bisa menghirup oksigen di muka bumi ini untuk terus berusaha menjadi makhluk yang bermanfaat bagi lingkungan sekitar. Shalawat serta salam, semoga tetap tercuruhkan kepada junjungan Nabi besar Muhammad saw, karena beliau-lah yang telah membimbing umat manusia dari kegelapan dan kebodohan menuju jalan yang terang benderang seperti yang saat ini dapat kita rasakan.

Penelitian yang tidak sempurna ini tidak akan pernah sampai pada titik penyelesaian tanpa *support* dari pihak-pihak yang bersangkutan. Oleh karena itu, dengan penuh kerendahan hati, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. M. Zainudin, M.A., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M. Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas IslamNegeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Drs. Zainul Arifin, M. Ag., selaku Dosen Pembimbing penelitian dan guru yang tak pernah kehilangan rasa sabar serta keikhlasanya dalam mendidik dan membimbing, terima kasih telah membimbing dari awal hingga akhir.
4. Segenap Civitas Akademika Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, dan seluruh dosen yang telah sudi berbagi ilmu.
5. Semua pihak yang secara langsung berkontribusi dalam proses tugas akhir

maupun yang berkontribusi secara tidak langsung.

Harapan peneliti adalah semoga penelitian ini dapat memberikan kontribusi pengembangan keilmuan psikologi yang konstruktif, inovatif, kreatif sebagai penyempurna penelitian ini.

Malang, 20 Maret 2022
Peneliti

Siti Nurhamida
16410032

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
SURAT PERSEUJUAN	II
SURAT PENGESAHAN	III
HALAMAN PERNYATAAN	IV
HALAMAN MOTTO	V
HALAMAN PERSEMBAHAN	VI
KATA PENGANTAR	VII
DAFTAR ISI	IX
DAFTAR TABEL	XI
DAFTAR BAGAN	XII
DAFTAR GAMBAR	XII
ABSTRAK.....	XVI
BAB I : PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II : LANDASAN TEORI	11
A. Pengertian Pengaruh	11
B. Penelitian Terdahulu.....	11
C. Kajian Teori.....	14
D. <i>Self Confedence</i>	14

1. Pengertian <i>Self Confidence</i>	14
2. Indikator <i>Self Confidence</i>	17
3. Aspek - Aspek <i>Self Confidence</i>	17
4. Faktor-Faktor <i>Self Confidence</i>	18
5. Bentuk-Bentuk <i>Self Confidence</i>	19
E. <i>Body Shaming</i>	21
1. Pengertian <i>Body Shaming</i>	21
2. Indikator <i>Body Shaming</i>	22
3. Aspek-Aspek <i>Body Shaming</i>	23
4. Faktor-Faktor <i>Body Shaming</i>	23
5. Bentuk-Bentuk <i>Body Shaming</i>	24
6. <i>Body Shaming</i> dalam perspektif Islam	25
F. Tinjauan Islam <i>Self Confidence</i>	26
G. <i>Self Confidence</i> Menurut Perspektif Islam	26
H. Sampel Teks <i>Self Confidence</i> dalam Al-Qur'an	27
I. Hipotesis	46
BAB III : METODE PENELITIAN	47
A. Rancangan Penelitian	47
B. Lokasi Penelitian	48
C. Identifikasi Variabel	48
D. Definisi Operasional	48
E. Strategi Penelitian	50
1. Penentuan Populasi	50

2. Penentuan Sampel.....	52
3. Teknik Sampling.....	53
F. Metode Pengumpulan Data	54
G. Pengukuran Data	59
H. Validitas dan Realibilitas.....	60
I. Metode Analisis Data	63
BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN.....	68
A. Pelaksanaan Penelitian	68
1. Gambaran Lokasi Penelitian.....	69
2. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data	70
3. Hambatan-Hambatan dalam Pelaksanaan Penelitian.....	70
B. Hasil Penelitian.....	71
1. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	71
a. Uji Validitas	71
b. Uji Reliabilitas	72
C. Uji Asumsi.....	73
1. Uji Normalitas	73
2. Uji Linearitas	74
D. Analisis Deskriptif.....	75
1. Tingkat <i>Body Shaming</i> disosial media Instagram.....	75
2. Skor Empirik dan hipotetik.....	75
3. Hasil Pengaruh <i>Body Shaming</i> di Media Sosial <i>Instagram</i> terhadap <i>Self Confedence</i>	79

E. Pembahasan	81
1. Tingkat <i>Body Shaming</i> di Sosial Media <i>Instagram</i>	81
2. Tingkat <i>Self Confedence</i>	83
3. Pengaruh <i>Body Shaming</i> di Sosial Media <i>Instagram</i> terhadap <i>Self Confedence</i>	85
BAB V : PENUTUP	89
A. Kesimpulan.....	89
B. Saran	90
DAFTAR PUSTAKA	92
LAMPIRAN.....

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Analisis Komponen Teks Psikologi	30
Tabel 1.2 Analisis Deskriptif Teks Psikologi	34
Tabel 1.3 Analisis Deskriptif Teks Psikologi	35
Tabel 1.4 Analisis Deskriptif Teks Psikologi	36
Tabel 1.5 Analisis Deskriptif Teks Psikologi	38
Tabel 1.6 Analisis Deskriptif Teks Psikologi	40
Tabel 1.7 Analisis Deskriptif Teks Psikologi	41
Tabel 1.8 Analisis Deskriptif Teks Psikologi	42
Tabel 1.9 Analisis Deskriptif Teks Psikologi	43
Tabel 1.10 Analisis Deskriptif Teks Psikologi	44
Tabel 1.11 Eksplorasi dan Tabulasi Teks Islam <i>Self Confidence</i>	48
Tabel 2.1 Devisi Anggota UKM KSR PMI UNIT UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.....	59
Tabel 2.2 <i>Blueprint body shaming</i>	66
Tabel 2.3 <i>Blueprint Self Confidence</i>	67
Tabel 2.4 Skala Pengukuran Pernyataan Penelitian	68
Tabel 3.1 Uji Validitas Skala <i>Body Shaming</i>	79
Tabel 3.2 Uji Validitas Skala <i>Self Confidence</i>	80
Tabel 3.3 Hasil Uji Reliabilitas	81
Tabel 3.4 Uji Normalitas <i>One Sample Kolmogrov Tes</i>	82
Tabel 3.5 Hasil Uji Linear Anova Tabel.....	83
Tabel 3.6 Deskripsi Skor Epirik.....	84

Tabel 3.7 Norma Kategorisasi.....	85
Tabel 3.8 Kategori <i>Body Shaming</i>	85
Tabel 3.9 Kategori <i>Self Confidence</i>	86
Tabel 3.10 R Square.....	88
Tabel 3.11 Anova.....	89
Tabel 3.12 koefisien.....	89

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Pola Teks Psikologi.....	30
Gambar 1.2 Mind Map Teks Psikologi.....	32
Gambar 1.3 Pola Teks Psikologi Menurut Perspektif Islam	46
Gambar 1.4 Mind Map Teks Psikologi Menurut Perspektif Islam	55
Gambar 2.1 kategorisasi <i>body shaming</i>	86
Gambar 2.2 Kategorisasi <i>self confidence</i>	87

ABSTRAK

Nurhamidah, Siti. (2022). Pengaruh *body shaming* disosial media *Instagram* terhadap *self confidence* (Penelitian pada anggota KSR-PMI Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang). Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2022.

Pembimbing : Dr. Zainul Arifin, M. Ag.

Kata Kunci : *Self Confidence, Body Shaming, Instagram, KSR-PMI Unit Malang*

Penelitian ini didasari karena banyaknya tindakan *body shaming* disosial media *Instagram* yang terjadi di UKM KSR-PMI UIN Malang. Dengan banyaknya stigma atau penilaian yang ada dimasyarakat bisa mempengaruhi persepsi dan perilaku manusia terhadap sesuatu termasuk standarisasi bentuk tubuh ideal. Hal ini memungkinkan seseorang untuk membandingkan keadaan seseorang dengan oranglainnya yang memiliki tubuh yang ideal, kemudian memberikan sebuah komentar negatif yang menimbulkan rasa tidak percaya pada dirinya sendiri. Perlakuan ini sering disebut dengan istilah *body shaming*.

Penelitian ini bertujuan mengetahui 1) tingkat *body shaming* disosial media *Instagram* 2) *self confidence* serta, 3) mengidentifikasi pengaruh antara *body shaming* terhadap *self confidence* anggota KSR-PMI Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang baik secara persial maupun simultan.

Penelitian ini adalah sebuah penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan analisis regresi linier sederhana. Adapun skala yang digunakan adalah skala *body shaming* dan skala *self confidence*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* sebanyak 59 Anggota KSR-PMI Universitas Islam Negeri Malang dengan kriteria jenis kelamin perempuan.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan tingkat tindakan *body shaming* di sosial media *Instagram* pada anggota KSR-PMI Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang terdiri dari 3 kategori yakni tinggi 76,2% (45 orang), sedang 20,3% (11 orang) dan rendah 5% (3 orang). Sedangkan tingkat *self confidence* dalam penelitian ini terdiri dari 3 kategori yakni tinggi 54,2% (32 orang) sedang 44% (26 orang) dan rendah 1,6% (1 orang). Nilai pengaruh *body shaming* di sosial media *Instagram* terhadap *self confidence* -0.184 dengan signifikansinya 0.176 ($p > 0.05$) maka dari itu H_a ditolak dan H_o Diterima. Hal ini bermakna *body shaming* (X) tidak berpengaruh terhadap *self confidence* (Y) dengan penjelasan semakin tinggi tindakan *body shaming* (X) di sosial media *Instagram* maka tidak mempengaruhi *self confidence* (Y) anggota KSR-PMI UIN Malang.

ABSTRACT

Nurhamidah, Siti. (2022). The effect of body shaming on social media Instagram on self-confidence (Research on members of the KSR-PMI State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang). Essay. Faculty of Psychology State Islamic University Maulana Malik Ibrahim Malang, 2022.

Lecturer : Dr. Zainul Arifin, M. Ag.

This research is motivated by the many actions of body shaming on social media Instagram that occur in UKM KSR-PMI State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang. With the many stigmas or judgments that exist in society, it can affect human perceptions and attitudes towards something, including standardization of the ideal body shape. The existence of this ideal body standardization allows a person to compare one's situation with others who have an ideal body and then give negative comments, causing a sense of distrust in that person. This treatment is often referred to as body shaming.

This study aims to determine 1) the level of body shaming in social media Instagram 2) self-confidence and, 3) identify the effect of body shaming on the self-confidence of members of the KSR-PMI State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang either partially or simultaneously.

This research is a quantitative descriptive study with simple linear regression analysis. The scale used is the *body shaming* scale and *self confidence* scale. The sampling technique in this study used purposive sampling as many as 59 members of KSR-PMI State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang with female gender criteria.

The results of this study indicate that the level of body shaming on Instagram social media for members of KSR-PMI State University of Maulana Malik Ibrahim Malang consists of 3 categories, namely high 76.2% (45 people), medium 20.3% (11 people) and low 5% (3 people). Meanwhile, the level of self-confidence in this study consisted of 3 categories, namely high 54.2% (32 people) moderate 44% (26 people) and low 1.6% (1 person). The value of the influence of body shaming on social media Instagram on self-confidence is -0.184 with a significance of 0.176 ($p > 0.05$), therefore H_a is rejected and H_o is accepted. This means that body shaming (X) has no effect on self-confidence (Y) with an explanation that the higher body shaming (X) actions on Instagram social media does not affect self-confidence (Y) members of KSR-PMI State Islamic University Maulana Malik Ibrahim Malang.

مستخلص البحث

نورحميدة، سيتي. (2022). تأثير فضح الجسد على وسائل التواصل الاجتماعي الانستغرام على الثقة بالنفس (بحث عن أعضاء وحدات النشاط الطلابي المؤسسة التطوعية للصليب الأحمر الإندونيسي جامعة ولاية مولانا مالك إبراهيم مالانج) فرضية. كلية علم النفس ، الجامعة الإسلامية الحكومية مولانا مالك إبراهيم مالانج ، 2022. المستشار: د. زين العريفين، يجب.

يعتمد هذا البحث على العديد من أعمال التشهير بالجسد على وسائل التواصل الاجتماعي الانستغرام التي حدثت في وحدات النشاط الطلابي المؤسسة التطوعية للصليب الأحمر الإندونيسي جامعة مولانا مالك إبراهيم مالانج. مع وجود العديد من الوصمات أو الأحكام الموجودة في المجتمع ، يمكن أن تؤثر على تصورات الإنسان وسلوكه تجاه شيء ما ، بما في ذلك توحيد أشكال الجسم المثالية. هذا يسمح للشخص بمقارنة حالة الشخص مع الأشخاص الآخرين الذين لديهم جسم مثالي ، ثم إعطاء تعليق سلبي يخلق شكًا في الذات. غالبًا ما يشار إلى هذا العلاج باسم فضح الجسم.

تهدف هذه الدراسة إلى تحديد (1) مستوى العار الجسدي على وسائل التواصل الاجتماعي الانستغرام (2) الثقة بالنفس و (3) تحديد تأثير العار الجسدي على الثقة بالنفس لأعضاء المؤسسة التطوعية للصليب الأحمر الإندونيسي مولانا مالك إبراهيم جامعة ولاية مالانج الإسلامية ، وكلاهما جزئيًا وفي نفس الوقت.

هذا البحث عبارة عن دراسة وصفية كمية باستخدام تحليل الانحدار الخطي البسيط. المقياس المستخدم هو مقياس لفضح الجسم ومقياس الثقة بالنفس. تقنية أخذ العينات في هذه الدراسة أخذ عينات هادفة من 59 عضوًا من وحدات النشاط الطلابي المؤسسة التطوعية للصليب الأحمر الإندونيسي جامعة مولانا مالك إبراهيم مالانج. مع معايير الجنس الأنثوي.

تشير نتائج هذه الدراسة إلى مستوى العار الجسدي وسائل التواصل الاجتماعي إنستغرام بين أعضاء وحدات النشاط الطلابي المؤسسة التطوعية للصليب الأحمر الإندونيسي في جامعة مولانا الإسلامية الحكومية مولانا مالك إبراهيم مالانج ، والتي تتكون من 3 فئات ، وهي نسبة عالية 76.2٪ (45 شخصًا) ، بينما 20.3٪ (11 شخصًا) ومنخفض 5٪ (3 أشخاص). بينما يتألف مستوى الثقة بالنفس في هذه الدراسة من 3 فئات ، وهي نسبة عالية 54.2٪ (32 شخصًا) ، ومعتدلة 44٪ (26 شخصًا) ومنخفضة 1.6٪ (شخص واحد). قيمة تأثير فضح الجسد على وسائل التواصل الاجتماعي الانستغرام على الثقة بالنفس -0.184 مع دلالة 0.176 ($p > 0.05$) لذلك تم رفض H_0 وقبول H_a . هذا يعني أن عار الجسد (X) ليس له أي تأثير على الثقة بالنفس (Y) مع توضيح أنه كلما زاد فضح الجسم وسائل التواصل الاجتماعي الانستغرام ، قل تأثيره على الثقة بالنفس (Y) ل - أعضاء من وحدات النشاط الطلابي المؤسسة التطوعية للصليب الأحمر الإندونيسي جامعة مولانا مالك إبراهيم مالانج.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia merupakan makhluk sosial yang tidak mampu untuk hidup sendirian bergantung pada orang lain orang lain, terlepas dari kenyataan bahwa manusia adalah makhluk sosial mereka memiliki karakteristik unik yang membedakan mereka dari orang lain, salah satunya adalah bentuk tubuh yang dimiliki. Manusia memiliki berbagai macam bentuk tubuh yang berbeda, ada yang jangkung, pendek, gemuk, dan juga kurus. Selain itu manusia juga memiliki warna kulit yang beragam seperti memiliki warna kulit putih ataupun berkulit hitam dan lain sebagainya. Semakin bertambah usia kedewasaan, seseorang akan mengalami perubahan pada fisik. Hal ini penting untuk diperhatikan baik fisik atau bentuk tubuh begitupun warna kulit yang dimilikinya.

Dengan banyaknya stigma atau penilaian yang ada dimasyarakat dapat mempengaruhi persepsi dan sikap manusia terhadap sesuatu termasuk standarisasi bentuk tubuh ideal. Adanya standarisasi tubuh ideal akhir-akhir ini banyak dibicarakan ditengah masyarakat, padahal seperti apapun bentuk tubuh manusia tidak seharusnya dijadikan permasalahan. Hal ini memungkinkan seseorang untuk membandingkan keadaan seseorang dengan orang lainnya yang memiliki tubuh yang ideal, kemudian memberikan sebuah komentar negatif yang menimbulkan rasa tidak percaya pada dirinya sendiri. Perlakuan ini sering disebut dengan istilah *body shaming* (Damanik, 2018:14). Dimana *body shaming* yaitu bentuk dari perilaku berkomentar negatif mengenai penampilan,

citra diri maupun fisik seseorang (Chaplin, 2005:129).

(Vargas 2017:60) mengungkapkan bahwa *body shaming* merupakan respon negatif berupa penghinaan, penilaian negatif yang dilakukan seseorang terhadap orang lain karena tubuh atau penampilan yang mana tidak sesuai dengan stigma serta perspektif masyarakat dalam menetapkan standar tubuh yang ideal pada umumnya.

Seseorang bisa memberikan perilaku *body shaming* secara verbal maupun non-verbal tergantung konteks yg ada seperti contoh di media sosial. Ketika kita berbicara tentang media, kita merujuk pada pesan yang disampaikan kepada audiens dan sebaliknya. Media adalah semacam perantara pesan dikirim dan dikembalikan oleh sumber dan penerima (Yasir, 2011:116).

Sosial media merupakan satu bentuk jenis teknologi untuk berbagi informasi dan berkomunikasi. Melalui media sosial memungkinkan informasi menyebar dengan mudah di masyarakat. Dari beberapa sosial media yang akhir-akhir ini banyak digunakan dan digemari masyarakat salah satunya adalah *Instagram*. *Instagram* adalah media sosial dimana seseorang bisa menggunakannya untuk mengunggah foto atau video yang berisikan informasi bahkan dijadikan sebagai alat komunikasi dan informasi (Atmoko, 2012 : 28)

Instagram memiliki andil yang besar dalam mempermudah manusia untuk bersosialisasi dan berinteraksi sehingga seseorang menjadikan *Instagram* sebagai media yang paling umum untuk melakukan tindakan *body shaming*. Hal ini dikarenakan postingan feed maupun story *Instagram* selalu berbentuk foto maupun video, sehingga saat terlihat adanya kecacatan fisik pada postingan

tersebut akan menjadi bahan untuk melakukan *body shaming* bagi warganet. Survei yang dilakukan oleh Lembaga donasi *antibullying Ditch The Label* mendapatkan hasil bahwa bentuk tindakan *body shaming* dalam hal ini ialah berkomentar negatif di postingan tertentu baik secara personal yang tidak bersahabat, menyebarkan postingan ataupun akun profil media sosial dengan mengolok-olok.

Lebih dari 10.000 remaja yang berdomosili di Inggris dengan rentang usia 12 hingga 20 tahun dijadikan sebagai sumber survei dari Lembaga ini. Hasil dari survei ini menunjukkan bahwa dari 42% korban *body shaming* mengaku mendapatkannya dari *Instagram*, pada tahun 2014 (*Ditch The Label*, 2020). Pada media sosial *Instagram* sendiri *Body shaming* cukup banyak terjadi, data yang diperoleh peneliti terdapat sekitar 223.000 postinan tentang *body shaming* dengan memakai tagar *#bodyshaming* (diakses pada 24 agustus 2021).

Adapun hal serupa juga terjadi di Indonesia, berdasarkan data dari MABESPolri mengatakan terdapat kasus sebanyak 966 penghinaan tentang fisik atau *bodyshaming* yang ditangani polri ditahun 2018. Diantaranya sebesar 347 kasus terselesaikan baik melewati pengukuhan hukum ataupun melalui mediasi dari korban maupun pelaku (Anggraini & Bambang, 2019:115) Peristiwa ini bukanlah peristiwa baru yang terjadi di dunia saat ini. *Studi Fit Rated* juga melakukan survei pada 1.000 orang laki-laki dan perempuan yang mengatakan bahwa perempuan lebih banyak mendapatkan perlakuan *body shaming* dari pada laki-laki (Hestianingsih, 2018).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Breennan,

Lalonde, & Bain yang menyatakan bahwa korban dari *body shaming* memang banyak didapatkan oleh perempuan ketimbang laki-laki. Sehingga ini akan menimbulkan efek di kehidupan sehari-hari dari berkurangnya tingkat kepercayaan diri apabila berhadapan dengan orang-orang karena seringkali mengalami kekerasan secara verbal maupun non verbal (Brennan, Lalonde & Bain, 2010:136).

