

**PENGARUH *BODY SHAMING* TERHADAP  
*SELF BLAMING* PADA REMAJA DIKOTA MAKASSAR**



**DIAJUKAN OLEH :**

**TRIADY RAMLAN  
NIM. 4517091002**

**SKRIPSI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BOSOWA MAKASSAR  
2022**



**PENGARUH *BODY SHAMING* TERHADAP  
*SELF BLAMING* PADA REMAJA DIKOTA MAKASSAR**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Sebagai  
Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)**

*Oleh:*

**TRIADY RAMLAN  
4517091002**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BOSOWA MAKASSAR  
2022**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**PENGARUH *BODY SHAMING* TERHADAP *SELF BLAMING*  
PADA REMAJA DI KOTA MAKASSAR**

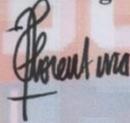
**Disusun dan diajukan oleh:**

**TRIADY RAMLAN  
NIM: 4517091002**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Skripsi  
Pada Agustus 2022

**Menyetujui:**

**Pembimbing I**



Titin Florentina P., M.Psi., Psikolog  
NIDN: 0931107702

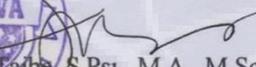
**Pembimbing II**



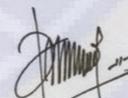
A. Nur Aulia Saudi, S.Psi., M.Si  
NIDN: 0908119001

**Mengetahui:**

**Dekan  
Fakultas Psikologi,**

  
  
Patniawaty Taibe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph. D.  
NIDN-0921018302

**Ketua Program Studi  
Fakultas Psikologi,**

  
A. Nur Aulia Saudi, S.Psi., M.Si  
NIDN- 0908119001

**HALAMAN PERSETUJUAN HASIL PENELITIAN**

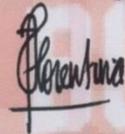
**PENGARUH *BODY SHAMING* TERHADAP *SELF BLAMING*  
PADA REMAJA DI KOTA MAKASSAR**

**Disusun dan diajukan oleh:**

**TRIADY RAMLAN  
NIM: 4517091002**

**Telah disetujui oleh pembimbing untuk dipertahankan  
dihadapan tim Penguji Ujian Hasil Penelitian Pada  
Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar  
Pada Agustus tahun 2022**

**Pembimbing I**



Titin Florentina P., M.Psi., Psikolog  
NIDN: 0931107702

**Pembimbing II**



A. Nur Aulia Saudi, S.Psi., M.Si  
NIDN: 0908119001

Mengetahui,  
**Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar**



Patnawaty Taibe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph. D.  
NIDN:0921018302

**HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI**

**HASIL PENELITIAN**

Telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan tim Penguji Ujian Hasil Penelitian Pada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar untuk dilaksanakan seminar ujian Hasil Penelitian sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi program strata satu (S1) terhadap atas nama.

Nama : Triady Ramlan  
NIM : 4517091002  
Program Studi : Psikologi  
Judul : Pengaruh *Body shaming* Terhadap *Self Blaming* pada remaja di Kota Makassar

**Tim Penguji**

**Tanda Tangan**

- |   |         |
|---|---------|
| 1 Titin Florentina P, M.Psi.,Psikolog       | (.....) |
| 2. A. Nur Aulia Saudi, S.Psi., M.Si.        | (.....) |
| 3 Musawwir, S.Psi., M.Pd                    | (.....) |
| 4 St.Syawalih Gismin S.Psi.,M.Psi.,Psikolog | (.....) |

Mengetahui,  
**Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar**



Patmawati Taibe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph. D.  
NIDN:0921018302



**PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh *Body Shaming* Terhadap *Self Blaming* Pada Remaja Di Kota Makassar” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya dari peneliti sendiri, bukan hasil plagiat. Peneliti siap menanggung resiko/sanksi apabila ternyata ditemukan adanya perbuatan tercela yang melanggar etika keilmuan dalam karya yang telah peneliti buat, termasuk adanya klaim dari pihak terhadap keaslian penelitian ini.

Makassar, 15 Agustus 2022

peneliti  
  
Triady Ramlan



## PERSEMBAHAN

*Skripsi ini saya persembahkan sepenuhnya kepada dua orang hebat dalam hidup saya, Ayahanda dan Ibunda. Keduanya lah yang membuat segalanya menjadi mungkin sehingga saya bisa sampai pada tahap di mana skripsi ini akhirnya selesai. Terima kasih atas segala pengorbanan, nasihat dan doa baik yang tidak pernah berhenti kalian berikan kepadaku. Aku selamanya bersyukur dengan keberadaan kalian sebagai orangtua ku.*

Tugas Akhir ini juga saya persembahkan untuk sahabat, teman, keluarga, tante

penjual nasi kuning dan semua pihak yang telah bertanya :

"kapan sidang?","kapan wisuda?","Kapan nyusul?"," Kapan Nikah?"

dan lain sejenisnya.

Kalian adalah alasan ku segera menyelesaikan tugas akhir ini.

Terima kasih.

## MOTTO

*"Apapun yang menjadi takdirmu, akan mencari jalannya menemukanmu."*

*- Abi bin Abi Thalib*

*"Setiap kamu bertemu orang baru, jangan lupa selalu kosongkan gelasmu."*

*- Bob Sadino*

*"Janganlah melihat ke masa depan dengan mata buta. Masa yang lampau sangat berguna sebagai kaca benggala daripada masa yang akan datang." - Soekarno*

Apapun yang Dirimu lakukan saat ini, tetap Semangat, dan Ingat ADA-ADA JI

ITU...

**(OfficialPsychologyB-17)**

## ABSTRAK

### PENGARUH *BODY SHAMING* TERHADAP *SELF BLAMING* PADA REMAJA DIKOTA MAKASSAR

Triady Ramlan

4517091002

Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar

[Triadyramlan94@gmail.com](mailto:Triadyramlan94@gmail.com)

**Tujuan dari penelitian ini** adalah untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh *body shaming* terhadap *self blaming* pada remaja di Kota Makassar. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif jenis korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di Kota Makassar. Pengambilan sampel penelitian menggunakan teknik *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 406 remaja di Kota Makassar. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan menggunakan skala *body shaming* dan skala *self blaming*. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan digunakan teknik analisis *Simple Linier Regression* dengan bantuan *Microsoft Excel 2016* dan *SPSS versi 25*. Berdasarkan hasil penelitian dan perhitungan dalam pengujian hipotesis dengan menggunakan teknik analisis *Simple Linier Regression* didapatkan nilai korelasi / hubungan yaitu sebesar 0,498. Koefisien determinasi sebesar 0,28 yang berarti bahwa pengaruh variabel bebas (*Body Shaming*) terhadap variabel terikat (*Self Blaming*) adalah sebesar 2,8%. Maka dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, artinya ada pengaruh antara *body shaming* terhadap *self blaming* pada remaja di Kota Makassar.

**Kata Kunci :** *body shaming, self blaming*

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur kita panjatkan kepada Allah Swt. Zat yang hanya kepada-Nya memohon pertolongan. Alhamdulillah atas segala pertolongan, rahmat, dan kasih sayang-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsinya yang berjudul “Pengaruh *Body Shaming* Terhadap *Self Blaming* Pada Remaja *Dikota Makassar*”. Shalawat dan salam kepada Rasulullah Saw. yang senantiasa menjadi sumber inspirasi dan teladan terbaik untuk umat manusia.

