

**HUBUNGAN *BODY SHAMING* DENGAN KONSEP DIRI
PADA SISWI MAN 3 BANDA ACEH**

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

**ANGGI HUMAIRA
NIM. 210901001**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

**HUBUNGAN *BODY SHAMING* DENGAN KONSEP DIRI
PADA SISWI MAN 3 BANDA ACEH**

SKRIPSI

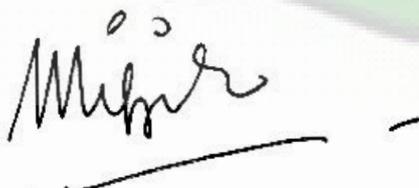
**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
UIN Ar-Raniry Banda Aceh
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)**

Oleh

**ANGGI HUMAIRA
NIM. 210901001**

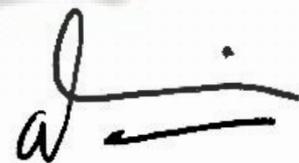
Disetujui Oleh:

Pembimbing I,



**Dr. Miftahul Jannah, S.Ag., M.Si
NIP. 197601102006042002**

Pembimbing II,



**Cut Rizka Aliana, S.Psi., M.Si
NIP. 199010312019032014**

**HUBUNGAN *BODY SHAMING* DENGAN KONSEP DIRI
PADA SISWI MAN 3 BANDA ACEH**

SKRIPSI

**Telah Dinilai Oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi
Fakultas Psikologi Uin Ar-Raniry Banda Aceh
Dan Dinyatakan Lulus Serta Disahkan Sebagai
Tugas Akhir Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)**

Diajukan Oleh:

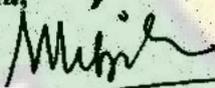
**ANGGI HUMAIRA
NIM. 210901001**

Pada hari/Tanggal

**Selasa, 26 Februari 2025
27 Sya'ban 1446**

Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi

Ketua,



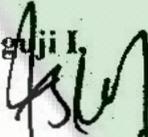
**Dr. Miftahul Jannah, S.Ag., M.Si
NIP. 197601102006042002**

Sekretaris,



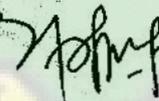
**Cut Rizka Aliana, S.Psi., M.Si
NIP. 199010312019032014**

Penguji I,



**Dr. Ismiati, S.Ag., M.Si
NIP. 197201012007102001**

Penguji II,



Nurul Adharina, S.Psi., M.Psi, Psikolog

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry



**Prof. Dr. Muslim, M.Si
NIP. 196610231994021001**

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Anggi Humaira

NIM : 210901001

Prodi : Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika di kemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Banda Aceh, 10 Februari 2025
Yang Menyatakan,



Anggi Humaira
210901001

KATA PENGANTAR



Puji beserta syukur kepada Allah SWT, yang telah memberikan segala nikmat dan kemudahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan *Body Shaming* Dengan Konsep Diri Pada Siswi Man 3 Banda Aceh” dengan lancar. Shalawat beserta salam kepada Nabi Muhammad SAW beserta sahabat keluarganya

Skripsi merupakan salah satu persyaratan wajib untuk menyelesaikan tugas akhir Pendidikan Sarjana (S1). Peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan berbagai kemudahan dan tentunya tidak terlepas dari bantuan beserta bimbingan dari berbagai pihak. Pertama sekali Peneliti mengucapkan rasa terimakasih yang teramat dalam kepada kedua orang tua Ayahanda Muslem M Jamil dan Ibunda Siti Mursala tercinta yang selalu sabar dan mendoakan siang malam, serta mendukung, selalu memberikan semangat, serta juga selalu menemani dikala proses membuat skripsi, dan kepada Adikku Reihanna Zema dan Rafika Faranisa yang selalu mencurahkan kasih sayang tiada henti-hentinya.

Selanjutnya peneliti mengucapkan terimakasih yang tak terhingga kepada :

1. Bapak Prof Dr. Muslim, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh yang telah memberikan dukungan, motivasi kepada seluruh Mahasiswa Fakultas Psikologi