Saat ini fenomena yang terjadi dari tindakan *body shaming* adalah munculnya *body shaming* yang dialami oleh salah satu *public figure* di Indonesia yang mendapatkan komentar negatif kolom komentar *Instagram* mengenai bentuk tubuh dan penampilannya. Kita seringkali tidak menyadari ketika melakukan *bodyshaming* dan kemudian bersembunyi dibalik kata gurauan.

Seseorang yang memiliki bentuk tubuh berbeda dengan orang lain cenderung merasa tidak percaya diri dikarenakan terdapat persepsi pada diri seseorang dimana dia tidak dapat memenuhi suatu hal yang menjadi sebuah standarideal pada masyarakat hingga muncul kecemasan pada dirinya kalau dia tidak diterima di masyarakat dan mejadi target korban tindakan *body shaming*. Untuk mereka yang tidak siap secara mental menerima perlakuan *body shaming* tentu halini akan membuat kepercayaan dirinya terganggu ketika beradaptasi dilingkungannya.

Dampak yang diterima dari tindakan *body shaming* cukup berarti terhadap kesehatan mental yang dialami dalam jangka waktu pendek maupun panjang. *bodyshaming* ini menjadikan fisik orang lain sebagai bahan gurauan yang tanpa disadari dapat berpengaruh terhadap kesehatan mental maupun sosial

seseorang (Sumi, 2019:59). Satu diantaranya dapat mengakibatkan korban memiliki pemikiran dan penilaian negatif pada dirinya hingga mengakibatkan korban menjadi tidak memiliki percaya diri.

Lauster menyatakan kepercayaan diri adalah sikap atau keyakinan dari kemampuan dirinya sendiri dalam melakukan tindakan-tindakannya sehingga tidak merasa cemas dan bebas untuk melakukan berbagai hal yang sesuai dengan keinginan dan dapat bertanggungjawab atas perbuatannya, sopan ketika berinteraksi dengan orang lain, mendapat dorongan untuk berprestasi serta bisa mengenal kekurangan dan kelebihan. Lauster berpendapat orang yang memiliki kepercayaan diri adalah orang dengan karakteristik yang tidak memerlukan dorongan dari orang lain, tidak egois atau mementingkan diri sendiri, optimis, dan bahagia (Lauster 2002:54)

Kepercayaan diri adalah yakin terhadap diri sendiri dan beranggapan kalaupun dalam kondisi yang baik hingga individu dapat manampakkan diri dan yakin dalam berperilaku (Sumi, 2019:59). Adapun Hambly mengartikan kepercayaan diri sebagai keyakinan pada diri sendiri dan mampu menagani berbagai situasi dengan perasaan tenang. Kepercayaan diri banyak kaitannya dengan percaya diri (*Self Confidence*) yaitu yakin atas kemampuan dan pandangan (*judgement*) pada diri sendiri dalam menyelesaikan tugas dan memilih pendekatan yang cukup efektif. Dimana hal ini termasuk dalam kepercayaan dan kemampuannya dalam menghadapi lingkungan yang menantang serta kepercayaan untuk membuat keputusan dan pendapatnya (Hambly, 1992:126).

Dari tiga pendapat diatas dapat diambil garis besar bahwa kepercayaan dirisebenarnya dapat timbul pada diri sendiri yang mana dengan kepercayaan diri ini seseorang mampu berfikir positif akan dirinya dengan kehidupan dilingkungannya yang mana dalam kasus kali ini lingkungan sosialnya.

Kepercayaan diri adalah variabel yang dapat mempengaruhi aspek-aspek dalam kehidupan seseorang dimulai dari pengambilan keputusan, memilih tujuan yang merupakan sebuah modal bagi seseorang untuk bisa menyelesaikan suatu masalah yang dihadapi termasuk menjadi korban tindakan *body shaming*. Dengan kata lain seseorang yang memiliki kepercayaan diri bisa melalui proses kognitif, motivasi emosi, dan pengambilan keputusan (Leila, 2014:114).

Kepercayaan diri seseorang yang terganggu bisa berdampak terhadap kehidupannya dan bisa mengacu ketika dia bersikap serta meyakinkan diri sendiri bagaimana seseorang bisa menerima pesan sosial dari lingkungannya. Ketika lingkungannya mengirim pesan yang positif maka akan dianggap bisa membuat kepercayaan dirinya tinggi, sebaliknya ketika seseorang menganggap kepercayaandirinya menurun maka pesan negatif yang dia diterima.

Adapun kepercayaan diri dapat menjadi faktor positif untuk dapat berinteraksi dengan baik, untuk mengekspresikan perasaan dan keinginan serta meminimalisir ketakutan sosial supaya mampu ketika menjalin kontak dengan lingkungan sekitarnya. Ketika memiliki tingkat rasa percaya diri yang cukup tinggi seseorang cenderung mempunyai pandangan yang positif terhadap kapasitasnya, dan mereka akan memiliki sebuah tekad dan keberanian yang kuat ketika mereka mengalami masalah dalam hidup.

Pada penelitian sebelumnya (Tria Fajariani Fauzia, 2019:87) yang berjudul Memahami pengalaman *body shaming* pada remaja perempuan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan teknik yang digunakan yaitu analisis data mengarah pada fenomenologi *clark moustakas* dan mendapatkan hasil yaitu setiap informan mengalami pengalaman *body shaming* yang berbeda-beda. Pada umumnya *body shaming* dilakukan dalam bentuk penghinaan secara verbal, tetapi beberapa kasus *body shaming* bisa menjalar pada *cyberbullying* berupa kekerasan fisik. Peristiwa *body shaming* meninggalkan bekas luka berbeda pada setiap individu yang mengalaminya, perlakuan *body shaming* ini membuat korban merasa tertekan atas apa yang dialami dan mereka akan cenderung menarik diri dari lingkungannya.

Penelitian dengan judul upaya peningkatan *body acceptance baseline* melalui gerakan *say no to body shaming* dikalangan pelajar kota Mojokerto yang dilakukan Shendi dengan menggunakan metode kualitatif dan pendekatan *elicitiv*. Penelitian ini menekankan pada proses interaktif antara fasilitator di kegiatan sosialisasi dan pelatihan skill yang diikuti peserta multi dimensi. Hasil dari penelitian yang dilakukan Shendi adalah dimasa remaja, remaja dinilai begitu sensitif dan sangat peduli pada bentuk tubuhnya karena disebabkan oleh faktor pubertas. Persepsi masyarakat mengenai standarisasi tubuh ideal dapat mempengaruhi penilaian seseorang terhadap diri sendiri apabila tidak mencapai standar tersebut yang kemudian dapat mempengaruhi penerimaan diri seseorang (*body acceptance*) terhadap lingkungannya. Ketika seseorang memiliki citra tubuh yang tinggi maka akan tinggi juga penerimaan diri

seseorang atas dirinya sendiri.

Pada penelitian ini, peneliti mencoba memperkaya temuan tentang *body shaming* dengan melihat gambaran terkait hal ini di lapangan. Setelah peneliti meneliti lebih dalam, peneliti menemukan beberapa kasus mahasiswi di anggota KSR-PMI yang mengeluh mendapatkan perlakuan *body shaming* dikolom komentar maupun story *Instagram* disertai komentar negatif mengenai postur tubuhmaupun penampilannya.

Kasus dalam penelitian ini adalah salah seorang anggota KSR-PMI Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dimana dia sering mendapatkan komentar negatif akan bentuk tubuhnya yang kurus sehingga mendapatkan julukan kurang menyenangkan dari teman-temannya. Kemudian pernah suatu ketika dia mengunggah sebuah foto di *platform Instagram* dan mendapatkan komentar negatif yang mana hal itu menyebabkan rasa malu dan tidak percaya jika baik lingkungan sosial maupun di dunia maya (*hasil wawancara*).

Anggota KSR-PMI Unit Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang adalah mayoritas perempuan dan seringkali ditemukannya permasalahan *body shaming* yang diakibatkan dari interaksi disosial media yang berupa komentarmaupun balasan story *Instagram*. Penelitian kali ini sangatlah penting untuk mengetahui seberapa besar pengaruh negatif dan positif akibat perilaku *bodyshaming*, dan juga mengetahui seberapa besar pengaruh perilaku ini terhadap kepercayaan diri dan mental seseorang.

Berdasarkan pemaparan diatas peneliti melihat adanya pengaruh *body shaming* terhadap *self confidence*, sehingga beberapa orang yang mengalami perlakuan *body shaming* merasa kurang percaya diri akan kondisi fisik yang dimiliki dan merasa malu ketika seseorang berkomentar tentang bentuk tubuhnya. Dengan demikian peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh *Body Shaming* di *Instagram* terhadap *Self Confidence* Anggota KSR-PMI Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang”**.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat variable *body shaming* pada anggota KSR-PMII Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?
2. Bagaimana tingkat variable *self confidence* pada anggota KSR-PMII Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?
3. Adakah pengaruh tingkat *body shaming* terhadap tingkat *self confidence* pada anggota KSR-PMII Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat variable *body shaming* pada anggota KSR-PMII Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Untuk mengetahui tingkat variable *self confidence* pada anggota KSR-PMII Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Untuk membuktikan pengaruh *body shaming* terhadap *self confidence* pada anggota KSR-PMII Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dengan baik untuk mengembangkan ilmu pengetahuan maupun untuk penelitian selanjutnya sebagaimana berikut:

1. Secara Teoritis

Dapat memberikan sumbangsih secara teoritis dengan memperbanyak kajian psikologi dan memperkaya ilmu pengetahuan dan informasi terlebih dalam bidang psikologi sosial yang berhubungan dengan *body shaming*.

2. Secara Praktis

Diharapkan penelitian ini memiliki manfaat untuk masyarakat sekitar baik terhadap pelaku ataupun korban tindakan *body shaming* agar bisa meningkatkan kepercayaan dirinya sehingga lebih mudah melakukan apapun yang ia inginkan dan cita-citakan dengan cuek maupun santai tanpa mendengarkan omongan atau penilaian orang lain diluar sana.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Penelitian Terdahulu

(Nadiatul Mawaddah, 2019:89) Judul “Dampak *Body Shaming* terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri di Desa Muara Uwai”. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana dampak dari tindakan *body shaming* terhadap kepercayaan diri remaja putri yang mengalami tindakan tersebut. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan teknik deskriptif. Hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwa remaja yang mengalami tindakan *body shaming* mengalami kehilangan rasa percaya diri, mengakibatkan kesulitan dalam bersosialisasi, tidak dapat bergaul secara fleksibel, mudah dipengaruhi oleh orang lain, kesulitan mengontrol diri saat menghadapi situasi sulit, kurangnya sikap toleransi, menghindari lingkungan sosial dan kesulitan dalam belajar.

(Surya Ananda Fitriani, 2019:31) dengan judul “Dampak *Body shaming* Sebagai Bentuk Kekerasan Terhadap Perempuan”. Perbedaan dari penelitian ini adalah, penelitian oleh Surya Ananda Fitriana merupakan penelitian kualitatif sedangkan penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian yang dilakukannya juga secara terfokus pada *dampak body shaming* sebagai tindak kekerasan bagi korban, sedangkan penelitian ini untuk menemukan apakah *body shaming* berpengaruh terhadap kepercayaan diri (Surya Ananda Fitriani, 2019:31). (Syarifah Amalia 2019:25) dengan judul

hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada korban *body shaming*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri terhadap korban *body shaming*. Dari penelitian tersebut hasil yang didapat adalah adanya hubungan dari kedua variabel yang signifikansi sebesar $0.000 < 0.05$ serta nilai koefisien korelasi sebesar 0.548 dan *body image* telah memberikan sumbangsih senilai 30 % terhadap kepercayaan diri yang didapat dari uji linear dengan melihat nilai dari *rsquare* sebesar 0.300 serta sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya. Maka dari itu terdapat hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada korban *body shaming* yang berjumlah 130 responden. Dari dua variabel memiliki kategorisasi hubungan yang sedang serta dari dua variabel tersebut memiliki hubungan yang positif, artinya semakin tinggi tingkat *body image* individu maka semakin tinggi kepercayaan diri pada korban *body shaming*.

(Bunga Nurika, 2016:113) dengan judul “Hubungan Konsep Diri dengan Kepercayaan Diri Remaja Yang Mengunggah Foto Selfie di *Instagram* (Ditinjau Dari Jenis Kelamin)” Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan kepercayaan diri pada remaja yang mengunggah foto selfie di *instagram* dan untuk mengetahui perbedaan kepercayaan diri ditinjau dari jenis kelamin dan usia. Hasil penelitian diperoleh (a) Ada hubungan positif yang sangat signifikan antara konsep diri dengan kepercayaan diri, artinya semakin positif konsep diri yang dimiliki semakin tinggi kepercayaan dirinya; (b) ada perbedaan yang sangat signifikan terhadap kepercayaan diri ditinjau dari jenis kelamin, artinya jenis kelamin laki-laki lebih

tinggi tingkat kepercayaan dirinya dari pada perempuan; (c) ada perbedaan yang sangat signifikan terhadap kepercayaan diri ditinjau dari usia, artinya usia 16-18 tahun lebih tinggi tingkat kepercayaan dirinyadaripada usia 14-15 tahun; (d) Konsep diri berkontribusi terhadap kepercayaan dirisebesar $r^2 = (0,480)^2 = 0,230$, $SE = 23\%$. Kedua variabel yakni konsep diri dan kepercayaan diri tergolong sedang.

Terdapat perberbedaan dalam penelitian ini dengan penelitian sebelumnya. dalam penelitian sebelumnya terdapat beberapa yang hanya menganalisa hubungan atau pengaruh *body shaming* dengan melibatkan variable yang lain. Akan tetapi tidak banyak penelitian yang mengidentifikasi pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri secara bersama-sama. selain itu terdapat penelitian yang menganalisa pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri dengan menggunakan metode kualitatif sedangkan pada penelitian menggunakan kuantitatif dengan mengambil populasi mahasiswa. Oleh sebab itu, selain untuk mengetahui pengaruhsecara parsial, penelitian ini juga menganalisa pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri secara simultan atau bersama-sama. Di dalam penelitian ini akandiketahui seberapa besar tingkat efektif dari masing-masing variabel independen terhadap varibel dependen.

B. Kajian Teori

1. *Self Confidence*

a. Pengertian *Self Confidence*

Percaya diri berasal dari bahasa Inggris yaitu *self confidence*

yang artinya percaya atas kemampuan, kekuatan dan penilaian diri sendiri. Jadi bisa dikatakan bahwa penilaian atas diri sendiri dapat berupa penilaian yang positif. Dimana penilaian yang positif ini nantinya akan memunculkan suatu motivasi pada diri individu untuk melangkah lebih jauh dan mau menghargai dirinya sendiri. Dalam kamus istilah Bimbingan dan Konseling percaya diri merupakan kondisi mental atau psikologis diri individu yang dapat memberikan keyakinan yang kuat untuk terhadap dirinya sehingga dapat melakukan atau membuat sebuah Tindakan. (Thantaway, 2005:87).

Kepercayaan diri merupakan faktor yang sangat penting bagi seseorang, karena sikap percaya diri akan membuat individu merasa optimis dan mampu untuk melakukan penyesuaian dengan lingkungan sosialnya. Kepercayaan diri didefinisikan berbeda-beda dalam literature psikologi. Lebih singkatnya dapat dikatakan sebagai bentuk keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimiliki individu sehingga keyakinan itulah yang akan membuat seseorang merasa mampu untuk mencapai berbagai tujuan hidupnya. (Thursan, 2005 :63).

Menurut Thursan, secara sederhana mengungkapkan bahwasanya kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut mempunyai merasa mampu untuk mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya (Thursan, 2005:63-64)

Adler menyatakan bahwa kebutuhan manusia yang paling

penting adalah kebutuhan akan rasa percaya diri dan rasa superioritas. Rasa percaya diri juga dapat diartikan sebagai suatu kepercayaan terhadap diri sendiri yang dimiliki setiap orang dalam kehidupan serta bagaimana orang tersebut memandang dirinya secara utuh dengan mengacu pada konsep dirinya (Rahmad, 1991:3).

Menurut Maslow kepercayaan diri itu diawali oleh konsep diri. Menurut Centi, konsep diri adalah gagasan seseorang tentang dirinya sendiri, yang memberikan gambaran kepada seseorang mengenai kepada dirinya sendiri. Sullivan mengatakan bahwa ada dua macam konsep diri, konsep diri positif dan konsep diri negatif. Konsep diri yang positif terbentuk karena seseorang secara terus menerus sejak lama menerima umpan balik yang positif berupa pujian dan penghargaan. Sedangkan konsep diri yang negatif dikaitkan dengan umpan balik negatif seperti ejekan dan perendahan (Bastaman, 2007:123).

Menurut Lauster Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau yakin atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam interaksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Lauster menggambarkan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri memiliki ciri-ciri tidak mementingkan diri sendiri, tidak membutuhkan dorongan orang lain, optimis, dan gembira (Lauster 2002:12) Menurut

Al-Uqshari rasa percaya diri adalah salah satu kunci kesuksesan dalam hidup. Untuk dapat mencapai kesuksesan dalam hidup kepercayaan diri sangatlah penting agar kita bisa memaksimalkan potensi yang ada dalam diri kita, maupun dalam pergaulan bermasyarakat. Al-Uqshari mendefinisikan rasa percaya diri adalah sebetulnya keyakinan kuat pada jiwa, kesepahaman dengan jiwa, dan kemampuan menguasai jiwa (Al-Uqshari, 2005 : 37)

Menurut Al-Uqshari tanpa rasa percaya diri, kita niscaya tidak akan bisa mencapai keinginan yang kita idam-idamkan, bahkan vitalitas, daya kreatifitas, dan jiwa petualangan yang kita miliki spontan akan beralih menjadi depresi, frustrasi dan patah semangat. Karena pada prinsipnya, rasa percaya diri secara alami bisa memberikan kita efektivitas kerja, kesehatan lahir batin, kecerdasan, keberanian, vitalitas daya kreativitas, jiwa petualangan, kemampuan mengambil keputusan yang tepat, control diri, kematangan etika, rendah hati, sikap toleran, rasa puas dalam diri maupun jiwa, serta ketenangan jiwa (Al-Uqshari, 2005 : 37)

Dari berbagai definisi diatas secara umum dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan kepercayaan diri adalah sikap percaya dan yakin akan kemampuan yang dimiliki dan dapat membantu seseorang untuk memandang dirinya dengan positif dan realitis sehingga ia mampu bersosialisasi secara baik dengan orang lain.

b. Indikator *Self Confidence*

Terdapat beberapa indikator untuk mengukur *self confidence* pada diri seseorang, salah satunya yaitu indikator menurut (Lauster, 2002:14). Indikator *self-confidence* menurut Lauster terbagi menjadi lima indikator, yaitu:

- 1) Percaya kepada kemampuan sendiri, tidak cemas dalam melaksanakan Tindakan-tindakannya, merasa bebas dan bertanggung jawab dalam melakukan hal – hal yang disukainya;
- 2) Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan;
- 3) Memiliki konsep diri yang positif, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, dan dapat menerima dan menghargai orang lain;
- 4) Berani mengungkapkan pendapat dan memiliki dorongan untuk berprestasi;
- 5) Mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

c. Aspek-Aspek *Self Confidence*

Ada beberapa Aspek dari kepercayaan diri seperti yang diungkapkan oleh (Lauster 2002: 15), adalah sebagai berikut :

- 1) Percaya pada kemampuan diri sendiri yaitu meyakini akan dirisendiri atas segala peristiwa yang benar-benar dimengerti
- 2) Optimis yaitu sikap positif seseorang yang selalu memilikitanggapan baik dalam menghadapi beberapa hal mengenai dirinya, baik itu impian maupun ketidakmampuan.
- 3) Objektif adalah orang yang memiliki keyakinan dalam memandang

suatu masalah atau beberapa hal dengan kebenaran yang hakiki, bahkan menurut pribadi maupun diri sendiri.

