

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya atau sebagian dari hak cipta ini tanpa menyebutkan sumber dan mengidentifikasi karya tersebut sebagai yang diterbitkan atau dipublikasikan oleh UIN Suska Riau.
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**PENGARUH *BODY SHAMING* TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI REMAJA****LAKI-LAKI****SKRIPSI**

Disusun Guna Memenuhi Persyaratan  
Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Psikologi (S1)

**UIN SUSKA RIAU****Disusun:**

**PUTRI KAMILA**  
**NIM. 11860120524**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**  
**SULTAN SYARIF KASIM RIAU**

**PEKANBARU****2023**

LEMBAR PENGESAHAN  
PENGARUH *BODY SHAMING* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA  
LAKI-LAKI

Disusun Oleh:

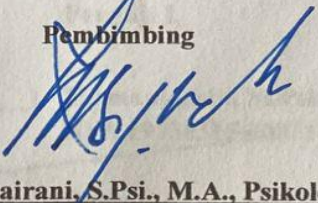
Putri Kamila  
11860120524

SKRIPSI

Telah diterima dan disetujui untuk dimunaqasyahkan  
pada sidang Panitia Uji Sarjana Strata Satu (S1) Fakultas Psikologi  
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Pekanbaru, 13 Juli 2023

Pembimbing

  
Lisya Chairani, S.Psi., M.A., Psikolog  
NIP. 197912072006042001

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





- a. Pengutipan nanya untuk kepentingan penoiakaan, peneilitan, penuisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penuisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi yang ditulis oleh :  
Nama Mahasiswa : PUTRI KAMILA  
NIM : 11860120524  
Judul Skripsi : Pengaruh Body Shaming Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Laki-Laki

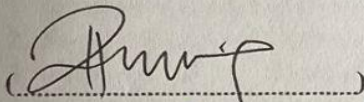
Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Sarjana Strata Satu (SI) Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, dan disetujui untuk memenuhi sabagian dari syarat-syarat guna memperoleh gelar Sarjana Srata Satu (SI) Psikologi.

Diuji pada:


Hari / Tanggal : Rabu / 31 May 2023  
Bertepatan dengan :

#### TIM PENGUJI

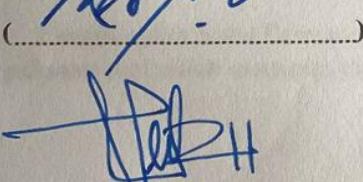
Ketua,

() Ricca Angreini Munthe, M.A  
NIP. 130612068

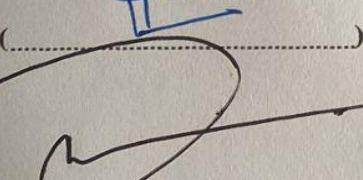
Sekretaris,

() Lisya Chairani, M.A., Psikolog  
NIP. 19791207 200604 2 001

Penguji I,

() Hirmaningsih, M.Psi., Psikolog  
NIP. 19730315 200710 2 003

Penguji II,

() Indah Puji Ratnani, M.A.  
NIP. 19761105 200701 2 002





- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : PUTRI KAMILA  
NIM : 11860120524  
Tempat/ Tgl. Lahir : Pekanbaru, 11 Januari 2001  
Fakultas/ Pascasarjana : Psikologi SI  
Prodi : Psikologi  
Judul Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya\*

Pengaruh Body Shaming Terhadap Kepercayaan Diri  
Remaja Laki - Laki

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya\* dengan judul sebagaimana tersebut diatas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya\* saya ini, nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apabila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/(Karya Ilmiah lainnya)\* saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikianlah Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru,

Yang membuat pernyataan



Putri Kamila

NIM: 11860120524

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**MOTTO**

“Orang yang hebat adalah orang yang memiliki kemampuan menyembunyikan kesusahan, sehingga orang lain mengira bahwa Ia selalu senang.”

**(Imam Syafi’i)**

Akan selalu ada jalan menuju sebuah kesuksesan bagi siapapun, selama orang tersebut mau berusaha dan bekerja keras untuk memaksimalkan kemampuan yang Ia miliki.”

**(Bambang Pamungkas)**

“Percayalah pada dirimu sendiri. Ciptakan jenis pribadi yang akan membuat Anda bahagia menjalani seluruh hidup Anda.”

**(Putri Kamila)**

UIN SUSKA RIAU



## PERSEMBAHAN

*Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah kepada Allah SWT, karya ilmiah ini ku persembahkan untuk diriku sendiri dan kedua orang tuaku, yang tidak pernah lelah merawat dan mendidikku sedari kecil, motivator terbesar dalam hidupku yang telah berjuang dengan penuh keikhlasan, yang telah mencurahkan baik di segi material maupun perhatian, kasih sayang, serta dukungan, do'a, dan pengorbanan demi kesuksesan masa depanku.*

*Terimakasih kepada :*

*My Self (Putri Kamila)*

*Ayahanda tersayang (Edy Syafrizal) dan ibunda tercinta (Rosma Dewi).*

*Special for my mom, you're the greatest and strongest women in my life who has never complained to finance all my needs. You're my inspiration when I am fragile and my spirit begins to fade.*

*Thanks my beloved*

*I Love You So Much*

UIN SUSKA RIAU

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

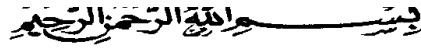
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## KATA PENGANTAR



*Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatu*

Alhamdulillahirobbil'alamin, penulis ucapkan puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh *Body Shaming* terhadap Kepercayaan Diri Remaja Laki-Laki”. Shalawat dan salam tidak lupa penulis sampaikan untuk Nabi besar kita yakni Nabi Muhammad SAW yang telah membawa pencerahan bagi seluruh umat menuju ke zaman berilmu pengetahuan.

Penyelesaian dan penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, arahan, bantuan dan motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang tak terhingga dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada :

1. Prof. Dr. Hairunnas, M.Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
2. Bapak Dr. Kusnadi. M.Pd., selaku Dekan Fakultas Psikologi UIN Suska Riau, Dr. H. Zuriatul Khairi, M. Ag., M.Si., selaku Wakil Dekan I, Ibu Dr. Vivik Shofiah, M.Si., selaku Wakil Dekan II dan Ibu Dr. Yuslenita Muda, S.Si., M.Sc., selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
3. Ibu Elyusra Ulfa, M. Psi., Psikolog, selaku penasehat akademik yang begitu baik, yang senantiasa menasehati peneliti.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
4. Ibu Lisy Chairani, S.Psi., M.A., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi. Peneliti mengucapkan ribuan terima kasih yang tidak terhingga karena telah membimbing peneliti dengan penuh kesabaran, selalu memberikan *support* yang luar biasa serta selalu mengingatkan di setiap proses penyelesaian skripsi ini dilakukan hingga akhirnya peneliti mampu menyelesaikannya.
5. Ibu Hirmaningsih, M.Psi., Psikolog selaku penguji I, peneliti mengucapkan terima kasih karena telah memberikan masukan demi kesempurnaan skripsi ini.
6. Ibu Indah Puji Ratnani, M.A terima kasih atas segala perbaikan, masukan, dan arahan yang diberikan untuk kesempurnaan skripsi ini.
7. Seluruh dosen Fakultas Psikologi yang telah bersedia memberikan ilmunya dengan caranya masing-masing dan sangat bermanfaat bagi penulis, dan semoga Allah membalas semua kebaikan-kebaikan para dosen Psikologi.
8. Seluruh Staf akademik, administrasi dan keperpustakaan yang telah membantu dalam mengurus surat-menyurat, buku dan administrasi lainnya dalam penyelesaian skripsi ini.
9. Guru-guru SMA N 12 Pekanbaru yang telah memberikan pelayanan dan membantu peneliti selama pengambilan data penelitian.
10. Kedua orang tua penulis Ayahanda Edy Safrizal dan Ibunda Rosma Dewi yang telah menyayangi, menjaga, dan mendidik penulis tanpa kenal lelah sejak kecil hingga tumbuh dewasa seperti sekarang ini, serta selalu memberikan do'a yang tiada hentinya agar Allah mempermudah dan memperlancar segala urusan anaknya, bantuan material dan memberikan motivasi yang membuat penulis




**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

selalu bersemangat dalam mengerjakan skripsi ini sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sampai selesai.

11. Untuk teman-teman seperjuangan sekaligus sahabat Aura Salsa, Dinda Natralia, Revina Nurianty, Suci Maharani, Ita Ayu Ningsih, Fitria Novitasari yang selalu membeikan dorongan agar terselesaikan penulisan skripsi ini.

12. Untuk teman-teman Ridho, Tiwi, Dwik , Egik, Erik, Akbar, dan Ama yang senantiasa membantu dalam pembuatan skripsi ini.

13. Semua yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu. Pastinya tak henti-henti penulis sampaikan semoga amal baik semua pihak mendapat balasan yang berlipat ganda dari sang pencipta yang pengasih dan penyayang Allah SWT. Aamiin.

Sebagai hamba yang memiliki keterbatasan, peneliti menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata kesempurnaan. Dengan kerendahan hati, peneliti mengharapkan saran dan kritik demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi pihak-pihak terkait kepada lingkungan akademik Fakultas Psikologi UIN Suska Riau dan pembaca pada umumnya.

***Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh***

Pekanbaru, Juli 2023

Peneliti

## DAFTAR ISI

DEMBAR PENGESAHAN .....	i
MOTTO .....	ii
PERSEMBAHAN .....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRAK .....	xii
ABSTRACT .....	xiii
<b>BAB I</b> .....	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	9
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Keaslian Penelitian.....	9
E. Manfaat Penelitian .....	12
<b>BAB II</b> .....	<b>13</b>
<b>TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>13</b>
A. Kepercayaan Diri.....	13
1. Pengertian Kepercayaan Diri .....	13
2. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri .....	14
3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kepercayaan Diri .....	16
B. <i>Body Shaming</i> .....	17
1. Pengertian <i>Body Shaming</i> .....	17
2. Aspek-Aspek <i>Body Shaming</i> .....	18
3. Bentuk-Bentuk <i>Body Shaming</i> .....	19
4. Dampak <i>Body Shaming</i> .....	20
C. Remaja.....	21
1. Pengertian Remaja .....	21





**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2	Aspek-Aspek Perkembangan Remaja.....	21
3	Tahap Perkembangan Remaja .....	22
4	Pertumbuhan/Perubahan Fisik Remaja .....	23
D.	Kerangka Berfikir .....	26
E.	Hipotesis.....	29
<b>BAB III</b>	<b>.....</b>	<b>30</b>
	<b>METODELOGI PENELITIAN .....</b>	<b>30</b>
A.	Desain Penelitian .....	30
B.	Identifikasi Variabel Penelitian .....	30
C.	Definisi Operasional.....	30
D.	Partisipan Penelitian.....	32
1.	Populasi .....	32
2.	Sampel.....	32
E.	Teknik Sampling.....	33
F.	Teknik Pengumpulan Data .....	34
G.	Uji Coba Alat Ukur .....	36
1.	Uji Validitas.....	37
2.	Daya Diskriminasi Aitem .....	37
3.	Uji Reliabilitas .....	39
H.	Analisis Data .....	40
<b>BAB IV</b>	<b>.....</b>	<b>41</b>
	<b>HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>41</b>
A.	Pelaksanaan Penelitian.....	41
B.	Hasil Penelitian .....	42
1.	Deskripsi Demografi Subjek Penelitian .....	42
2.	Uji Asumsi.....	45
3.	Uji Hipotesis.....	47
C.	Analisis Tambahan.....	49
D.	Pembahasan .....	53
<b>BAB V</b>	<b>.....</b>	<b>58</b>

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

<b>KESIMPULAN .....</b>	<b>58</b>
A. Kesimpulan .....	58
B. Saran .....	58
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>60</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>65</b>



UIN SUSKA RIAU



## DAFTAR TABEL

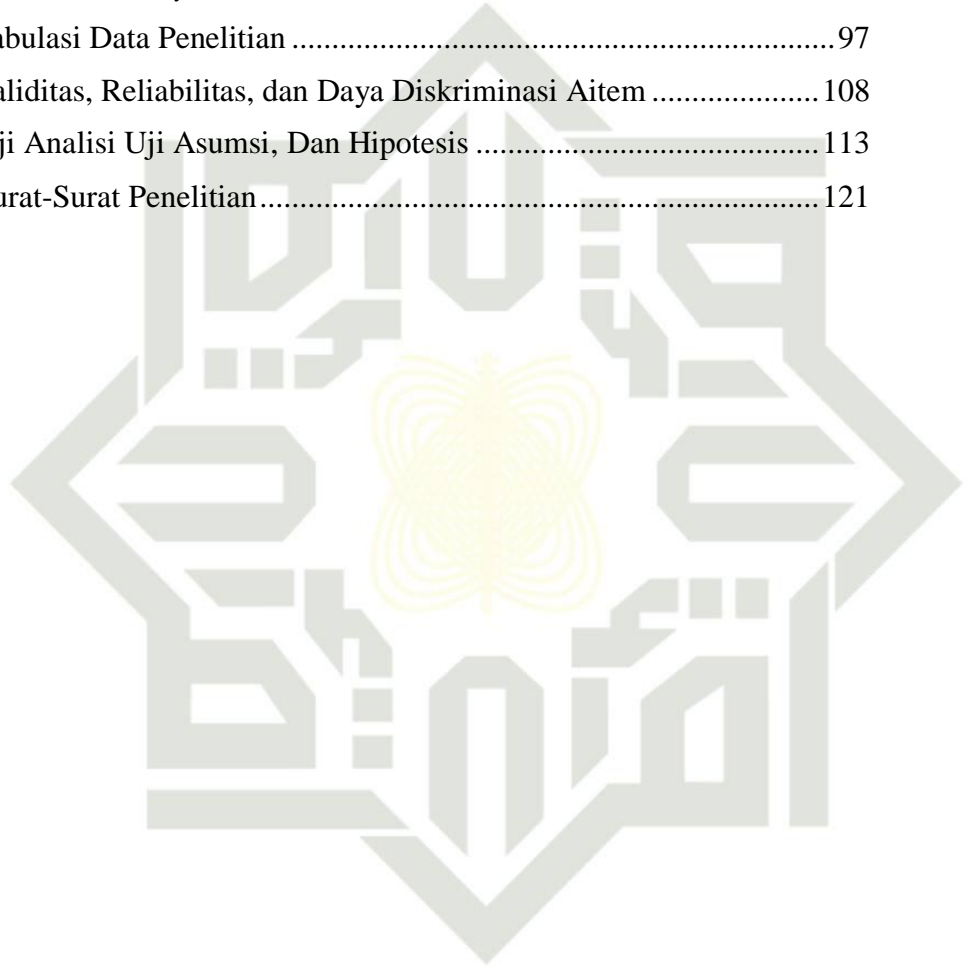
Tabel 3.1	Jumlah Populasi Siswa Laki-Laki SMA N 12 Pekanbaru .....	32
Tabel 3.2	Jumlah Sampel Peningkatan .....	33
Tabel 3.3	Tabel Kategori Jawaban Skala <i>Likert</i> .....	34
Tabel 3.4	<i>Blue Print</i> Skala Kepercayaan Diri .....	35
Tabel 3.5	<i>Blue Print</i> Skala <i>body shaming</i> .....	36
Tabel 3.6	<i>Blue Print</i> Skala Kepercayaan Diri (Setelah Uji Coba) .....	38
Tabel 3.7	<i>Blue Print</i> Skala Kepercayaan Diri Untuk Penelitian .....	38
Tabel 3.8	<i>Blue Print</i> Skala <i>Body Shaming</i> Setelah Uji Coba.....	39
Tabel 3.9	<i>Blue Print</i> Skala <i>Body Shaming</i> Untuk Penelitian .....	39
Tabel 3.10	Hasil Analisis Reliabilitas .....	40
Tabel 4.1	Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia .....	43
Tabel 4.2	Kategori Indeks Massa Tubuh (IMT) .....	44
Tabel 4.3	Tabel kategorisasi yang telah disusun berdasarkan (IMT) .....	44
Tabel 4.4	Deskripsi Subjek Berdasarkan Warna Kulit .....	45
Tabel 4.6	Hasil Uji Normalitas .....	46
Tabel 4.7	Uji Hipotesis.....	47
Tabel 4.8	Hubungan Masing-Masing Variabel Bebas Terhadap <i>Body Shaming</i> .....	48
Tabel 4.9	Gambar Data Hipotetik Dan Empirik Variabel <i>Body Shaming</i> .....	51
Tabel 4.10	Kategorisasi Subjek Variabel <i>Body Shaming</i> .....	51
Tabel 4.11	Gambar Data Hipotetik Dan Empirik Variabel Kepercayaan Diri .....	52
Tabel 4.12	Kategorisasi Subjek Variabel Kepercayaan Diri.....	52

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN-A Validitas Alat Ukur .....	66
LAMPIRAN-B Skala <i>Try Out</i> .....	80
LAMPIRAN-C Skala Penelitian .....	85
LAMPIRAN-D Tabulasi Dat <i>Try Out</i> .....	90
LAMPIRAN-E Tabulasi Data Penelitian .....	97
LAMPIRAN-F Validitas, Reliabilitas, dan Daya Diskriminasi Aitem .....	108
LAMPIRAN-G Uji Analisi Uji Asumsi, Dan Hipotesis .....	113
LAMPIRAN-H Surat-Surat Penelitian .....	121



UIN SUSKA RIAU

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.




