

BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancuh dan Persiapan

1. Orientasi Kancuh

Riset ini mencakup seluruh wilayah Indonesia dengan populasi yang tersebar di 38 provinsi, meliputi Aceh, Bali, Banten, Bengkulu, Daerah Istimewa Yogyakarta, DKI Jakarta, Gorontalo, Jambi, Jawa Barat, Jawa Tengah, Jawa Timur, Kalimantan Barat, Kalimantan Selatan, Kalimantan Tengah, Kalimantan Timur, Kalimantan Utara, Kepulauan Bangka Belitung, Kepulauan Riau, Lampung, Maluku, Maluku Utara, Nusa Tenggara Barat, Nusa Tenggara Timur, Papua, Papua Barat, Papua Barat Daya, Papua Pegunungan, Papua Selatan, Papua Tengah, Riau, Sulawesi Barat, Sulawesi Selatan, Sulawesi Tengah, Sulawesi Tenggara, Sulawesi Utara, Sumatera Barat, Sumatera Selatan, dan Sumatera Utara.

Indonesia adalah negara yang sangat beragam, dengan 38 provinsi yang memiliki latar belakang budaya, adat istiadat, dan nilai-nilai sosial yang berbeda. Standar kecantikan dan penerimaan terhadap keragaman tubuh dapat bervariasi secara signifikan dari satu daerah ke daerah lain. Oleh karena itu, riset yang mencakup seluruh provinsi akan memberikan gambaran yang lebih akurat dan representatif mengenai masalah body shaming dan dampaknya pada

remaja secara nasional, dibandingkan dengan studi yang hanya berfokus pada satu wilayah.

Data dari 38 provinsi akan memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi apakah terdapat perbedaan signifikan dalam hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada remaja di berbagai wilayah. Misalnya, apakah remaja di daerah urban memiliki taraf body shaming yang lebih parah dibandingkan dengan remaja di daerah lainnya, riset ini akan membantu memahami bagaimana faktor budaya dan geografis memengaruhi fenomena ini.

2. Persiapan Penelitian

Persiapan penelitian dilakukan dengan melalui beberapa tahapan, untuk memastikan bahwa penelitian yang dilakukan adalah penelitian yang layak. Beberapa tahapan tersebut antara lain:

a) Persiapan Administrasi

Pada tahap ini, peneliti menyiapkan seluruh kebutuhan administratif yang diperlukan untuk pelaksanaan riset secara daring. Riset dilakukan secara online, sehingga tidak memerlukan pengurusan surat izin ke instansi tertentu. Peneliti menyusun instrumen riset dalam bentuk Google form yang dilengkapi dengan informed consent sebagai bentuk persetujuan partisipan untuk berpartisipasi secara sukarela. Informed consent memuat informasi mengenai tujuan riset, hak partisipan, jaminan kerahasiaan data, serta pernyataan bahwa partisipasi

bersifat sukarela dan dapat dihentikan kapan saja. Seluruh proses persiapan dilakukan dengan tetap mengacu pada prinsip etika riset psikologi, termasuk menjaga kerahasiaan, anonimitas, dan kenyamanan partisipan selama pengisian kuisioner.

b) Persiapan Alat Ukur

Tahap selanjutnya yang dilakukan adalah dengan mempersiapkan instrumen penelitian yang akan digunakan, dimana peneliti menggunakan dua skala pada penelitian ini, yaitu skala citra tubuh dan skala kepercayaan diri.

1) Skala citra tubuh

Riset ini menerapkan skala Citra Tubuh yang dimodifikasi oleh peneliti berdasarkan riset Wiranatha (2015) yang mengacu pada teori citra tubuh yang dikemukakan oleh Cash, dan Pruzinsky (2002). Sebelum digunakan, peneliti terlebih dahulu menghubungi penulis asli melalui email untuk memperoleh izin penggunaan dan modifikasi instrumen. Modifikasi dilakukan pada sebagian aitem dengan menyesuaikan bahasa, konteks pernyataan dan menambahkan 3 aitem agar sesuai dengan karakteristik subjek dan kebutuhan riset ini, tanpa mengubah makna dari yang diukur. Skala Citra tubuh yang digunakan terdiri dari 43 aitem pernyataan, yang mencakup 22 aitem favorable dan 21 aitem unfavorable. Kriteria penilaian untuk pilihan jawaban adalah: Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak

Sesuai (TS), Netral (N), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS).

2) Skala kepercayaan diri

Skala Riset ini menerapkan skala yang dimodifikasi oleh peneliti berdasarkan riset kepercayaan diri oleh (Astuti, 2024) yang mengacu pada teori kepercayaan diri dari Lauster (2002). Sebelum digunakan, peneliti terlebih dahulu menghubungi penulis asli melalui email untuk memperoleh izin penggunaan dan modifikasi instrumen. Modifikasi dilakukan pada sebagian aitem dengan menyesuaikan bahasa dan konteks pernyataan agar relevan dengan karakteristik subjek riset serta tujuan pengukuran, tanpa mengubah makna dari yang diukur. Skala kepercayaan diri yang digunakan terdiri dari 40 aitem pernyataan, yang mencakup 20 aitem favorable dan 20 aitem unfavorable. Kriteria penilaian untuk pilihan jawaban adalah: Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Netral (N), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS).

c) Uji Coba Alat Ukur Penelitian

Tahap selanjutnya yang dilakukan sebelum pengambilan data yaitu try out atau uji coba instrumen. Uji coba dilakukan untuk memastikan validitas dan reliabilitas skala sebelum digunakan dalam pengambilan data utama. Tahap awal dimulai dengan uji validitas isi (expert judgement) terhadap indikator dan aitem yang dilakukan oleh 8 rater. Rater tersebut memiliki

kualifikasi minimal lulusan S1, setelah mengirimkan instrumen kepada rater melalui spreadsheets, peneliti menunggu balasan berupa penilaian dan saran perbaikan hingga seluruh rater memberikan tanggapan. Setelah tahap penilaian oleh rater selesai dan aitem telah direvisi sesuai masukan, proses dilanjutkan dengan try out skala. Try out dilaksanakan pada tanggal 1 Juli – 5 Juli 2025 dengan jumlah responden sebanyak 55 orang yang sesuai dengan kriteria riset. Responden diperoleh melalui penyebaran tautan kuesioner secara daring dan peneliti menunggu respon balasan hingga jumlah responden terpenuhi.

d) Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas Skala

Berdasarkan hasil analisis uji validitas dan reliabilitas dari kedua alat ukur maka diperoleh hasil sebagai berikut:

1) Skala Citra Tubuh

Hasil uji validitas indikator pada skala Citra Tubuh mengungkapkan bahwa tidak ada indikator yang gugur karena indikator memiliki nilai aiken's V lebih dari 0,70 dimana nilai validitas bergerak dari 0,80 – 1.00. Sedangkan uji validitas aitem skala citra tubuh mengungkapkan bahwa dari 43 aitem pernyataan dinyatakan tidak ada aitem yang gugur karena 43 aitem memiliki nilai aiken's V lebih besar dari 0,70 dimana nilai indeks aiken's V bergerak dari 0,80 hingga 1.00. Koefisien validitas tersebut diperoleh dari nilai yang diberikan oleh rater

yang kemudian dihitung menerapkan rumus aikens'V.

Berdasarkan dari nilai tersebut maka semua aitem dan indikator dinyatakan valid dan layak untuk digunakan dalam uji coba skala riset. Selanjutnya Uji coba reliabilitas pada skala citra tubuh terdapat aitem yang berjumlah 43 aitem. Pada uji putaran pertama, terdapat 19 aitem yang gugur yaitu aitem 1,4,5,6,7,10,12,14,19,22,23,25,28,29,30,31,32,,38,40.

Selanjutnya dilakukan uji putaran kedua terdapat 4 aitem yang gugur yaitu aitem nomor 16,20,35,15. Selanjutnya dilakukan uji putaran ketiga pada uji putaran terakhir tidak ada aitem yang gugur.

Jumlah akhir aitem skala citra tubuh yang digunakan dalam riset ini berjumlah 20 aitem yang tersisa. Daya diskriminasi aitem bergerak dari 0,416 – 0,846 dengan koefisien (α)= 0,937 yang berarti bahwa skala citra tubuh ini memiliki reliabilitas yang baik. Berikut tabel blue print citra tubuh setelah dilakukan uji coba

Tabel 4. 1 *Blueprint* Citra Tubuh

| Aspek | <i>Favorable</i> | <i>Unfavorable</i> | Jumlah |
|--------------------------------|-------------------------|----------------------------------|---------------|
| Evaluasi Penampilan | 2 *1, 24 *2 | 9 *9, 18 10*, 34 *11 | 5 |
| Orientasi Penampilan | | 8 *12, 21 *13 | 2 |
| Kepuasan terhadap bagian tubuh | 11 *3, 39*5, 33*4 | 3 *14, 13 *14, 36 *16, 42 *17 | 7 |
| Kecemasan Menjadi Gemuk | 17 *6 | 37 *18, 27 *19 | 3 |
| Pengkategorian Tubuh | 26 *7, 41 *8 | 43 *20 | 3 |
| Jumlah | 8 | 12 | 20 |

2) Skala Kepercayaan diri

Pada skala Kepercayaan diri peneliti melakukan uji validitas indikator dan uji validitas aitem. Hasil uji validitas indikator pada skala kepercayaan diri mengungkapkan bahwa tidak ada indikator yang gugur karena indikator memiliki nilai aikens'V lebih dari 0,70 dimana nilai validitas bergerak dari 0,80 – 1.00, Sedangkan uji validitas aitem skala kepercayaan diri mengungkapkan bahwa dari 40 aitem pernyataan dinyatakan tidak ada aitem yang gugur karena 40 aitem memiliki nilai aikens'V lebih besar dari 0,70 dimana nilai indeks aikens'V bergerak dari 0,80 hingga 1.00.

Koefisien validitas tersebut diperoleh dari nilai yang diberikan oleh expert yang kemudian dihitung menerapkan rumus aikens'V. Berdasarkan dari nilai tersebut maka semua aitem dan indikator dinyatakan valid dan layak untuk digunakan dalam uji coba skala riset. Selanjutnya Uji coba reliabilitas pada skala Kepercayaan diri terdapat aitem yang berjumlah 40 aitem. Pada uji putaran pertama, terdapat 5 aitem yang gugur yaitu aitem nomor 7,9,19,27,31. Selanjutnya dilakukan uji putaran kedua tidak ada lagi aitem yang gugur.

Jumlah akhir aitem skala kepercayaan diri yang digunakan dalam riset ini berjumlah 35 aitem yang tersisa. Daya diskriminasi aitem bergerak dari 0,441 – 0,812 dengan koefisien

(α)= 0,957 yang berarti bahwa skala kepercayaan diri ini memiliki reliabilitas yang baik. Berikut tabel blue print skala kepercayaan diri setelah dilakukan uji coba.