2. Bapak Dr. Safrilsyah, S. Ag., M.Si selaku Wakil Dekan I bidang Akademik dan kelembagaan yang telah memberikan dukungan, motivasi kepada seluruh Mahasiswa Fakultas Psikologi
3. Ibu Misnawati, S.Ag., M.Ag., Ph.D selaku Wakil Dekan II bidang Administrasi dan Keuangan yang telah membantu dan memudahkan administrasi seluruh Mahasiswa Fakultas Psikologi
4. Bapak Drs. Nasruddin, M. Hum selaku Wakil Dekan III bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama yang telah memberikan dukungan kepada peneliti dan mahasiswa lainnya
5. Bapak Julianto Saleh, S. Ag., M.Si selaku Ketua Prodi Program Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry, yang telah memotivasi memberikan dukungan dan arahan
6. Ibu Cut Riska Aliana, S.Psi., M.Si selaku Sekretaris Program Studi Psikologi UIN Ar-Raniry sekaligus pembimbing II yang telah memberikan banyak dorongan dan nasehat bagi peneliti dalam menyelesaikan skripsi
7. Ibu Dr. Miftahul Jannah, S.Ag., M.Si selaku pembimbing I yang telah memberikan arahan, dukungan, dan motivasi, serta sudah dengan sabar dan ikhlas dalam meluangkan waktu untuk membimbing penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan sebaik mungkin
8. Ibu Ismiati, S.Ag., M.Si. Ph.D selaku penguji I yang sudah memberikan arahan dan motivasi kepada peneliti, serta telah bersedia meluangkan waktu dalam menguji skripsi ini

9. Ibu Nurul Adharina, S.Psi., M.Psi, Psikolog selaku penguji II yang sudah memberikan arahan dan motivasi kepada peneliti dari awal penyusunan judul skripsi, serta telah bersedia meluangkan waktu dalam menguji skripsi ini
10. Seluruh dosen dan civitas akademika Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry yang telah mendidik, membantu dan memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat dengan ikhlas dan tulus
11. Seluruh Siswi MAN 3 Banda Aceh yang telah bersedia menjadi responden dalam mengisi kuisisioner penelitian yang telah membantu peneliti menyelesaikan penelitian
12. Kepada para sahabat saya Siti Rukaiyah, Zahria Mizqy, dan Nur'afida yang memberikan dukungannya selalu dan senantiasa memberikan motivasi, mendengarkan cerita dan keluh kesah peneliti, terimakasih karena sudah menjadi sahabat terbaik untuk peneliti
13. Kepada sahabat seperjuangan satu angkatan dalam menimba ilmu di kampus tercinta Alya Nilanti, Ummyul Husni, Farah Nabila dan Badriatun Navis yang juga senantiasa mendengarkan cerita dan keluh kesah peneliti, selalu mendukung dan memberikan motivasi untuk selalu semangat dalam menjalankan semua proses ini dan terimakasih karena sudah menjadi teman terbaik untuk peneliti
14. Rekan-rekan seperjuangan organisasi, dan KPM *Internal*, terimakasih sudah memberikan pengalaman dan pembelajaran yang sangat berharga kepada penulis

15. Seluruh mahasiswa Psikologi terutama angkatan 2021. Terimakasih kepada semua pihak-pihak yang sudah memberi bantuan, dukungan, dan motivasi semoga Allah SWT membalas segala kebaikan yang telah diberikan

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, karena sesungguhnya kesempurnaan hanyalah milik Allah SWT semata, sehingga saran dan kritik dari pembaca sangat diharapkan. Harapan peneliti, semoga skripsi ini dapat menambah wawasan dan dapat memberikan manfaat kepada banyak pihak, terutama bagi mahasiswa Psikologi UIN Ar-Raniry.

Banda Aceh, 10 Februari 2025
Penulis,

Anggi Humaira
NIM.210901001

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING.....	i
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
ABSTRAK.....	xi
ABSTRACT	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian	9
E. Keaslian Penelitian.....	10
BAB II LANDASAN TEORI	12
A. Konsep Diri	12
1. Pengertian Konsep Diri	12
2. Aspek-Aspek Konsep Diri	14
3. Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Konsep Diri	16
4. Bentuk Konsep Diri.....	18
B. <i>Body Shaming</i>	19
1. Pengertian <i>Body Shaming</i>	19
2. Aspek-Aspek <i>Body Shaming</i>	21
C. Hubungan <i>Body Shaming</i> Dengan Konsep Diri.....	22
D. Hipotesis.....	24
BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Pendekatan Dan Metode Penelitian	25
B. Identifikasi Variabel Penelitian	25
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	26
D. Subjek Penelitian.....	27
1. Populasi	27
2. Sampel.....	27
E. Teknik Pengumpulan Data	28
1. Alat Ukur Penelitian.....	28
2. Uji Validitas	31
3. Uji Daya Beda Aitem	33