**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**PENGARUH *BODY SHAMING* TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI**
**REMAJA LAKI-LAKI**
**Putri Kamila**
11860120524@students.uin-suska.ac.id

Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

**ABSTRAK**

Tubuh ideal menentukan kepercayaan diri individu. Perempuan dinilai lebih peduli pada pencapaian tubuh ideal yang sesuai standar dibandingkan laki-laki. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri remaja laki-laki. Subjek penelitian adalah remaja laki-laki di SMA N 12 Pekanbaru sebanyak 228 orang dengan rentang usia 14-18 tahun (usia rata-rata 17 tahun). Alat pengumpul data mengadaptasi skala *body shaming* berdasarkan BISS (*body image shame scale*) dan kepercayaan diri berdasarkan teori Lauster. Analisis data menggunakan regresi *linear* sederhana yang menunjukkan hasil koefisien regresi (*b*) sebesar -0.072 dengan signifikansi 0.014 ( $p < 0.05$ ). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh negatif *body shaming* terhadap kepercayaan diri remaja laki-laki, yang artinya semakin tinggi *body shaming* maka semakin rendah kepercayaan diri remaja laki-laki, sebaliknya semakin rendah *body shaming* maka semakin tinggi kepercayaan diri remaja laki-laki. Sumbangan variabel *body shaming* terhadap kepercayaan diri sebesar 2,6% dan 97,4% dipengaruhi faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

**Kata Kunci:** *Body shaming*, *kepercayaan diri*, *remaja laki-laki*

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## **THE EFFECT OF BODY SHAMING ON SELF-CONFIDENCE**

### **ADOLESCENT BOYS**

**Putri Kamila**

11860120524@students.uin-suska.ac.id

Faculty of Psikologi

State Islamic University Sultan Syarif Kasim Riau

### **ABSTRACT**

*The ideal body determines one's self-confidence. Women are considered to care more about achieving an ideal body according to standards than men. This study aims to see the effect of body shaming on the self-confidence of male adolescents. The research subjects were 228 young boys at SMA N 12 Pekanbaru with an age range of 14-18 years (average age 17 years). The data collection tool adapts the body shaming scale based on the BISS (body image shame scale) and self-confidence based on Lauster's theory. Data analysis used simple linear regression which showed the results of the regression coefficient (b) of -0.072 with a significance of 0.014 ( $p < 0.05$ ). Thus it can be concluded that there is a negative effect of body shaming on the self-confidence of male adolescents, which means that the higher the body shaming, the lower the self-confidence of male adolescents, conversely the lower the body shaming, the higher the self-confidence of male adolescents. The body shaming variable contribution to self-confidence is 2.6% and 97.4% is influenced by other factors not examined in this study.*

**Keywords:** *body shaming , self-confidence, adolescent boys*

UIN SUSKA RIAU



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Remaja berasal dari kata latin *adolescent* yang berarti tumbuh menjadi dewasa. *adolescent* memiliki arti yang lebih luas lagi yang mencakup kematangan mental, emosional, dan fisik (Lina dan Klara, 2010). Rentang usia remaja bervariasi, masa remaja dimulai sekitar usia 13 tahun dan berakhir pada sekitar usia 18 hingga 22 tahun (Santrock, 2007).

Individu yang memasuki usia remaja mengalami perkembangan fisik dan psikologis secara cepat. Perkembangan fisik remaja meliputi penambahan berat badan, tinggi badan, bentuk badan, dan perubahan pada organ seks. Sedangkan perkembangan psikologis remaja meliputi perubahan pada aspek kognitif, sosial, dan emosional. Setiap tahap perkembangan yang dilewati manusia akan memiliki tugas-tugas perkembangan, termasuk masa remaja. Perkembangan yang dialami remaja tidak hanya pada fisik dan psikologisnya, mereka juga harus menerima keadaan tubuhnya dan menggunakan secara efektif sebagai salah satu bentuk dari tugas perkembangannya (Dianningrum & Satwika, 2021).

Pertumbuhan fisik remaja laki-laki dan perempuan menunjukkan perbedaan yang mencolok. Remaja perempuan lebih cepat pertumbuhan fisiknya dibandingkan dengan remaja laki-laki, namun pada periode tertentu remaja laki-laki akan menyusul dengan kecepatan melebihi remaja perempuan sehingga pada akhirnya remaja laki-laki

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

empunyai tinggi, besar, dan berat badan melebihi anak perempuan (Ali dan Asrori, 2008). Pergaulan remaja, kondisi badan merupakan salah satu modal yang penting karena merupakan bagian yang tampak dari kepribadian individu dan dapat menciptakan kesan awal bagi orang lain. Banyak remaja yang tidak suka dengan kondisi fisiknya, sehingga merasa kurang percaya diri dan kerap menyalahkan bagian tubuh mereka sebagai penyebab kesulitan mereka dalam bergaul karena dengan adanya rasa percaya diri siswa tersebut dapat bersosialisasi dengan baik dilingkungkannya. Maka remaja senang bila ada yang memuji penampilan fisiknya, dan sedih bila dikritik (Hadi dalam Nola, 2009).

Penampilan merupakan faktor penting yang akan membentuk kepercayaan diri pada remaja. Setiap individu memiliki kepercayaan diri yang berbeda-beda. Ada individu yang memiliki kepercayaan diri penuh dan ada yang merasa kurang memiliki kepercayaan diri, ada yang disebabkan karena tanggapan orang lain terkait kondisi fisik, moral, dan sosialnya (Dianningrum dan Satwika, 2021).

Beberapa hasil penelitian menyatakan bahwa tingkat kepercayaan diri pada remaja berada pada kategori sedang, hanya sebagian kecil dari remaja yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi (Tohir, 2005). Hasil penelitian Farida (2014) menunjukkan 25% kepercayaan diri remaja berada pada kategori sedang, 75% kepercayaan diri remaja berada pada kategori rendah.

Penyebab utama rendahnya rasa percaya diri adalah karena faktor kondisi fisik. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Fitri, Zola & Ifdil (2018) terdapat fenomena

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menyatakan bahwa penyebab remaja kurang percaya diri adalah karena merasa badan terlalu besar, tinggi badan tidak sesuai dengan diharapkan, terdapat beberapa siswa yang merasa dirinya kurang menarik, terdapat beberapa siswa yang menggunakan kosmetik, dan ada siswa yang senang menyendiri karena merasa tidak sebanding dengan temannya. Dengan tampil menarik, remaja akan merasa lebih berharga dan dapat tampil lebih meyakinkan dalam berbagai situasi (Sheldon dalam Nurmala & Racmahana, 2019).

Remaja yang memiliki kepercayaan diri akan memiliki gambaran diri yang positif, sedangkan remaja yang kurang percaya diri akan berperilaku seperti ragu menjalankan tugas, menutup diri, menghindari komunikasi, sedikit terlibat dalam organisasi, agresif, tidak bisa berbuat banyak, tidak berani bicara, dan menarik diri dari lingkungan (Fitri, Zola, & Ifdil, 2018). Pada remaja yang tidak percaya diri menimbulkan dampak yaitu depresi, *anorexia nervosa*, dan bunuh diri (Santrock, 2003). Ketika remaja memiliki permasalahan kepercayaan diri hal ini akan menimbulkan konflik-konflik yang terjadi pada remaja semakin meningkat dan membuat mereka semakin tertekan juga. Lauster (dalam Ghufroon & Risnawita, 2012) menyebutkan lima aspek dari kepercayaan diri, yaitu: yakin terhadap kemampuan pribadi, optimis, objektif, tanggung jawab, serta rasional dan realistis.

Peneliti melakukan wawancara singkat pada tiga orang remaja laki-laki di SMA N 12 Pekanbaru pada tanggal 30 Mei 2022. Subjek yang bernama MR merasa tidak percaya diri karena ia pendek dan tidak seperti teman lain seusianya. MR berusaha olahraga seperti berenang, menggantung di pohon, maupun olahraga lain



Ia juga merasa malu dengan tinggi badannya jika berhadapan dengan lawan jenisnya, dan Ia juga merasa tidak berani ketika harus menjadi pusat perhatian dan Ia menjadi gugup dan tidak yakin pada dirinya sendiri.

Subjek kedua berinisial DU, Ia merasa tidak percaya diri terkait rambutnya. Ia merasa malu karena rambutnya berbeda dengan teman-temannya. Karena rambutnya berwarna putih seperti orang tua. Ia selalu membandingkan dirinya dengan temannya.

Subjek ketiga berinisial EF, Ia merasa memiliki kepercayaan diri dalam melakukan sesuatu dan percaya diri terhadap penampilan fisiknya. EF mengungkapkan bahwa Ia berani untuk menyatakan pendapat meskipun pendapatnya salah. EF berfikir bahwa setiap individu memiliki kekurangan dan kelebihan masing-masing. Untuk penampilan fisik jika hanya berfokus pada kekurangan maka kita akan terus menerus tidak percaya diri, karena bentuk fisik tidak ada habisnya dan akan menghambat langkah kita dalam mengekspresikan potensi kita. Subjek juga menunjukkan pandangan yang rasional dengan menyatakan fokus pada fisik membuatnya tidak berkembang. Wawancara ini menunjukkan subjek memiliki kepercayaan diri yang baik.

Berdasarkan hasil wawancara ketiga subjek, peneliti menarik kesimpulan bahwa setiap subjek memiliki kepercayaan diri yang berbeda-beda. Individu yang memiliki pemikiran negatif tentang kondisi fisiknya akan memengaruhi kepercayaan diri individu tersebut. Salah satu penyebab individu memiliki pemikiran yang negatif mengenai kondisi fisiknya ialah karena pernah menjadi korban *body shaming*. Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa perlakuan *body shaming* akan

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

berdampak pada pola pikir yang negatif pada korban. Selanjutnya, hasil penelitian Eva (2016) menunjukkan efek dari perlakuan *body shaming* sangat banyak negatifnya pada korban yang mendapatkan *body shaming*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perlakuan *body shaming* dapat berdampak pada pola pikir yang negatif pada seseorang yang dapat menimbulkan penilaian diri sendiri yang buruk. Tindakan dari *body shaming* tanpa disadari dapat memberikan pengaruh negatif yang besar bagi para penerimanya. Karena, tidak hanya meninggalkan luka secara fisik, melainkan juga dapat memicu tekanan mental dan gangguan psikologi.

Penampilan fisik menyebabkan terjadinya perlakuan perundungan terhadap fisik yang disebut dengan istilah *body shaming*. Gilbert, (dalam Ghufron, 2012) mengungkapkan bahwa *body shaming* merupakan bentuk kritik atau komentar negatif secara sengaja atau tidak sengaja terhadap fisik individu. Sakinah (2018) menyebutkan istilah *body shaming* ditujukan untuk membully mereka yang memiliki penampilan fisik yang dinilai cukup berbeda dengan siswa pada umumnya. Contoh *body shaming* adalah penyebutan dengan memfokuskan pada bentuk fisik seperti gendut, pesek, cungkung dan lain sebagainya yang berkaitan dengan tampilan fisik.

Santoso (2018) melaporkan bahwa pada tahun 2018 polisi menangani 966 kasus penghinaan fisik atau *body shaming* di Indonesia. Melalui penegakan hukum maupun pendekatan meditasi antara korban dan pelaku, yang berhasil diselesaikan adalah sebanyak 347 kasus. Salah satu tempat yang kerap kali terjadinya tindakan *body shaming* adalah di sekolah (dalam Amin & Serni, 2020). Survei *Body Peace Resolution* yang dilakukan oleh Yahoo! menunjukkan bahwa perempuan lebih banyak

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





Oleh karena itu, usaha-usaha yang dilakukan remaja untuk mencapai tujuan dengan melakukan latihan di pusat kebugaran. Alasan remaja laki-laki ingin membentuk tubuh ideal adalah bentuk tubuh sekarang kurang ideal dan bentuk tubuh mereka akan terlihat atletis, *cool*, macho, menarik, dan dilirik cewek. Sejalan dengan hasil penelitian dari Homan (2010), bahwa kegiatan yang dilakukan untuk menunjang kesehatan mereka dan mendapatkan tubuh ideal adalah melakukan kegiatan olahraga, seperti *gym*, *skipping*, jogging dan zumba, serta menjaga pola makan dengan makan-makanan yang sehat.

Penelitian ini sejalan dengan Gunarsa (2006) yang menyebutkan bahwa remaja yang kesulitan menerima keadaan fisik sehubungan dengan bertambahnya tinggi badan, berat badan, penampilan yang tidak sesuai dengan penampilan yang diidamirkan akan berdampak pada kekecewaan yang menghalangi remaja menerima keadaan fisiknya dengan reaksi yang murung, menutup diri untuk bergaul, dan tidak meneruskan tugas perkembangan lainnya. Oleh karena itu, salah satu usaha yang dilakukan remaja untuk meningkatkan penampilan fisik adalah dengan melakukan latihan fisik di pusat kebugaran.

Penelitian senada dengan hasil laporan penelitian The U.S. Surgeon General (dalam Reys, Juni 2005) yang menyebutkan berbagai alasan individu untuk mengikuti *fitness* agar mampu meningkatkan optimisme, daya tahan psikologis, dan kepositifan kreatifitas dan kemampuan memecahkan masalah spirit emosional kemampuan rileks di situasi stres citra diri dan kepercayaan diri. Dengan kata lain, bentuk tubuh individu berkaitan dengan kepercayaan dirinya.

#### Hak Cipta Murni UIN Suska Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan studi penelitian di Amerika Serikat yang melibatkan seribu pria menghasilkan data, lebih dari 50 % pria mengakui ketidakbahagiaan dengan tubuh mereka dan 40 % pria mengakui ingin melakukan '*chest implants*' atau operasi penambahan otot di bagian dada, sehingga mereka bisa mendapatkan otot-otot dada (*Pectoral*) yang sempurna agar memiliki kepercayaan diri dan terhindar dari perlakuan *body shaming* (Casillas, 2008).

Sejalan dengan hasil penelitian Fauzia dan Rahmiaji pada tahun (2019) yang mengemukakan bahwa *body shaming* menimbulkan *body shaming* yaitu pikiran dan perasaan negatif (malu, minder, dan tidak puas) tentang fisik, penampilan, citra diri individu karena tidak mampu mencapai standar ideal yang ada. Hal ini akan membuat kepercayaan diri remaja menurun, lebih sensitif serta lebih berhati-hati dalam segala hal, sensitif tentang tubuh dan makanan, menolak ajakan keluar rumah, tidak percaya diri, hingga remaja yang menutup dan membatasi diri (Masithoh, 2020).

Berdasarkan penjelasan *body shaming* beserta fenomena dan kasusnya, peneliti menggunakan subjek remaja laki-laki. Karena sebagian besar penelitian sebelumnya hanya berfokus pada kasus *body shaming* yang terjadi pada perempuan, sehingga belakangan ini laki-laki juga terkena dampak *body shaming*. Alasan peneliti memilih kepercayaan diri di kalangan remaja karena remaja akan merasa minder ataupun merasa tidak berharga jika tidak memiliki tubuh atau wajah yang tidak memenuhi standar yang telah ditetapkan atau tidak mengikuti *trend* yang ada. Karena remaja belum matang dalam berfikir dan *body shaming* dapat menghancurkan rasa percaya diri remaja.

Hak Cipta Dindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Oleh karena itu, untuk mengetahui pengaruh dari *body shaming* terhadap kepercayaan diri remaja laki-laki, judul penelitian ini adalah “Pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri remaja laki-laki”.

### B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Apakah *body shaming* memengaruhi kepercayaan diri remaja laki-laki?”.

### C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri remaja laki-laki.

### D. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini memperlihatkan karakteristik yang relatif sama terhadap penelitian sebelumnya, namun terdapat perbedaan kriteria topik, jumlah variabel penelitian, subjek dan lokasi. Peneliti akan melakukan penelitian tentang pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri pada remaja laki-laki. Sebagai perbandingan, peneliti dapat merujuk pada beberapa penelitian yang dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya, antara lain:

1. Yolanda, Suarti, dan Muzanni (2021) meneliti tentang “Pengaruh *body shaming* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa SMA Negeri 1 Batulayar”. Hasil penelitian dianalisis menggunakan metode analisis statistik korelai *product moment* yang menghasilkan ada pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri pada siswa kelas XI di SMAN 1 Batulayar. Penelitian tersebut memiliki kesamaan dengan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



penelitian yang dilakukan, yaitu pada variabel *body shaming* dan kepercayaan diri. Namun peneliti tidak menggunakan teknik analisis korelasi *product moment* melainkan analisis regresi linear sederhana.