Tabel 4. 2 *Blueprint* Kepercayaan diri

| Aspek | <i>Favorable</i> | <i>Unfavorable</i> | Jumlah |
|-------------------------------|------------------------------------|-----------------------------|---------------|
| Keyakinan akan kemampuan Diri | 1, 10 *8, 20 *17, 30 *26 | 6, 15*13, 25 *22, 35 *30 | 8 |
| Optimis | 16*14, 26*23, 36 *31, 40*35 | 2, 11*9, 21*18 | 7 |
| Obyektif | 3, 12 *10, 22*19, 32 *27 | 17*15, 37*32 | 6 |
| Bertanggung Jawab | 8 *7, 18 *16, 28 *24, 38 *33 | 4, 13*11, 23*20, 33 *28 | 8 |
| Rasional dan Irasional | 5, 14 *12, 24 *21, 34*29 | 29 *25, 39 *34 | 6 |
| Jumlah | 20 | 15 | 35 |

B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Peneliti mulai melaksanakan pengambilan data pada tanggal 24 Juli 2025 sampai tanggal 02 Agustus 2025. Kriteria pada riset ini adalah laki-laki dan perempuan remaja dengan usia 10- 18 tahun yang mengalami body shaming. Responden yang didapat sebanyak 119. Proses pengumpulan data dilaksanakan secara online dengan memanfaatkan platform Google form sebagai media utama. Google form yang disiapkan untuk responden yang mencakup beberapa bagian penting. Dimulai dengan pernyataan kesediaan dari calon responden untuk berpartisipasi, dilanjutkan dengan pengisian identitas responden guna keperluan riset.

Setelah itu, responden diminta untuk mengisi bentuk body shaming yang pernah dialami, skala citra tubuh, diikuti oleh skala kepercayaan diri. Selanjutnya, Google form ini disebarluaskan secara luas kepada calon responden melalui berbagai platform media sosial, seperti WhatsApp, Instagram, dan TikTok. Strategi penyebaran melalui berbagai media sosial ini bertujuan untuk menjangkau sampel yang lebih luas dan beragam. Google form tersebut juga berisi penjelasan mengenai bagaimana cara subjek mengisi pernyataan-pernyataan yang ada. Peneliti juga selalu memantau jumlah responden yang mengisi sehingga diketahui bahwa responden yang dibutuhkan terpenuhi.

C. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Responden Penelitian

Data yang diperoleh peneliti melalui penyebaran kuesioner daring menggunakan Google form mengungkapkan bahwa jumlah responden yang berpartisipasi dan mengisi kuesioner adalah sebanyak 119 orang. Gambaran mengenai responden riset dapat dilihat melalui tabel berikut ini:

Tabel 4. 3 Deskripsi Responden Berdasarkan Usia

| Remaja | Usia | Persentase (%) |
|---------------|-------------|-----------------------|
| Awal | 10-13 | 24% |
| Tengah | 14-16 | 56% |
| Akhir | 17-18 | 20% |
| Total | 119 | 100% |

Berdasarkan tabel di atas mengenai data responden riset berdasarkan usia, dapat diketahui bahwa Responden terbanyak yaitu pada taraf remaja Tengah Masa ini adalah periode krusial dalam perkembangan, di mana mereka menghadapi tantangan biologis, psikologis, dan sosial yang unik. Remaja pertengahan sedang terletak di puncak pubertas, di mana perubahan fisik terjadi sangat cepat dan seringkali tidak seragam. Beberapa remaja mungkin mengalami lonjakan pertumbuhan, sementara yang lain mungkin bertambah berat badan atau mengembangkan jerawat. Perbedaan ini bisa menjadi sasaran empuk untuk komentar negatif atau ejekan dari teman sebaya.

Pada usia ini, remaja juga sangat mementingkan penerimaan sosial. Mereka berusaha keras untuk "cocok" dengan standar kelompok teman sebaya. Ketika penampilan fisik mereka tidak sesuai dengan norma kelompok—misalnya, terlalu kurus, terlalu gemuk, atau memiliki ciri fisik yang berbeda—mereka bisa merasa terasing dan menjadi target body shaming. Ejekan tersebut bisa digunakan oleh pelaku sebagai cara untuk mengungkapkan kekuasaan atau menaikkan status sosial mereka di dalam kelompok. Remaja pertengahan sedang dalam proses intensif untuk mencari dan membangun identitas diri mereka.

Mereka seringkali merasa bingung dan tidak aman dengan siapa mereka. Komentar negatif tentang tubuh mereka langsung menyerang inti dari identitas yang sedang mereka bangun. Hal ini dapat

menghancurkan harga diri dan menciptakan citra diri yang sangat negatif. Pada usia 14-16 tahun, penggunaan media sosial terletak di puncaknya. Platform seperti Instagram dan TikTok menampilkan citra tubuh yang seringkali tidak realistis dan disempurnakan. Remaja cenderung membandingkan diri mereka dengan standar yang tidak mungkin dicapai ini, membuat mereka lebih rentan terhadap ketidakpuasan tubuh.

Selain itu, media sosial menjadi tempat utama bagi body shaming karena anonimitas dan kemudahan untuk berkomentar. Secara keseluruhan, gabungan antara perubahan fisik yang tidak stabil, tekanan sosial yang kuat untuk diterima, proses pencarian identitas yang rentan, dan pengaruh masif media sosial membuat remaja pertengahan menjadi kelompok usia yang paling berisiko menjadi korban body shaming

Tabel 4. 4 Deskripsi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

| Jenis Kelamin | N | Persentase (%) |
|----------------------|------------|-----------------------|
| Laki-laki | 49 | 41% |
| Perempuan | 70 | 59% |
| Total | 119 | 100% |

Berdasarkan tabel di atas mengenai data responden riset berdasarkan jenis kelamin, dapat diketahui bahwa responden dengan jenis kelamin laki-laki yang mengisi kuesioner berjumlah 49 orang dengan persentase 41%. Kemudian responden dengan jenis kelamin Perempuan yang mengisi kuesioner berjumlah 70 orang dengan persentase 59%.