- 4) Bertanggung jawab yaitu seseorang bersedia untuk mengatur segala sesuatu yang telah menjadi pilihannya.
- 5) Rasional dan realistis yaitu telaah mengenai suatu problem, suatu fenomena, suatu hal, dengan pemikiran yang bisa diterima oleh akal dan sesuai dengan fakta.

d. Faktor-Faktor *Self Confidence*

Menurut (Atkinson dkk, 1978:166), hubungan sosial yang penting pada masa tahap pertama tahun kehidupan seseorang adalah bagaimana hubungannya dengan keluarga. Krisis psikologi yang dapat dialami oleh individu adalah berkembangnya kepercayaan dan ketidakpercayaan (*basic trust versus basic mistrust*), sehingga hasil yang menguntungkan pada fase tahapan ini ada rasa kepercayaan dan optimis. Setiap diri secara umum dianggap sebagai produk interaksi dari individu, kelompok dan lingkungan, jadi dalam proses pembentukan rasa percaya diri berawal dari lingkungan keluarga sebagai lingkungan terkecil dimana seseorang pertama kali berinteraksi dengan lingkungan sosial diluar dirinya, yang nantinya berperan untuk membentuk dan mempengaruhi kepribadiannya, (Lauser, 2002:14) Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi rasa percaya diri adalah sebagai berikut :

- 1) Kemampuan pribadi adalah kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menggambarkan diri dimana individu yang bersangkutan tidak terlalu

cemas dalam tindakannya, tiak tergantung dengan orang lain dan mengenal diri.

- 2) Interaksi sosial adalah mengenal bagaimana individu dalam berhubungan dengan lingkungannya bertoleransi dan dapat menerima serta menghargai orang lain.
- 3) Konsep diri bagaimana individu memandang dan menilai dirinya sendiri secara positif atau negatif, mengenal kekurangan dan kelebihan.

Dari uraian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah keluarga sebagai lingkungan sosial paling kecil dan juga adanya faktor dari dalam diri individu itu sendiri, kemampuan pribadi, interaksi sosial dan konsep diri.

e. ***Bentuk - Bentuk Self Confidence***

Apabila melihat literatur lainnya, terdapat beberapa istilah yang terkait dengan *self confidence*. (James, 1997:175) terdapat bentuk-bentuk dari *self confidence* antara lain :

1) *Self-concept*

Disini individu diajak melihat bagaimana individu tersebut melihat dirinya secara keseluruhan, bagaimana individu menyimpulkan dirinya secara keseluruhan, bagaimana individu mengkonsepkan dirinya secara keseluruhan.

2) *Self esteem*

Kemudian *self esteem* sendiri mengajak individu untuk

melihat sejauh mana dirinya memiliki perasaan positif, sejauh mana individu memiliki sesuatu yang dirasa bernilai sehingga individu tersebut meyakini sesuatu itulah yang memang bernilai, berharga dan bermartabat untuk dirinya.

3) *Self efficacy*

Dalam *self efficacy* individu dapat melihat sejauh mana dirinya memiliki keyakinan atas kapasitasnya untuk dapat menjalankan tugas atau mengatasi persoalan dengan hasil yang bagus (*general self efficacy*). Bisa juga individu melihat sejauh mana dirinya meyakini atas dengan kapasitas dibidang yang dimiliki untuk mengatasi persoalan ataupun urusan tertentu (*specific self efficacy*).

4) *Self confidence*

Yang terakhir yaitu *Self confidence* dimana individu dapat memiliki keyakinan atas kemampuan yang dimiliki dan merasakan kepantasan untuk berhasil.

2. *Body Shaming*

a. *Pengertian Body shaming*

Jika berbicara *body shaming*, maka kita mengetahui bahwa pengertiannya merupakan suatu bentuk tindakan yang mengomentari dan mengkritik fisik seseorang dalam bentuk tubuh, kulit, maupun citra diri orang lain. Adapun yang dimaksud dalam kritikan tersebut bukanlah merupakan kritikan yang positif atau kritikan yang membangun, melainkandengan tujuan untuk menjatuhkan atau mempermalukan orang

lain melalui kondisi fisik yang dimilikinya. Bukan hanya itu, *body shaming* juga suatu bentuk mengomentari atau mengkritik diri sendiri sebagai bentuk rendah diri dan kurangnya rasa syukur pada dirinya sendiri. (Surya, 2019:3).

(Serni, Sitti, & Hariyani 2020:134) *body shaming* adalah bentuk Tindakan mencela baik kepada orang lain maupun untuk dirinya sendiri karena penampilan fisik seperti kegendutan, terlalu kurus, jelek dll. Selain itu *body shaming* juga merupakan suatu kekerasan *emotional-verbal* yang kerap kali tidak disadari oleh pelaku *body shaming* yang dianggap sangat wajar dikalangan masyarakat. (Brigitta, Aristarchus & Ryan, 2018:12).

Body shaming adalah bentuk tindakan dari mengomentari kondisi fisik baik dalam hal penampilan maupun citra diri seseorang. (Chaplin, 2015:129). Ketika seseorang yang mengalami *body shaming* maka dia akan lebih memerhatikan citra tubuhnya dan menjadikannya sebagai sebuah obyek. Maka dari itu, dengan adanya *body shaming* akan menimbulkan adanya rasa cemas dan menurunnya rasa percaya diri terhadap diri sendiri sehingga mereka akan melakukan sesuatu hal yang dapat mengurangi rasa *insecure* pada dirinya yang membuat mereka menjadi sebuah obyek *body shaming*.

(Tri dan lintang 2019 : 23) *body shaming* adalah suatu bentuk kekerasan verbal . maksud dari kekerasan verbal adalah perkataan atau persepsi orang lain terhadap orang lain mengenai bentuk fisik. Ungkapan yang terdapat dari *body shaming* dapat menimbulkan respon negatif pada

orang lain sehingga menyebabkan orang lain merasa tidak nyaman.

(Sumi 2019:60) *body shaming* merupakan kritikan yang ditujukan terhadap diri sendiri ataupun orang lain. Kemudian dapat dikatakan bahwa *body shaming* yang terjadi secara terus menerus dan berkelanjutan kepada orang lain dapat menyebabkan terjadinya depresi kepada korbannya karena adanya rasa tertekan dan stress dalam lingkungannya sehingga dirinya merasa dianggap tidak dapat diterima keberadaannya karena kondisi fisik yang dimilikinya tidak sesuai dengan citra tubuh ideal yang terbentuk di tengah masyarakat.

b. Indikator *Body Shaming*

Indikator *body shaming* menurut (Lisa, 2018:34) yaitu:

1. Menerima kritik cara berpakaian
2. Menerima kritik gaya berbicara
3. Membandingkan fisik diri sendiri dengan orang lain
4. Dibanding-bandingkan fisiknya oleh orang lain
5. Dipanggil dengan sebutan yang buruk
6. Diejek yang mengarah pada fisik

c. Aspek-Aspek *Body Shaming*

Aspek *body shaming* menurut (Vargas, 2015:63) meliputi:

- 1) Mengomentari diri sendiri serta membanding-bandingkan dengan orang lain yang dirasa *perfect* (dambaan semua orang). Misalnya seseorang melihat dirinya memiliki wajah berjerawat dibandingkan orang lain yang memiliki wajah yang mulus.

- 2) Mengomentari penampilan atau fisik orang di depan orang tersebut dan membanding-bandingkan dengan orang lain. Misalnya mengatakan bahwa orang tersebut memiliki badan yang gemuk sehingga terlihat tidak enak.
- 3) Mengomentari penampilan atau fisik orang lain tanpa sepengetahuan orang tersebut. Misalnya membicarakan fashion teman yang terlihat kurang menarik

d. Faktor – Faktor *Body Shaming*

Ada beberapa penyebab mengapa orang melakukan *body shaming*. Dimulai dari lingkungan keluarga, dimana orang tua yang seharusnya memberikan dukungan psikis dan emosional, malah melakukan *body shaming* ke anaknya sendiri. Misalnya, berkomentar kamu kok gendutan sih dek, kulitmu ga sebersih kakakmu, kamu niru siapa sih rambutnya keriting (Eva & Fahyuni, 2019:68)

Kemudian anak yang seperti ini akan membawa nuansa tersebut di lingkungan sekolah, permainan atau pergaulan. Jadi, sebenarnya tidak ada anak yang dilahirkan untuk memermalukan bentuk tubuh anak lain, sampai orangtua atau lingkungan mengajarnya menurut Psikolog yang juga sebagai *head of Bullying Crisis Center*, Lutfi Arya, M.Psi., Psikolog (Eva & Fahyuni 2019:68)

e. Bentuk-Bentuk *Body Shaming*

(Diane, Papalia dkk 2009:23) mengungkap bahwa bentuk-bentuk *body shaming* antara lain :

1) *Fat Shaming*

Dilakukan dengan mengomentari ukuran tubuh seseorang yang dianggap tidak sesuai dengan standar citra tubuh yang ideal. Hal ini biasa dilakukan dengan memanggil orang tersebut dengan menggunakan nama-nama hewan yang memiliki ukuran besar, gajah, badak, panda misalnya. Hal ini sebagai bentuk mendeskripsikan bahwa seseorang yang dianggap gemuk masuk ke dalam kategori ini.

2) *Skinny Shaming*

Berbeda dengan fat, skinny adalah mengomentari bentuk tubuh seseorang yang kecil, tentu saja adalah ukuran yang tidak sesuai dengan standar ideal. Misalnya dengan memanggil dengan kurus, kurang gizi atau lainnya.

3) Rambut Tubuh / Tubuh Berbulu

Mengkritik tubuh seseorang karena rambut rambut yang tumbuh di tubuhnya, baik itu karena sedikit, seperti alis yang sedikit memanggilnya dengan sebutan tuyul, atau karena tumbuh begitu banyak memanggilnya dengan sebutan kera.

4) Warna Kulit

Mengkritik seseorang karena figmen kulit yang dimiliki, misalnya memanggilnya black karena kulitnya cenderung gelap.

f. *Body Shaming* dalam Pesspektif Islam

Agama memandang *body shaming* sebagai perilaku yang sangat tercela, hal ini ditegaskan dalam firman Allah :

قَالَتِ الْأَعْرَابُ آمَنَّا ۗ قُلْ لَمْ تُؤْمِنُوا وَلَكِنْ قُولُوا أَسْلَمْنَا وَلَمَّا يَدْخُلِ الْإِيمَانُ فِي قُلُوبِكُمْ

وَإِنْ تُطِيعُوا اللَّهَ وَرَسُولَهُ لَا يَلِتْكُمْ مِنْ أَعْمَالِكُمْ شَيْئًا ۗ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ ۗ

Artinya:....."Orang-orang Arab Badui berkata, "Kami telah beriman." Katakanlah (kepada mereka), "Kamu belum beriman, tetapi katakanlah "Kami telah tunduk (Islam)," karena iman belum masuk ke dalam hatimu. Dan jika kamu taat kepada Allah dan Rasul-Nya, Dia tidak akan mengurangi sedikit pun (pahala) amalmu. Sungguh, Allah Maha Pengampun, Maha Penyayang."

Dalam ayat ini Allah dengan sangat tegas menyerukan kepada hambanya untuk menghindari tindakan *body shaming*. Kemudian dikuatkan oleh hadist Rasulullah SAW mengenai larangan *body shaming*.

3. Tinjauan Islam *Self Confidence*

Self Confidence Menurut Perspektif Islam

Kepercayaan diri merupakan suatu aspek kepribadian manusia yang memiliki fungsi penting dalam meningkatkan kemampuan yang dimilikinya. Untuk mendapatkan rasa percaya diri, seseorang harus melalui beberapa proses. Proses yang pertama yang terjadi yaitu, manusia diwajibkan mempercayai Allah SWT (Ian, 2018:2-5).

Oleh karena itu, manusia harus percaya pada dirinya sendiri bahwa setiap melakukan sesuatu harus dibarengi dengan rasa optimisme. Optimis dapat membuat seseorang percaya diri dengan segala keputusan yang diambilnya. Al-Qur'an sebagai pedoman.

Umat Islam menegaskan mengenai kepercayaan diri yang terkandung dalam beberpa ayat-ayat yang mengindikasi percaya diri,

diantaranya adalah:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

Artinya "Sungguh, Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya".

Manusia diciptakan Allah SWT menjadi makhluk yang paling sempurna, karena manusia diberi suatu kelebihan dari makhluk lain di dunia, yaitu akal. sehingga Allah meningkatkan derajatnya sebagai makhluk yang paling baik. Manusia tidak dianjurkan untuk bersedih hati ataupun menyerah dan tidak percaya terhadap kemampuan yang dimilikinya. Apabila seseorang memiliki iman, maka salah satu ciri rasa percaya diri yaitu sikap optimis. Optimis merupakan suatu sikap positif dalam diri seseorang yang memiliki pandangan baik dalam menghadapi sesuatu dan kemampuan (Usman, 2016: 464).

4. Telaah Teks Psikologi

a. Sample Teks Psikologi

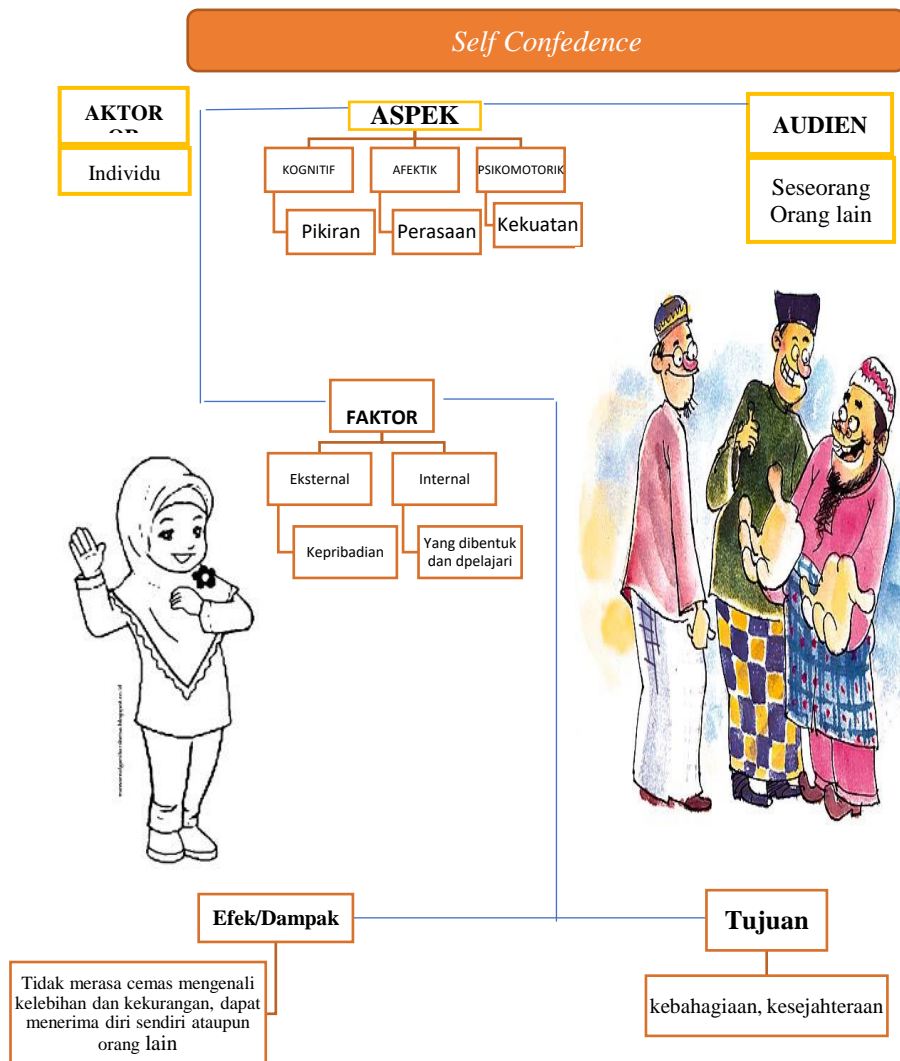
- 1) Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan yang dimiliki seseorang akan kemampuannya untuk bersikap seperti yang dibutuhkan untuk mencapai hasil yang diharapkan. (Bandura, 1977:87)
- 2) Sumber-sumber dari kepercayaan diri yaitu bisa didapat dari meningkatkakan dan menguasai potensi atau keterampilan diri sendiri dan menunjukkan kemampuannya secara fisik maupun mental. (Vealey 1998)

- 3) Kepercayaan diri adalah hasil dari percampuran antara pikiran dan perasaan yang melahirkan perasaan rela terhadap diri sendiri. (Yusuf, 2004:4)
- 4) Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap aspek kelebihanannya sehingga membuatnya merasa mampu untuk mencapai segala tujuan hidupnya. (Thursan, 2005:6)
- 5) Kepercayaan diri adalah Salah satu ciri kepribadian berupa keyakinan akan kemampuan diri sendiri Dengan cara ini mereka tidak akan terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai dengan keinginan mereka sendiri dan merasa bahagia, Optimis, toleran dan bertanggung jawab (Syaipul, 2012:159)
- 6) Kepercayaan diri merupakan sebuah kekuatan yang luar biasa bagaikan reaktor yang membangkitkan segala energi yang ada untuk mencapai sukses. (Nurla, 2011:60)
- 7) Kepercayaan diri merupakan tu keyakinan dan sikap seseorang terhadap kemampuan pada dirinya sendiri dengan menerima secara apa adanya baik positif maupun negatif yang dibentuk dan dipelajari (Alwisol, 2009:287)
- 8) kepercayaan diri adalah rasa percaya terhadap diri sendiri yang dimiliki setiap individu dalam kehidupannya, serta bagaimana individu tersebut memandang dirinya secara utuh dan menagacu kepada konsep diri (Asmadi Alsa, 2006:48)

- 9) Kepercayaan diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala sesuatu yang menjadi aspek kelebihan dan keyakinan tersebut agar merasa mampu mencapai berbagai tujuan hidup dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya (Gael, 1997:3)
- 10) Kepercayaan diri merupakan keyakinan bahwa seseorang dapat mengulangi suatu permasalahan dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan untuk orang lain (Lane, 2008:9).

b. Pola Teks Psikologi

Gambar. 1.1 Pola Teks Psikologi Tentang *Self Confidence*



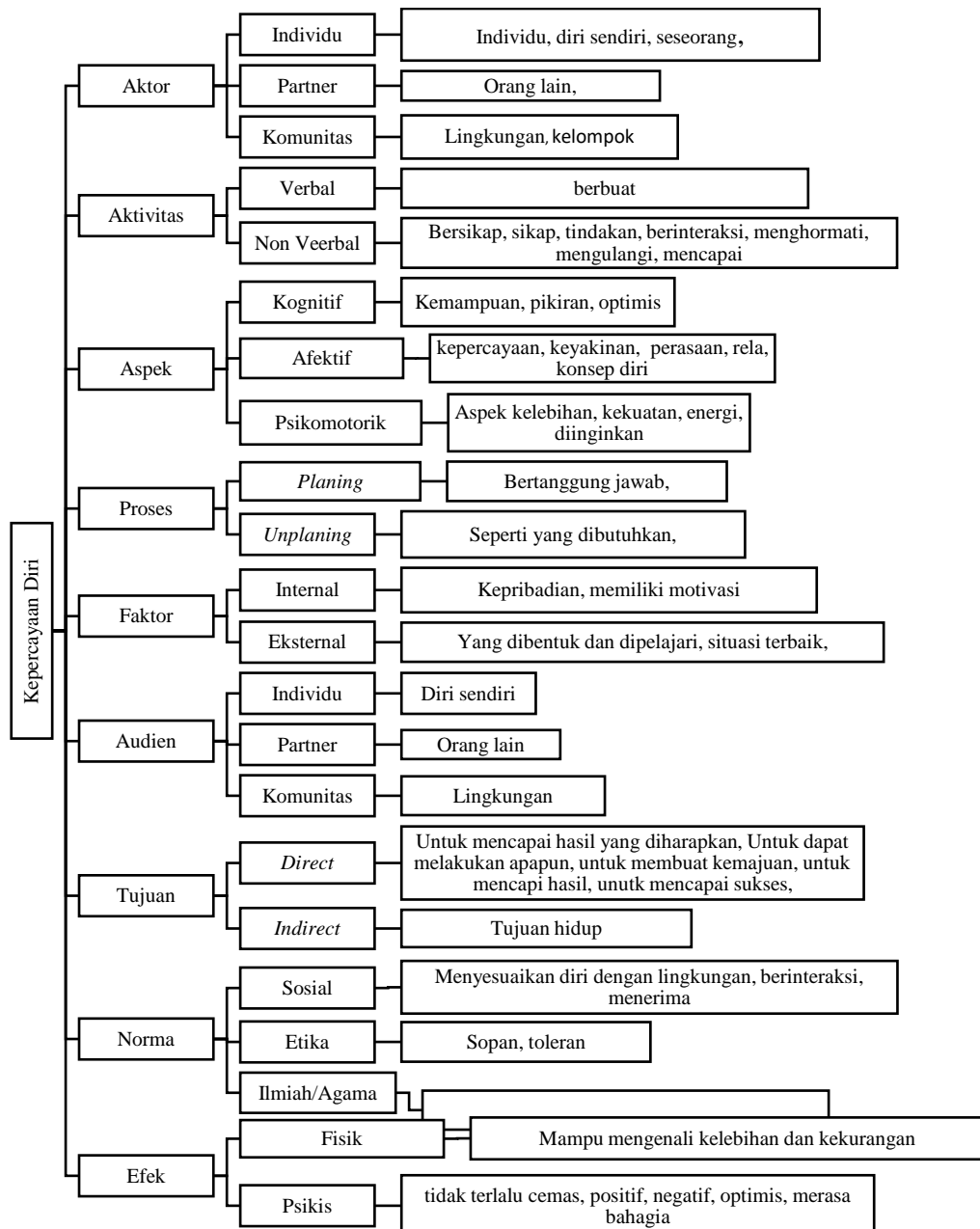
c. Analisis Komponen Psikologi

Table 1.1 Analisis Komponen Teks Psikologi Kepercayaan Diri

NO	KOMPONEN	KATEGORI	DESKRIPSI TEKS PSIKOLOGI
1	Aktor	Individu	Seseorang, individu
		Partner	Orang yang bersangkutan
		Komunitas, massa	Lingkungan, Kelompok
2	Aktivitas	Verbal	Merasa, perasaan, rasa percaya
		Non Verbal	Memandang, bersikap, sikap, berperilaku, tindakan, berinteraksi, menerima, menghormati, membangkitkan, mencapai, mengulangi
3	Aspek	Kognitif	Kemampuan, pikiran, optimis
		Afektif	Perasaan, aspek kelebihan, merasa bahagia
		Psikomotorik	Diinginkan, kekuatan, kelebihan, keyakinan, energi
4	Proses	<i>Planing</i>	Bertanggung jawab, reaktor kehidupan
		<i>Unplaning</i>	Seperti yang dibutuhkan
5	Faktor	Internal	Memiliki Motivasi, Kepribadian
		Eksternal	Yang dibentuk dan dipelajari, situasi terbaik, lingkungan
6	Audien	Individu	Diri sendiri
		Partner	orang lain
		Komunitas, massa	Lingkungan
7	Tujuan	<i>Direct</i>	Untuk dapat melakukan apapun, untuk membuat kemajuan, untuk mencapai segala tujuan hidup, untuk mencapai sukses, untuk mencapai hasil
		<i>Indirect</i>	tujuan hidup
8	Norma	Sosial	menyesuaikan diri dengan lingkungan
		Etika	sopan, toleran
		Ilmiah/Psikologi	memberikan sesuatu yang menyenangkan
9	Efek	Fisik	Dapat mengenali kelebihan dan kekurangan, hasil yang luar biasa
		Psikis	Tidak terlalu cemas, positif, optimis,