Penelitian yang dilakukan Ramadhany dan Putri (2021) berjudul “*The Effect Of body shaming On Instagrams On Student’s Confidence*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh *body shaming* di Instagram terhadap kepercayaan diri mahasiswi. Partisipan penelitian ini berjumlah 37 responden menggunakan teknik *simple random sampling*. Uji analisis penelitian menggunakan regresi linear sederhana. Perbedaan dalam penelitian ini terletak pada subjek yang menggunakan mahasiswi sedangkan peneliti meneliti pada remaja laki-laki dan teknik penentuan sampel. Persamaan dengan peneliti menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana.

3. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Mukti dan Dania (2022) yang berjudul “*Hubungan body shaming dengan kepercayaan diri pada mahasiswa FK UISU yang mengalami obesitas*”, yang bertujuan untuk menyelidiki hubungan antara *body shaming* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa FK UISU yang mengalami obesitas. Peneliti menggunakan desain penelitian *cross sectional* dengan uji analisa *chi square*. Hasil yang didapatkan yaitu ada hubungan *body shaming* dengan kepercayaan diri mahasiswa FK UISU yang mengalami obesitas. Penelitian ini memiliki persamaan dalam hal 2 variabel yang digunakan yaitu *body shaming* dan kepercayaan diri. Perbedaan penelitian terlihat dari subjek mahasiswa yang mengalami obesitas sementara peneliti menggunakan remaja laki-

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

lain, perbedaan lainnya pada teknik analisa *chi square* yang digunakan dan penelitian ini melihat hubungan sedangkan peneliti menyelidiki pengaruh.

Penelitian yang dilakukan oleh Fatmawati, Afrizawati, Miftahuddin, Suhaimi, Zarahadi, Darmawati, dan Nurjannah berjudul “Hubungan *body shaming* dengan *self confidence* pada remaja”. Patisipan yang ditentukan dengan teknik *convenience* sampling. Berdasarkan hasil uji korelasi *person product moment*, hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *body shaming* terhadap kepercayaan diri. Persamaan penelitian sama-sama menggunakan metode penelitian kuantitatif yang mana *body shaming* sebagai variabel X dan *self confidence* sebagai variabel Y. Perbedaannya adalah penelitian meneliti hubungan sedangkan peneliti meneliti pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri remaja, teknik sampling, dan teknik analisis data yang digunakan.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Kawengian, Solang, dan Kapahang (2021) yang berjudul “Pengaruh *body shaming* terhadap tingkat kepercayaan diri remaja putri di Kelurahan papakelan kecamatan tondano timur”. Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui pengaruh *body shaming* terhadap tingkat kepercayaan diri remaja putri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif jenis penelitian korelasional. Hasil yang diperoleh menggunakan korelasi regresi sederhana yang menghasilkan adanya pengaruh negatif *body shaming* terhadap kepercayaan diri remaja putri di Kelurahan Papakelan, Kecamatan Tondano Timur. Penelitian tersebut memiliki persamaan dalam hal variabel yang digunakan yaitu kepercayaan diri dan *body shaming*. Persamaan lainnya pada teknik analisis regresi linear

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

seperhana yang digunakan. Perbedaan penelitian terlihat dari subjek remaja putri sementara peneliti menggunakan remaja laki-laki.

Berdasarkan penjelasan di beberapa penelitian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa walaupun telah ada penelitian sebelumnya yang meneliti dan membahas tentang *body shaming* dengan kepercayaan diri pada siswa, namun terdapat perbedaan dengan penelitian yang dilakukan oleh penelitian sebelumnya. Dengan demikian, maka dapat dikatakan bahwa penelitian yang dilakukan oleh penelitian benar keasliannya dan dapat dipertanggung jawabkan.

### E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik dalam pengembangan ilmu untuk manfaat teoritis maupun praktis, sebagai berikut:

#### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan tambahan pengetahuan teoritis bagi perkembangan ilmu psikologi khususnya bidang psikologi sosial yang berhubungan dengan *body shaming* dan psikologi kepribadian yang berhubungan dengan kepercayaan diri.

#### 2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu dan wawasan pembacanya dalam mengenali pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri pada remaja laki-laki.



#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Kepercayaan Diri

##### Pengertian Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah sebuah rasa dalam bentuk keyakinan yang kuat dalam jiwa, kesepemahaman dalam jiwa dan kemampuan menguasai jiwa (Yusuf, 2005). Anthony (1992) (dalam Ghufon, 2012) kepercayaan diri merupakan sikap individu yang dapat menerimana kenyataan, mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, mandiri, dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkannya.

Lauster (1992) (dalam Ghufon, 2012) mendefinisikan kepercayaan diri didapatkan dari pengalaman hidup. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri individu untuk bertindak sesuai kehendak, optimis, gembira, cukup toleran, dan bertanggung jawab tanpa dipengaruhi oleh orang lain. Lauster (1992) (dalam Ghufon, 2012) juga menambahkan bahwa kepercayaan diri berhubungan dengan kemampuan individu dalam melakukan sesuatu yang baik. Anggapan tersebut yang membuat individu tidak pernah menjadi orang yang mempunyai kepercayaan diri yang sejati, karena bagaimanapun manusia itu memiliki kemampuan terbatas terhadap sesuatu hal yang hendak dilakukan.

Sumara (1992) (dalam Ghufron, 2012) menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan ciri kepribadian yang mengandung arti keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Hal ini sejalan dengan pendapat Afiatin dan Andayani (1998) (dalam Ghufron, 2012) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang berisi keyakinan tentang kekuatan, kemampuan, dan keterampilan yang dimilikinya.

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dalam jiwa manusia bahwa tantangan hidup apapun harus dihadapi dengan berbuat sesuatu. Kepercayaan diri itu lahir dari kesadaran bahwa jika memutuskan untuk melakukan sesuatu, sesuatu itu pula yang harus dilakukan. Kepercayaan diri itu akan datang dari kesadaran seorang individu bahwa individu tersebut memiliki tekad untuk melakukan apapun, sampai tujuan yang ia inginkan tercapai (Suhardita, 2011).

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah sikap keyakinan kuat yang ada di dalam diri individu untuk melakukan apa yang diinginkannya dan sebagai karakteristik individu atas keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistis.

## 2. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri

Menurut Lauster (1992) yang dikutip dari Ghufron (2012), aspek-aspek dari kepercayaan diri adalah sebagai berikut.

Hak Cipta dan Merek UN Suska Riau  
 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Keyakinan kemampuan diri

Keyakinan kemampuan diri adalah sikap positif individu terhadap dirinya dan memiliki kemampuan untuk melakukan apa yang diinginkannya.

Optimis

Optimis adalah sikap positif individu yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan yakin atas kemampuan diri sendiri.

c. Objektif

Suatu sikap individu yang mampu melihat dan menerima suatu masalah dengan kebenaran sebagaimana semestinya, bukan menurut kebenaran dirinya sendiri.

d. Bertanggung jawab

Suatu sikap kesediaan individu akan tingkah laku atau perbuatannya untuk menanggung segala sesuatu akibat dari apa yang telah menjadi konsekuensinya.

e. Rasional dan realistis

Rasional dan realistis adalah bagaimana individu berpikir dan menganalisis suatu masalah, suatu hal, maupun suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang logis atau yang dapat diterima oleh akal dan sesuai kenyataannya.

Berdasarkan pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa kepercayaan diri adalah sifat yang dimiliki individu yang memiliki aspek-aspek keyakinan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistis.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kepercayaan Diri

Menurut Santrock (2003) mengungkapkan faktor-faktor yang memengaruhi kepercayaan diri, adalah penampilan fisik, konsep diri, hubungan dengan orang tua, dan hubungan dengan teman sebaya yang berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri pada remaja. Sedangkan menurut Ghufron & Risnawita (2012) bahwa kepercayaan diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu konsep diri, harga diri, kondisi fisik. Perubahan kondisi fisik juga berpengaruh pada kepercayaan diri, dan pengalaman hidup.

Penelitian yang dilakukan oleh Fatmawati, dkk (2021) yang menunjukkan bahwa salah satu yang dapat memengaruhi kepercayaan diri adalah *body shaming*, terganggunya kepercayaan diri ini berdampak pada kehidupan seseorang diantaranya membuatnya menutup diri dari lingkungan sehingga korban mengalami kesulitan untuk dapat berfungsi normal dalam kehidupan bermasyarakat. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Ulfa (2022) yang menghasilkan bahwa *body shaming* dengan kepercayaan diri merupakan dua hak yang saling berhubungan, sehingga *body shaming* mempunyai kontribusi besar dalam memengaruhi kepercayaan diri siswa, karena *body shaming* yang tinggi dapat menurunkan kepercayaan diri siswa yang akan menyebabkan siswa kurang percaya diri terhadap teman dan lingkungan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahawa salah satu faktor yang dapat memengaruhi kepercayaan diri inividu adalah *body shaming*.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta Milik UIN Suska Riau  
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## B. *Body Shaming*

### Pengertian *Body Shaming*

*Body shaming* termasuk dalam kasus *bullying* secara verbal atau kata-kata, jadi *body shaming* diartikan sebagai suatu perilaku mengomentari atau mengkritik negatif terhadap penampilan atau fisik individu. Menurut Brigitta, Aristarchus & Ryan (dalam Gani, 2021) *body shaming* merupakan salah satu bentuk kekerasan emosional dan verbal yang seringkali diabaikan oleh pelaku karena umumnya dianggap biasa. *Body shaming* merupakan tindakan mengomentari, mengkritik, dan membandingkan fisik diri sendiri maupun orang lain yang menimbulkan perasaan malu dan menyakitkan ketika komentar terkait tubuhnya tersebut tidak sesuai yang diharapkannya (Sari, 2020).

Gillbert (2002) menyatakan *body shaming* merupakan suatu penilaian terhadap penampilan dan bentuk tubuh sendiri maupun orang lain. Individu yang melakukan *body shaming* dapat berupa lontaran komentar terkait bentuk fisik orang lain dan bahkan komentar individu itu sendiri terhadap bentuk fisiknya sendiri. *Body shaming* adalah kekhawatiran dan ketakutan akan penilaian tentang tubuh dan penampilan yang datang dari diri sendiri maupun dari orang lain. *Body shaming* muncul karena menunjukkan bahwa individu tidak memenuhi standar ideal di mata masyarakat.

*Body shaming* merupakan perasaan malu terhadap salah satu bentuk bagian tubuh ketika penilaian individu maupun orang lain tidak sesuai dengan bentuk tubuhnya. Hal tersebut akan membuat individu merasa kepribadian, perilaku, pikiran, aktifitas, dan perasaan atau emosi serta situasi menjadi memalukan (Damanik, 2018).

*Body shaming* merupakan penilaian negatif tentang fisik dan penampilan yang timbul dari kritikan diri sendiri maupun orang lain. *Body shaming* bisa dikategorikan sebagai kecemasan atau ketakutan karena memiliki kondisi fisik dan penampilan yang tidak sesuai dengan standar ideal di lingkungannya. Bentuk dari *body shaming* adalah individu cenderung untuk merubah kondisi tubuh dan penampilannya yang dinilai negatif oleh orang lain maupun diri sendiri (Cahyani, 2018).

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa *body shaming* adalah suatu bentuk kekhawatiran atau ketakutan individu terhadap komentar atau kritikan dari diri sendiri maupun dari orang lain terhadap bentuk tubuh atau penampilannya tanpa yang tidak sesuai standar ideal yang berlaku dimasyarakat.

## 2. Aspek-Aspek *Body Shaming*

Aspek-aspek *body shaming* menurut Gillbert (2002) adalah sebagai berikut:

### a. Komponen kognitif sosial atau eksternal

Komponen kognitif sosial atau eksternal adalah perasaan malu yang sering muncul dalam konteks sosial dan kondisi ini mengacu pada pemikiran individu bahwa orang lain menilai dirinya rendah atau kurang baik.

### b. Komponen evaluasi diri yang berasal dari dalam

Komponen penilaian diri dikaitkan dengan persepsi negatif tentang diri sendiri (misalnya saya tidak berguna, tidak berharga, jelek, tidak baik, dll). Ini didasarkan kritik yang mengarahkan individu dengan penilaian diri remaja sendiri yang mengakibatkan memandang dirinya rendah dan kehilangan kepercayaan diri.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



berdasarkan pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa aspek-aspek *body shaming* terdiri dari komponen kognitif sosial dan eksternal serta komponen evaluasi diri yang berasal dari dalam.

### Bentuk-Bentuk *Body Shaming*

Menurut Fauziah (2019) *body shaming* memiliki bentuk-bentuk, sebagai berikut:

- a. *Fat shaming*, bentuk ini merupakan komentar negatif pada orang yang gemuk atau *plus size*. Biasanya orang gemuk sering dihina atau diejek dengan ejekan gajah, badak, atau hewan besar lainnya.
- b. *Skinny/thin shaming*, merupakan pendapat negatif orang-orang dengan tubuh kurus. Pada umumnya orang kurus sering diejek dengan julukan seperti kutilang (kurus, tinggi, langsing), tipe tubuh triplex atau datar.
- c. Tubuh berbulu, yaitu suatu bentuk penghinaan berupa mengomentari individu dengan rambut berlebih di tubuh, seperti dada, janggut, kaki, atau lengan. Biasanya orang yang berbulu lebih dianggap orang Arab atau orang timur seperti pada laki-laki bisaanya brewokan atau janggut di wajah remaja.
- d. Warna kulit, bentuk *body shaming* ini juga umum terjadi. Misalnya warna kulit individu mungkin terlalu terang ataupun terlalu gelap. Biasanya orang yang berkulit gelap atau hitam sering di hina atau diejek seperti orang papua, karna orang papua kebanyakan memiliki kulit tubuh yang gelap. Dan bagi laki-laki yang memiliki kulit tubuh yang putih bakal di hina atau diejek seperti perempuan atau seperti orang korea.

Hak Cipta Ditindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa bentuk-bentuk *body shaming* adalah *fat shaming*, *skinny/thin shaming*, tubuh berbulu, dan warna kulit.

### Dampak *Body Shaming*

*Body shaming* terbentuk atau terjadi karena adanya pengaruh lingkungan dan interaksi. Hal tersebut memberikan dampak terhadap diri individu tersebut yaitu.

#### a. Gangguan Makan

*Body shaming* adalah penyebab rendahnya harga diri dan berhubungan dengan pola makan. Individu cenderung melakukan perubahan pada tubuh mereka dengan diet untuk menurunkan berat badan dan mengonsumsi banyak makanan untuk menambah berat badan. Oleh karena itu, semakin tinggi tingkat *body shaming*, semakin besar kemungkinan berkontribusi secara signifikan terhadap perilaku makan (Cahyani, 2019).

#### b. Mempengaruhi Kesehatan Fisik

Selain berpengaruh terhadap gangguan makan, *body shaming* juga berpengaruh terhadap kesehatan. Ada hubungan positif antara pembentukan tubuh dan infeksi, serta gejala dan infeksi penyakit yang disebabkan oleh respon dan evaluasi fisik yang buruk (Cahyani, 2019). Ketika individu mengalami *body shaming*, ia rentan terhadap penyakit karena kurang memperhatikan kesehatannya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dampak dari *body shaming* adalah gangguan makan dan kesehatan fisik terhadap diri individu tersebut.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## C. Remaja

### Pengertian Remaja

Remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada akhir remaja atau awal 20-an. Masa remaja masa peralihan perkembangan menjadi dewasa berarti sebagian perkembangan masa kanak-kanak masih dialami, tetapi sebagian kematangan tersebut sudah tercapai (Papalia dan Olds, 2008).

World Health Organization (WHO) membagi masa remaja menjadi masa remaja awal dan masa remaja akhir. Remaja awal, berkisar antara 10-14 tahun dan remaja akhir berkisar antara 15-20 tahun.

Dapat disimpulkan bahwa masa remaja merupakan masa pertumbuhan atau peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa, yang meliputi perkembangan psikoseksual, mental, fisik, dan emosional. Masa remaja dibagi menjadi tiga tahap, tahap remaja awal, remaja madya, dan remaja akhir, yang dimulai dari usia 13 dan 19 tahun.

### 2. Aspek-Aspek Perkembangan Remaja

Aspek-aspek perkembangan remaja adalah salah satunya perkembangan fisik. Perkembangan fisik adalah perubahan tubuh, otak, sensorik dan motorik. Perubahan tubuh ditandai dengan pertumbuhan dan berat badan, pertumbuhan tulang dan otot, serta pematangan fungsi seksual dan reproduksi. Tubuh remaja mulai bertransformasi dari tubuh anak-anak menjadi tubuh dewasa yang ditandai dengan pematangan.



## Hak Cipta Ditamini Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

perubahan struktur fisik otak yang semakin sempurna untuk peningkatan fungsi kognitif (Jahja, 2011).

### Tahap Perkembangan Remaja

Menurut Sarwono (2006) ada 3 tahap perkembangan remaja, antara lain:

#### Remaja Awal (*Early Adolescence*)

Remaja pada tahap ini berusia 10-12 tahun yang masih terheran-heran akan perubahan-perubahan pada tubuhnya sendiri dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan-perubahan itu. Remaja akan mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis, dan mudah terangsang. Kepekaan yang berlebihan ditambah berkurangnya kendali terhadap ego yang menyebabkan remaja awal sulit mengerti dan dimengerti orang dewasa.