Tabel 4. 5 Deskripsi Responden Berdasarkan Provinsi

| Provinsi | N | Persentase (%) |
|----------------------|------------|-----------------------|
| Aceh | 3 | 2,5% |
| Bali | 4 | 3,3% |
| Banten | 6 | 5% |
| Bengkulu | 4 | 3,3% |
| DIY | 6 | 5% |
| DKI Jakarta | 4 | 3,3% |
| Gorontalo | 4 | 3,3% |
| Jambi | 4 | 3,3% |
| Jawa Barat | 14 | 11,7% |
| Jawa Tengah | 8 | 6,7% |
| Jawa Timur | 8 | 6,7% |
| Kalimantan Barat | 6 | 5% |
| Kalimantan Timur | 1 | 0,8% |
| Kalimantan Selatan | 1 | 0,8% |
| Kalimantan Tengah | 2 | 1,6% |
| Kalimantan Utara | 1 | 0,8% |
| Kep. Bangka Belitung | 1 | 0,8% |
| Kep. Riau | 2 | 1,6% |
| Lampung | 4 | 3,3% |
| Maluku | 3 | 2,5% |
| Maluku Utara | 2 | 1,6% |
| NTB | 2 | 1,6% |
| NTT | 2 | 1,6% |
| Papua | 1 | 0,8% |
| Papua Barat | 2 | 1,6% |
| Papua Barat Daya | 1 | 0,8% |
| Papua Pegunungan | 2 | 1,6% |
| Papua Selatan | 2 | 1,6% |
| Papua Tengah | 1 | 0,8% |
| Riau | 3 | 2,5% |
| Sulawesi Barat | 2 | 1,6% |
| Sulawesi Selatan | 3 | 2,5% |
| Sulawesi Tengah | 2 | 1,6% |
| Sulawesi Tenggara | 2 | 1,6% |
| Sulawesi Utara | 2 | 1,6% |
| Sumatra Barat | 2 | 1,6% |
| Sumatra Selatan | 1 | 0,8% |
| Sumatra Utara | 1 | 0,8% |
| Total | 119 | 100% |

Berdasarkan tabel di atas mengenai data responden riset berdasarkan provinsi. Mayoritas responden dalam riset ini berdomisili di Jawa Barat, sebanyak 14 orang atau sekitar 11,7% dari total 119 subjek. Sedangkan responden terbanyak selanjutnya terletak di Jawa Tengah dan Jawa Timur masing-masing provinsi berjumlah 8 orang, setara dengan 6,7% dan Banten dan DIY Masing-masing provinsi berjumlah 6 orang 3,3%. Dengan demikian, komposisi sampel sangat didominasi oleh orang yang terletak di Pulau Jawa khususnya Jawa Barat.

Jawa Barat, khususnya kota-kota besar seperti Bandung dan Bekasi, merupakan pusat budaya populer dan industri kreatif. Remaja di sini sangat terpapar pada media sosial, influencer, dan tren mode terkini. Paparan ini bisa meningkatkan tekanan untuk memenuhi standar kecantikan yang ketat dan sering kali tidak realistis. Standar ini bisa meliputi kulit putih, tubuh ramping, dan fitur wajah tertentu, yang secara tidak langsung mendorong praktik body shaming bagi mereka yang tidak memenuhi kriteria tersebut. Lingkungan sekolah dan pergaulan menjadi arena utama terjadinya body shaming (Kanda&Oktaviani, 2024).

Di Jawa Barat, seperti di daerah urban lainnya, interaksi sosial remaja sangat dinamis. Persaingan, baik dalam hal penampilan, prestasi, maupun popularitas, bisa menjadi pemicu body shaming. Komentar tentang berat badan, tinggi badan, atau warna kulit bisa menjadi cara bagi remaja untuk mengungkapkan dominasi atau sekadar "bercanda" tanpa menyadari dampaknya. Pada usia remaja, terutama remaja pertengahan

(14-16 tahun), individu sedang mengalami masa pencarian jati diri. Mereka sangat sensitif terhadap pendapat orang lain dan rentan terhadap kritik. Kondisi psikologis yang belum stabil ini membuat mereka lebih mudah terpengaruh oleh ejekan terkait fisik. Kurangnya edukasi mengenai kesehatan mental dan penerimaan diri juga bisa memperburuk situasi (Kanda&oktaviani, 2024).

Tabel 4. 6 Bentuk *Body Shaming*

| Bentuk <i>Body Shaming</i> | N | Presentase |
|-----------------------------------|------------|-------------------|
| Gendut | 18 | 15% |
| Warna Kulit | 20 | 19,4% |
| Kecil | 9 | 7% |
| Pendek | 10 | 8% |
| Kurus | 15 | 12% |
| Jerawatan | 17 | 14% |
| Gigi Tonggos | 7 | 5% |
| Hidung Pesek | 11 | 9% |
| Rambut Kriting | 12 | 10 % |
| Total | 119 | 100% |

Berdasarkan tabel di atas mengenai data responden riset berdasarkan bentuk body shaming. Mayoritas mereka mengalami body shaming terkait warna kulit terdapat 20 responden dengan presentase 19,5%, disusul terkait bentuk tubuh(Gendut) terdapat 18 responden dengan presentase 15% dan Kulit yang berjerawat terdapat 17 responden dengan presentase 14%. Orang yang gemuk atau memiliki berat badan lebih sering menjadi korban body shaming karena standar kecantikan yang dominan saat ini mengagungkan tubuh kurus. Media, model, dan budaya populer secara konsisten mempromosikan citra

tubuh ramping sebagai simbol kesehatan, disiplin, dan daya tarik (Yolanda, 2022).

Di banyak negara, termasuk Indonesia, standar kecantikan kolonial yang mengutamakan kulit putih masih sangat kuat. Hal ini menyebabkan orang dengan kulit gelap lebih rentan terhadap kritik dan komentar negatif. Dan erawat seringkali dikaitkan dengan ketidaksempurnaan atau kurangnya kebersihan, meskipun sebenarnya disebabkan oleh faktor genetik, hormonal, dan gaya hidup. Di era media sosial, di mana citra sempurna sangat diagungkan, jerawat dianggap sebagai "kekurangan" yang harus disembunyikan (Sakinah, 2018).

2. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian diperlukan guna mengetahui data yang diperoleh peneliti dalam penelitian ini sehingga mempermudah peneliti dalam menginterpretasikan data tersebut.