4. Uji Reabilitas.....	38
F. Teknik analisa data.....	39
1. Proses Pengolahan Data.....	42
2. Uji Prasyarat.....	42
3. Uji Hipotesis.....	43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	45
A. Persiapan Penelitian.....	45
1. Administrasi Penelitian.....	45
2. Pelaksanaan Uji Coba (Try Out) Dan Penelitian.....	45
B. Deskripsi Data Penelitian.....	46
1. Demografi Penelitian.....	46
2. Data Kategorisasi.....	47
C. Pengujian Hipotesis.....	51
1. Hasil Uji Prasyarat.....	51
2. Hasil Uji Hipotesis.....	53
D. Pembahasan.....	54
BAB V PENUTUP.....	61
A. Kesimpulan.....	61
B. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA.....	64
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skor Aitem Skala <i>Body Shaming</i> Dan Konsep Diri	33
Tabel 3. 2 Blue Print Skala Konsep Diri	33
Tabel 3. 3 Blue Print Skala <i>Body Shaming</i>	35
Tabel 3. 4 Koefisien CVR Skala <i>Body Shaming</i>	37
Tabel 3. 5 Koefisien CVR Skala Konsep Diri	38
Tabel 3. 6 Koefisien Uji Daya Beda Aitem Skala <i>Body Shaming</i>	39
Tabel 3. 7 Blue Print Akhir Skala <i>Body Shaming</i>	40
Tabel 3. 8 Koefisien Uji Daya Beda Aitem Skala Konsep Diri	41
Tabel 3. 9 Blue Print Akhir Skala Konsep Diri	42
Tabel 3. 10 Koefisien Reliabilitas Cronbach Alpha	44
Tabel 3. 11 Koefisien Reliabilitas Alat Ukur	45
Tabel 4. 1 Data Demografi Jenis Kelamin	54
Tabel 4. 2 Data Demografi Tingkat Kelas.....	54
Tabel 4. 3 Deskripsi Data Variabel <i>Body Shaming</i>	56
Tabel 4. 4 Kategorisasi <i>Body Shaming</i>	57
Tabel 4. 5 Deskripsi Data Penelitian konsep Diri	58
Tabel 4. 6 Kategorisasi Konsep Diri	59
Tabel 4. 7 Hasil Uji Normalitas	60
Tabel 4. 8 Hasil Uji Linearitas	61
Tabel 4. 9 Uji Hipotesis Data Penelitian	62
Tabel 4. 10 Analisis <i>Measure Of Association</i>	62

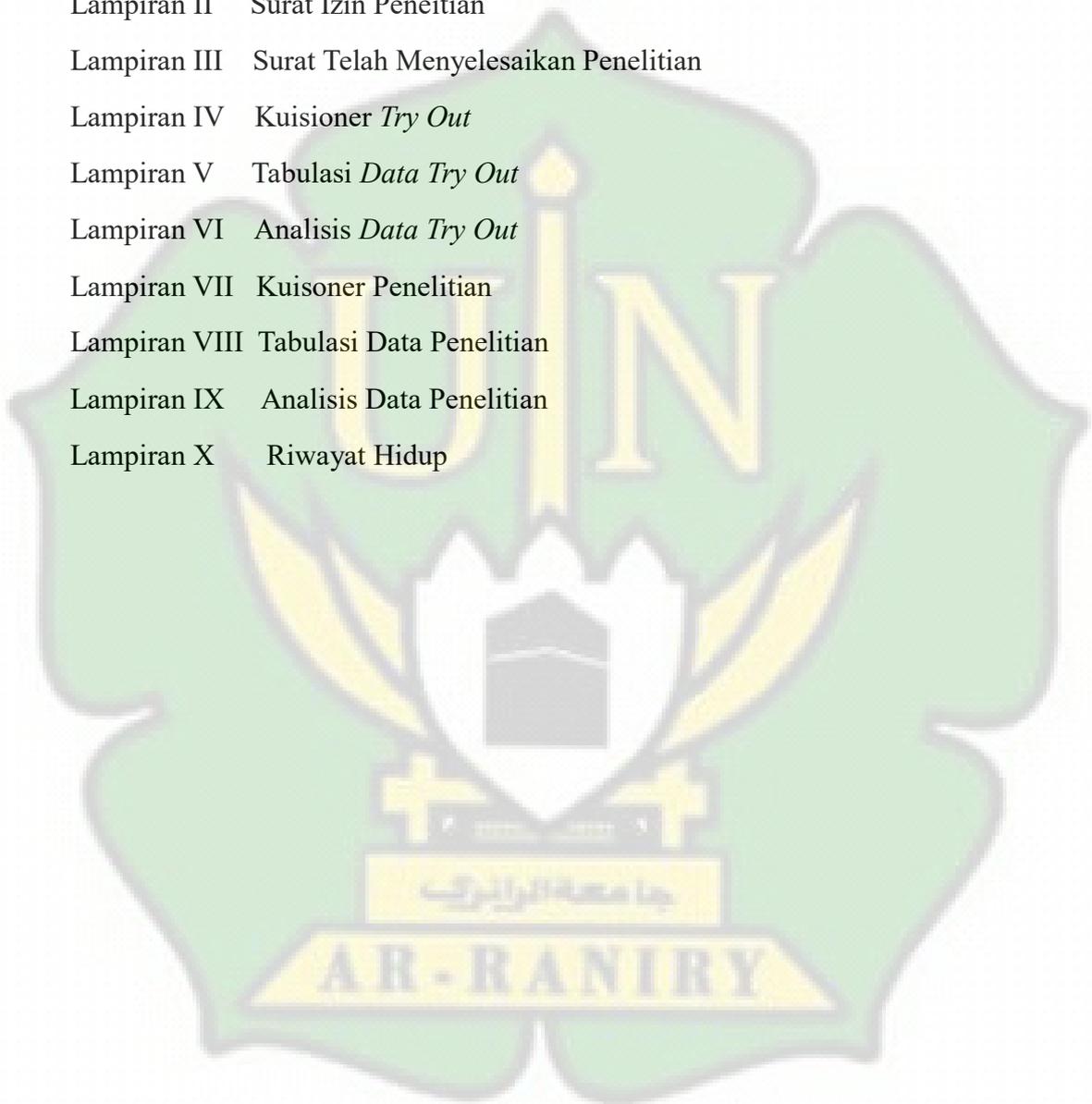
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual.....26