d. Mind Map

Gambar 1.2
Mind Map Teks Psikologi



e. Rumusan Konseptual Teks psikologi

1. Secara global kepercayaan diri adalah keyakinan individu terhadap orang lain berupa aspek kognitif, afektif atau motorik dengan tujuan memenuhi kebutuhannya sehingga individu mendapatkan efek fisik maupun psikis. Secara partikular adalah kolaborasi antar aspek kognitif, afektif, psikomotorik individu terhadap orang lain yang dipengaruhi oleh faktor eksternal dan internal meliputi kepribadian dan pengalaman agar orang yang bersangkutan mendapatkan kebahagiaan, kesejahteraan sehingga individu dapat mengenali kekurangan dan kelebihan yang berdampak secara psikis (*wellbeing* baik subyektif *wellbeing* maupun psikologis, meaning).
2. dan fisik (stronger dan *health*) tidak merasa cemas dan kemudian dapat menerima diri sendiri maupun orang lain.

2. Sample Teks *Self Confidence* dalam Al-Qur'an

a. Sample teks Al-Qur'an

- 1) Q.S. Ali Imron 3 ayat 138-139

هَذَا بَيَانٌ لِّلنَّاسِ وَهُدًى وَمَوْعِظَةٌ لِّلْمُتَّقِينَ

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

"Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.

Tabel 1.2 Analisis Deskripsi Makna Kosakata

No	Teks	Makna	Sinonim	Antonim	Aspek Psikologi
1	هَذَا بَيَانٌ	Inilah (Al-Qur'an)	مُصْحَفٍ, الْقُرْآنِ, سُورَةٌ	الدَّهْرِي, الطَّبِيعِي, الكَافِرِ	Norma

				المعطل	
2	لِلنَّاسِ	Untuk semua manusia	خَلَقَ، بَشَرَ، ابْنُ أَدَمَ، إِنْسَانَ	ذات، شخص فردى	Actor
3	وَهَدَى	Dan menjadi petunjuk	الارشاد، تَوْجِيهَات	مَحْرُومَ مَرْفُوضِ، الرِّج يَعِ مِنَ الْكَلَامِ المردود، الطريد	Proses
4	وَمَوْعِظَةً	Serta pelajaran	درس ج دروس، الأمثل ج أمثال، إِعْتَبَرَ، عِبْرَةً	المسيبة	Proses
5	لِلْمُتَّقِي	Bagi orang-orang yang bertaqwa	اتقى، الورع و التقوى	المعطل، مُلْحِد، الفاسق السفّار	Audien
6	تَهِنُوا	Kamu bersikap lemah	تَخَانِلَ - يَتَخَانِلُ، كِهِم - كِهَامَةٌ وَكُهُومًا، رِكًا - رِكًّا وَرِكَّةً وَرِكَاتَةً،	القوة	Aspek
7	تَحْزَنُوا	kamu bersedih hati	عَبَنَ - يَعْبِنُ، مُكْتَتِب & أَسَى - أَسَى، شَجِنَ - شَجِنًا وَشَجُونًا	أَسْعَدَ - يُسْعِدُ - أَسْعَدَ يُسْعِدُ - أَنْشَرَ حَ - يُنْشِرُ حَ	Efek, Aspek
10	الْأَعْلُونَ	Tinggi derajatnya	المذرع،	حَقِيرٍ، دَاخِ - دَيْخًا، بِلَاءٍ، حَقْرٍ - حَقَارَةٌ	Efek
11	مُؤْمِنِي	Orang-orang beriman	مُؤْحِد، دِيَانَةٌ، مَدَّهَب، عَقِيدَةٌ	المعطل، مُلْحِد، الفاسق السفّار	Audien

2) Q.S Al-an'am 6 ayat 116

وَإِنْ تُطِيعُوا أَكْثَرَ مَنْ فِي الْأَرْضِ لِيُضِلُّوكُمْ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ ۗ إِنَّ يَتَّبِعُونَ إِلَّا الظَّنَّ وَإِنْ هُمْ إِلَّا يَخْرُصُونَ

Artinya:Dan jika kamu menuruti kebanyakan orang-orang yang di muka bumi ini, niscaya mereka akan menyesatkanmu dari jalan Allah. Mereka tidak lain hanyalah mengikuti persangkaan belaka, dan mereka tidak lain hanyalah berdusta (terhadap Allah).

Table 1.3 Analisis Deskripsi Makna Kosakata

No	Teks	Makna	Sinonim	Antonim	Aspek Psikologi
1	وَإِنْ تُطِيعْ	dan jika kamu menuruti	أَتَفَّ - أَتَفَّا - أَطَاعَ ذَنْبٌ - يُطِيعُ ذَنْبًا	اجْتِنَاحٌ - يَجْتَنِاحُ جار على حق ، خَالَفَ - يُخَالَفُ - عَصَى يعصِي	Proses
2	أَكْثَرَ	Kebanyakan	بِكثِيرٍ, أَغْلَبَ	أَقْلَ , بِسَيِّئٍ مَعْرَ - مَعْرَا الشَّعْرُ , جَدَّ الشَّيْءُ أَزْفَ الشَّيْءُ	Aspek
3	مَنْ	orang-orang	جُمْهُورٌ	ذَاتٌ , شَخْصٌ فُرَادَى	Aktor
4	يُضِلُّوكَ	Menyesatkanmu	خَسِرَ وَاخْسِرَ , - خَدَعَ , - يَخْدَعُ - خَدَعَا أَضَلَّ يُضِلُّ	ضَاءٌ و ضَوْأٌ و - أَضَاءَ , نُورٌ يُنُورُ , دَرَّ السِّرَاجُ	Proses
5	سَبِيلِ اللَّهِ	jalan Allah	جَاهِدٌ - يُجَاهِدُ	قَاوَمٌ - يُقَاوِمُ دَفَعَ و دَافِعٌ	Tujuan
6	يَتَّبِعُونَ	(mereka) mengikuti	أَتَفَّ - أَتَفَّا - أَطَاعَ ذَنْبٌ - يُطِيعُ ذَنْبًا	اجْتِنَاحٌ - يَجْتَنِاحُ جار على حق ، خَالَفَ - يُخَالَفُ عَصَى - يعصِي	Norma
7	الظَّنَّ	Prasangka belaka	، تَحَيَّرَ , غَبْنٌ غَبْنٌ , سُوءُ الظَّنِّ	مُتَفَانِلٌ استبشر , تَفَالٌ و تَفَاعَلُ بِهِ	Aspek
10	يَخْرُصُونَ	Berdusta	، دَجَلٌ - يَدْجُلُ ، كَذَبٌ - يَكْذِبُ خَرَصٌ - خَرَصَا	، صَدَقٌ - يَصْدُقُ ، مَأْمُونٌ , تَجَرَّدُ إِسْتِقَامَةٌ	Norma

3) Q.S Yusuf 12 ayat 87

يَا بَنِيَّ اذْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَيَاسُوا مِنْ رُوحِ اللَّهِ ۗ إِنَّهُ لَا يَيْئَسُ
مِنْ رُوحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ

Artinya: Hai anak-anakku, pergilah kamu, maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir

Tabel 1.4 Analisis Deskripsi Makna Kosakata

No	Teks	Makna	Sinonim	Antonim	Aspek Psikologi
1	يَا بَنِيَّ	Hai anak-anakku	لِرُكْبَةِ النَّجْلِ، لَشَلْحِ الْوَلَدِ	العدو	Aktor
2	ادْهَبُوا	Pergilah kamu	إِبتَعَدَ - يَبْتَعِدُ، شَحَّ - كَشَعًا، بَقَعَ - بَقَعًا، غَرَبَ و غَرَبَ	فان - فَيَنَّا، أَتَى - يَأْتِي، أَقْبَلَ - يُقْبِلُ، أَجَلَ	Aktivitas
3	تَحَسَّسُوا	Maka carilah kamu berita	نَشَدَ - يَنْشُدُ، فَرَّ عن الأمرِ، إِبْتَغَى - يَبْتَغِي	رمى يرمي	Proses, Aktivitas
4	مَنْ يُوسُفَ	Tentang yusuf	إِبْنِ، وَوَلَدِ، غُلَامٍ، صَبِيٍّ	إِبْنَةٌ، أُنْسَاءُ، بِنْتٌ، صَبِيَّةٌ	Audien
5	وَأَخِيهِ	Dan saudaranya	الْبَدَنَةَ، صِنُو، الأخوي، الرضيع	العدو	Audien
6	وَلَا تَيْأَسُوا	Dan janganlah kamu berputus asa	قَبِظَ يَقْبِظُ، يَيْئَسُ، جَزِعَ	مُتَقَابِلٌ، استبشر، تَفَالٌ و تَفَاعُلٌ بِهِ	Efek
7	مِنْ رَوْحٍ	Dari rahmat	الْحَنَانَ و التَّحَنُّنُ، السَّكَنُ. تَرَحَّمَ - يَتَرَحَّمُ	أَبْغَضَ - يُبْغِضُ، كَرِهَ - يَكْرَهُ، لَعَنَ - يَلْعَنُ	Tujuan
10	اللَّهِ	Allah	رَبِّ، إِلَهٍ، إِلَهٍ، مَعْبُودٍ	وَتَنَ، الْكَلَّ، الْمَلَأَتْ، هَبَلُ، مَنَاءُ،	Aktor
11	لَا يَيْئَسُ	Tiada berputus asa	مُتَقَابِلٌ، استبشر، تَفَالٌ و تَفَاعُلٌ بِهِ	قَبِظَ يَقْبِظُ، يَيْئَسُ، جَزِعَ	Efek
12	الْقَوْمِ	Kaum	عَشِيرَةٌ، عَوَاغٍ، الشَّعْبِ	ذات، شَخْصٌ، فُرَادَى	Aktor, Audien

4) Q.S Az-zumar ayat 53

قُلْ يُعْبَا دِي الَّذِينِ اسْرَفُوا عَلَىٰ اَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللّٰهِ ۗ اِنَّ اللّٰهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ
جَمِيعًا ۗ اِنَّهٗ هُوَ الْعَفُوُّ الرَّحِيْمُ

Artinya:Katakanlah: Hai hamba-hamba-Ku yang malampaui

batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya Sesungguhnya Dialah Yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.

Tabel 1.5 Analisis Deskripsi Makna Kosakata

No	Teks	Makna	Sinonim	Antonim	Aspek Psikologi
	قُلْ	Katakanlah	تَكَلَّمَ - يَتَكَلَّمُ حَادَثَ - يُحَادِثُ زَعَمَ	سَمَطٌ - سَمَطًا , وَسُمُوْطٌ أَبْكَمَ , أَسْكُتُ سَكَتٌ - يَسْكُتُ	Aktivitas
2	يَعْبَادِي	wahai hamba-hambaku	الْوَالِيَّةِ , الرَّقِيقِ , عِبَادِ اللَّهِ	الْمَلِكِ , سَيِّدٍ , سَائِدٍ مُطٍ	Audien
3	الَّذِينَ أَسْرَفُوا	yang melampaui batas	أَفْرَطَ - يُفْرِطُ , تَعَدَّى يَتَعَدَّى , اسْتَعْرَقَ - الغَايَةَ	أَنْحَسَرَ - يَنْحَسِرُ - الْخَصْنَ , قَلَّلَ يُقَلِّلُ	Faktor
4	أَنْفُسِهِمْ	diri mereka sendiri	ذَاتِ , شَخْصٍ فِرَادِي	عَشِيرَةَ , عَوْءَاءِ الشَّعْبِ	Aktor
5	لَا تَقْتُطُوا	janganlah kamu berputus asa	فَقِطَ , يَقْنُطُ , يَيْسَ جَزَعِ	مُتَفَائِلٌ , اسْتَبْشَرَ تَفَالٌ وَ تَفَاعُلٌ بِهِ	Efek
6	رَحْمَةِ اللَّهِ	rahmat Allah	الْمَرْحَمَةِ	أَبْغَضَ - يُبْغِضُ وَكْرَهُ - يَكْرَهُ لَعَنَ - يَلْعَنُ	Tujuan
7	يَغْفِرُ	Mengampuni	سَامَحَ - يُسَامِحُ صَفَحَ - يَفْصِحُ , عَذَرَ - يَغْذِرُ , غَفَرَ - يَغْفِرُ	أَذَانَ - يُذِنُ شَتَمَ - يَشْتُمُ سَبَّ - يَسُبُّ - اسْتَنْكَرَ يَسْتَنْكِرُ	Norma sosial
10	الدُّنُوبِ	dosa-dosa	أَثْمٌ , حَرْجٌ , الْأَثْقَالِ , سَيِّئَةٌ	ثَوَابٌ , الْأَجْرُ , انْتَجَرَ , الْفَضْلُ	

5) QS. Al-Ankabut 29 ayat 41-43

إِنَّ اللَّهَ يَعْلَمُ مَا يَدْعُونَ مِنْ دُونِهِ مِنْ شَيْءٍ ۗ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ
تِلْكَ الْأَمْثَالُ لِنَّا سِ ۚ وَمَا يَعْقِلُهَا إِلَّا الْعُلَمَاءُ

Artinya:..... "Sungguh, Allah mengetahui apa saja yang mereka sembah selain Dia. Dan Dia Maha Perkasa, Maha Bijaksana. Dan perumpamaan-perumpamaan ini Kami buat untuk manusia; dan

tidak ada yang akan memahaminya kecuali mereka yang berilmu.

Table. 1.6 Analisis Deskripsi Makna Kosakata

No	Teks	Makna	Sinonim	Antonim	Aspek Psikologi
1	يَعْلَمُ	Mengetahui	دَرَى - دَرِيًّا وَدِرِيَّةً، فَهْمٌ نَبِيْنٌ - يَنْبِيْنٌ	إِحْتَفَظَ - يَحْتَفِظُ، نَمَسَ - نَمَسًا، أَخْفَى يُخْفِي	Proses
2	يَدْعُونَ	Apa saja	أَيِّ، أَيِّمٌ	إِجْتَرَأَ - يَجْتَرِئُ بَعْضُ، الشَّدَا	Aspek
3	ذُوْنِهِ	Disembah	مَعْبُودٌ، النَّصَمَةُ	رَذَلٌ، أَخْزَى أَهَانَ، يُخْزِي - يُهَيِّنُ، أَبِي يَأْبُو	Norma agama
4	الْعَزِيْزُ	Maha Perkasa	جَبَّارٌ، شَدِيْدٌ قَوِيٌّ	رَكٌّ - رَكًّا وَرَكَّةً وَرَكَاكَةً، ضَعِيْفٌ سَخْفٌ - سَخْفًا وَسَخَافَةً	Efek
5	الْحَكِيْمُ	Maha bijaksana	حَصِيْفٌ، عَاقِلٌ كَيْسٌ، مُنْزَنٌ	عَاقِلٌ، مُسْتَهْتَرٌ السَّادِرُ، أَعْطَبٌ - يُعْطَبُ -	Aspek kognitif
6	الْأَمْثَالُ	Perumpamaan-perumpamaan	عِبَارَةٌ، تَعْبِيْرٌ، بَيَانٌ، اِنْفِجَازٌ، اِقْتِرَاحٌ، اِظْهَارٌ	الْجَهْلُ	Proses
7	نَضْرِبُهَا	Kami buat	خَلَقَ - يَخْلُقُ، أَوْجَدَ، اِخْتَرَعَ، بَدَعَ وَابْتَدَعَ الشَّيْءَ	أَفْسَدَ - يَفْسِدُ - أَعْطَبَ - يُعْطَبُ، حَطَمَ - يَحْطُمُ، خَرَبَ - يَخْرِبُ	Proses

6) QS. Al-Hujurat 49: Ayat 14

قَالَتِ الْأَعْرَابُ آمَنَّا ۗ قُلْ لَمْ تُؤْمِنُوا وَلَكِنْ قُولُوا أَسْلَمْنَا وَلَمَّا يَدْخُلِ الْإِيمَانُ فِي قُلُوبِكُمْ
وَإِنْ تُطِيعُوا اللَّهَ وَرَسُولَهُ لَا يَلِتْكُمْ مِنْ أَعْمَالِكُمْ شَيْئًا ۗ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ ۗ

Artinya : "Orang-orang Arab Badui berkata, "Kami telah beriman." Katakanlah (kepada mereka), "Kamu belum beriman, tetapi katakanlah "Kami telah tunduk (Islam)," karena iman belum masuk ke dalam hatimu. Dan jika kamu taat kepada Allah dan Rasul-Nya, Dia tidak akan mengurangi sedikit pun (pahala) amalmu. Sungguh, Allah Maha Pengampun, Maha Penyayang."

Table. 1.7 Analisis Deskripsi Makna Kosakata

No	Teks	Makna	Sinonim	Antonim	Aspek Psikologi
1	آمَنَّا	Beriman	آمَنَ - يُؤْمِنُ بِ	- المعطل, كفر الفاسق, يكفر كفور, ملحد السقار	Aspek
2	تؤمنوا	Kamu belum beriman	آمَنَ - يُؤْمِنُ بِ	- المعطل, كفر الفاسق, يكفر كفور, ملحد السقار	Aspek
3	أسلمنا	Tunduk	خنع - خنوعا, مدعان, مدعن	إجتاح - يجتأح جار على حق - خالف - يخالف, عصي يعصي	Norma
4	يدخل	Masuk	ولج - يلج	ابتعد - يبتعد شع - كشعا بقع - بقعا, غرب و غرب	Aktivitas
5	الإيمان	Iman	دين, بيانه عقيدة, مذهب	كفر - يكفر, كفور	Aspek Afektif
6	قلوبكم	Hatimu	فؤاد	الفكر	Aspek Afektif
7	تطيعوا	Taat	انتمرب, صالح, مدعان, مدعن	إجتاح - يجتأح جار على حق خالف - يخالف عصي - يعصي	Norma sosial
10	الله	Allah	رب, إله, معبود	الكل, وثن هيل, اللات مناة	Aktor
11	ورسوله	Dan Rasulnya	نبي	-	Aktor
12	يلتكم	mengurangi sedikit pun	صغر - يصغر اقتطع - يفتطع تصاعل يتصاعل تناقص يتناقص	زاد - يزيد, ازداد يزداد, كثر -	Aspek
13	أعمالكم	Pahala	الأجر, الثواب و المتوبة	أثم, حرج الأثقال, سيئة	Tujuan
14	عفور	maha pengampun	صفوح, تواب, أجر	أدان - يدين شتم - يشتم سب - يسب استنكر يستنكر	Noma

15	رَحِيمٌ	maha penyayang	رُؤُوفٌ, رَقِيقٌ الْقَلْبِ الحَنُونِ و الْحَنَانِ	أَبْعَضَ - يَبْعُضُ كُرِهَ - يَكْرَهُ لَعَنَ - يَلْعَنُ	Norma
----	---------	----------------	---	---	-------

7) QS. Al-Mujadilah 58: Ayat 10

إِنَّمَا النَّجْوَى مِنَ الشَّيْطَانِ لِيَحْزُنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَلَيْسَ بِضَأٍ رَّهْمٍ شَيْئًا إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ ۗ وَعَلَى اللَّهِ
فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ

Artinya "Sesungguhnya pembicaraan rahasia itu termasuk (perbuatan) setan, agar orang-orang yang beriman itu bersedih hati, sedang (pembicaraan) itu tidaklah memberi bencana sedikit pun kepada mereka, kecuali dengan izin Allah. Dan kepada Allah hendaknya orang-orang yang beriman bertawakal.