Tabel 4. 7 Deskripsi Data Penelitian

| Variabel | Statistik | Hipotetik | Empirik |
|------------------|-----------------|-----------|---------|
| Citra Tubuh | Xmin | 20 | 43 |
| | Xmax | 100 | 82 |
| | Mean | 60 | 62 |
| | Standar Deviasi | 13 | 8 |
| Kepercayaan Diri | Xmin | 35 | 93 |
| | Xmax | 175 | 167 |
| | Mean | 105 | 123 |
| | Standar Deviasi | 23 | 15 |

Keterangan:

Skor hipotetik: diperoleh dari skala

Skor empirik: diperoleh dari hasil penelitian

Data riset tersebut selanjutnya digunakan untuk perhitungan dalam kategorisasi. Kategorisasi diperlukan untuk mengetahui sebaran tinggi rendahnya masing-masing variabel pada subjek riset. Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa skor pada skala citra tubuh mengungkapkan nilai mean (rata-rata) sebesar 62 dengan standar deviasi sebesar 8. Sementara itu, skor pada skala kepercayaan diri mean yang ditunjukkan sebesar 123 dengan standar deviasi sebesar 15. Kedua skor ini merupakan hasil dari total skor yang diperoleh masing-masing responden dalam menjawab seluruh item pada kedua skala tersebut.

Tabel 4. 8 Rumus Norma Kategoria

| No | Kategorisasi | Rumus Norma |
|----|---------------|--|
| 1 | Sangat Rendah | $X < \mu - 1,8 \sigma$ |
| 2 | Rendah | $\mu - 1,8 \sigma \leq X < \mu - 0,6 \sigma$ |
| 3 | Sedang | $\mu - 0,6 \sigma \leq X < \mu + 0,6 \sigma$ |
| 4 | Tinggi | $\mu + 0,6 \sigma \leq X < \mu + 1,8 \sigma$ |
| 5 | Sangat Tinggi | $X > \mu + 1,8 \sigma$ |

Keterangan:

X: Skor Total

M: Mean

σ : Standar Deviasi

Berdasarkan rumus norma kategorisasi di atas, maka Langkah selanjutnya adalah mengkategorisasikan responden kedalam empat kategorisasi tersebut, sehingga diperoleh hasil berikut:

Tabel 4. 9 Persentil Untuk Kategorisasi Tiap Variabel

| Kategorisasi | Citra Tubuh | Kepercayaan Diri |
|---------------|----------------------|------------------------|
| Sangat Rendah | $X < 36,1$ | $X < 63,1$ |
| Rendah | $36,1 \leq X < 52,1$ | $63,1 \leq X < 91,1$ |
| Sedang | $52,1 \leq X < 67,9$ | $91,1 \leq X < 118,9$ |
| Tinggi | $67,9 \leq X < 83,9$ | $118,9 \leq X < 146,9$ |
| Sangat Tinggi | $X > 83,9$ | $X > 146,9$ |

Tabel 4. 10 Kategorisasi Data Penelitian Tiap Variabel

| Kategorisasi | Citra Tubuh | | Kepercayaan Diri | |
|---------------|-------------|---------------|------------------|---------------|
| | Frekuensi | Persentase(%) | Frekuensi | Persentase(%) |
| Sangat Rendah | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Rendah | 15 | 12,6 | 0 | 0 |
| Sedang | 76 | 63,8 | 45 | 37,8 |
| Tinggi | 28 | 23,5 | 67 | 56,3 |
| Sangat Tinggi | 0 | 0 | 7 | 5,8 |
| Total | 119 | 100 | 119 | 100 |

Hasil kategorisasi data pada variabel citra tubuh mengungkapkan bahwa 76 responden (63,8%) terletak pada taraf sedang, 28 responden (23,5%) masuk taraf tinggi, dan 15 responden (12,6%) termasuk taraf rendah. Temuan ini mengindikasikan bahwa mayoritas subjek memiliki citra tubuh pada taraf sedang. Sementara itu, pada variabel kepercayaan diri diperoleh hasil bahwa 45 responden (37,8%) terletak pada taraf sedang, 67 responden (56,3%) pada taraf tinggi, dan 7 responden (5,8%) masuk taraf sangat tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa rata-rata responden memiliki taraf kepercayaan diri yang tergolong tinggi.

3. Uji Asumsi

Uji asumsi yang dilakukan meliputi uji normalitas dan uji linearitas. Uji asumsi dilakukan dengan menggunakan SPSS 20.

a) Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan SPSS 20 menggunakan *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test*, apabila nilai $\text{sig.} > 0,05$ maka dapat dikatakan bahwa data terdistribusi normal (Azwar, 2020).

Tabel 4. 11 Hasil Uji Normalitas One Sample Kolmogorov Smirnov

| Variabel | Sig. | Interpretasi |
|------------------|-------|--------------|
| Citra Tubuh | 0.034 | Tidak Normal |
| Kepercayaan Diri | 0.200 | Normal |

Berdasarkan hasil uji normalitas yang telah dilakukan diketahui bahwa data pada variabel citra tubuh memiliki nilai $p = 0,034$, $< 0,05$ dan variabel kepercayaan diri memiliki nilai $p = 0,200$, $> 0,05$ Sehingga dapat disimpulkan bahwa distribusi data pada variabel citra tubuh tidak berdistribusi normal, sedangkan data pada variabel kepercayaan diri terdistribusi normal. Sehingga hasil yang didapatkan tidak normal mengidentifikasi bahwa sampel data Anda tidak mewakili seluruh populasi dengan distribusi normal. dengan menerapkan uji non parametrik. (Hidayat, Yulianti & Sam, 2018).

b) Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan menggunakan SPSS 20. Kedua variabel dapat dikatakan berhubungan linear jika nilai p dari nilai *deviation form linearity* lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$) (Azwar, 2020).