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran I SK Pembimbing Skripsi
- Lampiran II Surat Izin Penelitian
- Lampiran III Surat Telah Menyelesaikan Penelitian
- Lampiran IV Kuisioner *Try Out*
- Lampiran V Tabulasi *Data Try Out*
- Lampiran VI Analisis *Data Try Out*
- Lampiran VII Kuisioner Penelitian
- Lampiran VIII Tabulasi Data Penelitian
- Lampiran IX Analisis Data Penelitian
- Lampiran X Riwayat Hidup



HUBUNGAN *BODY SHAMING* DENGAN KONSEP DIRI PADA SISWI MAN 3 BANDA ACEH

ABSTRAK

Konsep diri merupakan faktor penting dalam perkembangan psikologis individu, khususnya pada siswi yang sedang mengalami berbagai perubahan fisik, emosional, dan sosial. Konsep diri merupakan cara seorang individu memandang dirinya secara utuh. Siswi cenderung memiliki pandangan negatif terhadap dirinya sendiri salah satunya dikarenakan oleh *body shaming*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *body shaming* dengan konsep diri pada siswi MAN 3 Banda Aceh. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasi. Penelitian ini menggunakan skala *body shaming* dan konsep diri. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 172 Siswi MAN 3 Banda Aceh dengan total populasi 346 Siswa. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan metode *random sampling*. Analisis data dengan teknik korelasi rho (ρ) dari *pearson*. Hasil penelitian menunjukkan nilai koefisien rho (ρ) sebesar -0,822 dengan nilai $p = 0,000$. Hal ini berarti terdapat hubungan yang negatif dan sangat signifikan antara variabel hubungan *body shaming* dengan konsep diri pada siswi MAN 3 Banda Aceh. Hal ini menunjukkan bahwasannya semakin tinggi *body shaming* yang dialami oleh Siswi MAN 3 Banda Aceh maka konsep diri akan rendah begitupula sebaliknya jika semakin rendah Siswi MAN 3 Banda Aceh mengalami *body shaming* maka konsep diri akan tinggi.

Kata kunci: *Body Shaming*, Konsep Diri, Siswi

***THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY SHAMING AND SELF-CONCEPT
IN MAN 3 BANDA ACEH FEMALE STUDENTS***

ABSTRACT

Self-concept is an important factor in the psychological development of individuals, especially in schoolgirls who are undergoing various physical, emotional, and social changes. Self-concept is the way an individual views himself as a whole. Female students tend to have a negative view of themselves, one of which is caused by body shaming. This study aimed to determine the relationship between body shaming and self-concept in female students of MAN 3 Banda Aceh. This study used a quantitative approach with a correlation method. This study used body shaming and self-concept scales. The subjects in this study were 172 students of MAN 3 Banda Aceh with a total population of 346 students. Sampling in this study used random sampling method. Data analysis used Pearson's rho (ρ) correlation technique. The results showed the rho (ρ) coefficient value of -0.822 with a p value = 0.000. This means that there was a negative and very significant relationship between the body shaming relationship variable and self-concept in MAN 3 Banda Aceh students. This showed that the higher the body shaming experienced by MAN 3 Banda Aceh students, the lower the self-concept would be and vice versa if the lower the MAN 3 Banda Aceh students experience body shaming, the higher the self-concept would be.

Keywords: Body Shaming, Self-Concept, Female Student

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah suatu usaha atau kegiatan yang dijalankan dengan sengaja, teratur dan berencana dengan maksud mengubah atau mengembangkan perilaku dari siswa yang diinginkan (Hasbulah 2012). Untuk mewujudkan harapan tersebut, maka diadakan suatu proses pembelajaran di sekolah. Sekolah sebagai lembaga formal merupakan sarana dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan tersebut. Sekolah seharusnya menjadi tempat yang nyaman dan aman untuk menempuh pendidikan bagi siswa, siswa seharusnya berperilaku baik dan saling menghargai. Seorang siswa harusnya sudah bisa bertanggung jawab atas setiap tindakan dan juga keputusan karena secara kognisi dan emosi siswa sudah bisa menilai tentang moralitas, tentang baik dan buruk suatu hal, mana yang benar dan salah, hal yang diizinkan maupun dilarang dan tentang mana yang etis untuk dilakukan.