Penulis menyadari banyak pihak yang memberikan dukungan dan bantuan selama menyelesaikan studi dan tugas akhir ini. Oleh karena itu, sudah sepantasnya penulis dengan penuh hormat mengucapkan terimakasih dan mendoakan semoga Allah memberikan balasan terbaik kepada:

1. Ibu pembimbing satu saya ibu Titin Florentina P, S.Psi., M.Psi., Psikolog
2. Ibu pembimbing dua saya ibu A. Nur Aulia Saudi, S.Psi., M.Si
3. Kepada Bapak Musawwir, S.Psi., M.Pd, dan Ibu Minarni,S.Psi.,M.A, yang telah bersedia menjadi penguji dalam memberikan masukan dan arahan pada seminar proposal.
4. Kepada Ibu St.Syawaliah Gismin S.Psi.,M.Psi.,Psikolog yang bersedia menggantikan ibu Minarni,S.Psi.,M.A pada sidang skripsi.
5. Kepada seluruh dosen-dosen fakultas Psikologi yang telah terlibat dalam memberikan pengetahuan-pengetahuan yang berharga bagi peneliti selama proses perkuliahan yang di tempuh peneliti.

6. Terima kasih penulis juga untuk semua pihak yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Akhir kata penulis menyadari bahwa tidak ada yang sempurna, penulis masih melakukan kesalahan dalam penyusunan skripsi. Oleh karena itu, penulis meminta maaf atas kesalahan yang dilakukan penulis.

Peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan dapat dijadikan referensi demi pengembangan ke arah yang lebih baik. Semoga Allah Swt. senantiasa melimpahkan rahmat dan rida-Nya kepada kita semua.

Makassar, 15 Agustus 2022  
Penulis

Triady Ramlan

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	i
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	ii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN HASIL PENELITIAN</b> .....	iv
<b>HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI UJIAN HASIL PENELITIAN</b> .	v
<b>PERNYATAAN</b> .....	vi
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	vii
<b>MOTTO</b> .....	viii
<b>ASBTRAK</b> .....	ix
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	x
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	9
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.4 Manfaat Penelitian .....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	11
2.1 <i>self blaming</i> .....	11
2.1.1 Dimensi <i>self blaming</i> .....	12
2.1.2 Dampak <i>self blaming</i> .....	13
2.1.3 Pengukuran <i>self blaming</i> .....	14
2.2 <i>body shaming</i> .....	14
2.2.1 Defenisi <i>Body shaming</i> .....	15
2.2.2 Dimensi <i>Body shaming</i> .....	18
2.2.3 Faktor yang Memengaruhi <i>Body shaming</i> .....	19
2.2.4 Dampak <i>Body shaming</i> .....	22
2.2.5 Pengukuran <i>Body shaming</i> .....	24
2.3 Remaja .....	26
2.4 Pengaruh <i>body shaming</i> terhadap <i>self blaming</i> pada remaja dikota makassar.....	29
2.5 kerangka berpikir.....	30
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	32
3.1 Pendekatan Penelitian.....	32
3.2 Variabel Penelitian .....	32
3.3 Definisi Variabel .....	33
3.3.1 Definisi Konseptual .....	33
3.3.2 Definisi Operasional .....	34
3.4 Populasi, Sampel dan Teknik <i>Sampling</i> .....	35
3.4.1 Populasi.....	35

3.4.2 Sampel.....	35
3.4.3 Teknik <i>Sampling</i> .....	36
3.5 Teknik Pengumpulan Data .....	37
3.5.1 Skala <i>Body shaming</i> .....	37
3.6 Teknik Analisis Data .....	40
3.6.1 Analisis Deskriptif .....	40
3.6.2 Analisis Uji Asumsi .....	40
3.6.3 Uji Hipotesis .....	41
3.7 Jadwal Penelitian .....	42
<b>BAB IV HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>43</b>
4.1 Hasil Analisis .....	43
4.1.1 Hasil Analisis Deskriptif Demografi.....	43
4.1.2 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Penelitian .....	46
4.1.3 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Penelitian Berdasarkan Demografi .....	49
4.1.4 Hasil Uji Asumsi.....	57
4.1.5 Hasil Uji Hipotesis .....	58
4.2 Pembahasan.....	
4.2.1 Gambaran Umum Perilaku <i>Body shaming</i> pada Remaja Di Kota Makassar.....	60
4.2.2 Gambaran Umum <i>Body shaming</i> Pada Remaja Di Kota Makassar .....	64
4.2.3 Pengaruh <i>body shaming</i> terhadap <i>self blaming</i> pada remaja di Kota Makassar.....	68
4.2.4 Limitasi Penelitian .....	68
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>69</b>
5.1 Kesimpulan .....	69
5.2 Saran.....	69
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>71</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>76</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	<i>Blueprint Skala Body shaming</i> siap pakai	38
Tabel 3.2	<i>Blueprint Skala Self Blaming</i> Siap Pakai	39
Tabel 3.3	Jadwal Penelitian	42
Tabel 4.1	Distribusi Skor <i>Body shaming</i>	46
Tabel 4.2	Kategorisasi Penormaan <i>Body shaming</i>	47
Tabel 4.3	Distribusi Skor <i>Self Blaming</i>	48
Tabel 4.4	Kategorisasi Penormaan <i>Self Blaming</i>	48
Tabel 4.5	Hasil Uji Normalitas	57
Tabel 4.6	Hasil Uji Linearitas	58
Tabel 4.7	Hasil Analisis Regresi Sederhana	59
Tabel 4.8	Koefisien <i>body shaming</i> Terhadap <i>Self Blaming</i>	59

**BOSOWA**

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1	Diagram Deskriptif Berdasarkan Usia Subjek	43
Gambar 4.2	Diagram Deskriptif Berdasarkan Jenis Kelamin Subjek	44
Gambar 4.3	Diagram Deskriptif Berdasarkan Asal Kota Subjek	45
Gambar 4.4	Diagram Deskriptif Berdasarkan Berat Badan Subjek	46
Gambar 4.5	Diagram Distribusi skor pada variabel <i>body shaming</i>	47
Gambar 4.6	Diagram Distribusi Kategorisasi <i>Self Blaming</i>	48
Gambar 4.7	Deskriptif <i>Body Shaming</i> berdasarkan Usia	49
Gambar 4.8	Deskriptif <i>Body Shaming</i> berdasarkan Jenis Kelamin	50
Gambar 4.9	Deskriptif <i>Body Shaming</i> berdasarkan Asal Kota	51
Gambar 4.10	Deskriptif <i>Body Shaming</i> berdasarkan Berat Badan	52
Gambar 4.11	Deskriptif <i>Self Blaming</i> berdasarkan Usia	53
Gambar 4.12	Deskriptif <i>Self Blaming</i> berdasarkan Jenis Kelamin	54
Gambar 4.13	Deskriptif <i>Self Blaming</i> berdasarkan Asal Kota	55
Gambar 4.14	Deskriptif <i>Self Blaming</i> berdasarkan Berat Badan	55

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Arah menyalahkan diri sendiri seringkali berdampak pada emosi dan perilaku individu dalam situasi stres. Rasa bersalah dan malu adalah serangkaian pikiran dan perasaan negatif yang sangat mirip dengan menyalahkan diri sendiri. Saat merasa tertekan, seseorang akan mengalami stres dan mempengaruhi emosi negatifnya. Tidak hanya emosi, tetapi juga dapat mempengaruhi perilaku seseorang. Salah satu perilaku yang dapat timbul adalah perilaku menyalahkan dirinya sendiri atau *self blaming*.