#### b. Remaja Madya (*Middle Adolescence*)

Tahap ini berusia 13-15 tahun. Pada tahap ini remaja sangat membutuhkan teman sebayanya karena remaja senang jika banyak teman yang menyukainya dan ada kecenderungan “*narastic*”, yaitu mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang mempunyai sifat yang sama dengan dirinya. Selain itu, tak jarang remaja pada tahap ini berada dalam kondisi kebingungan karena tidak tahu harus memilih sendiri atau ramai-ramai, peka atau tidak peduli, ideal atau materialis, dan sebagainya. Pada remaja laki-laki harus bisa membebaskan dirinya dari *Oedipoes Complex* (perasaan cinta dan sayang pada ibu sendiri di masa kanak-kanak) dengan mempererat hubungannya dengan lawan jenis.

### Remaja Akhir (*Late Adolescence*)

Tahap ini berusia 16-19 tahun adalah masa dimana menuju periode dewasa yang ditandai dengan pencapaian lima hal, yaitu: minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek, memahami ego dalam beradaptasi dengan orang-orang lain dan pengalaman-pengalaman baru, identitas seksual yang sudah terbentuk, *egosentrim* (terlalu mementingkan kepentingan diri sendiri) diganti dengan menyeimbangkan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain, dan tumbuh dinding pemisah antara dirinya sendiri (*private self*) dan masyarakat umum (*the public*).

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa tahap perkembangan pada masa remaja terbagi menjadi 3 tahap yaitu remaja awal yang dimulai umur 10-12 tahun, remaja madya dimulai usia 12-15 tahun, dan remaja akhir dengan rentang usia 16-19 tahun. Penelitian ini menggunakan remaja madya dan akhir, karena ada remaja yang sudah memasuki remaja akhir di lokasi penelitian tersebut.

#### 4. Pertumbuhan/Perubahan Fisik Remaja

Pertumbuhan fisik adalah perubahan-perubahan yang terjadi dan merupakan gejala primer dalam pertumbuhan remaja. Perubahan-perubahan ini meliputi: perubahan ukuran tubuh, perubahan proporsi tubuh, munculnya ciri-ciri kelamin yang utama (primer) dan ciri kelamin kedua (sekunder). Perubahan-perubahan fisik pada remaja putri seperti:

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Pertumbuhan tulang-tulang (badan menjadi tinggi, anggota-anggota badan menjadi panjang.
- Pertumbuhan payudara.
- Tumbuh bulu halus berwarna gelap dan keriting di kemaluan.
- Tumbuh bulu ketiak.
- Menstruasi (haid).

Sedangkan pada remaja lelaki terjadi perubahan-perubahan sebagai berikut:

- a. Pertumbuhan tulang dan otot.
- b. Testis membesar.
- c. Awal perubahan suara.
- d. Ejakulasi (keluarnya air mani).
- e. Tumbuh bulu kemaluan yang halus, keriting dan berwarna gelap.
- f. Tumbuh rambut halus di wajah (kumis, jenggot) di dada dan di ketiak.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dilihat bahwa remaja perempuan dan laki-laki memiliki perbedaan dalam perkembangan fisiknya. Remaja perempuan lebih cepat mengalami perkembangan fisik daripada laki-laki. Perubahan fisik yang dialami remaja yaitu tumbuh rambut di bagian tubuh tertentu, menstruasi, mimpi basah, dan perubahan pada suara. Perubahan-perubahan yang terjadi laki-laki ketika usia remaja akan menentukan citra tubuh yang terbentuk pada diri individu.

Menurut Ridwan (2004) ada beberapa dampak atau pengaruh perubahan fisik terhadap sikap dan perilaku, yaitu:

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang:**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Ingin menyendiri. Remaja mulai menarik diri dari teman-teman dan dari berbagai kegiatan keluarga, dan sering bertengkar dengan teman-teman serta anggota keluarga, juga sering melamun dan mencoba eksperimen seks melalui masturbasi.

Bosan. Remaja mulai bosan dengan permainan yang sebelumnya sangat digemari, bosan dengan tugas-tugas sekolah, kegiatan-kegiatan sosial dan kehidupan pada umumnya. Akibatnya remaja sedikit sekali bekerja sehingga prestasinya di berbagai bidang menurun. Mereka menjadi terbiasa untuk tidak mau berpretasi, karena sering timbul perasaan akan keadaan fisik yang tidak normal.

- c. Inkoordinasi yaitu pertumbuhan pesat dan tidak seimbang yang dapat memengaruhi pada koordinasi gerakan. Dalam hal ini remaja merasa kikuk dan janggal selama beberapa waktu.
- d. Antagonisme sosial yaitu remaja seringkali tidak mau bekerja sama, sering membantah dan menantang, bermusuhan dengan teman sebayanya dalam hal mengkritik dan komentar atau ejekan terkait bentuk fisik atau apapun itu.
- e. Emosi yang meninggi, yaitu kemarahan, merajuk, ledakan amarah dan kecenderungan untuk menangis.
- f. Hilangnya kepercayaan diri. Remaja banyak yang mengalami rendah diri karena dikritik bertubi-tubi dari orang tuanya, teman sebayanya, maupun lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu mereka tidak memiliki percaya diri dan takut akan kegagalan.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan penjelasan di atas pengaruh dari perubahan fisik yang terjadi pada remaja adalah ingin menyendiri, merasa bosan, inkoordinasi, antagonisme social, emosi yang meninggi, dan bahkan kehilangan kepercayaan diri.

#### D. Kerangka Berfikir

Kepercayaan diri merupakan keyakinan individu untuk melakukan sesuatu sebagai karakteristik pribadi yang di dalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistis (Ghufron, 2012). Adapun penampilan fisik merupakan faktor yang dapat memengaruhi kepercayaan diri individu. Timbulnya penilaian yang diberikan remaja tentang ukuran bentuk tubuh di masa kini yang lebih mengutamakan tampilan fisik yang sempurna dengan tubuh yang ideal (Johan, 2020).

Perubahan fisik yang terjadi pada masa remaja merupakan kepuasan tersendiri yang sangat penting, karena penampilan fisik individu serta identitas seksualnya adalah salah satu ciri individu yang sangat jelas serta mudah untuk dikenali banyak orang. Faktor lain yang menyebabkan remaja dapat menerima kondisi tubuhnya serta memafaatkan dengan efektif merupakan adanya kesadaran terhadap respon sosial serta berbagi bentuk tubuh yang menjadikan para remaja memperhatikan bentuk tubuh mereka dan mempunyai pandangan terhadap bentuk tubuh orang lain yang tidak mereka miliki yang tidak sesuai dengan bentuk standar tubuh ideal, hal yang mereka bedakan biasanya seperti gangguan kulit berjerawat, kulit kusam, postur badan yang

#### Hak Cipta Ditindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

lebih besar atau kecil, rambut keriting dan masih banyak lagi, yang membuat mereka tidak percaya diri (Hurlock, 2002).

Pada umumnya individu yang bisa puas dan menerima apa adanya kondisi tubuhnya yang menurut individu tersebut sudah proposional secara tidak langsung pasti akan memiliki kepercayaan diri yang sangat tinggi. Karena individu tersebut sudah merasa atau menganggap bentuk fisiknya ideal akan juga memengaruhi bentuk citra tubuh yang positif dan baik sehingga individu tersebut akan lebih percaya diri dengan apa yang ia miliki. Beda lagi dengan individu yang tidak bisa berpikir positif kepada diri sendiri bahwasanya citra tubuh mereka bisa lebih positif dari penilaian negative orang-orang yang di sekitarnya (Nisa, 2021).

Remaja akan menampilkan citra tubuh positif dan negatif yang dipengaruhi oleh budaya, dimana masyarakat memiliki standar ideal yang harus dimiliki remaja, media juga selalu menampilkan model yang memenuhi standar yang telah ditetapkan bagi remaja perempuan maupun laki-laki. Mempunyai tubuh yang ideal adalah impian realistis, artinya jika remaja memiliki tubuh sesuai dengan standar ideal itu akan membuat remaja dapat menghargai diri sendiri dan lebih percaya diri terhadap penampilannya.

Salah satu yang memerlukan adanya kepercayaan diri adalah korban *body shaming*. *body shaming* adalah suatu bentuk kekerasan verbal-emosional yang sering tidak disadari oleh pelakunya karena umumnya dianggap wajar (Brigitta, Aristarchus & Ryan, 2018). Individu yang mengalami *body shaming* berawal dari faktor lingkungan yang menjadikannya bahan candaan atau lelucon, menertawakan atau

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



dianggap bahwa individu memiliki kondisi fisik yang tidak memenuhi standar ideal. Karena hal inilah individu rentan terkena perlakuan *body shaming* jika penampilan atau bentuk tubuhnya tidak memenuhi standar ideal. Standar ideal bagi perempuan adalah yang memiliki tubuh langsing, putih, tinggi, hidung mancung, payudara dan bokong besar, sedangkan laki-laki adalah yang memiliki badan atletis, *six pack*, tinggi dan rapi.

*Body shaming* dapat terjadi secara langsung maupun tidak langsung melalui media sosial. *Body shaming* bisa terjadi pada remaja, karena terkait dengan karakteristik psikologis tertentu yang dimiliki remaja. Korban *body shaming* akan mengalami gejala psikologis seperti depresi, kecemasan, gangguan makan, dan harga diri yang rendah (APA dictionary dalam Chairani 2018). Ketika remaja mengalami *body shaming* oleh orang lain atau dirinya sendiri, remaja yang memiliki tubuh tidak sesuai standar ideal maka remaja tersebut akan merasa malu dan tidak percaya diri karena berada dilingkungan yang berbeda.

Stilah *body shaming* sering dikaitkan dengan perempuan, karena perempuan sering memperhatikan penampilan dan bentuk tubuhnya dibanding laki-laki. Namun seiring perkembangan zaman, laki-laki juga mulai memperhatikan penampilan tubuhnya. Karena dilatarbelakangi oleh adanya tekanan yang didapat dari lingkungannya untuk memiliki tubuh ideal, yaitu berotot, atletis, dan maskulin karena itu dianggap salah satu cara menunjukkan kejantannya, sehingga mendorong laki-laki untuk memperhatikan penampilan tubuhnya agar memenuhi standar ideal dan memiliki rasa percaya diri.

Hak Cipta Diturunkan Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kepercayaan diri itu penting karena dapat memperkuat diri dalam beradaptasi dengan lingkungan. Untuk mendukung kepercayaan diri yang dimiliki remaja dalam hal penampilan dirinya, maka remaja akan berusaha untuk menjaga penampilannya dengan selalu berusaha memiliki tubuh sesuai standar dan mengikuti *trend* yang ada agar terhindar dari perilaku *body shaming*. Jika individu mempunyai rasa percaya diri yang tinggi, ia akan mampu mengatasi segala rintangan dengan baik, dan pada akhirnya rasa percaya diri akan memberinya kenyamanan. Dan individu yang kurang percaya diri cenderung pesimis dalam melakukan sesuatu, yang dapat menciptakan rasa tidak aman dalam diri mereka karena merasa tidak sesuai dengan lingkungannya.

Berdasarkan pemaparan di atas, *body shaming* dapat memengaruhi kepercayaan diri. Semakin tinggi perlakuan *body shaming* maka akan membuat kepercayaan diri rendah dan begitu pun sebaliknya. Ketika remaja mendapat perlakuan *body shaming* dari orang lain atau dari diri sendiri, maka dapat berpengaruh terhadap kepercayaan diri remaja tersebut. Remaja akan memiliki penilaian atau evaluasi mengenai dirinya secara negatif akibat dari kritikan orang lain.

### E. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan pertanyaan penelitian yang dinyatakan dalam bentuk pernyataan. Dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan didasarkan pada teori yang relevan daripada fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Berdasarkan kajian teoritis dan kerangka berpikir, maka diajukan hipotesis: “Adanya Pengaruh *Body Shaming* Terhadap Kepercayaan Diri Pada Remaja Laki-Laki”

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB III

### METODELOGI PENELITIAN

#### A. Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan data yang konkrit atau jelas, data penelitian juga berupa angka-angka yang menggunakan alat statistik sebagai alat uji perhitungannya yang berkaitan dengan masalah teliti untuk menarik suatu kesimpulan (Sugiyono, 2019). Desain penelitian menggunakan pendekatan korelasional. Penelitian korelasi adalah suatu penelitian yang bertujuan untuk menemukan hubungan antar variabel dan apabila ada, seberapa erat hubungan serta berarti tidaknya hubungan tersebut (Sugiyono, 2019). Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri remaja laki-laki.

#### B. Identifikasi Variabel Penelitian

Penelitian ini terdiri atas dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel-variabel tersebut adalah

Variabel Independen (X) : *Body Shaming*

Variabel Dependen (Y) : Kepercayaan Diri

#### C. Definisi Operasional

##### 1. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah suatu sikap dan keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dapat melakukan berbagai hal seperti dalam mengambil suatu tindakan tidak



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

perasaan cemas, bertanggungjawab atas perbuatannya, objektif, serta rasional dan berpikir realistis terhadap suatu masalah. Kepercayaan diri dalam penelitian ini akan diukur menggunakan skala kepercayaan diri yang terdiri dari 23 aitem. Skala kepercayaan diri mengukur 5 aspek, yaitu:

- a. Keyakinan kemampuan diri adalah sikap positif individu tentang dirinya. Ia mampu secara sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya,
- b. Optimisme adalah sikap positif yang dimiliki individu yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya,
- c. Objektif adalah orang yang memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurutnya dirinya sendiri,
- d. Bertanggung jawab adalah kesediaan individu untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya,
- e. Rasional dan realistis adalah analisis terhadap suatu masalah, sesuatu hal, dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

## 2. *Body Shaming*

*Body shaming* adalah suatu bentuk ketakutan atau perasaan malu remaja ketika diri sendiri maupun orang lain memberi komentar atau kritikan terhadap bentuk tubuh atau penampilannya. *Body shaming* dalam penelitian ini akan diukur berdasarkan skala *body image shame scale (BISS)* ini terdiri dari 22 aitem dari teori Gillbert terdiri dari 2 aspek yaitu:

Komponen kognitif sosial atau eksternal yaitu penilaian negatif dimana bentuk tubuh menjadi sorotan negatif, pengucilan dan terjadinya kritikan,

Komponen mengenai evaluasi diri yang mengacu pada pandang buruk pada diri sendiri dan menyembunyikan bentuk tubuh.

## D. Partisipan Penelitian

### 1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek dengan sifat dan karakteristik tertentu yang ingin diteliti oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2019). Populasi dalam penelitian ini adalah remaja laki-laki SMA N 12 Pekanbaru.

**Tabel 3.1**

Jumlah Populasi Siswa Laki-Laki SMA N 12 Pekanbaru

No	Kelas	Jumlah
1	10	171
2	11	178
3	12	185
<b>Total</b>		<b>534</b>

Sumber : Guru BK SMA N 12 Pekanbaru

### 2. Sampel

Sampel adalah sebagian kecil dari jumlah dan karakteristik suatu populasi (Sugiyono, 2019). Untuk menentukan besar sampel penelitian yang digunakan adalah menggunakan rumus slovin. Rumusnya sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$



Deterangan:

- = Ukuran sampel/jumlah responden
- = Ukuran populasi
- = Persentase kesalahan yang ditolerir dalam pengambilan sampel (5%)

$$n = \frac{534}{1 + 534 (0,05)^2}$$

$$n = \frac{534}{1 + 1,335}$$

$$n = \frac{534}{2,335}$$

$$n = 228,693.. \text{dibulatkan } 228$$

Sesuai dari hasil yang diperoleh dengan menggunakan rumus *Slovin*, maka subjek dalam penelitian ini berjumlah 228 orang. Jumlah tersebut akan dibagi sesuai tingkatan kelas sebagai berikut:

**Tabel 3.2**

Jumlah Sampel Peningkatan

Kelas	$\frac{\text{Jumlah Siswa}}{\text{Jumlah Populasi}} \times \text{Jumlah sampel}$	Jumlah sampel perkelas
10	$\frac{171}{534} \times 228$	73
11	$\frac{178}{534} \times 228$	76
12	$\frac{185}{534} \times 228$	79
<b>Total</b>		<b>228</b>

**E. Teknik Sampling**

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *proportionate stratified random sampling*. Metode *proportionate stratified random sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang mempunyai anggota atau unsur yang tidak homogen dan bestrata secara proporsional (Sugiyono, 2019). Teknik ini

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



dilakukan karena populasi dalam penelitian ini terdiri dari kelas 10, 11, dan 12. Setelah didapatkan jumlah sampel yang diperlukan pada kelas 10, 11, dan 12 maka peneliti akan menyebarkan skala penelitian pada setiap kelas dengan jumlah yang dibutuhkan.