Tabel 4. 12 Hasil Uji Linearitas

| Variabel | Sig. Linearty | Sig. Deviation From Linearity | Interpretasi |
|----------------------------------|------------------|--|--------------|
| Citra Tubuh- Kepercayaan Diri | 0,754 | 0,820 | Linear |

Berdasarkan dari hasil uji linearitas diatas, antara variabel citra tubuh dan kepercayaan diri, diperoleh nilai signifikansi dua variabel pada baris $F=0,754$. Dimana nilai $p>0,05$ dan pada nilai $p= 0,820$ dimana $p > 0,05$. Hal tersebut mengungkapkan bahwa variabel citra tubuh dan kepercayaan diri dikatakan linear karena mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara kedua variabel tersebut.

4. Uji Hipotesis

Uji asumsi yang telah dilakukan mendapatkan hasil bahwa variabel citra tubuh dan kepercayaan diri tidak terdistribusi secara normal. Namun Ketika dilakukan uji linearitas pada kedua variable tersebut, terdapat hubungan yang linier antara citra tubuh dengan kepercayaan diri. Uji hipotesis dalam riset ini dilakukan menerapkan korelasi Spearman's rho karena data tidak berdistribusi normal.

Tabel 4. 13 Hasil Uji Hipotesis

| Variabel | Correlation Coefficient | Sig. (2-tailed) | Interpretasi |
|-------------------------------------|--------------------------------|------------------------|---------------------|
| Citra tubuh dengan Kepercayaan Diri | 0.113 | 0,221 | Tidak Diterima |

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang diperoleh pada tabel di atas menerapkan teknik korelasi Spearman rho, diperoleh nilai $r=0,113$ dengan nilai signifikansi $p = 0,221$, $p >0,05$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel. Menurut Sugiono (2018) mengusulkan kriteria koefisien korelasi, yang digunakan untuk menafsirkan taraf koefisien

korelasi, yang digunakan untuk menafsirkan taraf koefisien korelasi dalam riset, kriteria tersebut diantaranya:

Tabel 4. 14 Kategorisasi Koefisien Korelasi

| Interval Koefisien | Tingkat Hubungan |
|---------------------------|-------------------------|
| 0,00 – 0,25 | Sangat Lemah |
| 0,26– 0,50 | Cukup |
| 0,51 – 0,75 | Kuat |

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang diperoleh pada tabel di atas menerapkan teknik korelasi Spearman rho, diperoleh nilai korelasi sebesar 0,113 dengan nilai signifikansi $p = 0,221$, yang artinya $p > 0,05$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara kedua variable. Artinya, meskipun secara arah korelasi mengungkapkan bahwa semakin tinggi citra tubuh maka kepercayaan diri individu juga meningkat, namun hubungan tersebut tidak cukup kuat secara statistik untuk dijadikan sebagai prediktor yang meyakinkan. Temuan ini mengungkapkan bahwa hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri tidak ada hubungan yang signifikan.

5. Uji Analisis Tambahan

Peneliti menganalisis perbedaan antara jeni kelamin subjek laki-laki dan perempuan. Analisis yang digunakan peneliti adalah Mann-Whitney yang mendapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 4. 15 Uji Analisis Tambahan

| Jenis Kelamin | Citra Tubuh | | Kepercayaan Diri | |
|---------------|-------------|-------|------------------|-------|
| | Mean | P | Mean | P |
| Laki-Laki | 61,64 | 0,718 | 121,02 | 0,571 |
| Perempuan | 63,33 | 0,718 | 125,75 | 0,571 |

Berdasarkan hasil uji Mann-Whitney terhadap 119 responden, diperoleh nilai sign (p) untuk variabel citra tubuh sebesar 0,718 dan untuk kepercayaan diri sebesar 0,571. Kedua nilai ini $p > 0,05$, yang berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara laki laki dan perempuan dalam variabel citra tubuh maupun kepercayaan diri. Jadi dapat disimpulkan, baik laki-laki maupun perempuan mengungkapkan taraf citra tubuh dan kepercayaan diri yang tidak berbeda secara statistik. Ini mengungkapkan bahwa jenis kelamin tidak memengaruhi taraf citra tubuh maupun kepercayaan diri pada responden remaja korban body shaming.

D. Pembahasan

Riset ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja korban body shaming. Responden yang digunakan dalam riset ini yaitu remaja yang mengalami body shaming. Masa remaja, sebagaimana dijelaskan oleh Menurut Hurlock (2003), awal masa remaja berlangsung dari 10-13 tahun, usia 14-16 tahun remaja pertengahan dan akhir masa remaja bermula dari usia 17-18 tahun, yaitu usia matang secara hukum dan remaja dengan rentang usia 10-18 tahun didefinisikan oleh United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) atau Dana Anak-anak Perserikatan Bangsa-

Bangsa. Definisi ini sering digunakan dalam konteks program-program kemanusiaan dan pengembangan yang menargetkan anak-anak dan remaja di seluruh dunia.

Pada tahap ini, remaja menurut Suryana (2022) menyatakan bahwa remaja mengalami serangkaian perubahan yang sangat signifikan dan mendalam, baik dari segi fisik, hormonal, maupun dalam pematangan organ reproduksi, yang semuanya merupakan bagian dari proses biologis yang terjadi secara bertahap namun penuh dengan dinamika. Sebelum melakukan uji korelasi spearman rho, uji prasyarat yang meliputi uji normalitas dan linearitas dilakukan untuk memastikan apakah ada hubungan yang linear antara variabel dependen dan independen dalam riset. Berdasarkan data yang diperoleh, subjek riset yang memenuhi kriteria berjumlah 119 individu, terdiri dari 49 laki-laki dan 70 perempuan dengan rentang usia 10-18 tahun.