Tabel 1.8 Analisis Deskripsi Makna kosakata

NO	Teks	Makna	Sinonim	Antonim	Aspek Psikologi
1	النَّجْوَى	Pembicaraan Rahasia	بَطْنٌ - يَبْطِنُ خُفْيَةً , خُفْيَةً, خُفَى - يُخْفِي	إِنْفَتَحَ - يَنْفَتِحُ, اسْتَهْدَفَ, اسْتَهْلَ - يَسْتَهْلُ	Proses
2	الشَّيْطَانِ	Setan	شَيْطَانٌ , شَيْطَانٌ جِنٌّ, عَفْرِ يْتِ الشَّيْطَانِ ج شَيْطَانِينَ	المرسلات, الصافات, الشاهد , الملائكة	Aktor

3	لِيَحْزُنَ	Perbuatan	الفِعْلُ ج أفعال : العَمَل	المعاش : العول :	Aktivitas
4	أَمَنُوا	Orang yang Beriman	أَمَنَ – مِنَ بِرَبِّهِمْ	كافر	Audiens
5	بِضَاءٍ رَهْمِ	Membawa Bencana	حامل الكارثة	حامل الرزق	tujuan
6	بِإِذْنِ	Dengan izin Alla	اتفاق	المنع	Norma
7	الله	Allah	رب	البهار : الصنم	Audiens
8	فَلْيَتَوَكَّلِ	Bertaqwa	ثقة	استقلال	Aspek
9	الْمُؤْمِنُونَ نَ	Orang-orang yang Beriman	امن	كافر	Audiens

8) QS. Ali Imran 3 ayat 146

وَكَايِنَ مِّنَ نَّبِيِّ قُتِلَ مَعَهُ رَبِّيُونَ كَثِيرٌ فَمَا وَهَنُوا لِمَا أَصَابَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ
وَمَا ضَعُفُوا وَمَا اسْتَكَانُوا وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ

Artinya :Dan betapa banyak nabi yang berperang didampingi sejumlah besar dari pengikut(nya) yang bertakwa. Mereka tidak (menjadi) lemah karena bencana yang menimpanya di jalan Allah, tidak patah semangat dan tidak (pula) menyerah (kepada musuh). Dan Allah mencintai orang-orang yang sabar." QS. Ali 'Imran 3: Ayat 14.

Tabel 1.9 Analisa Deskripsi Makna Kosakata

No	Teks	Makna	Sinonim	Antonim	Aspek Psikologi
1	نَبِيٍّ	Nabi	رَسُولٌ	-	Audien
2	قَاتِلٌ	Berperang	جَاهِدٌ - يُجَاهِدُ, تَحَارَبٌ - يَتَحَارَبُ, حَارِبٌ - يُحَارِبُ	السلام	Aktivitas
3	رَبِيبُونَ	Pengikutnya	شَيْعَةٌ, الْمُؤَالِي, نَصِيرٌ, الْمَلَازِمُ	العكس	Aktor
4	فَمَا وَهَنُوا	Mereka (tidak) menjadi lemah	إِحْتَمَلٌ - يَحْتَمِلُ, صَنِمٌ - صَنَمًا, قَوِيٌّ, شَدٌّ, عَكَرٌ, اضْطَلَعُ	ضعيف	Aspek
5	أَصَابَهُمْ	Bencana yang menimpanya	رُزْءٌ, مِحْنَةٌ, فَاجِعَةٌ, الْبَلَاءُ, بَلَاءٌ	رحمة الله	Efek
6	فِي سَبِيلِ اللَّهِ	Dijalan Allah	فِي سَبِيلِ اللَّهِ	انحرفت	Tujuan
7	ضَعُفُوا	Semangat	حَمَاسٌ, شَجَعٌ - يُشَجِّعُ, لَعِيرَةٌ, حَمِيَّةٌ	بطيا	Aspek, Efek
10	اسْتَكْبَرْنَا	Meyerah (kepada musuh)	أَقْلَعٌ - يُقْلِعُ, خَضَعٌ - يَخْضَعُ, تَنَازَلٌ - يَتَنَازَلُ, يَنْسِنُ, سَلَّمَ إِلَى الْعَدُوِّ	يكابد	Efek
11	الله	Allah	رَبِّ, إِلَهِ, مُعْبُودٌ	وَتَنُّ, الْكَلُّ,	Aktor

				اللآت, مناة, هبل	
--	--	--	--	---------------------	--

9) QS. Fussilat 41 ayat 30

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

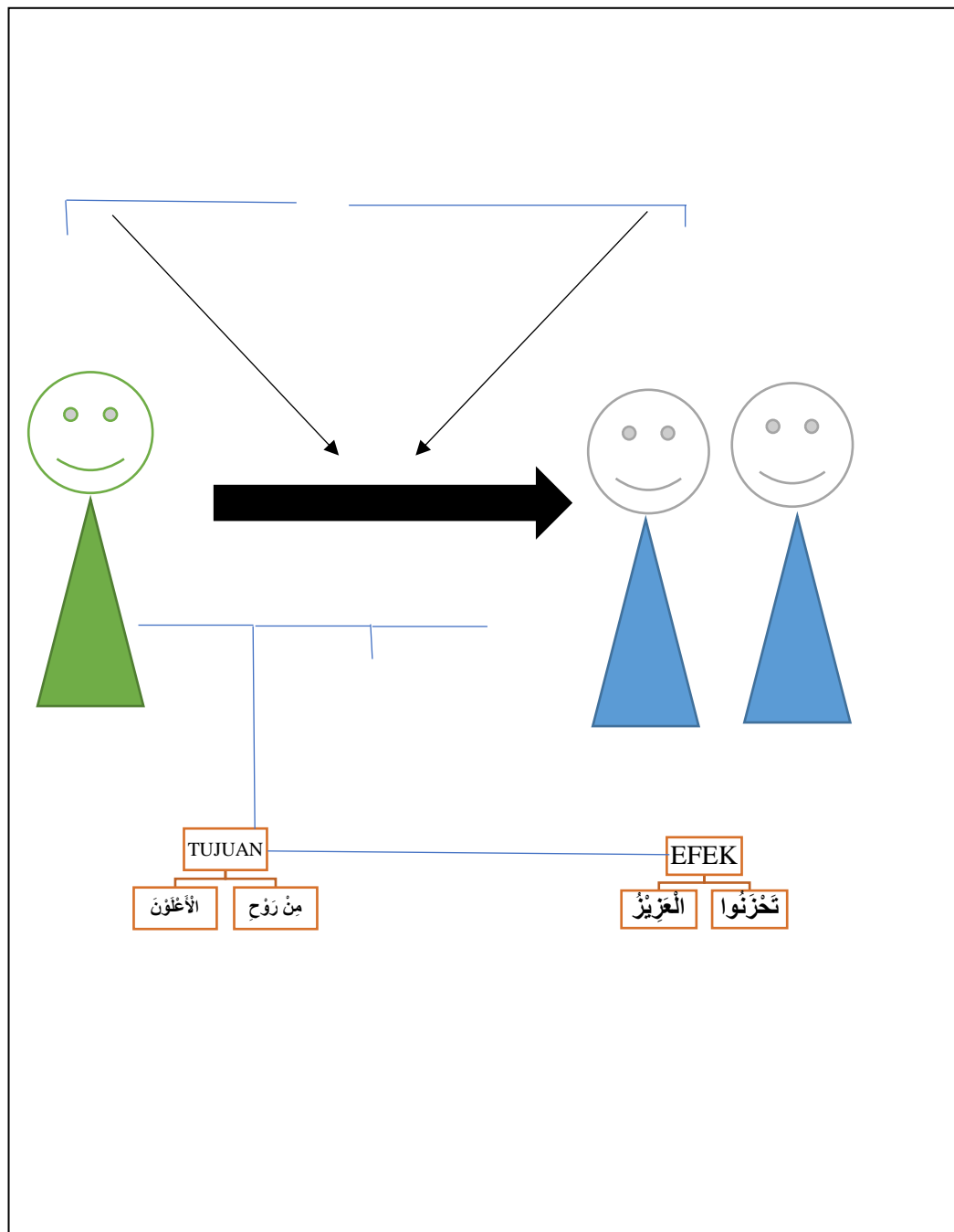
Artinya: "Sesungguhnya orang-orang yang berkata, "Tuhan kami adalah Allah" kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka maka malaikat-malaikat akan turun kepada mereka (dengan berkata), "Janganlah kamu merasa takut dan janganlah kamu bersedih hati; dan bergembiralah kamu dengan (memperoleh) surga yang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

Tabel 1.10 Analisis Deskripsi Makna Kosakata

No	Teks	Makna	Sinonim	Antonim	Aspek Psikologi
1	الَّذِينَ	Orang-orang	الناس	الغائب	Aktor
2	قَالُوا	Berkata	تكلم- يتكلم	سكت يسكت	Aktivitas
3	رَبُّنَا	Tuhan kami	الله	وثن , الكل, اللآت , هبل, مناة,	Audien
4	تَتَنَزَّلُ	Pendirian	مؤسسه	تردد	Faktor
5	الْمَلَائِكَةُ	Malaikat	جنية	شيطان	Audien
6	تَخَافُوا	Kamu takut	حاف - يخاف	شجاع	Efek
7	تَحْزَنُوا	Kamu bersedih hati	بكاء	فرح يفرح	Efek
8	أَبْشِرُوا	Bergembiralah kamu	سعيدة	حزين	Efek, Aspek

b. Pola Teks Psikologi Menurut Perspektif Islam

Gambar 1.3 Pola Teks Psikologi tentang *Self Confedenc*



c. Analisis Komponen Teks Psikologi

1.11 Analisa Komponen Teks Psikologi *Self Confidence*

NO	KOMPONEN	KATEGORI	DESKRIPSI TEKS PSIKOLOGI
1	Aktor	Individu	يَا بَنِيَّ, نَفْسِهِمْ
		Partner	مَنْ, الْكَافِرُونَ
		Komunitas, massa	لِنَّا س, الْقَوْمُ,
2	Aktivitas	Verbal	قُلْ,
		Non Verbal	أَذْهَبُوا, تَحَسَّسُوا
3	Aspek	Kognitif	الْعَلِمُونَ,
		Afektif	تَحَزَّنُوا, الظَّنْ,
		Psikomotorik	تَهَنُّوا, الَّذِينَ أَسْرَفُوا,
4	Proses	<i>Planing</i>	وَمَوْعِظَةٍ, وَإِنْ تَطَعْ, كَثُرَ, يُضْلِكُ,
		<i>Unplaning</i>	تَحَسَّسُوا وَهْدَى
5	Faktor	Internal	الإِيمَانُ
		Eksternal	تَطِيعُوا
6	Audien	Individu	مَنْ يُوسِفَ, يُعْبَأُ دِي,
		Partner	لِلْمُتَّقِي, وَوَمِنِي, وَأَخِيهِ, اللَّهُ
		Komunitas, massa	لِنَّا س, الْقَوْمُ
7	Tujuan	<i>Direct</i>	الأَعْلُونَ
		<i>Indirect</i>	مِنْ رُوحِ,
8	Norma	Sosial	خُرُصُونَ, يَعْفِرُ
		Etika	فَلْيَتَوَكَّلْ
		Ilmiah/Psikologi	هَذَا بَيَانٌ,
9	Efek	Fisik	العَزِيْزُ
		Psikis	تَحَزَّنُوا, الأَعْلُونَ, وَلَا تَيْأَسُوا,

d. ksplorasi dan Tabulasi Teks Islam Tentang *Self Confidence*Table 1.12 Eksplorasi dan Tabulasi Teks Islam *Self Confidence*

NO	KOMPONEN	KATEGORI	TEKS	MAKNA	SUMBER	JUMLAH
1	Aktor	Individu	يَا بَنِيَّ , نَفْسِهِمْ	wahai anakku, dirinya sendiri	2:157, 2:177, 17:19, 23:55, 23:61	5
		Partner	مَنْ, الْكَافِرُونَ	siapa, orang orang kafir	5:2, 5:80, 37:25, 2:145	4
		Komunitas, massa	لِنَّاسٍ, الْقَوْمِ ,	bgi manusia, kaum	2:91, 2:93, 2:97, 3:28, 3:72, 3:121, 3:124, 3:160, 3:164, 3:175, 4:84, 4:141, 7:72, 9:13, 9:79, 11:40, 10:2, 24:47	18
2	Aktivitas	Verbal	قُلْ ,	Katakanlah	31:3, 33:17, 33:21, 33:43, 36:44-45, 39:9, 2:157, 2:175, 2:221, 67:12, 68:32, 57:20-21, 49:3, 3:160, 4:85, 7:192, 8:19, 8:72, 8:74	21
		Non Verbal	اَذْهَبُوا, تَحَسَّنُوا	pergilah, waspadalah	2:221, 67:12, 68:32, 57:20- 21, 16:98, 12:79, 11:43, 41:36, 72:6	10
3	Aspek	Kognitif	الْعُلَمَاءُ,	orang orang yang mengetahui	2:218, 3:195, 4:89, 4:97, 4:100, 8:72, 8:74, 9:20, 16:41, 22:58, 24:22, 29:8, 59:8	13

		Afektif	تَحَرُّنُوا الظَّنَّ ,	bersedih, berprasangka	2:58, 2:105, 2:110, 2:148, 2:200-201, 2:215, 2:220, 2:269, 3:120, 3:134, 3:148, 8:23, 8:70, 10:107-108, 10:11, 17:11, 22:36, 22:77	20
		Psikomotorik	تَهْنُؤُوا , الَّذِينَ أَسْرَفُوا ,	orang orang yang menyianyiakan, berbahagialah	2:254, 2:261, 3:17, 3:92, 3:180, 14:31, 17:29, 25:67, 26:88, 32:16, 35:29, 36:47, 42:38, 51:19, 57:7, 57:10, 57:11, 57:18, 63:10, 64:16, 64:17, 73:20, 107:3	23
4	Proses	Planing	وَمَوْعِظَةً , وَإِنْ تَطَعْتُمْ كَثُرَ . يُضِلُّوكُمْ , تَحَسَّسُوا	nasehat, jika patuh, meningkatkan	17:24, 24:22, 90:17	3
		Unplaning	وَهَدَى	petunjuk, hidayah	17:24, 24:22, 90:17	3
5	Faktor	Internal	الإِيمَانُ	iman, percaya	27:53, 28:83, 29:16, 30:31, 31:33, 33:1, 33:32, 33:37, 12:25, 12:107, 12:110, 17:58, 18:2, 18:58, 20:48, 28:40, 32:21, 39:40, 34:14, 36:45, 33:70, 38:28, 38:49, 44:51, 45:19, 47:15, 47:17, 47:36	28

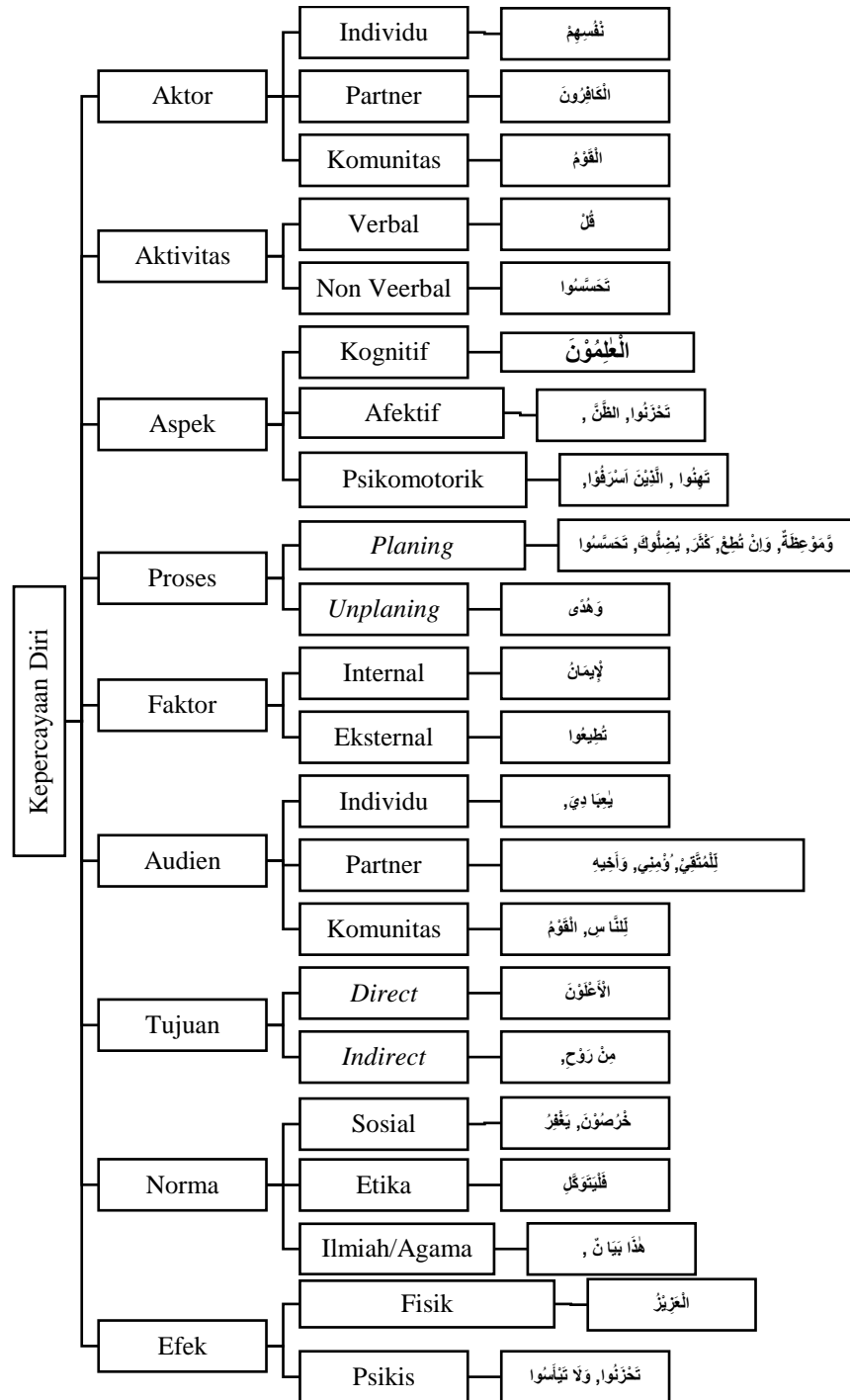
		Eksternal	تَطِيعُوا	Mematuhi	6:42, 6:44, 6:125, 12:25, 12:107, 12:110, 17:58, 18:2, 18:58, 20:48, 28:40, 32:21, 39:40, 34:14, 36:45, 14:31- 32, 14:37, 15:20, 19:62, 20:81, 20:132, 23:72, 27:64, 36:47	25
6	Audien	Individu	مِنْ يُوسُفَ, يَعْبا دِي,	wahai hamba hambaku	12:25, 12:107, 12:110, 17:58, 18:2, 18:58, 20:48, 28:40, 32:21, 39:40, 34:14, 36:45	12
		Partner	لِّلْمُتَّقِيْنَ, وَوَمِنِي, وَأَخِيهِ, وَاللّٰهِ	orang yang bertaqwa, orang yang beriman, saudaranya, allah	9:59, 20:131, 5:2, 5:80, 37:25, 2:145	6
		Komunitas, massa	لِّلنَّاسِ, الْقَوْمِ	untuk umat manusia, kaum	2:91, 2:93, 2:97, 3:28, 3:72, 3:121, 3:124, 3:160, 3:164, 3:175, 4:84, 4:141, 7:72, 9:13, 9:79, 11:40, 10:2, 24:47	18
7	Tujuan	Direct	الْأَعْلَوْنَ	paling atas	2:206, 3:21, 3:104, 3:110, 3:114, 4:114, 5:63, 5:79, 7:80, 7:81, 7:85, 7:86, 7:157, 7:164, 7:165, 7:199, 9:71, 9:112,	26