### F. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrument dalam bentuk angket/kuesioner. Kuesioner/angket adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan serangkaian pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden (Sugiyono, 2019). Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala yang terdiri dari skala kepercayaan diri dan skala *body shaming*. Skoring untuk masing-masing aitem skala menggunakan skala *likert*. Skala *likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok tentang suatu peristiwa (Sugiyono, 2019). Skala *likert* ini menggunakan empat alternatif jawaban dan skor yang berbeda-beda:

**Tabel 3.3**

Tabel Kategori Jawaban Skala Likert

No	Aitem	Favorable	Unfavorable
1.	Sangat Sesuai (SS)	4	1
2.	Sesuai (S)	3	2
3.	Tidak Sesuai (TS)	2	3
4.	Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

- Hak Cipta Dinyaluri Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Alat ukur Penelitian

### a. Skala Kepercayaan diri

Skala ini disebut sebagai skala kepercayaan diri (SKD) untuk mengungkapkan kepercayaan diri subjek. Skala diadaptasi dari skala kepercayaan diri Lauster (1992) yang telah dipergunakan oleh Darul Muqomah dalam penelitian skripsi pada tahun 2022. Nilai reliabilitas skala ini sebesar alpha 0,807. Skala disusun dengan model skala *likert*, yang terdiri dari 23 aitem berdasarkan aspek-aspek kepercayaan diri Lauster (1992) yaitu keyakinan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis, dengan pilihan jawaban dari sangat sesuai sampai sangat tidak sesuai menggunakan rentan penilaian 1-4.

**Tabel 3.4**

*Blue print* Skala Kepercayaan Diri

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

#### Hak Cipta Diilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**b. Skala *Body Shaming***

Untuk mengungkapkan *body shaming* subjek menggunakan skala BISS (*Body Image Shame Scale*) dari Gillbert dan Milles (2002). Skala ini telah dipergunakan oleh Nur Izzatul Masrifah (2020) dengan nilai reliabilitas alpha 0.851. Skala ini disusun dengan model skala *likert* yang memiliki 22 aitem yang terdiri dari 2 komponen yaitu komponen kognitif sosial atau eksternal dan komponen evaluasi diri dari dalam dengan pilihan jawaban dari sangat sesuai sampai tidak sangat tidak sesuai dengan rentan penilaian 1-4.

**Tabel 3.5**  
*Blue print skala body shaming*

Aspek	Indikator	No Aitem		Jmlh Aitem
		F	UF	
Komponen Kognitif Sosial atau Eksternal	Perasaan negatif dan persepsi bahwa citra tubuh dapat menjadi pengawasan negatif dan kritikan orang lain	1, 6, 8, 10, 12, 14, 17, 20	-	8
Komponen Evaluasi Diri dari Dalam	Menilai buruk terhadap diri sendiri yang terfokus pada citra tubuh individu	2, 3, 4, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 16, 19, 22	18, 21	14
<b>Jumlah Aitem</b>		<b>20</b>	<b>2</b>	<b>22</b>

**G. Uji Coba Alat Ukur**

Alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian akan di uji coba terlebih dahulu untuk mengetahui validitas dan reliabilitas skala. Uji coba juga bertujuan untuk memperoleh aitem-aitem yang dapat dimengerti secara benar, tidak menimbulkan salah tafsir bagi subjek dan layak digunakan sebagai alat ukur.



Uji coba dilakukan selama tiga hari, yaitu pada tanggal 15, 27, dan 30 Mei 2022 dengan menyebarkan skala kepada 100 orang remaja laki-laki. Setelah di uji coba alat ukurnya, maka akan di ukur dan dilanjutkan dengan uji validitas dan reliabilitas menggunakan bantuan program *Statistical of Package for Social Science (SPSS) 26.0 for windows*.

### 1. Uji Validitas

Menurut Azwar (2012) validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan suatu alat tes atau skala dalam melakukan fungsi pengukurannya. Suatu alat tes yang mempunyai validitas tinggi apabila menghasilkan data alat ukur yang tepat dan akurat sesuai dengan tujuan alat tes tersebut. Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi (*content validity*). Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap kelayakan isi tes dengan analisis rasional atau kriteria *expert judgment*, yaitu beberapa penilaian yang kompeten terhadap aitem-aitem yang terdapat di dalam alat ukur (Azwar, 2012). Validitas isi dilakukan untuk memastikan apakah isi aitem-aitem skala sesuai dengan tujuan penelitian.

### 2. Daya Diskriminasi Aitem

Daya diskriminasi aitem merupakan sejauh mana aitem dapat membedakan individu yang memiliki atau tidak memiliki atribut yang ingin diukur (Azwar, 2012). Selanjutnya Azwar (2012) memaparkan bahwa sebagai kriteria pemilihan aitem berdasarkan korelasi aitem total, biasanya digunakan batasan  $ri_x \geq 0.30$ . Semua aitem

- Hak Cipta Ditamini UN Suska Riau
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





selanjutnya pada variabel *body shaming* terdapat 22 aitem yang diuji cobakan. Terdapat 4 aitem yang gugur dan 18 aitem yang valid dengan koefisien *corrected item total correlation* dengan rentang 0.361 sampai 0.700. Berikut *blue print* skala *body shaming*.

**Tabel 3.8**  
*Blue Print Skala Body Shaming Setelah Uji Coba*

Aspek	Aitem Valid		Aitem Gugur		Jmlh Aitem
	F	UF	F	UF	
Komponen Kognitif Sosial atau Eksternal	1,6,8,10,12,14,20	-	17	-	8
Komponen Evaluasi Diri dari Dalam	2,3,4,5,7,9,11,13,15,16,22	-	19	18, 21	14
<b>Jumlah</b>					<b>22</b>

**Tabel 3.9**  
*Blue Print Skala Body Shaming Untuk Penelitian*

Aspek	Aitem		Jmlh Aitem
	F	UF	
Komponen Kognitif Sosial atau Eksternal	1,6,10,12,14, 17,17	-	7
Komponen Evaluasi Diri dari Dalam	2,3,4,5,7,9,11,13,15,16,18	-	11
<b>Jumlah</b>			<b>18</b>

**3. Uji Reliabilitas**

Azwar (2012) mengatakan reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya, reliabilitas mengacu pada konsistensi, kestabilan, keterpercayaan, keajegan, dan sebagainya. Koefisien reliabilitas yang dapat diterima berkisar dari angka 0.0 sampai 1.0, akan tetapi pada kenyataannya koefisien reliabilitas sebesar 1,0 tidak pernah dijumpai. Suatu alat tes yang dapat menghasilkan data yang memiliki tingkat reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliabel yang menggunakan rumus *Cronbach's Alpha* ( $\alpha$ ) dengan bantuan program SPSS 26.0

Hak Cipta Pemandangan Unjang-Undang

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Saif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



for windows. Setelah uji reliabilitas dilakukan pada data *try out*, maka memperoleh hasil reliabilitas dari setiap skala yang digunakan sebagai berikut.

**Tabel 3.10**

Hasil Analisis Reliabilitas

Variabel	<i>Cronbach's Alpha</i>
Kepercayaan Diri	0,884
<i>Body Shaming</i>	0,892

Berdasarkan nilai *Cronbach's Alpha* pada tabel tersebut, maka untuk skala kepercayaan diri adalah 0.884, dan untuk skala *body shaming* sebesar 0.892. Hal ini menunjukkan bahwa skala *body shaming* dan kepercayaan diri reliabel, yang artinya skala ini layak digunakan untuk mengukur kepercayaan diri dan *body shaming* dalam penelitian ini.

#### H. Analisis Data

Analisis data dilakukan agar data yang telah diperoleh dapat ditafsirkan. Pada penelitian ini, analisis menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana, yang digunakan untuk mengetahui pengaruh antar variabel yang hendak diteliti. Analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical package for social science*) for windows Versi 26.0.

## BAB V

### KESIMPULAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data maka dapat ditarik kesimpulan bahwa *body shaming* memiliki pengaruh negatif terhadap kepercayaan diri remaja laki-laki. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *body shaming* maka semakin rendah kepercayaan diri pada remaja laki-laki, sebaliknya semakin rendah *body shaming* maka semakin tinggi kepercayaan diri yang dimiliki remaja laki-laki.

#### B. Saran

Dari hasil penelitian serta pembahasan yang sudah dijabarkan, maka dapat disarankan beberapa hal sebagai berikut:

##### 1. Subjek penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan bahwa remaja yang mengalami tindakan *body shaming* mengalami dampak yang buruk terhadap kepercayaan dirinya sehingga peneliti berharap masyarakat mampu lebih berhati-hati dan lebih peka terhadap perasaan korban dengan demikian tindakan *body shaming* dapat diminimalkan.

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Peneliti Selanjutnya

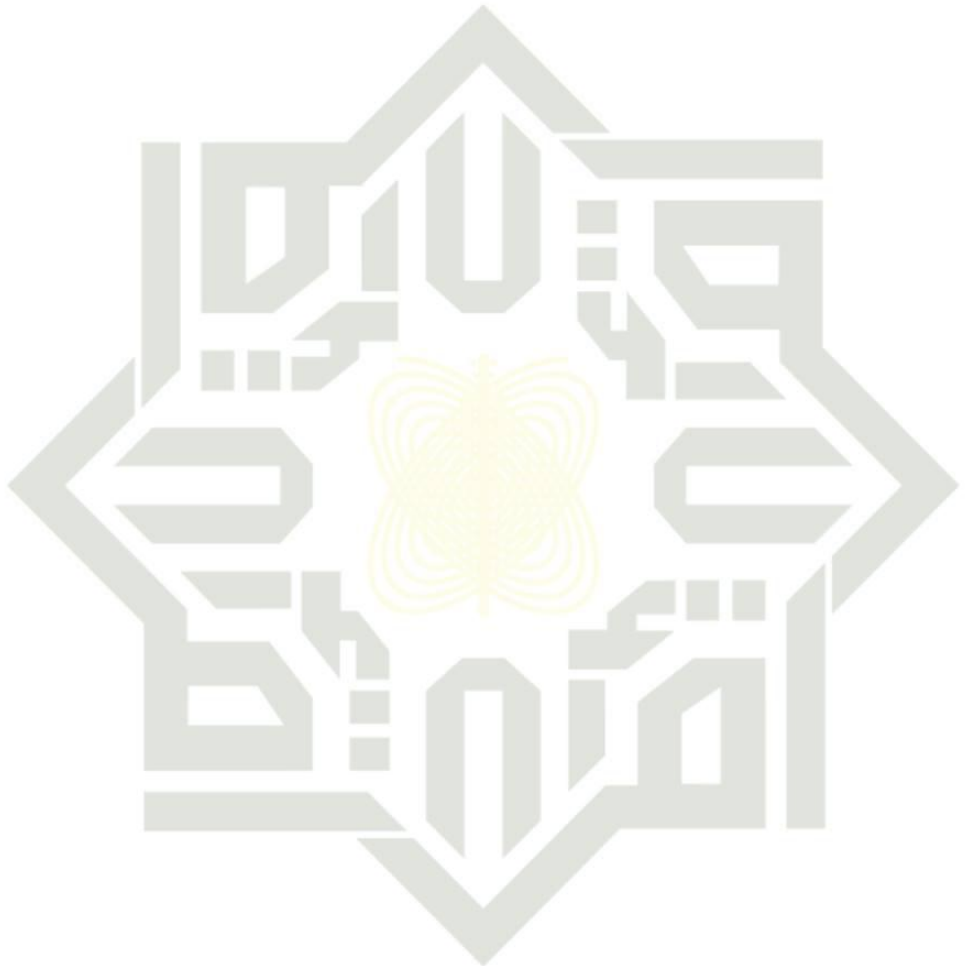
Diharapkan penelitian ini dapat dikembangkan dengan mengkaji variabel lain seperti faktor *body shaming* yang memengaruhi kepercayaan diri seperti badan kurus dan obesitas dan indeks massa tubuh terhadap kepercayaan diri.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Diilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU





## DAFTAR PUSTAKA

- Ili, Mohammad dan Mohammad Asrori. 2008. Psikologi remaja perkembangan peserta didik. Jakarta: PT.Bumi Aksara.
- Uqari, Yusuf. 2005. Percaya Diri Pasti. Jakarta: Gema Insani.
- Andiyati. 2016. Hubungan antara body image dengan kepercayaan diri siswa kelas X di SMA Negeri 2 Bantul. Edisi keempat. EJournal Bimbingan & Konseling.
- Azwar, S. 2012. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Cahyani, R. R. 2018. Efektifitas *Cognitive Behavior Therapy* Untuk Menurunkan Tingkat *Body Shame*.
- Casillas, Senda. 2008. Mengenal Gangguan Citra Tubuh pada Kaum Pria.
- Damanik, T, M. 2018. Dinamika psikologis perempuan mengalami *Body Shaming*. Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta.
- Denich, A, U., & Ifdil, I. 2018. Konsep kepercayaan diri remaja putri. *Jurnal education: Jurnal pendidikan Indonesia*, 2(2).
- Diannngum, Septy Wahyu, & Yohana Wuri Satwika. 2021. Hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada remaja perempuan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol 8, No 7.
- Dolezal, L. 2015. *The Body and Shame Phenomenology, feminism, and The osially Shamed Body*. Lanham, Boulder, New York, London: by Lexington Books.
- Eva, L (2016). Is body shaming predicting poor physical health and is there a gender difference ? BSc in Psychology.
- Farida N. I. 2014. Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Remaja Putri yang Mengalami Pubertas Awal Melalui Layanan Penguasaan Konten dengan Teknik

Role Playing di Kelas VII SMP N 13 Semarang Tahun Ajaran 2013/2014. Universitas Negri Semarang.

Utmatyawati, Afrizawati, & dkk. 2021. Hubungan *Body Shaming* Terhadap Keadaan *Self Confidence* Remaja. *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vo. 4, No.

Ruzia, Fajriani Tri, Lintang Ratri Rahmiaji. 2019. Memahami pengalaman *Body shaming* pada remaja perempuan.

Ghufron, M. N., & Risnawati, R. 2012. *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Arruzz Media.

Gunarsa, S. D. & Gunarsa, Y. S. D. 2006. *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Jakarta: PT. BPK. Gunung Mulia.

Gilbert, P., & Miles, J. 2002. *Body shame conceptualisation, research, and treatment*. New York: Brunner-Routledge.

Hestianingsih. 2018. Stop *Body shaming* Sesana Wanita di Media Sosial, Kamu Bisa Dipenjara. *Wolipop.Detik.Com*.

Homan, K. 2010. Athletic-ideal and thin-ideal internalization as prospective predictors of *body dissatisfaction*, dieting, and compulsive exercise. *Body Image*, 240–245. Doi: 10.1016/j.bodyim.2010.02.004.

Jahja, Yudrik. 2011. *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Kencana.

Johan, Fitri Annisa. 2020. Hubungan antara Citra Tubuh (*Body Image*) dengan Kepercayaan Diri pada Siswa SMA di Kota Pekanbaru. Skripsi: Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Kawengian, Yesica C, Deetje J. Solang, Gloridei L. Kapahang. 2021. Pengaruh *Body Shaming* terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Remaja Putri di Kelurahan Papakelan Kecamatan Tondano Timur. *Psikopedia*. Vo. 2, No. 3.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

Satya Ismami University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Waksono, Sindhu Agung. 2017. Hubungan warna kulit dengan citra tubuh dan harga diri mahasiswa di fakultas keperawatan Universitas Airlangga. Ir-Perpustakaan Universitas Airlangga.
- Widana dan Klara Sr. 2010. Panduan Menjadi Remaja Percaya Diri. Jakarta: Nobel Edumedia.
- Widastithoh, N. A. 2020. *Body shame* pada Mahasiswa generasi milenial di Universitas Negeri Semarang. SKRIPSI. Universitas Negeri Semarang.
- Masriah, Nur Izzatul. 2020. Pengaruh *self objectification* dan *body shame* terhadap kepercayaan diri pada mahasiswi fakultas ekonomi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Skripsi.
- McCabe, M. P. & Ricciardelli, L. A. 2003. *Body image and strategies to lose weight and increase muscles among boys and girls*. Journal Health Psychology, 22, 39-46.
- Mufida, Nurmala & Ratna Syifa'a Racmahana. 2019. Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri. Yogyakarta: Naskah Publikasi.
- Mukti, Sadewa Shandika, Ira Aini Dania. 2022. Hubungan Body Shaming Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Fk Uisu Yang Mengalami Obesitas. Jurna Kedokteran Ibnu Nafis: Vol. 11, No. 1.
- Mutmainnah, A. N. 2020. Analisis yuridis terhadap pelaku penghinaan citra tubuh (*Body Shaming*) dalam hukum pidana di Indonesia. Dinamika: Jurnal Ilmiah Ilmu Hukum, 26 (8), 975-987.
- Monk, F.J., Knoer, A.M.P., & Hadianto, S.R. 2008. Psikologi perkembangan: pengantar dalam berbagai bagiannya. Yogyakarta: Gajah mada university press.
- Nola, Rahmah. 2009. Hubungan antara sikap terhadap kondisi fisik dengan kepercayaan diri remaja (studi pada siswa-siswa kelas XI SMA Negeri 2 Pekanbaru. Fakultas Psikologi, UIN Sultan Syarif Kasim Riau. Skripsi.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



- Supali, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. 2008. *Human development (psikologi perkembangan)* (ed. Sembilan). Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Samachany, Harisa Ninda Siti, K. Y. S. Putri. 2021. *The Effect of Body Shaming On Instagram On Students's Confidence*. HUMANISMA: Journal of Gender Studies, Vol. 05, No. 02.
- Sidwa. 2004. Penanganan Efektif Bimbingan dan Bimbingan dan Konseling di Sekolah. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rupang, I., Opod, H., & Sinolungan, J. (2013). Hubungan tingkat kepercayaan diri dengan obesitas pada siswa SMA Rex Mundi Manado. *Jurnal E-Biomedik*, 1(1), 343–348.
- Santoso, A. 2018. Polisi Tangani 966 Kasus *Body shaming* Selama 2018. Detik.Com.
- Sari, Tri Indah, dan Rezkiyah Rosyidah. 2020. Pengaruh *Body shaming* terhadap kecenderungan *anorexia nervosa* pada remaja perempuan di Surabaya. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi* 11(2): 202–17.
- Sarwono, S. 2006. Psikologi remaja. Jakarta: PT. Raja Ghafindo Persada.
- Santrock, J.W. 2003. *Adolescence: perkembangan remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J.W. 2007. Psikologi perkembangan remaja (edisi 11). Jakarta: Erlangga.
- Serni, Serni., Harmin, Sitti & Amin, Hasriany. 2020. Dampak body shaming siswa SMPN 17 Kendari terhadap perilaku komunikasi. *Jurnal Ilmu Komunikasi UHO: Jurnal Penelitian Kajian Ilmu Komunikasi dan Informasi*, 5(2), 132-140.
- Sugiyono. 2019. Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Suharta, Kadek. 2011. Efektivitas Penggunaan Teknik Permainan dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa. *Jurnal Penelitian Pendidikan*.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Universitas Pendidikan Indonesia: Edisi Khusus No.1, Agustus 2011.