Dari keseluruhan responden, rentang usia remaja tengah merupakan kelompok yang paling mendominasi. Usia tersebut termasuk dalam masa ini adalah periode krusial dalam perkembangan, di mana mereka menghadapi tantangan biologis, psikologis, dan sosial yang unik. Remaja pertengahan sedang terletak di puncak pubertas, di mana perubahan fisik terjadi sangat cepat dan seringkali tidak seragam. Beberapa remaja mungkin mengalami lonjakan pertumbuhan, sementara yang lain mungkin bertambah berat badan atau mengembangkan jerawat. Perbedaan ini bisa menjadi sasaran empuk untuk komentar negatif atau ejekan dari teman

sebaya. Pada usia ini, remaja juga sangat mementingkan penerimaan sosial. Mereka berusaha keras untuk "cocok" dengan standar kelompok teman sebaya (Harmayanti, 2022).

Mengenai data responden riset berdasarkan bentuk body shaming. Mayoritas mereka mengalami body shaming terkait warna kulit terdapat 20 responden dengan presentase 19,5%, disusul terkait bentuk tubuh(Gendut) terdapat 18 responden dengan presentase 15% dan Kulit yang berjerawat terdapat 17 responden dengan presentase 14%. Orang yang gemuk atau memiliki berat badan lebih sering menjadi korban body shaming karena standar kecantikan yang dominan saat ini mengagungkan tubuh kurus. Media, model, dan budaya populer secara konsisten mempromosikan citra tubuh ramping sebagai simbol kesehatan, disiplin, dan daya tarik (Yolanda, 2022).

Di banyak negara, termasuk Indonesia, standar kecantikan kolonial yang mengutamakan kulit putih masih sangat kuat. Hal ini menyebabkan orang dengan kulit gelap lebih rentan terhadap kritik dan komentar negatif. Dan erawat seringkali dikaitkan dengan ketidaksempurnaan atau kurangnya kebersihan, meskipun sebenarnya disebabkan oleh faktor genetik, hormonal, dan gaya hidup. Di era media sosial, di mana citra sempurna sangat diagungkan, jerawat dianggap sebagai "kekurangan" yang harus disembunyikan (Sakinah, 2018).

Sakinah (2018) Ketika penampilan fisik mereka tidak sesuai dengan norma kelompok misalnya, terlalu kurus, terlalu gemuk, atau memiliki ciri

fisik yang berbeda mereka bisa merasa terasing dan menjadi target body shaming. Ejekan tersebut bisa digunakan oleh pelaku sebagai cara untuk mengungkapkan kekuasaan atau menaikkan status sosial mereka di dalam kelompok. Remaja pertengahan sedang dalam proses intensif untuk mencari dan membangun identitas diri mereka. Mereka seringkali merasa bingung dan tidak aman dengan siapa mereka. Komentar negatif tentang tubuh mereka langsung menyerang inti dari identitas yang sedang mereka bangun.

Hal ini dapat menghancurkan harga diri dan menciptakan citra diri yang sangat negatif bagi korban body shaming karena anonimitas dan kemudahan untuk berkomentar. Secara keseluruhan, gabungan antara perubahan fisik yang tidak stabil, tekanan sosial yang kuat untuk diterima, proses pencarian identitas yang rentan, dan pengaruh masif media sosial membuat remaja pertengahan menjadi kelompok usia yang paling berisiko menjadi korban body shaming. Hal ini sejalan dengan temuan Ningsih, Hudaniah dan Rokhmah (2023) Remaja adalah seorang yang telah terletak pada tahap transisi menuju masa dewasa, sehingga seharusnya remaja memperbanyak pengetahuan dan membentuk pribadi pada dirinya agar dapat memiliki body image yang positif juga terhindar dari perilaku body shaming, namun tidak semua remaja mengerti pentingnya hal tersebut .

Berdasarkan data riset sebelumnya, dari 119 responden yang memenuhi kriteria, mayoritas berasal dari Provinsi Jawa Barat, sebanyak 14 orang atau sekitar 11,7% dari total 119 subjek. Sedangkan responden

terbanyak selanjutnya terletak di Jawa Tengah dan Jawa Timur masing-masing provinsi berjumlah 8 orang, setara dengan 6,7% dan Banten dan DIY Masing-masing provinsi berjumlah 6 orang 3,3%. Temuan ini konsisten dengan hasil riset Dumbi dan Djuwita (2023) Studi tersebut menemukan bahwa efek perbandingan sosial dan dorongan kompetitif terhadap citra tubuh berbeda secara signifikan antara siswa yang terletak di lingkungan perkotaan dan pedesaan (Kanda & Oktaviani, 2024).

Di lingkungan urban, menurut Sakinah (2018) di mana persaingan akademis dan harapan sosial tinggi, citra tubuh justru berperan penting dalam menyeimbangkan tekanan tersebut mengungkapkan bahwa remaja di kota besar seperti Jakarta cenderung mengembangkan kepercayaan diri yang lebih kuat dalam menghadapi tantangan sosial dan akademik. Dengan demikian, lingkungan kota besar yang dicirikan oleh tantangan kompetitif, ekspektasi sosial, dan kebutuhan adaptasi yang tinggi berkontribusi terhadap terbentuknya citra tubuh yang lebih kuat. Temuan ini menambah kedalaman interpretasi hubungan positif antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja korban body shaming.

Berdasarkan data yang telah dihasilkan mengungkapkan bahwa hasil uji normalitas skala citra tubuh memperoleh taraf signifikansi $0,034 < 0,05$ dan variabel kepercayaan diri memiliki nilai signifikansi sebesar $0,200 > 0,05$ Sehingga dapat disimpulkan bahwa distribusi data pada variabel citra tubuh tidak berdistribusi normal. Hasil uji normalitas mengungkapkan bahwa data tidak terdistribusi secara normal. Kondisi ini

dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti adanya potensi bias atau karena perolehan subjek yang kurang merata antara laki - laki dan perempuan. Implikasi dari data yang tidak terdistribusi normal adalah perlunya penggunaan analisis statistik non-parametrik.