Pada umumnya pola pikir seorang siswa sudah lebih berkembang dan empatinya sudah bisa terasah. Namun, pada kenyataannya tidak semua siswa memiliki perilaku yang baik. Pada beberapa sekolah siswa memiliki kecenderungan yang saling mengejek, menghina, merendahkan, dan memperburuk satu sama lainnya karena menganggap hal itu adalah suatu hal yang biasa (Hamilton 2011).

Siswa adalah pribadi yang unik dan mempunyai potensi untuk berkembang (Djamarah 2011). Siswa digambarkan sebagai masa yang penuh

masalah dan membutuhkan banyak penyesuaian diri karena terjadinya perubahan, harapan, peran sosial, dan perilaku (Hurlock, 2006). Perubahan itu dapat memicu konflik seperti perilaku melawan dan menyebabkan munculnya emosi negatif seperti kecemasan, iri, perasaan marah karena kondisi lingkungan sekitar yang tidak sesuai, terlalu terpaku pada perkataan orang lain, sangat memperhatikan penampilan dan kurang merasa puas dengan hidup yang dijalani dan ini adalah hal yang umumnya lebih sering terjadi pada siswi. Emosi-emosi negatif pada siswi, jika dirasakan terus-menerus tanpa ada penyelesaian dapat menghambat siswi melewati masa transisinya (Berking et al., 2008).

Selain itu, emosi negatif dapat memicu gejala depresi dan membuat siswi cenderung menyalahkan serta mengkritik diri sendiri (Arimitsu & Hofmann, 2017). Dengan adanya emosi negatif yang dirasakan terus-menerus mengakibatkan siswi memiliki persepsi yang kurang baik terhadap dirinya sendiri. Siswi dengan konsep diri yang rendah cenderung memiliki pandangan negatif terhadap dirinya sendiri, seperti merasa tidak cukup baik, tidak menarik, atau tidak mampu (Sarwono, S.W. 2001).

Siswi pastinya memiliki penilaian tentang perbedaan diri dengan orang lain. Kondisi fisik bisa menjadi salah satu faktor pembeda pada diri siswi. Menurut Damarhadi dkk (2020) kondisi fisik dapat membuat seorang siswi merasa takut dalam hubungan sosialnya. Widiarti (Alini dkk, 2021) menjelaskan masalah siswi dalam lingkungannya menunjukkan bahwa banyak siswi yang tidak paham dengan konsep dirinya. Menurut Surip (2011) konsep diri seseorang dinyatakan melalui sikap dirinya yang merupakan aktualisasi orang tersebut.

Siswi sebagai individu yang memiliki dorongan untuk berkembang yang pada akhirnya menyebabkan ia sadar akan keberadaan dirinya. Perkembangan yang berlangsung tersebut kemudian membantu pembentukan konsep diri individu yang bersangkutan.

Fitts (Zulkarnain dkk, 2020) menjelaskan konsep diri adalah diri dilihat, dihayati, serta dialami oleh individu. Menurut Burns (1993), konsep diri yaitu hubungan antara sikap dan keyakinan tentang diri kita sendiri. Konsep diri merupakan suatu bagian yang penting dalam setiap pembicaraan tentang kepribadian manusia. Konsep diri merupakan sifat yang unik pada manusia, sehingga dapat digunakan untuk membedakan manusia dari makhluk hidup lainnya.

Fakta yang terjadi saat ini adalah tidak banyak siswi yang mampu melaksanakan tugas perkembangannya karena merasa kurang memiliki persepsi yang baik dengan kondisi fisiknya, selain itu siswi juga telah menyadari bahwa keadaan fisik memiliki peran yang cukup penting dalam interaksi sosial. Perasaan kurang menyukai terhadap kondisi fisik cenderung di alami oleh siswi perempuan, hal tersebut sesuai dengan penelitian mengenai siswi yang dilaksanakan oleh Ratnawati (2012) yang menunjukkan bahwa siswi perempuan cenderung mementingkan penampilan fisik dan bentuk tubuh dalam penilaian diri di kalangan mereka. Hal tersebut mengakibatkan siswi merasa kurang percaya diri dan memberi penilaian terhadap dirinya sendiri dari sudut pandang teman sebayanya.

Hasil studi lapangan yang dilakukan pada tiga siswi di MAN 3 Banda Aceh, tiga siswi mengatakan siswi memiliki kelemahan terhadap cara ia memandang dirinya sendiri, di mana siswi tersebut selalu merasa pesimis pada kekurangan yang dimiliki, takut gagal terhadap kompetisi, serta kurang adanya sikap terbuka pada hubungan sosial.