Rasa bersalah dapat muncul dari peristiwa yang disebabkan oleh kelalaian atau kehilangan kendali atas apa yang terjadi dimasa lalu, dan kemudian rasa bersalah muncul, bahkan jika itu muncul dengan cara tertentu, dari dalam atau dari dorongan dan asumsi orang lain tentang diri mereka sendiri. Pada akhirnya, ini mengarah pada kesalahan kognitif dan emosional yang sering disertai dengan perasaan sedih dan takut. Kaur & Kaur (2016) berpendapat bahwa *self blame* adalah salah satu bentuk pelecehan psikologis terhadap diri sendiri. Ini memperkuat kekurangan yang ada dan melumpuhkan keinginan untuk maju. Pada dasarnya, *self incrimination* berarti seorang individu yang memberikan tanggung jawab pribadi atas terjadinya peristiwa traumatis di mana seseorang secara jelas diidentifikasi sebagai korban. Menyalahkan diri sendiri adalah reaksi umum terhadap peristiwa yang membuat stres, terutama yang memengaruhi cara individu beradaptasi. Tangney & Dearing (2002) menjelaskan bahwa ketika seseorang menyalahkan diri sendiri, individu cenderung merasa malu (*shame*)

atau bersalah (*guilt*), karena kedua emosi tersebut termasuk dalam perasaan menyalahkan diri sendiri atau *self blame*, timbulnya penilaian tersebut kemudian dapat bersumber dari penilaian negatif berdasarkan standar diri sendiri atau orang lain. Malu adalah emosi yang terdiri dari perasaan negatif yang terus-menerus dan menyeluruh terhadap diri sendiri, sedangkan rasa bersalah adalah perasaan negatif tentang beberapa perilaku (spesifik) atau tindakan diri sendiri dan/atau keadaan yang telah terjadi, proses kognitif dari kedua emosi ini menggerakkan individu tersebut untuk melakukan evaluasi terhadap diri mereka sendiri berdasarkan nilai atau standar yang ada disekitarnya.

Rasa malu atau *shame* dipandang sebagai emosi menyakitkan yang datang dengan perasaan tidak berarti, tidak berharga dan tidak berdaya, dan mereka yang merasa malu merasa telah diekspos. H.B. Lewis (dalam Tangney & Dearing, 2002). Kecenderungan malu dan bersalah ini merupakan gaya emosional yang memungkinkan individu merasa malu atau bersalah dalam menghadapi kegagalan atau pelanggaran. Kecenderungan ini menjadi *trait* atau sifat individu yang bila diukur, hasilnya dapat memperkirakan reaksi yang akan dimunculkan individu ketika menghadapi peristiwa negatif.

Individu yg mempunyai perasaan *shame*, akan memungkinkan individu tersebut untuk memunculkan reaksi penilaian negatif terhadap *self* atau diri sendiri yang menetap dan menyeluruh, diiringi dengan perasaan mengecil, kurang berharga, & tidak berdaya, beranggapan bahwa *focal self* menjadi hal yang kurang berharga & patut untuk dicela, dan meningkatkan keinginan individu untuk melarikan diri, atau menghindar. Sementara itu, individu yg mempunyai

kecenderungan pada *guilt*, akan memungkinkan individu tadi untuk bereaksi dengan memberikan penilaian negatif terhadap perilakunya, tak jarang memikirkan lagi dan lagi pelanggaran yg terjadi, berharap mereka bisa memberikan respon yang berbeda atau justru memikirkan bagaimana memperbaiki kesalahan yang sudah terjadi, mau mengakui dan meminta maaf (Tangney & Dearing 2002).

Orth, Robin, & Soto (2013) mengemukakan bahwa *shame* mengalami penurunan dalam usia remaja menuju dewasa menengah, sedangkan *guilt* semakin tinggi pada usia remaja menengah sampai dewasa. Dalam hal ini, usia remaja akhir berada dalam masa transisi menurut remaja menuju dewasa, itu berarti dalam masa ini perbedaan individual telah stabil & kemungkinan remaja akhir cenderung dalam *guilt* yang lebih besar. Selain itu, berbeda saat berada dibangku sekolah dasar, & Sekolah Menengah pertama remaja masih mendapatkan perhatian orang tua & guru, dalam usia remaja akhir, individu yg berada direntan usia tadi telah dipercaya bisa untuk memulai hidup mandiri, termasuk waktu menghadapi insiden negatif, mereka wajib bisa untuk menanganinya sendiri.

Perilaku menyalahkan diri sendiri didefinisikan sebagai pola yang melibatkan atribut internal dan tidak stabil, seperti peristiwa negatif, hingga perilaku mengatur diri sendiri dan dikaitkan dengan rasa bersalah. Menyalahkan diri sendiri dan penilaian yang buruk tentang diri yang menyeluruh dianggap memiliki kaitan yang erat dengan perasaan malu (Green et al., 2012).

Peneliti kemudian melakukan wawancara terhadap siswa dan siswi SMAN 20 Makassar yang pernah merasakan ejekan terkait kondisi tubuh, dari hasil

wawancara tersebut kemudian menggambarkan 10 dari 15 siswa dan siswi yang telah diwawancarai mengaku merasa muak terhadap ejekan orang lain dan memunculkan perasaan malu, merasa tidak aman saat berada dikeramaian, dan takut untuk memulai percakapan dengan orang yang baru ditemui, dampak dari ketakutan tersebut kemudian mempengaruhi keinginannya untuk bersosialisasi. Bahkan dari salah satu remaja yang peneliti wawancara, mengaku bahwa ketakutan yang dirasakannya dapat memberikan efek pusing dan sakit perut saat berada dilingkungan yang baru.

Eliasdottir (2016) rasa malu sering dikaitkan dengan berbagai perilaku maladaptif, pengalaman somatik, psikologis, dan subjektif, sehingga merupakan keadaan emosional yang penting dalam penelitian dan praktik, untuk intervensi citra tubuh, penelitian terkini di bidang citra tubuh dan *body shaming* tampaknya berfokus pada efeknya pada kesejahteraan psikologis, bukan efeknya pada kesehatan fisik.

Muhsin (2014) menjelaskan bahwa tubuh merupakan bagian utama dari penampilan seseorang yang terlihat dan sangat mudah dinilai oleh diri sendiri bahkan oleh orang lain. Memiliki tubuh ideal, langsing, tinggi, putih, mulus merupakan dambaan setiap orang, membicarakan tentang tubuh seringkali menjadi hal yang tidak nyaman bagi para remaja terutama pada masa pertumbuhan terlebih pada sesuatu yang berkaitan dengan berat badan dan penampilan secara keseluruhan. Dari segi berat badan saja, remaja tidak kebal terhadap apa yang disebut obesitas. Kegemukan dan obesitas menjadi masalah kesehatan, tetapi juga menjadi masalah Psikososial (Fauzia & Rahmiaji 2019).