Dalam konteks ini, Susandri (2016) menjelaskan bahwa hasil analisis non-parametrik tidak dapat digeneralisasikan secara luas pada populasi yang lebih besar. Pendapat ini sejalan dengan Mishra (2019) yang juga menegaskan bahwa data yang tidak terdistribusi normal tidak mampu merepresentasikan karakteristik populasi secara keseluruhan. Artinya, interpretasi hasil analisis dalam riset ini terbatas pada pemahaman sifat atau keadaan yang ada dalam kelompok subjek yang diteliti saja, bukan pada populasi yang lebih luas. Pada hasil uji linearitas, antara variabel citra tubuh dan kepercayaan diri , diperoleh nilai signifikansi dua variabel pada baris Linearity sebesar 0,754 Dimana nilai $p > 0,05$ dan pada nilai signifikansi deviation from linearity sebesar 0,820 dimana $p > 0,05$.

Hal tersebut mengungkapkan bahwa variabel citra tubuh dan kepercayaan diri dikatakan linear karena mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara kedua variabel tersebut. Selanjutnya pada data yang sudah terkumpul dilakukan uji hipotesis menerapkan uji korelasi spearman rho, dan mendapatkan hasil bahwa hipotesis yang diajukan diterima. Hal tersebut diketahui bahwa koefisien korelasi (r) antara citra tubuh dan kepercayaan diri adalah sebesar 0.113. Nilai ini mengungkapkan tidak ada hubungan antara kedua variabel. Artinya meskipun secara arah

korelasi mengungkapkan bahwa semakin tinggi citra tubuh maka kepercayaan diri individu juga meningkat, namun hubungan tersebut tidak cukup kuat secara statistik untuk dijadikan sebagai prediktor yang meyakinkan.

Hasil riset ini mengindikasikan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri. Uji signifikansi mengungkapkan nilai koefisien Sig. (p) sebesar 0,221, yang berarti $p > 0,01$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tidak memiliki keterkaitan yang signifikan. Husna (dalam Kristiyanti, 2022) serta National Eating Disorders Association (2005) menjelaskan bahwa apabila seseorang menilai bentuk tubuhnya secara positif, maka citra tubuh yang terbentuk juga akan positif, sedangkan apabila penilaian terhadap tubuh bersifat negatif, maka citra tubuh yang terbentuk pun akan negatif.

Analisis tambahan yang dilakukan oleh peneliti yaitu melakukan uji beda berdasarkan jenis kelamin. Hasil uji beda yang diperoleh yaitu nilai signifikansi (p) untuk variabel citra tubuh sebesar 0,718 dan untuk kepercayaan diri sebesar 0,571. Kedua nilai ini $p > 0,05$, yang berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan dalam variabel citra tubuh maupun kepercayaan diri. Jadi dapat disimpulkan, baik laki-laki maupun perempuan mengungkapkan taraf citra tubuh dan kepercayaan diri yang tidak berbeda secara statistik. Ini mengungkapkan bahwa jenis kelamin tidak memengaruhi taraf citra tubuh maupun kepercayaan diri pada remaja korban body shaming.

Berdasarkan hasil kategorisasi variabel citra tubuh, ditemukan bahwa sebagian besar responden terletak pada taraf sedang, yakni sebanyak 103 orang dari total sampel. Hal ini mengungkapkan bahwa mayoritas individu dalam riset memiliki citra tubuh yang cukup baik, meskipun belum sepenuhnya maksimal. Temuan ini sejalan dengan pandangan Cash dan Pruzinsky (2002) yang menyatakan bahwa citra tubuh merupakan sikap seseorang terhadap tubuhnya, yang dapat berupa penilaian positif maupun negatif. Citra tubuh juga merupakan persepsi individu mengenai tubuh ideal serta gambaran yang diharapkannya. Ketika seseorang menilai kondisi fisiknya tidak sesuai dengan standar ideal, ia akan merasa memiliki kekurangan, yang pada akhirnya membuatnya sulit menerima tubuh apa adanya sehingga membentuk citra tubuh yang negatif (Lubis, 2021).

Dengan demikian, hasil kategorisasi ini mengungkapkan bahwa meskipun sebagian besar responden belum mencapai taraf citra tubuh yang tinggi, mereka telah memiliki pondasi akan pandangan citra tubuh yang cukup untuk terus berkembang. Hal tersebut berkaitan dengan kepercayaan diri pada remaja korban body shaming dibuktikan dengan taraf sedang terdapat 119 responden yang terletak pada persentase. Sesuai dengan yang dikemukakan oleh Riset yang dilakukan oleh Andayati (2016) secara jelas yang menegaskan bahwa persepsi terhadap tubuh memainkan peran penting dalam membentuk taraf kepercayaan diri.

Berdasarkan pembahasan yang telah dipaparkan sebelumnya,

ditemukan bahwa tidak terdapat hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada remaja korban body shaming. Riset ini, meskipun telah memberikan kontribusi, masih memiliki sejumlah limitasi riset yang perlu diperhatikan. Limitasi riset ini diharapkan dapat menjadi acuan dan peluang bagi peneliti selanjutnya. Salah satu limitasi riset terletak pada uji normalitas data yang tidak terdistribusi normal. Kondisi tersebut disebabkan oleh beberapa faktor seperti perolehan responden yang kurang merata atau karena ada potensi bias dalam proses pengisian skala oleh responden.

Selanjutnya responden dalam riset ini juga yang beragam, misalnya dari segi usia, bentuk body shaming yang dialami yang mana perbedaan karakteristik tersebut dapat mempengaruhi taraf citra tubuh dan kepercayaan diri. Keterbatasan-keterbatasan yang teridentifikasi dalam riset ini diharapkan dapat menjadi fondasi dan inspirasi bagi peneliti selanjutnya untuk merancang studi yang lebih komprehensif, sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai citra tubuh dan kepercayaan diri.