					11:116, 15:69, 15:71, 16:90, 22:41, 31:17	
		<i>Indirect</i>	مِنْ رُوحٍ	dari jiwa	7:199, 48:29	2
8	Norma	Sosial	خُرُصُونَ, يَغْفِرُ	setia kepada, memafkan	4:101, 5:82, 8:60, 60:1, 60:2, 63:4	6
		Etika	فَلْيَتَوَكَّلِ	maka bertawalah	5:2, 48:29, 2:177, 59:9	4
		Ilmiah/Psikologi	هَذَا بَيِّنٌ ,	Pernyataan	7:199, 48:29, 12:25, 12:107, 12:110, 17: 58, 18:2, 18:58, 20:48, 28:40, 32:21, 39:40, 34:14, 36:45	14
9	Efek	Fisik	الْعَزِيزُ	terhormat, yang mulia	14:31-32, 14:37, 15:20, 19:62, 20:81, 20:132, 23:72, 27:64, 36:47, 13:2, 39:23, 48:18, 48:26, 9:59, 20:131, 6:42, 6:44, 6:125, 12:25, 12:107, 12:110, 17:58, 18:2, 18:58, 20:48, 28:40, 32:21, 39:40, 34:14,	31

					36:45	
		Psikis	تَحْزَنُوا، وَلَا تَيْأَسُوا،	bsrsedih, janganlah menyerah	6:42, 6:44, 6:125, 12:25, 12:107, 12:110, 17:58, 18:2, 18:58, 20:48, 28:40, 32:21, 39:40, 34:14, 36:45, 14:31- 32, 14:37, 15:20, 19:62, 20:81, 20:132, 23:72, 27:64, 36:47	25
Jumlah						315

e. Mind Map Teks Psikologi

Gambar 1.4
Mind Map Teks Psikologi



f. Rumusan Konseptual Teks Psikologi *Self confidence*

1. *Self Confidence* adalah keyakinan diri sendiri (نَفْسِهِمْ) kepada orang lain yang meliputi aspek kognitif (المعرفية), afektif (الظنَّ), psikomotorik (تَهْنُؤًا) yang dipengaruhi oleh faktor eksternal (خارجي) dan internal (داخلي) dengan tujuan meningkatkan derajat (الأَعْلُونَ) individu sehingga berdampak pada fisik (الجسم) maupun psikis (روح).
2. Secara partikular adalah campuran dari aspek kognitif (الْعِلْمُونَ), afektif (لُكَاْفِرُونَ), psikomotorik diri sendiri (نَفْسِهِمْ) terhadap orang lain (نُطِيعُوا) yang dipengaruhi oleh faktor internal (الإيمانُ) dan eksternal (نُطِيعُوا) agar individu (نَفْسِهِمْ) tersebut mendapatkan derajat yang tinggi (الأَعْلُونَ) sehingga mendapatkan efek kebahagiaan (يُنشَرِح), mudah memaafkan (يُعْفِرُ), bijaksana (حَصِيف), kuat, (قوي)

C. Hipotesis

Berdasarkan teori dan penelitian terdahulu yang telah disebutkan sebelumnya. Maka hipotesis dalam penelitian ini adalah :

Ha : Ada pengaruh *body shaming* terhadap *self confidence*

Ho : Tidak ada pengaruh *body shaming* terhadap *self confidence*

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Pendekatan penelitian merupakan istilah dari strategi-strategi penelitian yang diartikan sebagai jenis-jenis rancangan penelitian kualitatif, kuantitatif, dan metode campuran yang menetapkan prosedur-prosedur khusus dalam penelitian (Cresswell, 2009:17). Rancangan penelitian merupakan rencana menyeluruh dari penelitian mencakup hal-hal yang akan dilakukan peneliti mulai dari membuat hipotesis dan pelaksanaan penelitian sampai pada analisis akhir data yang selanjutnya disimpulkan dan diberikan saran (Arikunto, 2006:37). Jenis pendekatan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Menurut Azwar (2007:5) pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerical (angka) yang diolah dengan metode statistika.

Adapun fokus jenis penelitian ini merupakan penelitian korelasional dalam bentuk regresi, yaitu penelitian akan mencari pengaruh satu variable terhadap variable lain yang menjadi fokus penelitian. Rancangan regresi bertujuan untuk menentukan ada tidaknya pengaruh dan apabila ada pengaruh, berapa tingginya pengaruh serta berarti tidaknya pengaruh tersebut (Arikunto, 2006:22). Dengan menggunakan jenis penelitian ini, peneliti ingin mengetahui apakah *body shaming* di media sosial *instagram* memiliki pengaruh terhadap kepercayaan diri mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di gedung *sport center* Uiniversitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Jl. Gajayana No. 50 Malang. Populasi

yang di ambil adalah Anggota KSR-PMI Unit UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

C. Identifikasi Variabel

1. Variable Bebas (X)

Variabel X atau variabel *independen* (variabel bebas) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen. Variabel ini sering disebut sebagai variable stimulus, predictor, antecedent (Sugiyono, 2009:39). Adapun variable bebas dalam penelitian ini adalah “*body shaming* di media sosial (*instragram*)”.

2. Variabel Terikat (Y)

Variabel Y atau variabel *dependen* (variabel terikat) merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabelbebas. Variabel ini sering disebut sebagai variabel output, kriteria, konsekuen. (Sugiyono, 2009:39). Adapun variabel terikat dari penelitian ini adalah “kepercayaan diri”.

D. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati (Azwar, 2010:74). Konsep dapat diamati ini penting karena hal yang dapat diamati itu membuka kemungkinan bagi orang lain selain peneliti untuk melakukan hal yang serupa, sehingga apa yang dilakukan oleh peneliti terbuka untuk diuji kembali, oleh orang lain (Suryabrata, 2005:29). Berikut ini adalah definisi operasional dari variabel-variabel penelitian:

1. *Body Shaming*

Body shaming merupakan respon negatif berupa penghinaan, penilaian negatif yang dilakukan seseorang terhadap orang lain akibat tubuh atau penampilan yang tidak sesuai dengan standar/stigma serta pendapat masyarakat sosial dalam penetapan standar tubuh ideal pada umumnya. Dengan aspek menurut Vagas, (2015) yaitu mengomentari penampilan, membandingkan fisik, dan mengomentari fisik.

2. *Self Confidence*

Menurut Lauster Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau yakin atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam interaksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Lauster (2002) menggambarkan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri memiliki aspek yakni percaya pada kemampuan diri sendiri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis.

E. Strategi Penelitian

1. Penentuan Populasi

Menurut Sugiyono (2007:90) populasi dapat didefinisikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek atau subyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi merupakan beberapa kelompok objek yang menjadi target penelitian yang bisa berupa

benda, wilayah, orang, hewan, gejala dan lain sebagainya (Bungin, 2013:109)

Populasi merupakan keseluruhan individu atau objek yang diteliti yang memiliki beberapa karakteristik yang sama (Latipun, 2011:25). Karakteristik yang dimaksud berupa usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, wilayah tempat tinggal, dan seterusnya. Subjek yang diteliti dapat merupakan sekelompok penduduk disuatu desa, sekolah, atau yang menempati wilayah tertentu (Latipun, 2011:25).

Berdasarkan Pemaparan diatas maka dapat disimpulkan bahwa populasi adalah keseluruhan dari penelitian yang akan dijadikan bahan dari penelitian dan untuk menunjang sumber data penelitian. Adapun populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah anggota UKM KSR-PMI UNIT UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dengan jenis kelamin perempuan yang mana jumlah populasi diambil adalah 59 orang. Jumlah populasi dari penelitian bisa dilihat dari tabel dibawah ini :

Tabel 2.1 Devisi Anggota UKM KSR PMI UNIT UIN Maulana Malik Ibrahim

NO	Bidang	Jumlah	Jenis Kelamin	Jumlah
1	Pengurus Inti	4	Laki-Laki	7
2	Penelitian dan Pengembangan	10		
3	Sosial Keagamaan	10		
4	Rumah Tangga	11		
5	Kesehatan	10	Perempuan	59
6	Hubungan Masyarakat	10		

7	pendidikan dan ketenagakerjaan	11		
Total		61		

Alasan peneliti memilih populasi Anggota KSR-PMI Unit UIN Maulana Malik Ibrahim yaitu anggota tersebut menurut peneliti sudah dapat mempresentasikan populasi dalam penelitian ini dan juga bukan merupakan mahasiswa baru yang mana semua anggota belum menekuni tugas akhir yaitu skripsi sehingga anggota KSR dapat lebih kooperatif dalam membantu menjadi sampel populasi dalam penelitian ini. Selain itu peneliti berasumsi mahasiswi lebih banyak mengakses sosial media khususnya *Instagram* sehingga membuka kesempatan terjadinya *body shaming*. Ketika terdapat perlakuan *body shaming* pada kolom komentar *Instagram* sehingga dapat dilihat orang lain yang dapat berpengaruh terhadap kepercayaan diri baik dilingkungan pribadi maupun lingkungannya.

2. Penentuan Sampel

Sampel merupakan sebagian dari seluruh obyek atau fenomena yang akan diamati. (Kriyantono, 2010:153). Menurut sugiyono (2001:26) sampel adalah sebagian dari semua jumlah yang mana populasi tersebut memiliki suatu karakteristik sehingga sample yang diambil harus benar-benar mewakili. Jika populasi memiliki jumlah yang besar sehingga sulit untuk peneliti pelajari dari populasi yang ada, maka peneliti bisa menarik sampel dari populasi yang telah ditentukan. Menurut Arikunto (2010: 13-135) jika dalam penelitian populasi yang diambil tidak sampai seratus maka sampel

yang digunakan adalah seluruh populasi yang ada, namun jika populasi yang digunakan dalam penelitian jumlahnya lebih dari seratus maka sampel yang digunakan adalah 10-15% atau lebih. Karena jumlah populasi pada penelitian ini adalah 59 responden. Dikarenakan populasi yang digunakan dalam penelitian ini tidak memiliki lebih dari 100 responden, maka peneliti mengambil seluruhnya dari jumlah populasi yang terdapat pada mahasiswa perempuan fakultas psikologi di UIN Maliki Malang.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling merupakan suatu teknik dalam pengambilan sampel (Sugiyono, 2001: 56). Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang mana dimiliki oleh populasi yang akan diteliti. Adapun jenis penentuan sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan *Non Probability Sampling*. *Non Probability Sampling* adalah salah satu jenis sampel yang tidak dipilih secara acak, yang artinya tidak semua elemen populasi dapat menerima kesempatan untuk dipilih sebagai sampel.

Menurut Sugiyono (2001:60) *Non Probability Sampling* adalah suatu jenis sampling yang tidak memberikan kesempatan yang sama kepada semua populasi untuk dipilih dan dijadikan sebagai sampel. Teknik *Non Probability Sampling* yang dipilih adalah jenis *purposive sampling*. Jogiyanto (2007:79) menyatakan *purposive sampling* dilakukan dengan mengambil sampel dari populasi berdasarkan suatu kriteria tertentu. Kriteria yang digunakan dapat berdasarkan pertimbangan (*judgement*) tertentu atau jatah (*quota*) tertentu. *Judgement sampling* adalah *purposive sampling* dengan kriteria berupa suatu

pertimbangan tertentu. Sedangkan quota sampling berdalih bahwa sampel harus mempunyai karakteristik yang dimiliki oleh populasinya.

F. Metode Pengumpulan Data

Teknik atau metode pengumpulan data adalah langkah-langkah yang digunakan penelitian dalam mengumpulkan suatu data. Menurut Sujawerni (2014:74) Teknik pengumpulan data adalah metode yang diambil peneliti dalam mengumpulkan informasi dari narasumber yang telah ditentukan. Metode yang diambil merupakan suatu kata yang abstrak dan jugatidak digambarkan dalam bentuk benda, namun hanya bisa dilihat oleh penelitimelalui angket, wawancara, observasi, dokumentasi dan lainnya. Adapun dalam hal ini peneliti bisa menggunakan salah satu maupun menggabungkan beberapa metode tergantung dari kondisi yang dialami (Riduwan, 2005:24). Teknik pengumpulan data yang dipakai dalam penelitian ini adalah :

1. Penyebaran Angket (Kuesioner)

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan menggunakan kuesioner. Menurut Sugiyono (2005 : 162) kuesioner adalah Teknik pengumpulan data yang diambil menggunakan cara dengan memberikan beberapa pertanyaan maupun pernyataan kepada responden untuk kemudian dijawab. Sama halnya yang telah dikemukakan oleh Arikunto (1995:136) metode kuesioner adalah suatu metode atau alat sebagai media mengumpulkan data dengan memberikan serangkaian pertanyaan atau pertanyaan yang diberikan kepada narasumber untuk diberikan tanggapan sesuai yang diinginkan peneliti. Pengambilan data menggunakan angket ini

terdiri dari dua instrument dua skala yaitu skala *body shaming* dan *self confidence*.

2. *Google Form*

Google form adalah aplikasi yang dibawa langsung dari *google drive* yang berguna untuk membantu untuk menyebarkan survei, acara, penelitian, siswa untuk ujian, atau mendapatkan informasi-informasi dengan sangat mudah. Pada penelitian ini *google form* adalah *form* atau pertanyaan-pertanyaan yang akan diberikan kepada mahasiswa - mahasiswa dalam bentuk visual dengan memanfaatkan jaringan internet, smartphone dan komputer. Penelitian ini menggunakan bentuk *check list*.

3. Instrumen Penelitian

Sugiyono, (2016) menyebutkan bahwa kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Penelitian ini menggunakan kuesioner responden hanya perlu untuk memberi tanda centang atau *check list* pada kolom yang sesuai dengan diri responden.

Dari data tersebut dikumpulkan dengan menggunakan skala likert dua bentuk yaitu skala *body shaming* yang menggunakan bentuk *check list* begitupun dengan skala *self confidence* juga menggunakan bentuk *check list*. Instrument penelitian ini dapat memudahkan peneliti dalam mengumpulkan dan mendeskripsikan data penelitian. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan *blueprint*. Penelitian ini menggunakan dua *blueprint* yang

diambil dari dua variable, yaitu :

4. Skala *body shaming*

Body shaming pada mahasiswa fakultas psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang diukur menggunakan skala adaptasi yang disusun oleh Ridha Putriana Sari, (2020) berdasarkan teori Vargas, (2015) yang terdiri dari empat aspek. Skala ini terdiri dari 26 aitem yaitu 13 aitem *favorable* dan 13 aitem *unfavorable*. Kemudian dimodifikasi oleh peneliti.

Table. 2.2 Blueprint *Body Shaming*

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1.	Mengomentari penampilan	1.Menerima kritik cara berpakaian	1	4	12
		2.Menerima kritik gaya berbicara	2	5	
		3.Menerima kritik tingkah laku	3,19	6,21	
		4.Mendapat gossip	7,8	9,10	
2.	Membandingkan fisik	1.Membandingkan fisik diri sendiri dengan orang lain	23	25	4
		2.Dibandingkan fisiknya oleh orang lain	24	26	

3.	Mongomentari Fisik	1.Dipanggil dengan sebutan yang buruk	17,18	20,22	10
		2.Diejek yang mengarah pada fisik	11,12,13	14,15,16	
Jumlah			13	13	26

5. Skala *Self Confidence*

Kepercayaan diri pada mahasiswa fakultas psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang diukur menggunakan skala adaptasi yang disusun oleh Bayu Pangestianto, (2018) berdasarkan teori Lauster, (2002) yang terdiri dari lima aspek. Skala ini terdiri dari 36 item yaitu 19 item *favorable* dan 17 item *unfavorable*. Kemudian dimodifikasi oleh peneliti.

Table. 2.3 Blueprint *Self Confidence*

No.	Aspek	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Percaya diri akan kemampuan diri	1,20,26,12	23,2,29	7
2.	Optimis	3,19,25,31	24,4,8	7
3.	Objektif	5,14,9	12,6,18	6
4.	Bertanggungjawab	21,15,30	28,16	5

5.	Rasional dan realistis	17,10,27	13,22,7,32	7
	Jumlah	17	15	32

G. Pengukuran Data

Variabel dalam penelitian ini adalah variabel *body shaming* (X) dan variabel *self confidence* (Y) yang kemudian diukur menggunakan skala *likert*. Dengan menggunakan metode penyebaran kuisioner maka akan lebih mudah dalam menggunakan pengukuran *likert*, sehingga hasilnya dapat diklasifikasikan ke dalam ukuran data atau biasa disebut bilangan ordinal. Pilihan jawaban pada skala likert yaitu: sangat setuju, setuju, tidak setuju, sangat tidak setuju. Isi dari aitem-aitem nya berdasarkan favourable dan unfavourable. Setiap item instrumen penelitian diberikan pilihan dengan skor terendah dan tertinggi (antara satu dan empat). Apabila jawabannya benar, skor empat banding satu akan diberikan, tetapi jika jawabannya kurang baik, hasil sebaliknya akan mendapatkan skor satu hingga empat.

Table 3.4
Skala Pengukuran Pernyataan Penelitian

Kategori	Favorable	Unfavorable
SS (Sangat Sering)	4	1
S (Sering)	3	2
J (Jarang)	2	3
TP (Tidak Pernah)	1	4

H. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mencari tahu suatu alat ukur yang telah dibentuk dapat digunakan untuk mengukur sesuatu yang diukur dengan tepat (Sudarmanto, 2005). Validitas yang berasal dari istilah validitas memiliki arti derajat ketelitian dan akurasi pengukuran yang dapat dicapai oleh alat ukur.

Uji validitas menunjukkan sejauh mana alat pengukur itu mengukur hal yang diukur, analisis tersebut dilakukan dengan menggunakan rumus teknis korelasi *product moment* (r_{Hitung}) dengan rumus :

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

Keterangan :

r : Koefisien Korelasi Person

n : Banyak pasangan nilai X dan nilai Y

$\sum XY$: Jumlah dari hasil kali nilai X dan nilai Y

$\sum X$: Jumlah nilai X

$\sum Y$: Jumlah nilai Y

$\sum X^2$: Jumlah dari kuadrat nilai X

$\sum Y^2$: Jumlah dari kuadrat nilai Y

Untuk mengetahui nilai validitas angket maka peneliti menggunakan rumus korelasi product moment dari person. Apabila alat ukur menampilkan hasil pengukuran sesuai dengan target pengukurannya, maka dapat dikatakan alat ukur tersebut memiliki keefektifan yang tinggi (Saifuddin Azwar, 1997: 5). Jika koefisien korelasi berubah dari 0,00 menjadi 1,00 maka koefisien korelasi tersebut dianggap persisten; jika $r \geq 0,30$ maka batas minimum dapat dikatakan merugikan (Saifuddin, 2012: 143).

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah derajat kepercayaan pada hasil pengukuran. Pengukuran yang baik dan andal (reliabel) adalah pengukuran yang menunjukkan tingkat reliabilitas yang tinggi. Apabila alat ukur tersebut menunjukkan nilai pengukuran yang relatif sama ketika pengukuran ulang dilakukan pada benda yang sama, maka dapat dikatakan alat ukur tersebut reliabel (Azwar, 1998: 176). Azwar, 2007 menyatakan bahwa reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berkisar antara 0-1.00. Semakin tinggi angka koefisien reliabilitas mendekati 1.00, maka semakin tinggi reliabilitasnya. Sebaliknya semakin rendah mendekati 0, maka semakin rendah reliabilitasnya.

Teknik ini menggunakan teknik alpha cronbach dan dihitung dengan bantuan *SPSS for windows 25 version* caranya memilih *analyse, scale*, pilih *reliability analysis*. Kemudian pilih statistik dan beri tanda centang pada *descriptive for item, scale, dan scale item deleting*. Interpretasi koefisien reliabilitas maka digunakan pedoman yang mengadaptasi dari kriteria

interpretasi koefisien (Sugiyono, 2010) sebagai berikut :

a. Pengolahan Data

Pengolahan data dalam penelitian ini dimulai dari proses tabulasi data, menggunakan bantuan Microsoft Excel 2010. Dengan cara menginput data sesuai dengan kelompok dan sesuai dengan variabel. Kemudian data yang telah diinput diolah lebih lanjut guna memperoleh data yang maksimal dan akurat.

b. Data Frekuensi Subjek

Data frekuensi menjelaskan tentang ciri khas yang berhubungan dengan identitas dan data dari subjek penelitian. Data frekuensi subjek antara lain yaitu; usia dan jenis kelamin. Data yang diperoleh diolah dengan bantuan *Microsoft Excel 2013*. Deskripsi data frekuensi subjek diharapkan dapat membantu dan menghasilkan data tambahan sehingga dapat meyakinkan bahwa subjek sesuai dengan penelitian.

c. Uji Deskriptif Data

Analisis data merupakan sesuatu yang bersifat penting dalam penelitian. Perlu adanya analisis data karena data yang telah diteliti tidak dapat bergerak sendiri mengatakan hasil. Pada penelitian ini peneliti menggunakan analisis data yang didasarkan pada kategori. Karena penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan membutuhkan data nominal guna deskripsi data kemudian dapat diketahui kategori tinggi, sedang, dan rendah nya.