Janssen et al. (2005) Menjelaskan bahwa obesitas bisa dibedakan sebagai obesitas sentral & non sentral. Obesitas sentral diketahui dengan melakukan pengukuran lingkaran pinggang (*waist circumference/WC*), atau menghitung ratio lingkaran pinggang-pinggul (*waist hip ratio/WHR*). Obesitas sentral dari WC adalah >120 centimeter dalam pria dewasa & >90 centimeter dalam wanita dewasa. Pengukuran lingkaran pinggang bisa mendeskripsikan penimbunan lemak pada tubuh (Sunarti & Maryani, 2013). Hal ini dikarenakan lingkaran pinggang baik pria dan juga wanita memiliki hubungan dengan jumlah lemak yang ada dalam bagian viseral & subkutan perut (Power et al., 2008).

Grogan dalam (Damanik, 2018) menyebutkan ketidakpuasan tubuh yg berkelanjutan bisa menyebabkan *body shame* semakin meningkat, ketidakpuasan adalah evaluasi & perasaan negatif individu akan tubuhnya. Semua hal yang kurang ideal dipercaya menjadi suatu kekurangan tubuh yang menyebabkan timbulnya perasaan malu pada diri sendiri. Remaja menyadari bahwa daya tarik fisik memiliki dampak yang kuat pada proses interaksi sosial secara umum, & berperan pada evaluasi lawan jenis secara khusus (Muhsin, 2014).

Hal ini bisa terjadi karena remaja sering kali merasa malu dengan tubuhnya. Kondisi ini terjadi ketika sebagian orang mengomentari bentuk tubuh remaja yang dianggap kurang menarik (terutama dari segi berat badan). Sebagian besar kasus *body shaming* terjadid di lingkungan remaja lain yang belum matang dalam berpikir dan berperilaku. *Body shaming* termasuk *bullying verbal* yang mungkin tidak disadari oleh masyarakat, terutama di kalangan remaja (Fauzia & Rahmiaji, 2019).

Masithoh (2020) Menyebutkan saat ini, *body shaming* umumnya dianggap wajar oleh para remaja. Masa remaja merupakan masa transisi antara anak-anak dan orang dewasa. Oleh karena itu masa remaja sering dikenal dengan masa “pencarian jati diri”, bagi sebagian orang tindakan *body shaming* hanyalah sebuah candaan saja, namun jika dilakukan terus menerus akan mempengaruhi kondisi psikologi korbannya terutama terkait dengan perasaan malu yang akan timbul. Rasa malu tentang tubuh kita adalah keadaan emosional yang bisa sangat menyakitkan, Ini bisa berasal dari penolakan masyarakat terkait dengan kondisi fisik seseorang.

Sakinah (2018) memaparkan bahwa *body shaming* bukan hanya sekedar terkait *fat shaming* ( bentuk tubuh yg besar ) atau *skinny shaming* (bentuk tubuh terlalu kurus), akan tetapi *body shaming* meliputi segala aspek fisik seorang yg bisa ditinjau oleh orang lain, misalnya rona kulit, tinggi badan, dan bisa dilakukan wanita maupun laki-laki. Namun kebanyakan masalah yang terjadi pada korban *body shaming* merupakan orang yang mempunyai bentuk tubuh yang gemuk.

Northrop dalam (Cahyani, 2018) menyebutkan bahwa perspektif negatif adalah salah satu variabel yang berkontribusi terhadap *body shaming*. Pikiran tentang evaluasi negatif dari orang lain yang menimbulkan perasaan malu tentang kondisi tubuhnya, pandangan negatif seseorang terhadap penampilan tubuh disebabkan oleh anggapan bahwa penampilan diri sendiri secara terus-menerus menjadi pusat perhatian orang lain dan diri sendiri, dalam situasi yang sering terjadi, korban *Body shaming* akan menyebabkan penarikan diri secara sosial, bahkan dapat memicu perasaan membenci diri sendiri dan orang lain. *Body shaming* juga memiliki konsekuensi besar bagi korban, termasuk depresi,

introversi, gejala psikosomatik, dan dalam skenario terburuk, dapat memunculkan ide untuk bunuh diri (Noorvitri, 2019).

Pada tahun 2017 seorang siswa sekolah menengah atas di Kabupaten Kampar melakukan bunuh diri. Pelecehan dari teman-temannya menyebabkan dia menderita secara emosional. Salah satu bentuk *bullying* yang diterimanya adalah *physical bullying* atau *body shaming*, teman-temannya memanggilnya tidak menarik setiap hari (Jose, 2017). Lebih jauh lagi, *body shaming* dapat mendorong mereka yang mengalaminya untuk melakukan hal yang sama terhadap diri sendiri dan orang lain (Putri et al, 2018).

Sudut pandang ini sesuai dengan temuan Fauzia dan Rahmiaji (2019), yang menemukan bahwa beberapa orang yang pernah mengalami *body shaming* akan melakukan hal yang sama kepada orang lain sebagai bentuk pertahanan diri. Meskipun begitu tidak menutup kemungkinan dampak dari tindakan *body shaming* yang dirasakan individu dapat memunculkan efek *body positivity* atau reaksi positif terhadap tubuh, yang memungkinkan individu merasa takut dan malu terhadap tubuhnya kemudian melakukan modifikasi pada kondisi fisiknya dalam upaya menghindari *body shaming*. Penyesuaian yang dilakukan dalam upaya menciptakan diri ideal ini juga dapat memicu tindakan remaja yang melakukan diet, olahraga, dan sebagainya secara berlebihan.

Temuan studi Fauzia dan Rahmiaji tahun 2019 menunjukkan bahwa *body shaming* menghasilkan rasa malu, khususnya pikiran dan perasaan negatif (malu, rendah diri, dan ketidakpuasan) mengenai fisik, penampilan, dan citra diri seseorang karena tidak dapat memenuhi standar ideal saat ini. Hal ini mengurangi

rasa percaya diri remaja, menyebabkan remaja menjadi lebih sensitif dan berhati-hati dalam segala hal, terutama dengan tubuh dan makanannya, serta mendorong remaja untuk menolak tawaran keluar rumah, hingga menutup dan membatasi diri dalam kegiatan sosial.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Andika Wahyudi Gani dan Novita Maulidya Jalal (2021) dengan judul penelitian “Persepsi Remaja Tentang *Body Shaming*” menunjukkan hasil dari 28 subjek penelitian yang merupakan pelajar di kota Makassar, remaja sering menganggap diri mereka sebagai korban *body shaming*, sebanyak 17,9 persen remaja percaya bahwa mereka sering menerima perlakuan *body shaming* dari orang lain, perlakuan *body shaming* yang berasal dari teman-temannya, mencapai 67,5 persen. Sedangkan 57,1 persen, perilaku *body shaming* paling umum yang dihadapi remaja terkait dengan berat badan atau obesitas. Peristiwa ini mendorong 42,9 persen remaja untuk mempertimbangkan untuk melakukan perlawanan, sementara 57,1 persen memilih diam. Gagasan ini mengakibatkan 64,3 persen remaja menjadi pendiam dan tertutup, 39,3 persen merasa cemas, dan 21,4 persen menarik diri dari lingkungannya.

Peneliti kemudian memiliki harapan yang besar, dengan melakukan penelitian terkait pengaruh *body shaming* terhadap *self blaming* pada remaja di kota Makassar, dapat menghasilkan fakta yang nantinya dapat berguna dalam melakukan deteksi dini dan pencegahan terhadap masalah - masalah psikologis seperti depresi akibat dari perlakuan *body shaming* yang timbul di usia remaja, terutama remaja yang ada di kota makassar.

## 1.2 Rumusan Masalah

Apakah *body shaming* memberikan pengaruh terhadap *self blaming* pada remaja dikota Makassar.