Tempo.co.id. 2020. <https://cantik.tempo.co/read/1304319/lebih-dari-separuh-perempuan-indonesia-alami-bodyshaming>. Diakses pada hari rabu 20 Juni 2023 Pkl. 19.30.

Bohir, 2005. Program Bimbingan Pribadi Sosial untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. Tesis. Bandung: Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia.

Wijaya, A., Kebayantini, N. L., & Aditya, I. G. 2021. Body Shaming Dan Perubahan Perilaku Sosial Korban (Studi Pada Remaja Di Kota Denpasar). Jurnal Ilmiah Sosiologi (Sorot). Universitas Udayana.

WHO. 2018. WHO Adolscent Health. <https://www.who.int/southeastasia/health-topics/adolscent-health>. Di akses pada tanggal 22 Desember 2022.

Yolanda, Aprillia, Ni Ketut Alit Suarti, Ahmad Muzanni. 2021. Pengaruh *Body Shaming* terhadap Kepercayaan Diri Siswa. Jurnal Realita Bimbingan dan Konseling (JRbk), Vol. G, No. 2.

Hak Cipta dan Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



# LAMPIRAN

UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





# LAMPIRAN-A

## Validitas Alat Ukur

UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR SKALA KEPERCAYAAN DIRI

### Definisi Operasional

Kepercayaan diri menurut Lauster (2012) datang dari pengalaman hidup. Kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan individu untuk bertindak bebas, ceria, toleran, bertanggung jawab, dan optimis tanpa dipengaruhi orang lain. Percaya diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuan yang ada dalam diri individu dan menerima kekurangan dan kelebihan apa adanya. Menurut Lauster (2012), aspek kepercayaan diri adalah keyakinan kemampuan diri, optimisme, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistis.

### 2. Skala Yang Digunakan

- a. Buat sendiri ( )
- b. Terjemahan ( )
- Modifikasi (✓)

### 3. Jumlah Aitem

Jumlah aitem dalam skala ini adalah 23 aitem

### 4. Format respon

Dalam skala ini disajikan sejumlah pernyataan, bacalah setiap pernyataan dengan teliti. Tugas Anda adalah memilih salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan keadaan diri Anda. Jawaban diberikan dengan memberikan tanda ceklis (✓) pada kolom yang telah disediakan di setiap butir pernyataan. Dan setiap butir

pernyataan jangan sampai ada yang terlewat. Adapun pilihan jawaban yang tersedia sebagai berikut :

- SS : Bila Anda **Sangat Sesuai** dengan pernyataan yang ada  
 S : Bila Anda **Sesuai** dengan pernyataan yang ada  
 TS : Bila Anda **Tidak Sesuai** dengan pernyataan yang ada  
 STS : Bila Anda **Sangat Tidak Sesuai** dengan pernyataan yang ada

#### 5. Penilaian setiap aitem

Pada bagian ini penulis memohon kepada Ibu/Bapak untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui pemahaman penulis dalam pembuatan aitem.

Ibu/Bapak dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan variabel yang diukur. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu Relevan, Kurang Relevan dan Tidak Relevan. Untuk jawaban yang dipilih, mohon Ibu/Bapak memberikan tanda ceklis (P) pada kolom yang telah disediakan :

- R : Relevan  
 KR : Kurang Relevan  
 TR : Tidak Relevan

Aspek	Indikator	No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
Obyektif	Memandang kebenaran sesuai dengan semestinya	1.	Saya mampu menjalankan keputusan bersama yang telah dibuat <b>F (1)</b>	✓			

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Jika Ibu/Bapak menilai bahwa aitem tersebut relevan dengan indikator berilah tanda ceklis (P) pada kolom R (Relevan). Demikian seterusnya untuk semua aitem.

## Skala Kepercayaan Diri

Aspek	Indikator	No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			Ket.
				R	KR	TR	
Objektif	Memandang kebenaran sesuai dengan semestinya	1.	Saya mampu menjalankan keputusan bersama yang telah dibuat <b>F (1)</b>				
		2.	Saya merasa kesal ketika pendapat saya tidak dijadikan keputusan bersama <b>UF (5)</b>				
		3.	Saya terbuka dengan pendapat orang lain mengenai tindakan saya <b>F (9)</b>				
Keyakinan akan kemampuan diri	Bersikap positif terhadap diri sendiri	4.	Dalam cara berpakaian saya selalu memilih gaya penampilan saya sendiri tanpa membandingkan dan mengikuti orang lain <b>F (2)</b>				
		5.	Saya selalu yakin bahwa saya dapat menghadapi segala rintangan <b>F (7)</b>				
		6.	Saya sering tidak yakin dengan hasil yang sudah saya kerjakan <b>UF (8)</b>				
		7.	Saya mampu menutupi kekurangan saya dengan menunjukkan kelebihan yang ada <b>F (11)</b>				
		8.	Saya yakin dapat memaksimalkan				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## © Hak Cipta milik UIN Suska Riau

## State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Bertanggung jawab	Mampu menanggung segala konsekuensi perbuatan	9.	kemampuan yang saya miliki <b>F (12)</b> menyelesaikan kewajiban dengan baik <b>F (4)</b>				
		10.	Saya akan menerima konsekuensi dari setiap perbuatan yang saya lakukan <b>F (6)</b>				
		11.	Saya berusaha minta maaf atas kesalahan yang saya lakukan <b>F (13)</b>				
		12.	Saya selalu tepat waktu dalam menyelesaikan tugas <b>F (17)</b>				
		13.	Ketika ada masalah lebih baik saya menghindar daripada menyelesaikannya <b>UF (20)</b>				
Rasional dan Relistis	Mampu memahami suatu hal berdasarkan dengan akal dan kenyataan	14.	Saya menata tujuan saya sesuai dengan kemampuan yang saya miliki <b>UF (15)</b>				
		15.	Saya selalu menjelaskan sesuatu dengan logis dan berdasarkan fakta <b>F (18)</b>				
		16.	Saya memiliki tujuan hidup sesuai dengan passion yang saya sukai <b>F (19)</b>				
		17.	Saya cenderung memiliki harapan dan keinginan yang sangat banyak tanpa sesuai dengan kemampuan saya <b>UF (22)</b>				
Optimis	Memiliki pandangan	18.	Saya yakin bisa memanfaatkan				

## Hak Cipta Dhimadungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## © Hak cipta milik UIN Suska Riau

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

baik terhadap masa depan		kelebihan saya dengan baik <b>F (3)</b>				
	19.	Saya yakin bahwa kegiatan yang saya ikuti sekarang dapat membawa kesuksesan untuk saya <b>F (10)</b>				
	20.	Saya yakin bahwa kemampuan saya dapat membawa kesuksesan untuk saya <b>F (14)</b>				
	21.	Saya pantang menyerah untuk meraih harapan saya meskipun pernah mengalami kegagalan <b>F (16)</b>				
	22.	Saya merasa pesimis terhadap masa depan saya karena banyak saingan <b>UF (21)</b>				
	23.	Saya yakin bahwa saya dapat menata masa depan saya dengan baik <b>F (23)</b>				

**KETERANGAN :**

- F** = Favorable  
**UF** = Unfavorable  
**R** = Relevan  
**KR** = Kurang Relevan  
**TR** = Tidak Relevan

**Catatan :**

1. Isi
- (kesesuaian dengan indikator)*

.....

.....

.....

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Bahasa .....

Jumlah Aitem .....

Pekanbaru, 2022  
Validator

Lisya Chairani, S.Psi.,M.A., Psikolog  
NIP. 197912072006042001

UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

### SKALA *BODY SHAMING*

#### Definisi Operasional

*Body shaming* adalah kekhawatiran dan ketakutan akan penilaian tentang tubuh dan penampilan yang datang dari dalam dan dari orang lain. *Body shaming* muncul karena menunjukkan bahwa individu tidak memenuhi standar tubuh ideal di masyarakat. Ini dapat fokus pada pengalaman *Body shaming* individu, termasuk rasa malu, perilaku, sifat kepribadian yang dirasakan, atau keadaan pikiran (Gilbert & Miles, 2002). Aspek *Body shaming* yang dikemukakan oleh Gillbert & Miles yaitu: Aspek komponen kognitif sosial atau eksternal dan Komponen mengenai evaluasi diri yang berasal dari dalam.

#### 2. Skala Yang Digunakan

- a. Buat sendiri ( )
- b. Terjemahan ( )
- Modifikasi (✓)

#### 3. Jumlah Aitem

Jumlah aitem dalam skala ini adalah 22 aitem.

#### 4. Format Respon

Dalam skala ini disajikan sejumlah pernyataan, bacalah setiap pernyataan dengan teliti. Tugas anda adalah memilih salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan keadaan diri anda. Jawaban diberikan dengan memberikan tanda ceklis (✓) pada kolom yang telah disediakan di setiap butir pernyataan. Dan setiap butir

pernyataan jangan sampai ada yang terlewat. Adapun pilihan jawaban yang tersedia sebagai berikut :

- SS : Bila Anda **Sangat Sesuai** dengan pernyataan yang ada
- S : Bila Anda **Sesuai** dengan pernyataan yang ada
- TS : Bila Anda **Tidak Sesuai** dengan pernyataan yang ada
- STS : Bila Anda **Sangat Tidak Sesuai** dengan pernyataan yang ada

5. Penilaian Setiap Aitem

Pada bagian ini penulis memohon kepada Ibu/Bapak untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui pemahaman penulis dalam pembuatan aitem.

Ibu/Bapak dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan variabel yang diukur. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu Relevan, Kurang Relevan dan Tidak Relevan. Untuk jawaban yang dipilih, mohon Ibu/Bapak memberikan tanda ceklis (P) pada kolom yang telah disediakan :

- R : Relevan
- KR : Kurang Relevan
- TR : Tidak Relevan

Aspek	Indikator	No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
Obyektif	Memandang kebenaran sesuai dengan semestinya	1.	Saya mampu menjalankan keputusan bersama yang telah dibuat <b>F</b>	✓			

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Jika Ibu/Bapak menilai bahwa aitem **tersebut** relevan dengan indikator berilah tanda ceklis (P) pada kolom R (Relevan). Demikian seterusnya untuk semua aitem.

### Skala *Body Shaming*

Aspek	Indikator	No	Aitem	Pilihan Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
Komponen negatif sosial atau eksternal	Perasaan negatif dan persepsi bahwa citra tubuh dapat menjadi pengawasan negatif dan kritikan orang lain	1.	Saya terkadang merasa tidak nyaman dalam situasi sosial karena saya takut bentuk tubuh dan penampilan fisik saya dikritik orang lain <b>F (1)</b>				
		2.	Saya menghindari situasi sosial (semisal pergi kepesta atau jalan-jalan) karena tidak puas dengan penampilan fisik saya <b>F (6)</b>				
		3.	Penampilan Fisik dan tubuh saya memengaruhi saya dalam berhubungan dengan lingkungan sosial <b>F (8)</b>				
		4.	Saya tidak menyukai olahraga di depan umum karena saya takut orang lain akan mengamati atau mengevaluasi bentuk tubuh saya <b>UF (10)</b>				
		5.	Penampilan fisik saya terkadang membuat saya				

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

		merasa minder saat berhubungan dengan orang lain <b>UF (12)</b>				
		6. Bentuk tubuh yang saya miliki memengaruhi saya dalam berhubungan dengan lawan jenis <b>F (14)</b>				
		7. Saya merasa malu ketika orang lain mengetahui berat timbangan badan saya <b>F (17)</b>				
		8. Saya menghindari menggerakkan bentuk tubuh saya (seperti menari) ditempat umum karena saya takut dikeritik orang lain saat mengekspos penampilan saya <b>F (20)</b>				
Komponen Mengenai Evaluasi diri dari dalam	Evaluasi diri negatif terfokus berdasar pada citra tubuh individu	9. Biasanya ada bagian tubuh saya yang saya sembunyikan kekurangannya <b>F (2)</b>				
		10. Saya menghindari mengenakan apakaian ketat yang dapat memperlihatkan bentuk tubuh <b>F (3)</b>				
		11. Ketika saya belum terlihat Baik, saya merasa malu <b>F (4)</b>				
		12. Saya merasa malu ketika				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	Saya bercermin dalam keadaan saya tidak mengenakan busana sama sekali <b>F (5)</b>				
13.	Saya merasa minder ketika saya menggunakan pakaian yang menunjukkan bentuk badan saya <b>F (6)</b>				
14.	Saya memperhatikan gerakan dan postur tubuh saya agar dapat menyembunyikan bagian tubuh yang tidak saya sukai <b>F (7)</b>				
15.	Saya merasa ada yang salah dengan diri saya, ketika saya tidak bisa mengendalikan berat badan saya <b>F (9)</b>				
16.	Ketika penampilan saya tidak dapat terlihat bagus, saya merasa ingin menjadi orang jahat <b>F (11)</b>				
17.	Saya merasa ada yang membuat saya kurang puas ketika melihat tubuh saya di cermin <b>F (13)</b>				
18.	Saya merasa rugi ketika saya tidak				



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		melakukan olahraga yang cukup <b>UF (18)</b>				
	19.	Saya memilih pakaian yang dapat membuat tubuh saya terlihat proporsional dan ideal <b>F (15)</b>				
	20.	Saya merasa malu ketika ukuran tubuh saya tidak sesuai dengan yang saya inginkan <b>F (16)</b>				
	21.	Ketika saya tidak melakukan olahraga, saya merasa tidak khawatir ada sesuatu yang salah dengan saya <b>UF (19)</b>				
	21.	Saya merasa baik-baik saja meskipun tidak dapat mengontrol berat badan saya <b>F (21)</b>				
	22.	Saya merasa baik-baik saja meskipun tidak dapat mengontrol berat badan saya <b>F (22)</b>				

## KETERANGAN :

- F** = Favorable  
**UF** = Unfavorable  
**R** = Relevan  
**KR** = Kurang Relevan  
**TR** = Tidak Relevan

**Catatan :**

Isi (kesesuaian dengan indikator)

.....

.....

.....

Bahasa

.....

.....

.....

3. Jumlah Aitem

.....

.....

.....

Pekanbaru,

2022

Validator

Lisya Chairani, S.Psi.,M.A., Psikolog  
NIP. 197912072006042001

UIN SUSKA RIAU

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# LAMPIRAN-B

## Skala *Try Out*

UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU





PETUNJUK UMUM DAN CARA MENGERJAKAN

© Hak Cipta Milik UIN Suska Riau State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Identitas Responden

- Nama/Inisial : \_\_\_\_\_
- usia : \_\_\_\_\_
- Jelas : \_\_\_\_\_
- alamat : \_\_\_\_\_
- No. HP : \_\_\_\_\_

Assalamualaikum Wr. Wb.

Saudara yang saya hormati, berikut ini kepada saudara akan di sajikan sebuah skala dengan sejumlah pernyataan. Skala ini bertujuan untuk mengumpulkan data yang digunakan untuk tugas akhir dalam rangka penyusunan skripsi. Hasil pengukuran ini tidak akan berhubungan dengan status pribadi dan sosial saudara atau hal lain yang berkaitan dengan saudara.