Berikut cuplikan hasil wawancara yang dilakukan peneliti :

Cuplikan wawancara 1 (Siswi) :

“.... Kalau saya jujur kak kan, saya sering merasa engga cukup baik atau tidak cukup pintar dibandingkan teman-teman saya. Kadang, saya terlalu fokus pada kekurangan saya, seperti kurang cepat dalam memahami pelajaran tertentu atau kurang aktif di kelas karena takut kalo salah dipandang buruk atau bodoh gitulah kak. Dan juga saya insecure lebih ke fisik sih kakk, kayak ketemu temen langsung berpikir “enak ya jadi dia badannya kurus, pahanya ga lebar” begitu” (Z, Wawancara Personal, 5 November 2024)

Cuplikan wawancara 2 (Siswi) :

“..... Saya selalu coba untuk lebih ngehargai usaha udah saya coba, walaupun hasilnya mungkin tidak sebaik yang saya harepin kak. Saya tahu saya tidak bisa langsung menjadi yang terbaik, tapi saya berharap bisa lebih nerima diri saya apa adanya dan berhenti membandingkan diri dengan orang lain. Saya juga berusaha untuk lebih konsisten belajar, walaupun kadang masih merasa khawatir hasilnya tidak akan maksimal dan saya sadar juga saya tidak pandai seperti teman laen tapi kalo misalnya orang udah komen ini itu apalagi masalah fisik saya jadi males dan turun semangat” (I, Wawancara Personal, 6 November 2024).

Cuplikan wawancara 3 (Siswi) :

“...saya selalu merasa takut jika dihadapan orang banyak seperti presentasi biasanya ketika saya takut saya bisa saja salah tingkah sehingga melakukan perbuatan yang aneh selain itu saya juga sulit untuk berbicara ditempat umum apalagi sama orang baru kak, karena saya orangnya terlalu mikirin gimana pendapat orang ke saya takutnya mereka anggap saya aneh atau bodoh. Saya juga paling engga suka sama Pelajaran PJOK kak karena bajunya ngebentuk tubuh, saya engga nyaman dengan tubuh saya takut diejek jadinya sering males masuk. Kadang juga nyari alasan biar engga ikut olahraga” (N, Wawancara Personal, 6 November 2024)

Berdasarkan data wawancara siswi, tampak siswi memiliki konsep diri yang cenderung negatif. Dari pernyataan wawancara siswi N dan Z yang menyatakan bahwa takut akan dipandang aneh, bodoh, jelek, dan buruk ini sesuai dengan aspek dari konsep diri yaitu diri sosial dan diri fisik. Bagaimana individu melakukan interaksi sosial yang dimana bagian ini adalah penilaian orang lain terhadap dirinya terkait dengan kualitas interaksi interpersonal dengan lingkungan sekitarnya. Dari hal ini terlihat bahwa siswi N dan Z memiliki kualitas interaksi interpersonal yang kurang baik dimana orang lain akan menganggap kedua siswi tersebut akan muncul pandangan kurang mampu dan buruk ketika berinteraksi dengan sosial. Siswi juga menganggap fisiknya tidak sesuai dengan standar kecantikan yang ada pada lingkungannya.

Pernyataan siswi I dan Z yang menyatakan cemas karena merasa tidak cukup baik dan tidak cukup pintar atau pandai ini sesuai dengan aspek konsep diri yaitu diri pribadi. Dimana kemampuan individu untuk menggambarkan identitas dirinya sendiri baik berupa perasaan maupun persepsi terhadap kepribadiannya. Terkait sejauh mana individu merasa puas terhadap dirinya sendiri sebagai pribadi yang tepat. Terlihat bahwa siswi I dan Z kurang puas atas dirinya dan kurang bisa menerima diri sendiri apa adanya.

Siswi akan cenderung memiliki tingkah laku yang peka terhadap kritik atau penilaian seseorang, bersikap berlebihan pada tindakan yang dilakukan sehingga siswi berfikir segala tindakannya perlu mendapat apresiasi dari orang lain, merasa tidak disukai orang lain saat mendapat kritikan mengenai tubuhnya, tingkah laku tersebut akan menyebabkan seseorang penurunan kemampuan dalam

berinteraksi dengan orang lain dan kurang bersyukur atas apa yang dimilikinya. Setiap siswi memiliki konsep diri yang negatif dibandingkan siswa setelah mendapat perlakuan *body shaming* (Anwari & Hafizah, 2020). Hal ini karena ketidakpuasan yang mengakibatkan mereka mengalami ketidakstabilan emosi. Emosi dipengaruhi perasaan dan pikiran khas, suatu keadaan biologis dan psikologis, dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak (Marisa et al., 2022). Hal ini sesuai dengan pernyataan Cash & Pruzinsky (dalam Masithoh 2020) yang menyatakan bahwa ketidakpuasan pada tubuh cenderung sering terjadi pada remaja perempuan dibandingkan pada remaja laki-laki. Terdapat sekitar 40-70% remaja perempuan tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Karena standar budaya terhadap perempuan hampir tidak bisa tercapai sepenuhnya, perempuan yang menginternalisasi dan menghubungkan pencapaian standar itu sebagai identitas, mereka akan merasa malu jika tidak dapat mencapainya.