## 1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah *body shaming* mamberikan pengaruh terhadap *self blaming* pada remaja dikota Makassar.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### a) Manfaat Teoritis

Dengan melakukan penelitian ini, peneliti berharap hasil dari penelitian ini mampu memberikan informasi terkait aspek psikologis yang mempengaruhi tindakan remaja yang mengalami atau merasakan perilaku *Body Shaming* dan *Self blaming* di kota Makassar.

### b) Manfaat Praktis

#### a) Remaja

Dengan melakukan penelitian ini, diharapkan remaja dapat menyadari seperti apa perilaku *body shaming* dan efek dari tindakan tersebut, sehingga akan mudah dalam melakukan deteksi dini dan penanggulangan untuk mencegah efek *self blaming* yang akan timbul.

#### b) Sekolah

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat membantu sekolah dalam melakukan pencegahan atau menemukan cara untuk mengatasi *bullying verbal* yaitu *Body shaming* pada lingkungan sekolah.

c) Masyarakat

Hasil dari penelitian ini nantinya diharapkan dapat memberikan sudut pandang baru kepada masyarakat luas terkait seperti apa itu bentuk perilaku *Body Shaming* yang bisa menimbulkan efek *Self blaming* terutama pada remaja, sehingga masyarakat dapat menjaga lisan dan lebih berhati - hati dalam menyampaikan opini terkait citra tubuh seseorang.



## **BAB II**

### **TINJAUAN TEORITIS**

#### ***2.1 Self Blaming***

Zuama (2011) *Self Blamming* atau Menyalahkan diri sendiri adalah cara untuk mengatasi masalah dengan menyalahkan dan menghukum diri sendiri, yang disebabkan oleh rasa penyesalan terhadap kejadian yang telah terjadi. menyalahkan diri adalah respon umum terhadap peristiwa yang membuat stres, masalah yang sering muncul ketika seseorang mengalami *self blaming* adalah adanya ketidakpercayaan diri dengan tubuh sendiri, melihat sosok diri yang negatif, mengkritik diri sendiri secara berlebihan, merasa tidak menarik, minder, merasa gagal, dan merasa diri lemah atau tidak berdaya.

Istyqomah (2018) menyatakan bahwa rasa bersalah adalah keadaan emosi yang dihasilkan ketika individu mengevaluasi perilaku mereka sebagai kegagalan tetapi hanya berfokus pada perilaku spesifik yang menyebabkan terjadinya kegagalan tersebut. Rasa bersalah termasuk dalam emosi negatif yang biasanya ditandai dengan evaluasi negatif terhadap dirinya karena ketidakmampuan dalam suatu hal.

Wijastuti, (2013) dalam kehidupan seorang manusia banyak peristiwa yang terjadi sehari-harinya, dimulai peristiwa yang positif hingga peristiwa yang negatif. Terkadang saat individu mengalami peristiwa negatif dalam kehidupannya, menyalahkan diri sendiri menjadi salah satu cara yang paling mudah untuk dilakukan. Ketika individu menyalahkan diri sendiri, individu tersebut cenderung akan merasa malu (*shame*) atau

bersalah (*guilt*), karena kedua emosi ini termasuk ke dalam emosi *self blame*.

Dari berbagai definisi di atas dapat disimpulkan bahwa menyalahkan diri sendiri atau *selfblaming* adalah sebuah kesadaran emosi yang dimiliki setiap manusia meliputi marah, kesedihan, keadaan memalukan, dan keputusasaan. Saat individu tersebut merasakan kegagalan yang berdampak pada dirinya sendiri maka akan mempengaruhi penilaian evaluasi diri atas kegagalan diri tersebut, karena merasa menyakiti atau mengecewakan orang-orang terdekat seperti orang tua, anak, sahabat dan pacar serta mengevaluasi diri dan tidak memperbaiki tindakan, justru terus menyalahkan diri sendiri.

### **2.1.1 Dimensi *Self Blaming***

Gilbert. P & Procter. S (2006) menyatakan bahwa dimensi dari *self blaming*, yaitu:

- a. *Modelling* adalah memperlakukan diri sendiri seperti yang diperlakukan orang lain pada dirinya.
- b. Strategi atau perilaku aman dengan orang lain yang bersikap bermusuhan.
- c. Rasa malu

Rasa malu yang timbul diakibatkan karena adanya perasaan berbeda dari kebanyakan individu yang berada pada suatu lingkungan.

d. Ketidakmampuan untuk menenteramkan diri.

Pada saat individu merasakan stimulus yang timbul dari kritikan orang lain terkait dengan penampilan fisiknya, individu tersebut kemudian hanya berfokus kepada kritikan negatif tersebut.

e. Ketidakmampuan untuk menghibur diri ketika berada dalam ancaman.

f. Ketidakmampuan untuk memproses kemarahan.

Ketika individu tidak mampu untuk mengungkapkan apa yang mereka rasakan, mereka akan cenderung menyalahkan diri sendiri dan dapat membahayakan dirinya sendiri.

### 2.1.2 Dampak *Self Blaming*

Coleman dalam (Iman, 2009) akibat *self blaming* ada 2, yaitu:

a. Rendah Diri

Banyak kemungkinan *self blaming* yang mempengaruhi seseorang dapat disejajarkan dengan jumlah sumber *self blaming* yang berpotensi. *Self blaming* tidak hanya melahirkan rasa rendah diri, rasa tidak aman, dan rasa malu, merasa kacau, rasa takut, kegagalan, dan sedih, *self blaming* bisa jadi sumber berkembangnya persoalan emosional seperti mengasihani diri sendiri.

b. Gangguan Fisik

Gangguan fisik yang dapat ditimbulkan dari *self blaming* adalah saat remaja yang mengalami perilaku *body shaming*

kemudian menetapkan dirinya sendiri sebagai sumber atau penyebab perilaku itu muncul, maka remaja tersebut akan melakukan perubahan ekstrim terhadap kondisi tubuhnya tanpa memikirkan lagi dampak dari perubahan itu sendiri, contoh tindakan tersebut adalah dengan melakukan diet yang ketat sehingga mempengaruhi keadaan fisiknya.

### 2.1.3 Pengukuran *Self Blaming*

#### a. Skala *self blaming* Wahyudi (2009)

Skala *self blaming* diadaptasi dari skala yang digunakan oleh Wahyudi dalam penelitian Berjudul "*Hubungan Antara Perilaku Seksual Dengan Rasa Bersalah (Guilty Feeling)*" Pada Remaja Di Kelurahan Bojongsari Sawangan Depok yang terdiri dari 33 item.

#### b. *The Self- and Other-Blame Scale* (SOBS) oleh Mohammed Ali Besharat, Ivan Eislerb and Chris Darec (2001)

*The Self- and Other-Blame Scale* (SOBS) yang dikembangkan oleh Mohammed Ali Besharat, Ivan dan Crish Darec tersebut digunakan pada penelitian yang membahas tentang kondisi menyalahkan diri sendiri dan orang lain yang terjadi pada sebuah keluarga. Skala ini terdiri dari 4 aspek yang terdiri dari *Casuality*, *Responbilty*, *Negative feeling*, dan *Negative tone of voice*. Pengambilan data pada penelitian

tersebut dilakukan menggunakan wawancara terhadap beberapa ibu dan ayah dari setiap keluarga.