Identitas dan jawaban saudara sangat di jaga kerahasiaannya. Periksa kembali jawaban saudara sebelum skala ini diserahkan, jangan sampai ada pernyataan yang terlewati. Tugas saudara adalah memilih salah satu salternatif jawaban yang paling mendekati atau yang sesuai dengan diri saudara. Berilah tanda ceklis (✓) pada kolom yang telah di sediakan di setiap butir pernyataan. Adapun jawaban yang tersedia sebagai berikut:

- SS : Bila Anda **Sangat Sesuai** dengan pernyataan yang ada
- S : Bila Anda **Sesuai** dengan pernyataan yang ada
- TS : Bila Anda **Tidak Sesuai** dengan pernyataan yang ada
- STS : Bila Anda **Sangat Tidak Sesuai** dengan pernyataan yang ada

Contoh:

No	Pertanyaan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
	Saya mampu menjalankan keputusan bersama yang telah dibuat		✓		

\*\*\*SELAMAT MENGERJAKAN\*\*\*

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### SKALA I

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

passion yang saya sukai				
20. Ketika ada masalah lebih baik saya menghindar daripada menyelesaikannya				
21. Saya merasa pesimis terhadap masa depan saya karena banyak saingan				
22. Saya cenderung memiliki harapan dan keinginan yang sangat banyak tanpa sesuai dengan kemampuan saya				
23. Saya yakin bahwa saya dapat menata masa depan saya dengan baik				

### SKALA II

No	Pertanyaan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya terkadang merasa tidak nyaman dalam situasi sosial karena dalam situasi sosial karena saya takut bentuk tubuh saya dan penampilan fisik saya dikritik orang lain				
2.	Biasanya ada bagian tubuh saya yang saya sembunyikan kekurangannya				
3.	Saya menghindari mengenakan pakaian ketat yang dapat memperlihatkan bentuk tubuh saya				
4.	Ketika saya belum terlihat baik, saya merasa malu				
5.	Saya malu ketika saya bercermin dalam keadaan saya tidak mengenakan busana sama sekali				
6.	Saya menghindari situasi sosial (semisal pergi ke pesta atau jalan-jalan) karena tidak puas dengan penampilan fisik saya				
7.	Saya minder ketika saya menggunakan pakaian yang menunjukkan bentuk tubuh saya				
8.	Penampilan fisik dan tubuh saya memengaruhi saya dalam berhubungan dengan lingkungan sosial				
9.	Saya memperhatikan gerkan dan postur tubuh saya agar dapat menyembunyikan bagian tubuh yang tidak saya sukai				

- Hak Cipta Diindungi Undang-Undang
1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



10.	Saya tidak menyukai olahraga di depan umum karena saya takut orang lain akan mengamati atau mengevaluasi bentuk tubuh saya				
11.	Saya merasa ada yang salah dengan diri saya, ketika saya tidak bisa mengendalikan berat badan saya				
12.	Penampilan fisik saya terkadang membuat saya merasa minder saat berhubungan dengan orang lain				
13.	Ketika penampilan saya tidak dapat terlihat bagus, saya merasa ingin menjadi orang jahat				
14.	Bentuk tubuh yang saya miliki memengaruhi saya dalam berhubungan dengan lawan jenis				
15.	Saya merasa ada yang membuat saya kurang puas ketika melihat tubuh saya dicerimin				
16.	Saya merasa rugi ketika saya tidak melakukan olahraga yang cukup				
17.	Saya malu ketika orang lain mengetahui berat timbangan badan saya				
18.	Ketika saya tidak melakukan olahraga, saya merasa tidak khawatir ada sesuatu yang salah dengan saya				
19.	Saya memilih pakaian yang dapat membuat tubuh saya terlihat proporsional dan ideal				
20.	Saya menghindari menggerakkan bentuk tubuh saya (seperti menari) ditempat umum karena saya takut dikeritik orang lain saat mengekspose penampilan saya				
21.	Saya merasa baik-baik saja meskipun tidak dapat mengontrol berat badan saya				
22.	Saya malu ketika ukuran tubuh saya tidak sesuai dengan yang saya inginkan				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



# LAMPIRAN-C

## Skala Penelitian

UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PETUNJUK UMUM DAN CARA MENGERJAKAN

- Identitas Responden
- Nama/Inisial : \_\_\_\_\_
  - Jenis Kelamin : \_\_\_\_\_
  - Usia :  10  11  12
  - Berat Badan : \_\_\_\_\_ Kg
  - Tinggi Badan : \_\_\_\_\_ Cm
  - Warna Kulit :  Putih  Sawo Matang  Kuning Langsung  Hitam
  - Tenis Rambut :  Lurus  Keriting  Ikal

Assalamualaikum Wr. Wb.

Saudara yang saya hormati, berikut ini kepada saudara akan di sajikan sebuah skala dengan sejumlah pernyataan. Skala ini bertujuan untuk mengumpulkan data yang digunakan untuk tugas akhir dalam rangka penyusunan skripsi. Hasil pengukuran ini tidak akan berhubungan dengan status pribadi dan sosial saudara atau hal lain yang berkaitan dengan saudara.

Identitas dan jawaban saudara sangat di jaga kerahasiaannya. Periksa kembali jawaban saudara sebelum skala ini diserahkan, jangan sampai ada pernyataan yang terlewati. Tugas saudara adalah memilih salah satu salternatif jawaban yang paling mendekati atau yang sesuai dengan diri saudara. Berilah tanda ceklis (✓) pada kolom yang telah di sediakan di setiap butir pernyataan. Adapun jawaban yang tersedia sebagai berikut:

- SS : Bila Anda **Sangat Sesuai** dengan pernyataan yang ada
- S : Bila Anda **Sesuai** dengan pernyataan yang ada
- TS : Bila Anda **Tidak Sesuai** dengan pernyataan yang ada
- STS : Bila Anda **Sangat Tidak Sesuai** dengan pernyataan yang ada

Contoh:

No	Peryantaan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya ingin orang memberikan dorongan lebih banyak pada saya		✓		

\*\*\*SELAMAT MENGERJAKAN\*\*\*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



### SKALA I

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya mampu menjalankan keputusan bersama yang telah dibuat				
2.	Dalam cara berpakaian saya selalu memilih gaya penampilan saya sendiri tanpa membandingkan dan mengikuti orang lain				
3.	Saya yakin bisa memanfaatkan kelebihan saya dengan baik				
4.	Saya mampu menyelesaikan kewajiban dengan baik				
5.	Saya selalu yakin bahwa saya dapat menghadapi segala rintangan				
6.	Saya terbuka dengan pendapat orang lain mengenai tindakan saya				
7.	Saya yakin bahwa kegiatan yang saya ikuti sekarang dapat membawa kesuksesan untuk saya				
8.	Saya mampu menutupi kekurangan saya dengan menunjukkan kelebihan yang ada				
9.	Saya yakin dapat memaksimalkan kemampuan yang saya miliki				
10.	Saya berusaha minta maaf atas kesalahan yang saya lakukan				
11.	Saya yakin bahwa kemampuan saya dapat membawa kesuksesan untuk saya				
12.	Saya menata tujuan saya sesuai dengan kemampuan yang saya miliki				
13.	Saya pantang menyerah untuk meraih harapan saya meskipun pernah mengalami kegagalan				
14.	Saya selalu tepat waktu dalam menyelesaikan tugas				
15.	Saya selalu menjelaskan sesuatu dengan logis dan berdasarkan fakta				
16.	Saya memiliki tujuan hidup sesuai dengan passion yang saya sukai				

7.	Saya yakin bahwa saya dapat menata masa depan saya dengan baik				
----	--	--	--	--	--

### SKALA II

No	Pertanyaan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya terkadang merasa tidak nyaman dalam situasi sosial karena dalam situasi sosial karena saya takut bentuk tubuh saya dan penampilan fisik saya dikritik orang lain				
2.	Biasanya ada bagian tubuh saya yang saya sembunyikan kekurangannya				
3.	Saya menghindari mengenakan pakaian ketat yang dapat memperlihatkan bentuk tubuh saya				
4.	Ketika saya belum terlihat baik, saya merasa malu				
5.	Saya malu ketika saya bercermin dalam keadaan saya tidak mengenakan busana sama sekali				
6.	Saya menghindari situasi sosial (semisal pergi ke pesta atau jalan-jalan) karena tidak puas dengan penampilan fisik saya				
7.	Saya minder ketika saya menggunakan pakaian yang menunjukkan bentuk tubuh saya				
8.	Penampilan fisik dan tubuh saya memengaruhi saya dalam berhubungan dengan lingkungan sosial				
9.	Saya memperhatikan gerkan dan postur tubuh saya agar dapat menyembunyikan bagian tubuh yang tidak saya sukai				
10.	Saya tidak menyukai olahraga di depan umum karena saya takut orang lain akan mengamati atau mengevaluasi bentuk tubuh saya				
11.	Saya merasa ada yang salah dengan diri saya, ketika saya tidak bisa mengendalikan berat badan saya				
12.	Penampilan fisik saya terkadang membuat saya merasa minder saat berhubungan dengan orang				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

©

Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

	lain				
3.	Ketika penampilan saya tidak dapat terlihat bagus, saya merasa ingin menjadi orang jahat				
4.	Bentuk tubuh yang saya miliki memengaruhi saya dalam berhubungan dengan lawan jenis				
5.	Saya merasa ada yang membuat saya kurang puas ketika melihat tubuh saya dicermin				
6.	Saya malu ketika orang lain mengetahui beratimbangan badan saya				
17.	Saya menghindari menggerakkan bentuk tubuh saya (seperti menari) ditempat umum karena saya takut dikritik orang lain saat mengekspose penampilan saya				
18.	Saya malu ketika ukuran tubuh saya tidak sesuai dengan yang saya inginkan				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





# LAMPIRAN-D

## Tabulasi Dat *Try Out*

UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Tabulasi Data Try Out Kepercayaan Diri

No	Nama/Inisial	Kelas	Sekolah	Usia	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30				
1	JA	11	SMA N 12 Pekanbaru	17	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
3	RS	11	SMA N 12 Pekanbaru	17	3	3	4	4	1	3	4	2	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
4	P	11	SMA N 12 Pekanbaru	16	4	3	4	4	3	3	4	2	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
5	BNS	11	SMA N 12 Pekanbaru	16	4	3	2	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
6	H	11	SMA N 12 Pekanbaru	16	1	2	1	1	3	3	3	3	1	4	1	4	2	4	4	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
7	JPP	11	SMA N 12 Pekanbaru	16	4	3	3	3	1	4	3	1	4	3	2	3	2	4	3	2	2	4	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
8	F R	11	SMA N 12 Pekanbaru	16	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
9	A	11	SMA N 12 Pekanbaru	16	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
10	N	11	SMA N 12 Pekanbaru	16	3	3	3	4	1	4	2	2	3	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
11	MB	11	SMA N 12 Pekanbaru	17	4	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
12	AF G	11	SMA N 12 Pekanbaru	17	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
13	P	11	SMA N 12 Pekanbaru	16	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
14	RM	11	SMA N 12 Pekanbaru	17	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
15	MH	11	SMA N 12 Pekanbaru	16	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
16	H S V	11	SMA N 12 Pekanbaru	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
17	A	11	SMA N 12 Pekanbaru	17	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
18	H	11	SMA N 12 Pekanbaru	17	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
19	AL	12	SMA N 12 Pekanbaru	17	4	3	3	3	3	3	3	1	4	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
20	A	12	SMA N 12 Pekanbaru	17	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	1	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
21	AN	12	SMA N 12 Pekanbaru	17	4	4	3	2	1	3	2	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
22	HA	12	SMA N 12 Pekanbaru	17	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
23	RA	12	SMA N 12 Pekanbaru	17	3	3	3	3	4	3	3	2	4	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
24	AO	12	SMA N 12 Pekanbaru	17	2	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
25	AS	12	SMA N 12 Pekanbaru	17	3	4	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
26	R	12	SMA N 12 Pekanbaru	17	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
27	A	11	SMA N 12 Pekanbaru	17	4	4	4	4	3	4	3	2	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
28	X	11	SMA N 12 Pekanbaru	17	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
29	FA	11	SMA N 12 Pekanbaru	17	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
30	R	11	SMA N 12 Pekanbaru	16	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.







### Tabulasi Data Try Out Body Shaming

No	Nama/Inisial	Kelas	Sekolah	Usia	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30					
1.	y	10	SMAN 12 Pekanbaru	16	1	1	3	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1				
3.	MZ	10	SMAN 12 Pekanbaru	17	3	2	2	2	1	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	1	1	2	1	4	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3			
4.	RS	10	SMAN 12 Pekanbaru	18	3	4	3	3	2	4	3	3	1	4	3	3	1	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			
5.	Ruk	10	SMAN 12 Pekanbaru	15	2	1	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			
6.	AM	10	SMAN 12 Pekanbaru	17	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			
7.	HGH	10	SMAN 12 Pekanbaru	16	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
8.	RP	10	SMAN 12 Pekanbaru	17	3	4	2	3	1	1	1	1	1	3	2	1	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
9.	YD	10	SMAN 12 Pekanbaru	17	2	3	3	3	4	2	3	2	2	1	3	3	1	2	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3		
10.	DD	10	SMAN 12 Pekanbaru	16	1	1	4	4	4	1	1	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
11.	AZ	10	SMAN 12 Pekanbaru	16	1	4	2	4	1	1	3	2	4	2	2	1	2	3	2	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
12.	A	10	SMAN 12 Pekanbaru	18	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
13.	MBN	10	SMAN 12 Pekanbaru	16	1	4	1	4	4	1	4	4	3	4	2	4	3	2	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
14.	ARA	10	SMAN 12 Pekanbaru	16	3	4	4	3	4	3	4	4	4	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
15.	JPP	10	SMAN 12 Pekanbaru	16	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
16.	R	10	SMAN 12 Pekanbaru	14	3	3	4	3	4	2	3	3	2	1	3	3	2	2	2	4	2	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	
17.	H	10	SMAN 12 Pekanbaru	15	3	3	2	4	2	2	2	3	3	1	2	3	2	2	3	4	2	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	
18.	M	10	SMAN 12 Pekanbaru	16	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
19.	FMM	10	SMAN 12 Pekanbaru	16	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	4	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
20.	M	10	SMAN 12 Pekanbaru	17	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
21.	FD	10	SMAN 12 Pekanbaru	16	4	2	2	3	2	3	2	3	2	4	2	2	3	2	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
22.	A	10	SMAN 12 Pekanbaru	17	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
23.	DA	10	SMAN 12 Pekanbaru	14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
24.	NK	10	SMAN 12 Pekanbaru	16	1	3	4	4	2	3	2	3	2	2	2	4	1	2	1	4	2	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	
25.	MAFK	10	SMAN 12 Pekanbaru	17	3	2	3	4	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	1	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3
26.	FG	10	SMAN 12 Pekanbaru	17	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
27.	RA	10	SMAN 12 Pekanbaru	16	2	3	4	2	3	2	3	2	2	2	1	2	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
28.	MSR	10	SMAN 12 Pekanbaru	15	2	3	4	2	2	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
29.	DA	10	SMAN 12 Pekanbaru	16	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
30.	DNL	10	SMAN 12 Pekanbaru	16	3	2	3	2	1	3	2	4	4	2	3	4	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	

© Hak cipta ditahan oleh Universitas of Sulthan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.









# LAMPIRAN-E

## Tabulasi Data Penelitian

UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.