I. Metode Analisis Data

1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mencari tahu apakah data hasil pengukuran dalam penelitian berkontribusi normal atau tidak normal (Ghozali, 2002). Menurut Winarsunu, 2015 menyatakan bahwa normalitas terjadi apabila skor pada setiap variabel dalam model mengikuti kurva yang digambarkan dalam histogram, distribusi normal digambarkan seperti bentuk bel. Apabila distribusi benar normal maka akan didapatkan indeks kemiringan sama dengan 0, akan tetapi hampir tidak mungkin mendapatkan data yang benar-benar terdistribusikan secara normal dengan indeks kemiringan sama dengan 0. Teknik penghitungannya menggunakan *SPSS for windows 25 version* dengan cara memilih *analyse, regression, linear*, masukan variabel X1, X2, Y, *save*, klik residual, kemudian klik *unstandardized, continue* dan pilih oke.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas adalah uji yang digunakan untuk menjadi syarat setelah menentukan uji normalitas, uji linearitas mengetahui linear atau tidaknya distribusi data penelitian. Hasil dari uji linearitas akan digunakan untuk menentukan teknik analisis regresi berganda, apabila data dalam penelitian bersifat linear maka data penelitian dianalisa menggunakan analisis regresi yang linear. Pengujian data tersebut menggunakan bantuan IBM SPSS 25 for windows dengan syarat jika nilainya lebih besar dari 0,050 maka terdapat hubungan yang linear.

3. Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji normalitas, selanjutnya dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan teknik analisis sebagai berikut:

a. Uji F

Uji F digunakan untuk mengetahui tingkat signifikansi pengaruh variable bebas secara bersamaan (simultan) terhadap variable terikat dengan cara membandingkan F_{hitung} dan F_{tabel} . Penghitungan selanjutnya yaitu membandingkan nilai signifikansi dengan taraf signifikansi dan dapat ditarik kesimpulan apakah hipotesis ditolak atau diterima.

- 1) Apabila $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya secara bersamaan variable bebas berpengaruh secara signifikan terhadap variable terikat.
- 2) Apabila $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak artinya secara bersamaan variable bebas tidak berpengaruh secara signifikan terhadap variable terikat.

Kemudian untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh antar variable dapat melihat nilai probabilitas sebagai berikut:

- 1) Apabila nilai probabilitas $< 0,05$ maka variabel bebas secara simultan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel terikat.
- 2) Apabila nilai probabilitas $> 0,05$ maka variable bebas secara simultan tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variable terikat. Nilai yang menentukan level of signifikan $\alpha = 5\%$ nilai F diperoleh dari table distribusi F yang menggunakan taraf signifikansi 5%.

b. Uji T (Pengujian Signifikan Secara Parsial)

Uji T digunakan untuk menguji signifikansi hubungan antara variable X dan Y, X1 dan X2 apakah berpengaruh terhadap Y. Cara yang digunakan untuk uji T (parsial) adalah apabila $T_{hitung} < T_{tabel}$, maka H_0 diterima yang artinya tidak ada pengaruh antara masing-masing variable X dengan variable Y. apabila $T_{hitung} > T_{tabel}$, dan nilai probabilitas $< 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada pengaruh secara parsial antara masing-masing variable.

Nilai yang menentukan level of signifikan $\alpha = 5\%$ nilai F diperoleh dari table distribusi F yang menggunakan tingkat signifikansi 5%.

4. Uji Analisa Regresi Sederhana.

Analisis regresi ini digunakan untuk menguji bagaimana pengaruh masing-masing variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y) yang diformulasikan dalam bentuk persamaan sebagai berikut

$$Y = a + bX$$

Sedangkan untuk nilai konstanta a dan b dicari dengan menggunakan rumus sebagai berikut

$$a = \frac{\sum Y_i \sum X_i^2 - \sum X_i \sum X_i Y_i}{n \sum X_i^2 - \sum X_i^2}$$

$$b = \frac{\sum X_i \sum Y_i - \sum Y_i \sum X_i}{n \sum X_i^2 - \sum X_i^2}$$

Keterangan:

Y = Variabel dependen

a = Harga Y ketika $X = 0$

(harga konstan) b = Koefisien Regresi

X = Variabel independen

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Unit Kegiatan Mahasiswa Korps Palang Merah Indonesia Unit Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang (UKM KSR-PMI Unit UIN Malang) adalah UKM yang bergerak di bidang kemanusiaan, kekeluargaan, dan kemanfaatan. Unit kegiatan ini mulai dibentuk sejak November 1990 ketika Zainal Abidin dan Mustofa yang pada saat itu berada di jajaran SEMA (Senat Mahasiswa) bidang minat dan bakat diminta untuk mengisi materi P3K pada anggota baru Pramuka FT IAIN Sunan Ampel Malang. Pada September 1991 dua orang aktivis ini mengajukan pendirian KSR-PMI Unit Perguruan Tinggi yang terstruktur dengan SEMA sebagai satu-satunya organisasi kemanusiaan yang pertama kali dilingkup IAIN Sunan Ampel Malang.

Pengajuan pendirian KSR-PMI Unit PERTI dikonfirmasi kepada PMI Cabang Kota Malang karena UKM berada di bawah naungan PMI. Pelaksanaan Pendidikan dan Latihan Dasar (DIKLATSAR) I berhasil mengukuhkan Ahmad Shodiq sebagai Ketua Umum yang pertama. Pengukuhan pengurus pertama ini berlangsung pada 11 Januari 1992 yang hingga saat ini tanggal tersebut dijadikan sebagai hari lahir KSR-PMI Unit UIN Malang. KSR-PMI Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

a. Visi KSR-PMI Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Menjadi organisasi yang berwawasan kebangsaan dan profesional dalam bidang kepalangmerahan.

b. Misi KSR-PMI Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Membentuk kader yang beriman, bertaqwa kepada AllahSWT, berbudi luhur berketrampilan dan mempunyai solidaritas serta dedikasi tinggi pada sesama.

2. Pelaksanaan Penelitian

Kuisisioner skala penelitian diberikan kepada responden yang sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan antara lain: anggota KSR-PMI Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dengan jenis kelamin perempuan. Penelitian ini dilakukan pada bulan Novembersampai Desember 2021, yang dilakukan di lingkungan kampusUniversitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang denganmenyebarkan angket secara online menggunakan google form.Kuisisioner dibagikan melalui personal chat dengan mengirikan linkgoogle form. Sample pada penelitian ini adalah anggota KSR-PMIdengan jenis kelamin perempuan yang berjumlah 59 orang.

3. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data

Pengambilan data pada penelitian ini dilakukan secara *online* dengan membagikan personal chat melalui aplikasi *WhatsApp* dengan adanya himbauan orang yang bisa mengisi kuisisioner tersebut adalah anggota KSR-PMI universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim malang dengan jenis kelamin perempuan.

4. Hambatan-Hambatan dalam Pelaksanaan Penelitian.

- a. Dikarenakan adanya pandemic COVID-19 yang menyerang dunia sehingga menyebabkan ruang gerak menjadi lebih terbatas. Maka kegiatan sepenuhnya dilakukan secara online dan tidak bisa dilakukan secara *offline* yang menyebabkan pengumpulan data menjadi lebih lama.
- b. Tidak semua subjek merespon dengan cepat dalam mengisi *link* kuisioner secara online

B. Hasil Penelitian

1. Uji Validitas dan Reliabilitas

- a. Uji Validitas

Table. 3.1 Uji Validitas Skala *Body Shaming*

No	Aspek	No Aitem		Jumlah aitem valid
		Valid	Gugur	
1	Mengomentari penampilan	1,4,2, 3,19, 6.21, 7, 10	5, 8 9	9
2	Membandingkan fisik	24,25,26	23	3
3	Mengomentari fisik	17,18.20.22.11,12,13, 14,15,16		10
Total				23

Tabel 3.2 Uji Validitas Skala Self Confidence

No	Aspek	No Aitem		Jumlah Aitem Valid
		Valid	Gugur	
1	Percaya akan kemampuan diri sendiri	1,27,12,24,2,	21, 31	5
2	Optimis	3,20,26,33,25,14,4,8	-	8
3	Obyektif	5,15,9,6,19	29,11	5
4	Bertanggungjawab	22,16,32,30,17	-	5
5	Rasional dan Realistis	18,10,28,13,	23,7,34	4

b. Uji Realibilitas

Tabel. 3.3 Hasil Uji Reliabilitas

Reliability Statistics <i>Body Shaming</i>			Reliability Statistics <i>Self Confidence</i>		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items	Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.941	.940	27	.894	.894	22

Berdasarkan table hasil uji reabilitas diatas menunjukkan bahwa skala yang digunakan dalam penelitian yang ditunjukkan kepada 53 responden dinyatakan reliabel. Hal ini karena skor *Cronbach's Alpha* pada kedua variable >0.005 yang mana variabel *body shaming* munjukkan diatas 0.008 dan bisa disimpulkan bahwa memiliki reliabilitas yang tinggi. Begitupula pada validitas aitem yangtelah beberapa kali di eliminasi dan

tertinggal aitem yang bisa dilihat pada tabel *Corrected Item-Total Correlation* memiliki nilai diatas 0.3 sehingga bisa dikatakan valid setiap aitem yang tersisa.

2. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Penghitungan uji normalitas bertujuan mengetahui apakah data terdistribusi normal atau tidak. Apabila data terdistribusi normal maka metode yang digunakan adalah statistik non parametrik. Penghitungan uji normalitas dilakukan dengan bantuan software SPSS. 25.0 for windows.

Tabel. 3.4 Uji Normalitas *One Sample Kolmogrov Tes*

<i>One Sampel Kolmogrov-Simrov Test</i>			
Variabel	Poppulasi	Asymp.sig (2-tailed)	Keterangan
<i>Body Shaming</i>	53	0.200	Normal
<i>Self Confedence</i>	53	0.200	Normal

Berdasarkan dari hasil uji normalitas diketahui bahwa dari dua variable terdistribusi secara normal dengan nilai sebesar 0.200 hal ini sesuai dengan pengambilan keputusan yang menyatakan ($p > 0,05$) sehingga keduanya memenuhi syarat dalam distribusi secara normal.

b. Uji linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui hubungan linier antara dua variabel secara signifikan. Penggunaan uji korelasi atau regresi dilakukan dengan syarat menghitung uji linearitas secara signifikan kurang dari 0,05 dan deviation from linearity sehingga disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antar variabel. Hubungan yang linier

menunjukkan bahwa kualitas data variabel x akan meningkat atau menurun seiring perubahan yang terjadi pada variable y secara linier.

Tabel 3.5 Hasil Uji Linier Anova Tabel

			Sum of Squares	Df	Mean square	F	Sig
Self Confidence * Body Shaming	Between Groups	(Combined)	4971.003	30	165.700	1.701	.081
		Linearity	244.915	1	244.915	2.515	.124
		Deviation from Linearity	4726.088	29	162.969	1.673	.088
	Within Groups		2727.167	28	97.399		
	Total		7698.169	58			

Dari table diatas bisa dikatakakn bahwa kedua variable *body shaming* dan *self confidence* linear. Hal ini bisa dikatakan linier karenaskor suatu variable dikatakan linear ketikan memiliki skor signifikan ($\text{sig} < 0,050$) dan hasil dari kedua variabel $.088 > 0.05$ sehinggann berarti linieritas *body shaming* terhadap *self confidence* linier.

C. Analisis Deskriptif

1. Tingkat *Body Shaming* Disosial Media *Instagram* Anggota KSR-PMI Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Analisis deskriptif memiliki tujuan untuk memperoleh jawaban berdasarkan rumusan masalah sekaligus mencapai tujuan sesuai dengan yang

terdapat pada bab I. Data yang diperoleh ditampilkan untuk dapat mempermudah interpretasi secara sederhana. Penelitian yang dilakukan harus melalui beberapa tahapan analisa yakni dengan bantuan *Statistical Product and Service Solutions* (SPSS) 16 for windows adalah sebagai berikut:

Skor Empirik dan Hipotetik

Tabel 3.6 Deskripsi Skor Epirik

Variable	Min	Maks	Mean	Std.Deviation
<i>Body Shaming</i>	22	67	44	11
<i>Self Confedence</i>	29	116	72,5	14,5

Dibawah ini pemaparan skor hipotik pada penelitian ini :

a) *body shaming*

$$\begin{aligned} \text{Mean} &= \frac{1}{2}(\text{nilai max aitem} + \text{nilai min aitem}) \cdot n \\ &= \frac{1}{2}(4+2) \times 22 = 44 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{SD} &= \frac{1}{6}(\text{imax-i min}) \\ &= \frac{1}{6}(67-22) = 11 \end{aligned}$$

Skala *body shaming* dalam penelitian ini memiliki skor aitem terendah 22 dan skor tertinggi 67 dengan mean 44 sebesardan standar deviasi 11.

b) *Self Confedence*

$$\begin{aligned} \text{Mean} &= \frac{1}{2}(\text{nilai max aitem} + \text{nilai min aitem}) \cdot n \\ &= \frac{1}{2}(4+2) \times 22 = 72,5 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{SD} &= \frac{1}{6}(\text{i max- i min}) \\ &= \frac{1}{6} (116-29) = 14,5 \end{aligned}$$

Skala *self confedence* dalam penelitian ini dengan skor terendah 29 yaitu dan skor tertinggi 116 dengan mean 72,5 sebesar dan standar

deviasi 14,5.

Tabel 3.7 Norma Kategorisasi

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

Kategorisasi data dalam penelitian ini dapat menunjukkan nilai mean dan standar deviasi pada tiap-tiap variable. Setelah itu, dari hasil yang diperoleh diberlakukan pengelompokan tiga kategorisasi yakni tinggi, sedang dan rendah yang dibantu menggunakan *Statistical Product and Service Solutions* (SPSS) 16 for windows dibawa ini penjelasannya.

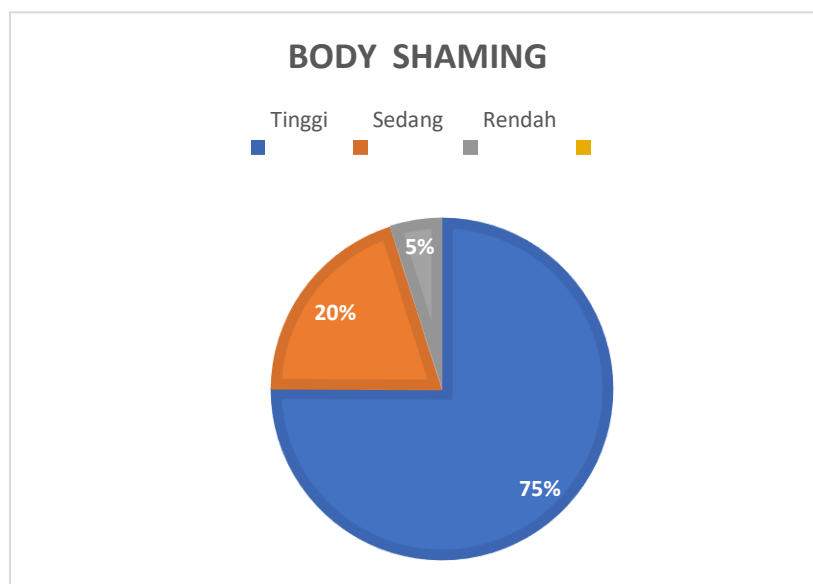
Tabel 3.8 Kategori *Body Shaming*

Kategori	Range	Frequency	Precent
Tinggi	> 88	45	76,2%
Sedang	44-66	11	20,3%
Rendah	<43	3	5%
Total		59	100%

Tabel di atas menunjukkan responden yang termasuk dalam kategori rendah diperoleh presentase sebesar 76,2% dengan jumlah 45 anggota, kategori sedang diperoleh presentase 20,3% dengan jumlah 11 anggota, dan kaegori tinggi dengan presentase sebebsar 5% dengan jumlah 3 mahasiswa. Berikut diagram yang menunjukkan kategori tingkat *body shaming* anggota KSR-PMI Unit Universitas Negeri

Maulana Malik Ibrahim Malang

Gambar 2.1 Kategorisasi body shaming

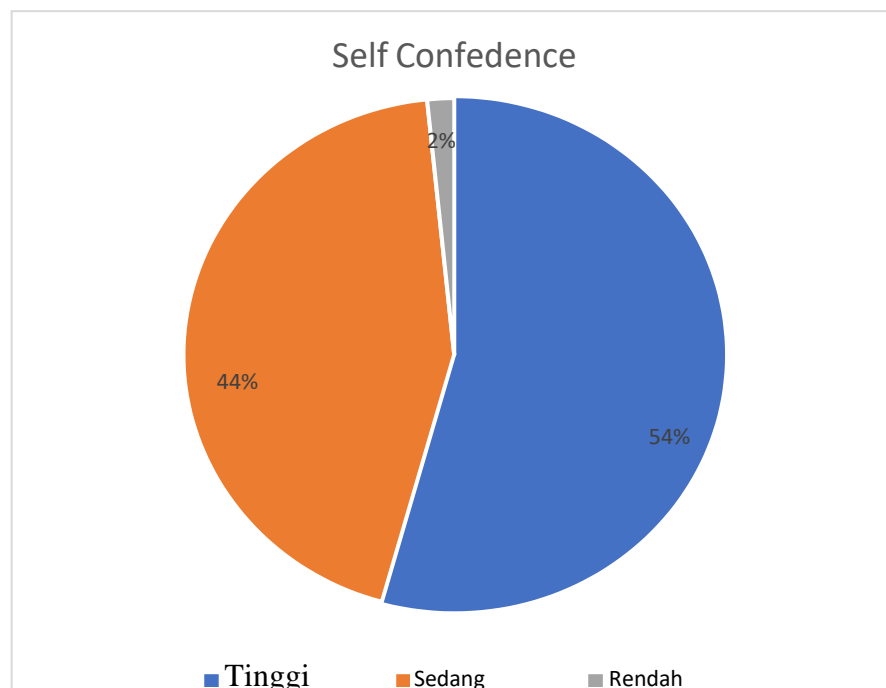


Tabel 3.9 Kategori Self Confidence

Kategori	Range	Frequency	Precent
Tinggi	>11	32	54,2%
Sedang	58-87	26	44%
Rendah	>29	1	1,6%
Total		59	100%

Tabel di atas menunjukkan responden yang termasuk dalam kategori rendah diperoleh presentase sebesar 1,6% dengan jumlah 1 anggota, kategori sedang diperoleh presentase 44% dengan jumlah 26 anggota, dan kaegori tinggi dengan presentase sebebstar 54,2% dengan jumlah 32 anggota. Berikut diagram yang menunjukkan kategori tingkat *self confedence* anggota KSR-PMI Unit Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Gambar 2.2 kategorisasi Self Confidence



2. Hasil Uji Pengaruh *Body Shaming* Disosial Media Instagram Terhadap *Self Confidence* Anggota KSR-PMI Universitas NegeriMaulana Malik Ibrahim Malang

Uji hipotesis dilakukan untuk memperoleh informasi tentang ada atau tidaknya pengaruh *body shaming* dengan *self confidence* secara signifikan. Uji hipotesis dilakukan dengan analisis regresi menggunakan software SPSS 16.0 for windows. Adapun berikut hasil uji hipotesis yang dipaparkan pada tabel berikut ini:

Tabel 3.10 R Square

Tabel Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.178 ^a	.032	.015	11.435

Pada tabel diatas kita bisa melihat hasil regresi sederhana dari kedua variable yang diteliti, pada nilai R menunjukkan -178 berarti setiap meningkat 1% body shaming mempengaruhi self confidence. Dan R square menunjukkan persentase pengaruh yang diberikan *body shaming* terhadap *self confidence* hanya sebesar 3,2%.

Tabel 3.11 Anova

Tabel Anova						
Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	244.915	1	244.915	1.873	.176 ^b
	Residual	7453.254	57	130.759		
	Total	7698.169	58			

Dari tabel diatas untuk pengaruh secara simultan bisa kita lihat pada bagian regression sig. menunjukkan $0.176 > 0.05$ sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa *body shaming* tidak berpengaruh terhadap *selfconfidence*.