- c. *The Blame Attribution Scale* (BAS) oleh Anderson, Koerner, Shore, Linares, & Barchard (2010)

*The Blame Attribution Scale* (BAS) dibuat untuk mengukur sejauh mana atribusi menyalahkan diri sendiri pada para sarjana yang baru saja diwisuda. Skala tersebut terdiri dari aspek yang mengukur negosiasi diri dengan orang lain. Negosiasi masing-masing terdiri dari 6 item. Negosiasi diri mengukur seberapa sering diri mencoba bernegosiasi dan negosiasi dengan orang mengukur seberapa sering orang lain mencoba bernegosiasi. Agresi Psikologis Diri dan orang lain masing-masing memiliki 8 item. Serangan fisik kepada orang lain masing-masing memiliki 12 item. Diri sendiri dan pemaksaan seksual masing-masing memiliki 7 item.

## **2.2 Body Shaming**

### **2.2.1 Pengertian *Body Shaming***

*Body Shaming* adalah penghinaan fisik meliputi kekerasan verbal (*bullying*), yang dapat menimbulkan trauma psikis akibat perkataan yang menyakitkan, seperti dipermalukan di depan umum dan mempermalukan seseorang. Jika terus berlanjut, korban tidak hanya akan mengalami trauma psikologis, tetapi juga akan berdampak pada perilaku seseorang. Selain itu, penghinaan fisik dapat membuat seseorang semakin merasa minder dan tidak nyaman

dengan penampilannya, serta mulai menutup diri terhadap lingkungan dan orang lain (Fauzia & Rahmiaji, 2019)

*Body shaming* adalah tindakan mengomentari atau memberikan pendapat kepada seseorang atau diri sendiri mengenai kondisi tubuh yang dimilikinya. Kritikan tersebut bukanlah bentuk kritikan yang bersifat Konstruktif, tapi justru kritikan yang lebih cenderung kearah penghinaan tentang bentuk tubuh. Tidak hanya orang lain, tetapi *body shaming* adalah suatu tindakan mengomentari diri sendiri sebagai bentuk harga diri rendah atau kurangnya rasa syukur yang dimiliki seseorang (Fitriana, 2019)

Nol & Frederickson (dalam Damanik, 2018) mengemukakan bahwa *Body Shame* merupakan perasaan malu akan salah satu bentuk bagian tubuh ketika penilaian orang lain dan penilaian diri sendiri tidak sesuai dengan diri ideal yang diharapkan individu dan lingkungan. Damanik (2018) menambahkan *body shame* merupakan bagian khusus yang kuat dan potensi dari rasa malu. *Body shame* merupakan penilaian individu akan tubuhnya yang memunculkan perasaan bahwa tubuhnya memalukan yang disebabkan penilaian dirinya dan orang lain terhadap bentuk tubuh ideal tidak sesuai dengan tubuhnya. Orang lain tidak hanya mengamati tubuh sebagai bagian dari diri kita, tetapi tubuh juga menjadi tempat untuk kepribadian yang membuat pengalaman subjektif manusia yang bermakna dapat terjadi.

Ketika rasa malu berkembang sebagai tanggapan efektif-defensif untuk melindungi diri terhadap hilangnya daya tarik (yang dirasakan) di mata orang lain, serangkaian sikap dan perilaku defensif dapat diaktifkan sebagai respon terhadap evaluasi mengenai penampilan fisik seseorang, seperti keinginan untuk menyembunyikan bagian tubuh tertentu atau menghindari situasi sosial dimana penampilan fisik seseorang mendapat pengawasan orang lain. Namun, respon ini memiliki efek paradoks, meningkatkan rasa malu dan akan menimbulkan dampak patogen dalam kehidupan seseorang Gilbert, 1997-2002 (dalam Duarte, 2014)

Dolezal (2015) menginterpretasikan *body shame* sebagai aspek yang mencakup aspek fisik tubuh, seperti penampilan seseorang, dan juga rasa malu tentang aspek fisik penilaian tubuh yang kurang jelas, seperti perilaku. Hal ini didukung argumen dari McKinley & Hyde (dalam damanik, 2018) yang mengatakan *body shame* sebagai rasa malu dan rasa bersalah yang muncul ketika penampilan seseorang tidak sesuai dengan standar budaya ideal, karena standar budaya terhadap tubuh perempuan hampir tidak bisa tercapai sepenuhnya, perempuan yang menginternalisasi dan menghubungkan pencapaian standar itu sebagai identitas mereka akan merasa malu jika tidak dapat mencapainya.

Dapat disimpulkan bahwa, meskipun *body shaming* bukan kontak fisik yang merugikan, namun *body shaming* sudah termasuk jenis perundungan (*bullying*) secara *verbal* atau lewat kata-kata. Bahkan dalam komunikasi sehari-hari tidak jarang terselip kalimat candaan yang berujung pada *body shaming*. Perkembangan media dan teknologi yang semakin pesat memungkinkan berbagai informasi dan budaya-budaya baru masuk ke berbagai penjuru dunia. Komentar negatif atau *body shaming* yang muncul di kehidupan sehari-hari yang tercermin pada media sosial sangat berpengaruh dengan psikologis seseorang. Serta memaksa seseorang mengikuti *tren* dan gambaran fisik ideal yang berlaku di masyarakat

### **2.2.2 Dimensi *Body Shaming***

*Body shame* merupakan perasaan malu yang khusus pada kondisi tubuh individu. Dimensi dari *body shame* (Gilbert & Miles, 2002) meliputi :

a. Komponen kognitif sosial atau eksternal

Komponen kognitif sosial mengacu pada pemikiran dari orang lain yang menilai sebagai seseorang yang rendah maupun kurang baik sehingga mengakibatkan memandang dirinya rendah.

b. Komponen mengenai evaluasi diri yang berasal dari dalam

Pada komponen ini mengacu pada pandangan buruk terhadap diri sendiri yang berasal dari pemikiran negatif mengenai diri. Hal ini juga didasari pada kritikan yang menyerang dengan kata-kata yang

merendahkan diri sehingga hal tersebut mengakibatkan menurunnya kepercayaan diri dan menanamkan pemikiran malu dari dalam diri.

c. Komponen Emosi

Emosi yang terdapat dalam perasaan malu meliputi perasaan cemas, marah, dan muak terhadap diri sendiri. Hal ini disebabkan dari pemikiran negatif atas dirinya dan ketidakmampuan mengikuti standar yang ada dari lingkungan.

d. Komponen Perilaku

Perasaan malu memiliki kecenderungan untuk menghindar dari lingkungan sekitarnya karena terdapat perasaan tidak nyaman yang timbul dari pandangan rendah dari orang lain serta merasa terancam di lingkungannya.

### 2.2.3 Faktor yang mempengaruhi *Body Shaming*

Banyak hal yang dapat mempengaruhi *body shame* seseorang, termasuk pandangan atau penilaian orang lain terhadap penampilan diri sendiri. Beberapa ahli menyatakan ada berbagi faktor yang dapat mempengaruhi *body shame* seseorang, adapun faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan *body shame* menurut Cash dan Pruzinsky (2002) sebagai berikut :

a. Jenis Kelamin

jenis kelamin merupakan faktor yang mempengaruhi dalam perkembangan *body shame* seseorang. Ketidakpuasan terhadap tubuh

lebih sering terjadi pada wanita daripada laki-laki. Pada umumnya wanita, lebih kurang puas dengan tubuhnya dan memiliki *body shame*.