Salah satu faktor yang mempengaruhi konsep diri adalah *body shaming*. Pratama & Rahmasari (2020), menyatakan bahwa semakin kuat konsep diri individu maka individu akan tetap bahagia sehingga mampu melewati segala hal dalam hidupnya walaupun ia menjadi korban *body shaming*. Fredricson dan Robert (dalam Lestari, 2019) mengemukakan bahwa *body shaming* adalah perilaku menilai penampilan diri sendiri kemudian membandingkan dengan standar kecantikan ideal.

Body shaming didasari adanya upaya menilai tubuh yang dilakukan seseorang kepada diri sendiri dengan mengacu pada citra tubuh ideal, sehingga individu mengalami *body shame*, yakni perasaan malu akan salah satu bentuk

bagian tubuh ketika penilaian diri sendiri tidak sesuai dengan diri ideal yang diharapkan individu (Gerald Corey, 2013). Menurut Gilbert & Miles, (2002) *body shaming* merupakan pengalaman memalukan yang dipusatkan dari dalam diri orang itu sendiri yang mencakup kondisi pikiran, *perceived personality*, tingkah laku, maupun perasaan malu. Terjadinya pengalaman memalukan sebelumnya yang pernah dialami dapat dijadikan identitas diri. Menurut Vargas (2015), perilaku yang dimaksud dengan *body shaming* ialah mengkritik penampilan diri sendiri dengan menilai atau membandingkannya dengan orang lain dan mengkritik penampilan dari yang lain.

Menurut Duarte, et al. (2017) pengalaman yang di alami individu ketika kekurangan di pandang sebagai sesuatu yang negatif dirinya dari bentuk tubuhnya. McKinley dan Hyde (dalam Wahyuningtyas dkk, 2021) mengatakan bahwa *body shaming* sebagai rasa malu dan rasa bersalah yang muncul ketika penampilan seseorang tidak sesuai dengan standar budaya ideal. Karena standar budaya terhadap perempuan hampir tidak bisa tercapai sepenuhnya, perempuan yang menginternalisasi dan menghubungkan pencapaian standar itu sebagai identitas, mereka akan merasa malu jika tidak dapat mencapainya.

Korban *body shaming* dapat mengalami dampak psikologis seperti tekanan psikologis, risiko gangguan makan dan mental, dan kualitas hidup yang buruk adalah efek yang paling umum. ZAP Clinic dan Markplus, Inc melakukan survei online terhadap 6.460 perempuan di Indonesia untuk menghasilkan laporan tersebut. Selain itu menurut Menteri Sosial seperti yang di kutip Syaruddin (2018), mengatakan bahwa salah satu survei yang dia sebutkan bahwa anak usia

berusia 12-17 tahun atau siswa SMP dan SMA, 84% telah mengalami kasus *body shaming*.

Siswi cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain dikarenakan oleh adanya *body shaming*, dengan konsep diri yang positif siswi tidak akan terpaku pada standar dan hanya fokus pada pengembangan dirinya sendiri. *Body shaming* dapat memengaruhi kepribadian para korban. Mereka cenderung menjadi kehilangan kepercayaan diri karena merasa rendah diri. Syahrudin (2018) yang mengatakan bahwa di Indonesia saat ini masalah yang sangat sering terjadi di sekolah dan sudah masuk dalam kategori darurat karena adanya kasus *body shaming* yang mengakibatkan konsep diri kurang baik. Siswi lebih cenderung memiliki konsep diri yang negatif, sehingga konsep diri positif diperlukan karena siswi memiliki masa yang rentan untuk melakukan kritik diri karena *body shaming* (Neff, 2003). Untuk itu, penelitian ini ingin mengetahui Hubungan *Body Shaming* Dengan Konsep Diri Pada Siswi MAN 3 Banda Aceh.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah adalah adakah Hubungan *Body Shaming* Dengan Konsep Diri Pada Siswi MAN 3 Banda Aceh ?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan *Body Shaming* Dengan Konsep Diri Pada Siswi MAN 3 Banda Aceh.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis, sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan pemikiran bagi perkembangan keilmuan psikologi secara umum, khususnya psikologi Klinis, psikologi kepribadian, psikologi positif, dan psikologi sosial yang dapat menambah referensi ilmiah.