# LAMPIRAN-F

## Validitas, Reliabilitas, dan Daya Diskriminasi Aitem

UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## SKALA KEPERCAYAAN DIRI

Analisis Ke- 1

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.821	23

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	66.84	47.712	.413	.812
Y2	66.81	46.903	.475	.809
Y3	67.05	46.654	.574	.806
Y4	66.90	47.242	.561	.808
Y5	67.58	51.903	-.073	.838
Y6	66.98	48.949	.283	.818
Y7	67.05	46.088	.576	.805
Y8	67.83	50.102	.083	.829
Y9	67.11	47.796	.365	.814
Y10	66.88	47.602	.424	.812
Y11	67.09	46.002	.631	.803
Y12	66.96	48.665	.360	.815
Y13	66.78	45.769	.599	.804
Y14	66.84	47.813	.378	.814
Y15	67.02	47.474	.484	.810
Y16	66.89	47.129	.469	.810
Y17	67.12	47.460	.406	.812
Y18	67.02	48.161	.359	.815
Y19	66.96	47.150	.479	.810
Y20	67.39	48.543	.199	.824
Y21	67.63	47.407	.254	.823
Y22	67.90	49.485	.125	.828
Y23	66.89	45.473	.633	.802

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.884	17

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	51.19	37.105	.494	.879
Y2	51.16	36.722	.509	.879
Y3	51.40	36.141	.667	.873
Y4	51.25	37.280	.565	.877
Y7	51.40	36.323	.569	.876
Y9	51.46	37.099	.448	.881
Y10	51.23	37.149	.485	.880
Y11	51.44	35.804	.687	.872
Y12	51.31	38.277	.403	.882
Y13	51.13	35.932	.606	.875
Y14	51.19	38.135	.334	.885
Y15	51.37	36.538	.626	.875
Y16	51.24	36.649	.541	.877
Y17	51.47	37.322	.426	.882
Y18	51.37	37.892	.387	.883
Y19	51.31	36.438	.584	.876
Y23	51.24	35.962	.601	.875

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## SKALA BODY SHAMING

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.864	22

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	56.23	92.320	.552	.854
X2	56.09	92.588	.552	.855
X3	55.61	95.715	.436	.859
X4	55.74	94.356	.517	.856
X5	56.10	94.899	.395	.860
X6	56.56	94.774	.455	.858
X7	55.97	91.403	.641	.851
X8	56.16	91.429	.624	.852
X9	56.08	93.266	.560	.855
X10	56.45	93.442	.512	.856
X11	56.31	91.731	.604	.853
X12	56.21	90.248	.714	.849
X13	56.95	97.381	.315	.863
X14	56.16	92.176	.566	.854
X15	56.22	95.911	.440	.859
X16	55.68	99.493	.235	.865
X17	56.46	93.948	.505	.856
X18	56.29	108.289	-.283	.882
X19	55.61	98.564	.277	.864
X20	55.80	93.273	.565	.854
X21	56.53	102.454	.037	.871
X22	56.01	95.404	.438	.859

© Hak Cipta Analisis ke-1

Hak Cipta Dilindungi

Indikator

Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Analisis ke-2

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.892	18

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	45.06	86.522	.563	.886
X2	44.92	86.761	.565	.886
X3	44.44	89.966	.439	.890
X4	44.57	89.056	.494	.888
X5	44.93	89.722	.367	.893
X6	45.39	88.543	.489	.888
X7	44.80	85.434	.665	.882
X8	44.99	85.687	.634	.883
X9	44.91	87.557	.565	.886
X10	45.28	87.355	.539	.886
X11	45.14	86.223	.600	.884
X12	45.04	84.948	.700	.881
X13	45.78	90.860	.361	.892
X14	44.99	86.374	.578	.885
X15	45.05	89.927	.459	.889
X17	45.29	88.430	.497	.888
X20	44.63	87.286	.588	.885
X22	44.84	89.934	.424	.890

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



# LAMPIRAN-G

## Uji Analisi Uji Asumsi Dan Hipotesis

UIN SUSKA RIAU

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



### Data Demografi

#### Usia

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 14.00	4	1.8	1.8	1.8
15.00	50	21.9	21.9	23.7
16.00	44	19.3	19.3	43.0
17.00	80	35.1	35.1	78.1
18.00	50	21.9	21.9	100.0
Total	228	100.0	100.0	

#### Berat Badan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 35 kg	7	3.1	3.1	3.1
37 kg	2	.9	.9	3.9
38 kg	1	.4	.4	4.4
39 kg	1	.4	.4	4.8
40 kg	12	5.3	5.3	10.1
41 kg	1	.4	.4	10.5
42 kg	3	1.3	1.3	11.8
43 kg	4	1.8	1.8	13.6
45 kg	15	6.6	6.6	20.2
46 kg	5	2.2	2.2	22.4
47 kg	7	3.1	3.1	25.4
48 kg	10	4.4	4.4	29.8
49 kg	5	2.2	2.2	32.0
50 kg	18	7.9	7.9	39.9
51 kg	7	3.1	3.1	43.0
52 kg	10	4.4	4.4	47.4
53 kg	8	3.5	3.5	50.9
54 kg	5	2.2	2.2	53.1
55 kg	13	5.7	5.7	58.8
56 kg	3	1.3	1.3	60.1
57 kg	6	2.6	2.6	62.7
58 kg	7	3.1	3.1	65.8
60 kg	18	7.9	7.9	73.7

Hak Cipta:

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



61 kg	5	2.2	2.2	75.9
62 kg	3	1.3	1.3	77.2
63 kg	1	.4	.4	77.6
64 kg	2	.9	.9	78.5
65 kg	12	5.3	5.3	83.8
66 kg	1	.4	.4	84.2
67 kg	2	.9	.9	85.1
68 kg	3	1.3	1.3	86.4
69 kg	1	.4	.4	86.8
70 kg	7	3.1	3.1	89.9
71 kg	1	.4	.4	90.4
72 kg	3	1.3	1.3	91.7
75 kg	6	2.6	2.6	94.3
77 kg	1	.4	.4	94.7
78 kg	2	.9	.9	95.6
79 kg	1	.4	.4	96.1
80 kg	2	.9	.9	96.9
81 kg	1	.4	.4	97.4
82 kg	1	.4	.4	97.8
83 kg	1	.4	.4	98.2
85 kg	1	.4	.4	98.7
87 kg	1	.4	.4	99.1
90 kg	2	.9	.9	100.0
Total	228	100.0	100.0	

		Tinggi Badan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	140 cm	1	.4	.4	.4
	145 cm	2	.9	.9	1.3
	150 cm	2	.9	.9	2.2
	152 cm	1	.4	.4	2.6
	153 cm	1	.4	.4	3.1
	155 cm	1	.4	.4	3.5
	159 cm	1	.4	.4	3.9
	160 cm	16	7.0	7.0	11.0

Hak

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak

161 cm	3	1.3	1.3	12.3
162 cm	7	3.1	3.1	15.4
163 cm	7	3.1	3.1	18.4
164 cm	2	.9	.9	19.3
165 cm	15	6.6	6.6	25.9
166 cm	5	2.2	2.2	28.1
167 cm	8	3.5	3.5	31.6
168 cm	16	7.0	7.0	38.6
169 cm	11	4.8	4.8	43.4
170 cm	42	18.4	18.4	61.8
171 cm	13	5.7	5.7	67.5
172 cm	14	6.1	6.1	73.7
173 cm	10	4.4	4.4	78.1
174 cm	1	.4	.4	78.5
175 cm	19	8.3	8.3	86.8
176 cm	1	.4	.4	87.3
177 cm	7	3.1	3.1	90.4
178 cm	10	4.4	4.4	94.7
179 cm	4	1.8	1.8	96.5
180 cm	3	1.3	1.3	97.8
181 cm	2	.9	.9	98.7
182 cm	2	.9	.9	99.6
193 cm	1	.4	.4	100.0
Total	228	100.0	100.0	

sl

Warna Kulit					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	H	6	2.6	2.6	2.6
	K	5	2.2	2.2	4.8
	P	25	11.0	11.0	15.8
	S	192	84.2	84.2	100.0
	Total	228	100.0	100.0	

ul

Jenis Rambut					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak					
Valid	I	62	27.2	27.2	27.2
	K	5	2.2	2.2	29.4
	L	161	70.6	70.6	100.0
	Total	228	100.0	100.0	

### Uji Normalitas

		Statistics	
		<i>Body Shaming</i>	Kepercayaan Diri
N	Valid	228	228
	Missing	0	0
Mean		3.7662	4.0042
Std. Deviation		.23358	.10400
Skewness		-.953	-.136
Std. Error of Skewness		.161	.161
Kurtosis		1.784	-.314
Std. Error of Kurtosis		.321	.321
Minimum		3.00	3.71
Maximum		4.28	4.22

### Uji Linearitas

#### Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kepercayaan Diri *	228	100.0%	0	0.0%	228	100.0%
<i>Body Shaming</i>						

### ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kepercayaan Diri *	Between	(Combined)	.644	41	.016	1.612	.018
<i>Body Shaming</i>	Groups	Linearity	.065	1	.065	6.671	.014

1. Diararang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diararang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak

dang-Undang

UIN SUSKA RIAU

UIN SUSKA RIAU

UIN SUSKA RIAU

<i>Shaming</i>	Deviation from Linearity	.579	40	.014	1.486	.042
	Within Groups	1.811	186	.010		
	Total	2.455	227			

### Uji Hipotesis (Regresi Linear Sederhana)

#### ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	.065	1	.065	6.143	.014 <sup>b</sup>
	Residual	2.390	226	.011		
	Total	2.455	227			

a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

b. Predictors: (Constant), *Body Shaming*

#### Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	4.277	.110		38.788	.000
	<i>Body Shaming</i>	-.072	.029	-.163	-2.478	.014

a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

1. Diararang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diararang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak



### Sumbangsih Variabel

#### Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	Change Statistics			Sig. F Change
						F Change	df 1	df 2	
1	.163 <sup>a</sup>	.026	.022	.10284	.026	6.143	1	226	.014

a. Predictors: (Constant), *Body Shaming*

### Kategorisasi

#### Statistics

##### *Body shaming*

N	Valid	228
	Missing	0
Mean		1.2193
Std. Deviation		.43541
Range		2.00
Minimum		1.00
Maximum		3.00
Sum		278.00

#### Kategorisasi *Body Shaming*

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	sangat rendah	180	78.9	78.9	78.9
	Sedang	46	20.2	20.2	99.1
	Tinggi	2	.9	.9	100.0
Total		228	100.0	100.0	

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Statistics****Kepercayaan Diri**

N	Valid	228
	Missing	0
Mean		1.4561
Std. Deviation		.49917
Range		1.00
Minimum		1.00
Maximum		2.00
Sum		332.00

**Kategorisasi Kepercayaan Diri**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	sangat rendah	124	54.4	54.4	54.4
	sedang	104	45.6	45.6	100.0
	Total	228	100.0	100.0	



# LAMPIRAN-H

## Surat-Surat Penelitian

UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



- Hak
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KEMENTERIAN AGAMA RI  
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
 FAKULTAS PSIKOLOGI  
 كلية علم النفس  
 FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
 Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

Nomor : B-840E/Un.04/F.V/PP.00.9/06/2022 Pekanbaru, 27 Juni 2022  
 Sifat : Biasa  
 Lampiran : -  
 Hal : Mohon Izin Pra Riset

Kepada Yth.  
 Kepala SMA N 12 Pekanbaru  
 Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.  
 Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada bapak/ibu bahwa:

Nama : Putri Kamila  
 NIM : 11860120524  
 Jurusan : Psikologi S1  
 Semester : VIII (Delapan)

ditugaskan untuk melakukan pra riset di tempat Saudara guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

*"Pengaruh Body Shaming Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Laki-Laki"*,

untuk itu kami mohon Saudara berkenan memberi izin riset yang bersangkutan dalam rangka penyelesaian penyusunan penelitian / skripsi / tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Dekan



Dr. Kusnadi, M.Pd  
 NIP. 19671212 199503 1 001

- Hak
1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KEMENTERIAN AGAMA RI  
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
 FAKULTAS PSIKOLOGI  
 كلية علم النفس  
 FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
 Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

Nomor : B-273E/Un.04/F.VI/PP.00.9/07/2022 Pekanbaru, 01 Maret 2022  
 Sifat : Biasa  
 Lampiran : -  
 Hal : Mohon Izin Try Out Penelitian

Kepada Yth.  
 Kepala SMA N 12 Pekanbaru  
 Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.  
 Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa:

Nama : Putri Kamila  
 NIM : 11860120524  
 Tempat Tgl.Lahir : Pekanbaru/ 11 Januari 2001  
 Jurusan : Psikologi S1  
 Semester : VIII (Delapan)

ditugaskan untuk melakukan *try out* penelitian di tempat Bapak/Ibu guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian/ skripsi / tesis, yaitu:

*"Pengaruh Body Shaming Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Laki-laki".*

Untuk itu kami mohon Bapak/Ibu berkenan memberi izin *try out* kepada yang bersangkutan dalam rangka penyelesaian penyusunan laporan penelitian / skripsi / tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu, kami mengucapkan terima kasih.



Wassalamualaikum wr wb,

Dekan

Dr. Kusnadi, M.Pd

NIP: 19671212 199503 1 001



Hak

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KEMENTERIAN AGAMA RI  
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
 FAKULTAS PSIKOLOGI  
 كلية علم النفس  
 FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
 Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

Nomor : B-710E/Un.04/F.VI/PP.00.9/07/2022 Pekanbaru, 06 Juni 2022  
 Sifat : Penting  
 Lampiran : 1 (satu) berkas  
 Hal : Mohon Rekomendasi Riset

Kepada Yth.  
 Kepala Dinas Pelayanan Penanaman Modal  
 Dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau  
 Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.  
 Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada Saudara bahwa:

Nama : Putri Kamila  
 NIM : 11860120524  
 Jurusan : Psikologi S1  
 Semester : VIII (Delapan)

ditugaskan untuk melakukan riset guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi/ tesis, yaitu:

*"Pengaruh Body Shaming Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Laki-laki."*

Lokasi : 1. SMA N 12 Pekanbaru

Sehubungan dengan hal itu, kami mohon Saudara berkenan memberi rekomendasi riset yang bersangkutan pada lokasi tersebut di atas dalam rangka penyelesaian penelitian / skripsi / tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan terima kasih.

Wasalamu'alaikum wr. wb,  
 Dekan,  
  
 Dr. Kusnadi, M.Pd  
 NIP. 19671212 199503 1 001

Hak

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**PEMERINTAH PROVINSI RIAU**  
**DINAS PENDIDIKAN**

JALAN CUT NYAK DIEN NO. 3 TELP. 22552/21553  
 PEKANBARU

Pekanbaru, 17 JUNI 2022

Nomor : 800/Disdik/1.3/2022/ 8676  
 Sifat : Biasa  
 Lampiran :  
 Hal : Izin Riset / Penelitian

Kepada  
 Yth. Kepala SMA Negeri 12 Pekanbaru

di-  
 Tempat

Berkenaan dengan Surat Rekomendasi dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau Nomor : 503/DPMPSTP/NON IZIN-RISET/48277 Tanggal 13 Juni 2021 Perihal Pelaksanaan Izin Riset, dengan ini disampaikan bahwa:

Nama	: PUTRI KAMILA
NIM/KTP	: 11860120524
Program Studi	: PSIKOLOG
Jenjang	: S1
Alamat	: PEKANBARU
Judul Penelitian	: PENGARUH BODY SHAMING TERHADAP KEPERCAYAAN DRI REMAJA LAKI-LAKI
Lokasi Penelitian	: SMA NEGERI 12 PEKANBARU

Dengan ini disampaikan hal-hal sebagai berikut :

1. Untuk dapat memberikan yang bersangkutan berbagai informasi dan data yang diperlukan untuk penelitian.
2. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan dan memaksakan kehendak yang tidak ada hubungan dengan kegiatan ini.
3. Adapun Surat Izin Penelitian ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini dibuat.

Demikian disampaikan, atas perhatian diucapkan terima kasih.

An. KEPALA DINAS PENDIDIKAN  
 PROVINSI RIAU  
 SEKRETARIS



**TATI LINDAWATI, S.H., M.Si**  
 Pembina Tingkat I (IV/b)  
 NIP. 19660717 198603 2 002

Tembusan:  
 Dekan Fakultas Psikologi UIN Suska Riau

*Acc*  
*Sih*  
*Salma*  
 25 Juli - 29 Juli 2022



## LEMBAR DISPOSISI

INDEKS : 090/SMAN/12/VII/2022/0922 ..... .....	TANGGAL PENYELESAIAN 18 Juli 2022 ..... .....
PERIHAL : Izin Riset / Penelitian AN Putri Kamila ..... .....	
TGL. NO. : 27 Juni 2022 ASAL : Dinas Pendidikan	Nomor : 000/disdik/1.3/2022/0000
INSTRUKSI / INFORMASI*)  <p style="font-size: 1.2em; margin-left: 20px;">~ tiripen &amp; word of kur.</p>  <p style="margin-left: 20px;">Acc BK Rany 18/7/22</p>	DITERUSKAN KEPADA 1. BK : SALWA 2. (BUNY BK) 3. .... 4. .... 5. ....
X) 1. Kepada Bawahan "Instruksi" atau "Informasi" 2. Kepada atasan "Informasi" Coret "Instruksi"	

Hak



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





Hak

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**PEMERINTAH PROVINSI RIAU  
DINAS PENDIDIKAN  
SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) NEGERI 12 PEKANBARU  
SEKOLAH RUJUKAN NASIONAL**

Alamat : Jl.Garuda Sakti Km. 3 Kel. Bina Widya, Kec.Bina Widya Kode Pos : 28293  
 Email : smanduabelas.pekanbaru@gmail.com Telp : (0761) 7875113  
 NSS : 301096008042 NIS : 300420 NPSN : 10404011

**Akreditasi : A**

**SURAT KETERANGAN RISET**

Nomor : 070 / SMAN.12 / V / 2023 / 0946

Berdasarkan Surat Dinas Pendidikan Provinsi Riau Nomor : 800/Disdik/1.3/2022/9049  
 Tanggal 27 Juni 2022 Tentang Izin Riset / Penelitian. Yang bertanda tangan di bawah ini,  
 Kepala SMA Negeri 12 Pekanbaru, dengan ini menerangkan :

Nama : **PUTRI KAMILA**

NIM : 11860120524

Program Studi : S1 / Psikologi

Mahasiswa : UIN SUSKA RIAU

Benar telah melaksanakan riset / penelitian di SMA Negeri 12 Pekanbaru, yang dilaksanakan pada tanggal 25 s.d 29 Juli 2022, data atau hasil dari penelitian tersebut akan dipergunakan untuk bahan pembuatan skripsi yang berjudul :

**“PENGARUH *BODY SHAMING* TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI REMAJA LAKI-LAKI.”**

Demikianlah surat keterangan ini kami berikan untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Pekanbaru, 11 Mei 2023  
 Kepala Sekolah,

**Hj.ERMITA,S.Pd. MM**

NIP. 19720821 199802 2 001