Cash dan Pruzinsky (2002) menjelaskan bahwa sekitar 40-70% gadis remaja tidak puas dengan dua atau lebih aspek dari tubuh mereka. Ketidakpuasan biasanya berfokus pada jaringan *adipose substansial* dalam tubuh bagian tengah atau bawah, seperti pinggul, perut dan paha. Di berbagai Negara maju, antara 50-80% gadis remaja ingin menjadi langsing dan melakukan diet bervariasi dari 20% hingga 60%. Seorang laki-laki juga ingin menghindari bentuk tubuh gemuk, lembek, namun dikalangan lelaki yang tidak puas dengan berat dan bentuk berusaha untuk menambah berat badan untuk mengembangkan lengan atas, dada dan bahu.

#### b. Media Massa

Media massa yang muncul dimana-mana memberikan gambaran ideal mengenai figure perempuan dan laki-laki yang dapat mempengaruhi gambaran tubuh seseorang. Tiggeman (Cash dan Pruzinsky, 2002) menyatakan bahwa media massa menjadi pengaruh kuat dalam budaya sosial. Anak-anak dan remaja lebih banyak menghabiskan waktunya dengan menonton televisi dan kebanyakan orang dewasa membaca surat kabar harian dan majalah.

Cash dan Pruzinsky (2002) survey media massa menunjukkan bahwa 83% majalah *fashion* khususnya dibaca oleh mayoritas perempuan maupun anak perempuan. Konsumsi media yang tinggi

dapat mempengaruhi konsumen dalam berbagai cara. Isi tayangan media massa sering menggambarkan bahwa standart kecantikan perempuan adalah tubuh yang kurus, dalam hal ini berarti level kekurusan yang dimiliki, kebanyakan wanita percaya bahwa mereka adalah orang-orang yang sehat, media juga menggambarkan gambaran ideal bagi laki-laki adalah dengan memiliki tubuh yang berotot dan perut yang rata. Cash dan Pruzinsy (2002) menyimpulkan bahwa dengan melihat foto-foto model yang langsing membuat gadis dan perempuan merasa buruk tentang tubuh mereka, beberapa penelitian menunjukkan dampak negatif. Secara singkat media menciptakan citra seorang wanita itu langsing pada majalah fashion terbukti menyebabkan sejumlah efek negatif secara langsung termasuk perhatian yang lebih besar tentang berat badan, ketidakpuasan tubuh, suasana hati yang negatif, dan penurunan persepsi daya tarik diri

### c. Hubungan Interpersonal

Hubungan interpersonal membuat seseorang cenderung membandingkan diri dengan orang lain dan *feedback* yang diterima mempengaruhi konsep diri termasuk mempengaruhi bagaimana perasaan terhadap penampilan fisik. Hal inilah yang sering membuat orang merasa cemas dengan penampilannya dan gugup ketika orang lain melakukan evaluasi terhadap dirinya. Rossen dan koleganya (dalam Cash dan Pruzinsky, 2002) menyatakan *feedback* terhadap

penampilan dan kompetensi teman sebaya dan keluarga dalam hubungan interpersonal dapat mempengaruhi bagaimana pandangan dan perasaan mengenai tubuh.

Cash dan Pruzinsky, (2002) menyatakan menerima feedback mengenai penampilan fisik mereka berarti seseorang mengembangkan persepsi tentang bagaimana seseorang melakukan perbandingan sosial yang merupakan salah satu proses pembentukan dalam penilaian diri mengenai daya tarik fisik. Pikiran dan perasaan mengenai tubuh bermula dari adanya reaksi orang lain. Dalam konteks perkembangan, *body shame* berasal dari hubungan interpersonal. Perkembangan emosional dan pikiran individu juga berkontribusi pada bagaimana seseorang melihat dirinya. Maka, bagaimana seseorang berpikir dan merasa mengenai tubuhnya dapat mempengaruhi hubungan dan karakteristik psikologis.

#### **2.2.4 Dampak *Body Shaming***

Cahyani (2018) menyatakan proses terjadinya *body shame* bisa terbentuk karena adanya interaksi dan pengaruh dari lingkungan kemudian pengaruh tersebut memberikan dampak pada individu. Dampak tersebut antara lain:

##### **a. Gangguan Makan**

*Body shame* merupakan penyebab harga diri yang rendah dan berkaitan dengan pola makan. Seseorang cenderung melakukan perubahan pada tubuhnya dengan melakukan diet untuk

menurunkan berat badan ataupun mengonsumsi makanan yang banyak untuk menaikkan berat badan. Dapat dikatakan bahwa semakin tinggi tingkat *body shame* maka cenderung memberikan kontribusi yang signifikan terhadap perilaku makan (Cahyani, 2018).

b. Mempengaruhi Kesehatan Fisik

*Body shame* tidak hanya berpengaruh pada gangguan makan, tetapi *body shame* memiliki pengaruh terhadap kesehatan seseorang. Terdapat hubungan positif antara *body shame* dengan infeksi maupun gejala dan infeksi dari suatu penyakit disebabkan karena respon dan penilaian tubuh yang rendah (Cahyani, 2018). Ketika seseorang sedang mengalami *body shame* maka terdapat kecenderungan rentan terhadap penyakit karena kurang perhatian terhadap kondisi kesehatannya.

c. Depresi

Pada situasi yang ekstrem perspektif pengamat terhadap diri sepenuhnya dapat menggantikan perspektif sendiri perempuan tentang tubuhnya, kondisi ini memungkinkan individu mengalami kondisi kehilangan diri (*loss of self*). Ketika kondisi *loss of self* terus berlanjut dapat menyebabkan depresi karena akan semakin mengambil perspektif pengamat terhadap diri (Damanik, 2018). Depresi dapat dialami seseorang karena perspektif negatif yang terus menghantui seseorang. Kurangnya kepuasan terhadap bentuk tubuh atau keadaan tubuh merupakan pemicu seseorang mengalami

depresi. Depresi tidak hanya dialami oleh perempuan, tetapi laki-laki juga dapat mengalami depresi, tetapi tidak sebanyak perempuan.

### **2.2.5. Ciri - Ciri *Body Shaming***

Mawaddah (2020) mengungkapkan ciri-ciri Penghinaan Fisik atau *Body shaming* Ada tiga, yaitu :

- a) Mengkritisi diri sendiri dan membandingkan dengan orang lain.  
Misalnya, berpikir bahwa Anda lebih gemuk dari pada orang lain.  
Mengkritik penampilan orang lain
- b) Mengatakan bahwa orang lain memiliki kulit yang terlihat lebih gelap, sehingga perlu menggunakan produk pemutih wajah.
- c) Mengkritik penampilan orang lain tanpa sepengetahuan mereka.  
Misalnya, berbicara dengan orang lain tentang penampilan orang tersebut saat orang tersebut sedang tidak berada di dekat anda.

### **2.2.6 Pengukuran *Body Shaming***

- a. Skala *Body Shaming* Oleh Eka Suci Nurlaily (2020)

Eka Suci Nurlaily (2020) Melakukan modifikasi alat ukur *Body Shaming* berdasarkan dimensi yang mempengaruhi *Body Shaming* oleh Gilbert & Miles pada tahun (2002). Alat ukur tersebut digunakan pada penelitian dengan judul " *as Cognitive Behavior Therapy Untuk Menurunkan Tingkat Body Shame*". Alat ukur tersebut terdiri dari 20 item yang disusun berdasarkan dari dimensi *Body shaming*.