2. Secara praktis

- a. Bagi siswi MAN 3 Banda Aceh, penelitian ini diharapkan menjadi dukungan positif supaya mereka terhindar dari perasaan berkecil hati atau perasaan negatif lainnya.
- b. Hasil penelitian ini bisa berguna menjadi masukan bagi sekolah serta pihak-pihak yang bersangkutan sebagai pemahaman mengenai hubungan antara *body shaming* dengan konsep diri terhadap siswi.
- c. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan mampu menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya dan bisa dikembangkan menjadi lebih sempurna.

E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian disusun berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya, penelitian yang digunakan memiliki beberapa karakteristik yang relatif sama seperti tema, kajian, dan beberapa karakteristik yang berbeda.

Hasil riset dari Celine Pricilia, Desi Yoanita, Daniel Budiana (2019) “Pengaruh *Bodily Shame* di Instagram terhadap Konsep Diri Remaja Perempuan”. Berdasarkan hasil temuan yang dilakukan yang menunjukkan adanya pengaruh *body shaming* di Instagram terhadap konsep diri remaja perempuan, saran yang bisa diberikan peneliti ialah memperluas jangkuan responden seperti usia, jenis kelamin dan melakukan penelitian secara kualitatif terhadap remaja yang konsep diri negatif setelah menerima komentar *body shaming*.

Penelitian Muhammad Anwari, dkk. (2020) tentang hubungan *body shaming* dengan konsep diri remaja dipondok Pesantren Darul Hijrah Putri Martapura menunjukkan bahwa hasil analisis *statistic* hubungan antara *body shaming* dengan konsep diri mendapatkan hasil nilai korelasi sebesar 0,657 artinya kedua variabel memiliki hubungan yang kuat. Sample ditentukan dengan teknik *Simple Random Sampling* sebanyak 157 orang dari jumlah 258 orang. Ada hubungan antara *body shaming* dengan konsep diri pada remaja di Sekolah Menengah Atas Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri Martapura Tahun 2020.

Penelitian Nira Nurliani, dkk (2023) tentang Hubungan perlakuan *body shaming* dengan konsep diri pada mahasiswa sarjana keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara perlakuan *body shaming* dengan konsep diri. Teknik Sampling yang digunakan

adalah *Stratified Random Sampling* dengan perhitungan *table krecjie & morgan* dan menggunakan instrumen penelitian berupa kuesioner. Hasil didapatkan bahwa rata-rata usia responden adalah 18 – 20 tahun, sebagian besar perlakuan *body shaming* mahasiswa adalah tinggi (48.2%), sebagian besar konsep diri mahasiswa adalah baik (90.4%), maka perlakuan *body shaming* memang tinggi dan mahasiswa memiliki konsep diri yang baik.

Didalam penelitian yang dilakukan oleh Alini, dkk (2021) dengan judul “Gambaran Kejadian *Body Shaming* Dan Konsep Diri Pada Remaja Di Smkn 1 Kuok”. Jenis penelitian adalah penelitian kuantitatif dengan desain analisis deskriptif. Penelitian dilakukan pada tanggal 08 Juli 2021 dengan jumlah sampel 158 orang siswa/i di Hasil analisa univariat diperoleh 85 responden (53,8%) mengalami *body shaming* tinggi dan 89 responden (56,6%) memiliki konsep diri rendah. Diharapkan responden untuk dapat lebih meningkatkan konsep dirinya dengan mulai mencintai dirinya agar tetap bahagia, dan bagi responden yang mengalami *body shaming* lebih meningkatkan potensi yang dimiliki.

Hasil riset dari Mawarsa Ega, dkk (2023) “Hubungan Antara *Body Shaming* dengan Konsep Diri pada Siswa di SMPN 5 Kubung Saok Laweh Kabupaten Solok”. Berdasarkan hasil temuan menunjukkan bahwa ada Hubungan Yang Signifikan Antara *body shaming* dengan konsep diri Pada Siswa Di SMPN 5 Kubung Saok Laweh Kabupaten Solok. Sumbangan efektif dari variabel *body shaming* dengan konsep diri Pada Siswa Di SMPN 5 Kubung Saok Laweh Kabupaten Solok yaitu sebesar 37 %.

Keaslian penelitian ini dimaksudkan untuk menelaah penelitian yang relevan terhadap perbedaan antara penelitian yang ingin dilakukan peneliti dengan penelitian yang telah ada. Perbedaan yang didapat dari beberapa penelitian sebelumnya berupa perbedaan dalam bentuk subjek penelitian, metode penelitian, teknik analisis data dan juga lokasi penelitian. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa penelitian bersifat original, dimana belum ada yang meneliti dengan judul penelitian yang sama dengan penelitian sedang dilakukan ini.