Tabel 3.12 koefisien

Tabel Coefficients						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	99.119	8.174		12.126	.000
	Body Shaming	-.184	.135	-.178	-1.369	.176

Dari tabel diatas bisa kita lihat pada coefficient *body shaming* sig. menunjukkan $0.176 > 0.05$ sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa *body shaming* tidak berpengaruh terhadap *self confidence*.

Berdasarkan hasil tabel diatas, diketahui nilai Constant (a) sebesar 99,119, sedangkan nilai Kecerdasan Emosional (b/koefesien regresi) sebesar -0,184 sehingga persamaan regresinya ditulis :

$$Y = a + bX$$

$$Y = 99,119 + (-0,184)X$$

Persamaan tersebut dapat diartikan, konstanta sebesar 99,119 adalah nilai dari variabel *body shaming*, kemudian koefisien regresi X sebesar -0,184, yang menyatakan bahwa setiap penambahan 1% nilai *self confedence*, maka nilai *body shaming* bertambah -0,184, koefisien bernilai negatif. Berdasarkan nilai signifikasi dari tabel Coefficients diperoleh nilai signifikasi sebesar $0,176 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *body shaming* (X) tidak berpengaruh terhadap variabel *self confidence* (Y).

D. Pembahasan

1. Tingkat *Body Shaming* Disosial Media *Instagram* Anggota KSR-PMI Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim

Standarisasi tubuh ideal akhir-akhir ini banyak dibicarakan ditengah masyarakat. Dengan adanya standarisasi ini memungkinkan seseorang membandingkan keadaan seseorang dengan orang lainnya yang memiliki tubuh yang ideal dan kemudian memberikan sebuah komentar negatif. Perlakuan ini sering disebut dengan istilah *bodyshaming*. Menurut Vargas *Body shaming* merupakan responnegatif berupa penghinaan, penilaian negatif yang dilakukan seseorang terhadap orang lain karena tubuh atau penampilan yang mana tidak sesuai dengan stigma serta perspektif masyarakat dalam menetapkan standar tubuh yang ideal pada umumnya. *Body shaming* dapat dilakukan di dunia nyata maupun di dunia maya termasuk sosial media salah satunya *Platform Instagram*.

Hasil analisa yang dilakukan dapat diidentifikasi bahwa sebagian besar dari tingkat *body shaming* pada anggota KSR-PMI Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang berada dikategori sedang. Dilihat dari data penelitian yang menunjukkan dari keseluruhan reponden terdapat 45 atau orang yang ada dikategori tinggi.

Peneliti memaparkan tingkat *body shaming* dalam kategori tinggi sehingga dengan ini membuktikan bahwa anggota KSR-PMI Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang mendapatkan Tindakan *shaming* di media sosial *Instagram* cukup tinggi dengan presentasi 76,2%. Hal ini

disebabkan oleh beberapa faktor pengaruh dari media massa yang memberikan gambaran sebagai wanita ideal memiliki tubuh yang langsing sehingga menyebabkan terjadinya tindakan *body shaming* dengan mengomentari fisik maupun penampilan di media sosial *Instagram*. Tidak sedikit pada iklan yang menggunakan subyek dengan citra tubuh saat menawarkan produknya, sehingga dengan adanya iklan tidak hanya menafirkan kecantikan memiliki tubuh ideal namun juga melazimkan kecantikan yang ideal sebagai standar budaya (Hermawan & Hamzah, 2017)

2. Tingkat *Self Confidence* Anggota KSR-PMI Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Kepercayaan diri adalah keyakinan terhadap diri sendiri berupa perasaan dan beranggapan jika dirinya dalam kondisi yang baik sehingga individu bisa menunjukkan diri dan percaya diri dalam berperilaku. Kepercayaan diri ini merupakan sifat yang individual, yang mana setiap individu memiliki penilaian kepercayaan diri yang berbeda-beda.

Hal ini sesuai dengan pendapat yang dipaparkan Lauter (2002) dimana orang yang memiliki kepercayaan diri adalah orang dengan karakteristik yang tidak memerlukan dorongan dari orang lain, tidak egois atau mementingkan diri sendiri, optimis, dan bahagia. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri (*Self Confidence*) maka akan yakin atas kemampuan dan pandangan (*judgement*) pada diri sendiri dalam menyelesaikan tugas dan memilih pendekatan yang cukup efektif. Dimana hal ini termasuk dalam kepercayaan dan kemampuannya dalam menghadapi

lingkungan yang menantang serta kepercayaan untuk membuat keputusan dan pendapatnya.

Pada analisis tingkat *self confidence* hasil yang didapat dominan berada dikategori tinggi dengan presentase 54,2% yang manadapat dikatakan sebanyak 32 orang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi. Menurut Lauster faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri yaitu pengalaman hidup, yang mana pengalaman yang mengecewakan sering menjadi sumber timbulnya rasa tidak peraya diri berupa rasa tidak aman, kurang kasih sayang dan kurang perhatian (Lauster, 2002:)

Angel mengungkapkan faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri antara lain kemampuan pribadi, dimana rasa percaya diri seseorang akan timbul ketika orang tersebut mampu mengerjakan suatu hal yang memang dilakukannya. Selain itu Angel jugamengutarakan ketika seseorang memiliki tekad yang kuat untuk mencapai suatu tujuan yang diinginkan maka hal itu akan mempengaruhi timbulnya rasa percaya diri.

Oleh karena itu, setiap individu harus percaya pada dirinya sendiri bahwa setiap melakukan sesuatu harus dibarengi dengan rasa optimisme. Optimis dapat membuat seseorang percaya diri dengan segala keputusan yang diambilnya sehingga dapat mencapai suatu tujuan. Dalam Al-Qur'an telah dijelaskan mengenai kepercayaan diri yang terkandung dalam salah satu ayat yaitu :

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَن تَقْوِيمٍ

Artinya "Sungguh, Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya".

Manusia diciptakan Allah SWT menjadi makhluk yang paling sempurna, karena manusia diberi suatu kelebihan dari makhluk lain di dunia, yaitu akal yang artinya Allah telah meningkatkan derajat manusia sebagai makhluk yang paling baik. Apabila seseorang memiliki iman, maka salah satu ciri rasa percaya diri yaitu sikap optimis. Optimis merupakan suatu sikap positif dalam diri seseorang yang memiliki pandangan baik dalam menghadapi segala sesuatu, harapan dan kemampuan (Usman, 2016: 464).

3. Pengaruh *Body Shaming* Disosial Media *Instagram* Terhadap *Self Confidence*

Hasil penelitian yang dilakukan pada 53 orang sampel anggota KSR-PMI Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2016 menunjukkan dengan hipotesis penelitian “adanya pengaruh antara *body shaming* terhadap *self confidence*” ditolak. Besaran pengaruh dapat terlihat dari nilai Sig. untuk *body shaming* (X) terhadap *self confidence* (Y) adalah sebesar $0.176 > 0.05$ dan nilai $T_{hitung} -1.369 < t_{table} 1.980$. sedangkan penelitian dapat dikatakan signifikan apabila bila nilai dari sig. < 0.05 atau mendekati 0,00. sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol diterima, dan hipotesis penelitian ditolak. Dari perhitungan data hasil nilai $p = 0.176$ ($p > 0.05$) yang artinya nilai tersebut menjawab hipotesis alternatif penelitian ini ditolak yakni *body shaming* berpengaruh terhadap *self confidence* ditolak dan Hipotesis nihil diterima yakni *body shaming* tidak berhubungan terhadap *self confidence* diterima.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh

Dela Geofani yang berjudul Pengaruh *Body Shaming* pada sosial media *Instagram* Terhadap Kepercayaan Diri Wanita karir di Pekanbaru. Hasil menunjukkan pengaruh *Cyberbullying Body Shaming* Pada Media Sosial *Instagram* terhadap kepercayaan diri wanita karir di Pekanbaru berpengaruh dan memiliki pengaruh yang rendah. Sementara itu pengaruh antara *cyberbullying body shaming* disosial *Instagram* terhadap kepercayaan diri wanita karir di Pekanbaru.

Hasil analisis regresi sederhana diperoleh T_{hitung} 6,963 lebih besar dibandingkan dengan T_{tabel} , yaitu sebesar 1,984, dengan tingkat signifikansi 0,000 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel X berpengaruh terhadap variabel Y. Sementara itu koefisien determinasi (r^2) yang diperoleh sebesar 0,5752 dan koefisien determinasi ($Rsquare$) adalah sebesar 0,331 hasil dari pengkuadratan koefisien korelasi $0,575 \times 0,575$. Angka tersebut menunjukkan bahwa pengaruh *cyberbullying body shaming* pada media sosial *Instagram* terhadap kepercayaan diri wanita karir sebesar 33,1% dengan kategori rendah dan selebihnya diluar dari penelitian.

Dari beberapa aspek *body shaming* dalam penelitian ini yang paling mempengaruhi terjadinya tindakan *body shaming* adalah komentar negatif dari orang lain mengenai penampilan maupun fisik seseorang tanpa sepengetahuan seseorang tersebut. Sedangkan dari variabel *self confidence* aspek yang paling mempengaruhi timbulnya kepercayaan diri adalah sikap optimis atau positif dari seseorang yang memiliki tanggapan baik ketika menghadapi beberapa hal mengenai dirinya baik dalam hal impiannya

maupun ketidakmampuannya.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Liendenfield (1997:4-7) mengatakan bahwa seseorang yang memiliki kepercayaan diri akan lebih memperhatikan penampilannya baik dalam cara berpakaian, aksesoris, dan gaya hidupnya tanpa terbatas pada keinginan selalu ingin terlihat baik maupun keinginan untuk menyenangkan orang lain. Liendenfield juga mengatakan seseorang yang mencintai dan menghargai diri sendiri dan orang lain, mereka akan berusaha untuk memenuhi kebutuhan secara wajar dan akan menjaga kesehatan dirinya. Ketika seseorang tersebut memiliki keahlian dibidang tertentu yang kemudian menjadi sebuah kelebihan yang dimilikinya maka hal tersebut akan menjadi sesuatu untuk dibanggakan sehingga menyebabkan seseorang tersebut menjadipercaya diri.

Jadi bisa disimpulkan ketika individu mendapatkan tindakan *body shaming* namun individu tersebut dapat menghargai dan mencintai dirinya juga memiliki kelebihan dibidang teretntu untuk dapat dibanggakan, sehingga dirinya akan dapat memperhatikan penampilannya tanpa ingin menyenangkan orang lain maka disitulah faktor yang dapat menumbukan rasa percaya diri seseorang. Dalam Al-Qur'an surah Al-An'am ayat 116 yang berbunyi :

وَإِنْ تُطِيعُوا أَكْثَرَ مَنْ فِي الْأَرْضِ لِيُضِلُّوكَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ إِنَّ يَتَّبِعُونَ إِلَّا الظَّنَّ وَإِنْ هُمْ إِلَّا يَخْرُصُونَ

Artinya : Dan jika kamu menuruti kebanyakan orang-orang yang di muka bumi ini, niscaya mereka akan menyesatkanmu dari jalan Allah. Mereka tidak lain hanyalah mengikuti persangkaan belaka, dan mereka tidak lain hanyalah berdusta (terhadap Allah).

Seseorang yang mencintai dan menghargai dirinya maka dia akan memiliki rasa percaya diri (*self confidence*) tanpa perlu menghiraukan penilaian orang lain mengenai penampilan fisik sehingga individu tersebut akan optimis dalam menjalankan kehidupannya. Salah satu ciri-ciri optimis yaitu berfikir positif. Arifin (2011: 18) mengungkapkan berfikir positif yaitu cara berfikir yang dilakukan seseorang yang bertujuan untuk membangun aspek-aspek positif pada diri kita, baik berupa semangat, tekad, potensi ataupun keyakinan terhadap diri sendiri. Seseorang yang berfikir negatif akan membawa energi negatif terhadap dirinya, begitu pula sebaliknya apabila seseorang berfikir positif maka akan membuat individu tersebut seperti apa yang difikirkannya baik dalam bertindak maupun berperilaku. Maka dari itu individu hendaknya memiliki cara berfikir yang akan mengubah cara berfikirnya. Karena dengan seseorang berfikir positif dalam menghadapi suatu hal maka ia akan selalu bahagia dalam kondisi apapun yang sedang dialaminya.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Analisis tingkat *body shaming* dalam kategori tinggi dengan presentase 76,2% sedangkan kategori rendah 20,3% dan presentase 5% dalam kategori rendah. sehingga dengan ini membuktikan bahwa anggota KSR-PMI Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang mendapatkan Tindakan *body shaming* di media sosial *Instagram* tinggi.
2. Pada analisis tingkat *self confidence* hasil yang didapatkan dominan berada di kategori tinggi dengan presentase 54,2% yang mana dapat dikatakan sebanyak 32 orang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi. Sedangkan dalam kategori sedang dengan presentase 44% dan kategori rendah dipresentase 1,6%. Hal ini menunjukkan bahwa anggota KSR-PMI Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki Kepercayaan diri yang tinggi.
3. Hasil dari penelitian ini mendapatkan hasil nilai signifikansi dari tabel Coefficients diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,176 < 0,05$ nilai $T_{hitung} -1.369 < T_{table} 1.980$ yang berarti penelitian yang dilakukan pada 59 orang sampel anggota KSR-PMI Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dengan jenis kelamin perempuan menunjukkan dengan hipotesis penelitian “adanya pengaruh antara *body shaming* terhadap *self confidence*” ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh antara *body shaming* terhadap *self confidence* anggota KSR-PMI Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol diterima, dan hipotesis penelitian

ditolak.

B. Saran

1. Untuk Mahasiswa

Dengan diketahuinya bahwa tidak terdapat pengaruh *body shaming* di media sosial *Instagram* terhadap *self confidence* namun tingkat *body shaming* disosial media *Instagram* pada anggota KSR-PMI Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dalam kategori tinggi, maka sebaiknya media sosial digunakan dengan baik dan untuk hal yang positif yang patut diperhatikan di era digital untuk mengurangi dampak-dampak yang tidak diharapkan.

2. Untuk Fakultas

Adanya penelitian ini diharapkan pihak fakultas bisa lebih memperhatikan kembali juga peduli terhadap kesehatan mental bagi mahasiswa. Kepada pihak fakultas tidak hanya memberikan materi mengenai kepercayaan diri namun juga memberikan arahan terkait menumbuhkan percaya diri sehingga mahasiswa dapat lebih mencintai dan menghargai dirinya maupun orang lain.

Untuk mengembangkan Ilmu Psikologi terkait pengaruh mediasosial *Instagram* di harapkan bagi peneliti serta untuk penelitian selajutnya, mencari variabel lain dari faktor-faktor terkait *body shaming* dan *self confidence*.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Uqshari, Yusuf. 2005, *percaya Diri, Pasti!*. (Terjemahan Abdul Hayyiden dan Noor Cholis) Jakarta : Gema Insani Pers.
- Amri, Syaipul. 2018. “*Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidenet) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Pretasi Belajar Matematika Siswa SMA Negeri 06 Kota Bengkulu*”. Jurnal Pendidikan Matematika Rafelsia. Vol. 3. No 2, Desember 2018
- Attamimi, Sakinah. 2018. “*Ini Bukan Lelucon*”: *Body Shaming, Citra Tubuh, Dampak dan Cara Mengatasinya*. Jurnal Emik Universitas Hasanuddin, Makassar.
- Atmoko, Bambang Dwi. 2012. *Instagram Hanbook*. Jakarta: Media Kita.
- Azwar, Saifudin. 2007. *Metode Penelitian*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.
- Bambang, Lina Miftahul, 2005 *Metode Penelitian Kuantitatif*, Jakarta : Raja Grafindo Persada
- Bastaman, H.D. 2007, *Logoterapi: Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. Jakarta : Rajawali Pers.
- Brigitta Anggraeni Stefani Putri, Aristarchus Pranayama, & Ryan P.
- Brennan, MA, Lalonde, CE dan Bain, JL 2010. *Persepsi Citra Tubuh : Apakah Perbedaan Gender Itu Ada*. Jurnal Penelitian Psikologi Vol. 15 No. 3. Hlm 130-138.
- Chairani, Lisyia, 2018, “*Body Shame Dan Gangguan Makan Kajian Meta Analisis*”, Jurnal Ilmiah Buletin psikologi, Vol.26, No. 1, Yogyakarta.
- Chaplis. J.P. 2005, *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali Pers.

- Damanik, T. M 2018. *Dinamika Psikologis Perempuan Mengalami Body Shaming*. Skripsi. Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta.
- Eddt Hiatiej, 2016, *Prinsip-prinsip Hukum Pidana*, Cahya Atma Pustaka. Yogyakarta. Rta
- Fitriana, Surya Ananda, 2019 “*Dampak Body Shaming sebagai Bentuk Kekerasan Terhadap Perempuan*”, skripsi, jurusan Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial Ilmu Politik Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Hakim, Thursan. 2005. *Belajar Secara Efektif*. Jakarta : Puspa Swara.
- Hedtianingsih. (2008). *Stop Body Shaming Sesama Wanita di Media Sosial, Kamu Bisa Dipenjara*. Wolipop.Detik.com
- Hurlovk, Elizabeth, B. 1993. *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga
- Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa, edisi keempat. Jakarta PT. Gramedia Pustaka Utama. 2008
- Lauster, Peter. 2002, *Tes Kepribadian*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Leila Amini et al, 2014. *Self-Confidence in Women with an without Polycystic Ovary Syndrome*, Vol. 8, No. 3.
- Luxory, Yusuf. 2004. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri Anak*. Jakarta: Media Kompitindo.
- Nasrullah, Rulli. 2015. *Media Sosial: Prsedure, Tren, dan Etika*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Neill, James. 1997. *The 10th National Outdoor Education Conference Paper Sydney, Australia International Education*. Vol. 3, No. 4 hlm 173-178

- Novtiar, C, Arifin, U. 2017 “*Meningkatkan Kemampuan Berfikir Kritis Matematis dan Kepercayaan Diri Siswa SMP Melalui Pendekatan Open Minded*”.
Jurnal Prisma Surya Kencana. Vol. VI, no 2.
- Nurkholifah, Siti, Toheri, & Winarso, Widodo. 2018. “*Hubungan antara Self Confidence dengan Kemampuan Berpikir Siswa dalam Pembelajaran Matematika*”. Jurnal Edumatica Vol. 6. No 1, hlm 58-66. Rahayu, Flouransia.
2012. *Cyberbullying Sebagai Dampak Negatif Penggunaan Teknologi Informasi*. Univeritas Atma Jaya. Yogyakarta.
- Rahmad, D.J. 1991, *Psikologi Komunikasi*, Bandung: Remaja Rosdakarya.
- _____Saifudin. 2010. *Metode Penelitian*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar
- Safaa Mohammad Al-Hebaish, (2012). “*The Correlation Beetwen General Self-Confedence Andacademic Achievement in The Oral Presentation Course*”,
Theory in Language Studies, Vol. 2, No. 1
- Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan Masa Hidup Jilid II (Edisi Ke-13)*. Jakarta: Erlangga.
- Sendhi Trisanti Puspitasari, Ludi Wishnu Wardana, Farah Farida & Tantiani Anggun Itakiranantika, 2019 “*Upaya Peningkatan Body Acceptance Baseline Melalui Gerakan Say No TO Body Di Kalangan Pelajar*”, Vol. 1. No. 2, hlm 112
- Serni, Sitti & Hasriyani 2020, “*Dampak Body Shaming Siswa SMPN 17 Kendari Terhadap Perilaku Komunikasi*”, Jurnal Penelitian Kajian Ilmu Komunikasi dan Informasi. Vol. 5 No. 2
- Sugiyono. 2015. *Metode Peneltian Kuantatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.

Sumi Lestari, *Bullying or Body Shaming? Young Women in Patient Body Dysmorphic Disorder*, *Philanthropy : Journal of Psychology*, Vol. 3 no. 1 (2019)

Surya Ananda F, 2019. *Dampak Body Shaming Sebagai Bentuk Kekerasan Terhadap Perempuan*. Jurusan Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial Ilmu Politik Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta 2019.

Susanto. 2018, "Perancangan Kampanye 'Sizter's Project' sebagai Upaya Pencegahan Body Shaming". *Jurnal DKV Adiwarna*. Vol. 1 No 2.

Thantaway, 2005, *Kamus Istilah Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Kasnisius.

Vargas, E. 2017. *Body Shaming: What is it & Why do we do it*. *Journal Education*. Vol. 3 No. 2

<https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2018/02/09/berapa-pengguna-instagram-dari-indones>

<https://news.detik.com/berita/d-4321990/polisi-tangani-966-kasus-body-shaming-selama-2018>