- b. Skala *Body Shaming* Oleh Ridha Putriani Sari (2020)

Skala *Body shaming* disusun oleh Ridha Putriani Sari pada tahun 2020 dalam penelitian dengan judul "*Hubungan Body Shaming dengan interaksi sosial teman sebaya di SMKN 7 Tangerang Selatan*". Sementara aspek dari skala tersebut terdiri dari mengomentari penampilan, membandingkan diri, dan mengomentari fisik. Skala tersebut memiliki total 26 item yang disusun berdasarkan aspek - aspek yang dikemukakan oleh Vargas ( dalam Chairani 2018).

c. *Bodily Shame Scale* oleh Celine Pricilia (2019)

*Bodily Shame Scale* disusun oleh Celine Pricilia dalam penelitian yang berjudul Pengaruh "*Bodily Shame di Instagram terhadap Konsep Diri Remaja Perempuan*". Skala tersebut disusun berdasar aspek dari *body shaming* yang kemukakan oleh Rodrigues (2013) yang terdiri dari perasaan khawatir akan apa yang orang lain pikirkan, perasaan malu mengenai tubuh atau salah satu bagian tubuh, perasaan khawatir tentang orang lain pikirkan tentang kondisi tubuh, dan perasaan menghindari melihat diri sendiri di cermin. Skala tersebut terdiri dari 7 item yang disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Rodrigues (2013).

## 2.3 Remaja

### 2.3.1 Pengertian Remaja

Subjek penelitian ini merupakan remaja yang berada dikota makassar, masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak-anak dan masa orang dewasa yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan biologis dan psikologis. Secara global masa remaja berlangsung antara umur 12-21 tahun, dengan pembagian 12-15 tahun masa remaja awal, 15-18 tahun masa remaja pertengahan, 18-21 tahun masa remaja akhir (Husna, F., & Ariningtyas, N. (2019). Secara biologis ditandai dengan tumbuh dan berkembangnya seks primer dan seks sekunder sedangkan secara psikologis ditandai dengan sikap dan perasaan, keinginan dan emosi yang labil atau tidak menentu (Hidayati & Farid, 2016).

Hal itu dikarenakan remaja tidak termasuk golongan anak, tetapi ia tidak pula termasuk golongan orang dewasa. Seorang anak masih belum selesai perkembangannya, orang dewasa dapat dianggap sudah berkembang penuh.

Sedangkan remaja walaupun sudah mulai berkembang namun belum mampu untuk menguasai fungsi fisik psikisnya dengan baik

Mappiare (1982) menyatakan masa remaja berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Rentang usia remaja ini dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18 tahun adalah

remaja awal, dan usia 17/18 tahun sampai dengan 21/22 tahun adalah remaja akhir. Menurut hukum di Amerika Serikat saat ini, individu dianggap telah dewasa apabila telah mencapai usia 18 tahun, dan bukan 21 tahun seperti ketentuan sebelumnya (Hurlock, 1991). Pada usia ini, umumnya anak sedang duduk di bangku sekolah menengah (Ali, M., & Asrori, M. 2016).

### **2.3.2 Ciri-ciri Masa Remaja**

Mappiare (1982) mengemukakan Seperti halnya dengan semua periode yang peting selama rentang kehidupan, masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakan dengan periode sebelum dan sesudahnya. Ciri-ciri tersebut adalah :

#### **1. Masa Remaja sebagai Periode yang Penting**

Ada periode yang penting karena akibat fisik dan ada lagi karena akibat psikologis. Pada periode remaja kedua-duanya sama-sama penting.

#### **2. Masa Remaja sebagai Periode Peralihan**

Pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak dan juga bukan pula orang dewasa. Status remaja yang tidak jelas ini memberi waktu kepadanya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai dan sifat yang paling sesuai bagi dirinya.

### 3. Masa Remaja sebagai Periode Perubahan

Ada empat perubahan yang sama dan hampir bersifat universal pada setiap remaja.

- a. Meningkatnya emosi yang intensitasnya bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikis yang terjadi.
- b. Perubahan tubuh – yang akan lebih dijelaskan pada aspek perkembangan.
- c. Perubahan minat dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial untuk diperankan.
- d. Dengan berubahnya minat dan pola perilaku, maka nilai-nilai juga berubah.

### 4. Masa Remaja sebagai Usia Bermasalah Masalah

Masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan Terdapat dua alasan bagi kesulitan itu. Pertama, sepanjang masa kanak-kanak, sebagian masalah seringkali diselesaikan oleh orang tua dan guru-guru sehingga kebanyakan remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi masalah. Kedua, para remaja merasa diri mandiri, menolak bantuan orang tua dan guru-guru. tetapi minimnya pengalaman menjadikan penyelesaian seringkali tidak sesuai harapan

### 5. Masa Remaja sebagai Masa Mencari Identitas

Identitas diri yang dicari remaja berupa usaha untuk menjelaskan siapa dirinya, apa peranannya dalam masyarakat, apakah ia seorang

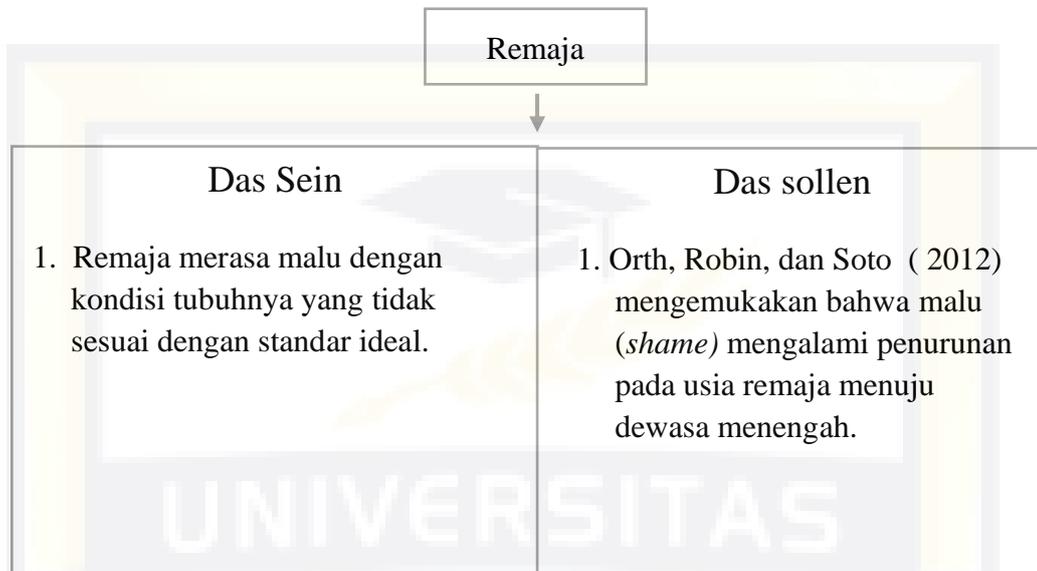
anak ataukah orang dewasa, apakah nantinya ia dapat menjadi seorang ayah atau ibu, apakah ia mampu percaya diri dan secara keseluruhan apakah ia akan berhasil ataukah gagal.

#### **2.4 Pengaruh *Body Shaming* terhadap *Self Blaming* pada remaja di kota Makassar**

Beberapa kasus yang kerap kali terjadi di kalangan remaja saat era teknologi ini adalah terjadinya kekerasan (*bullying*) yang menimbulkan korban, baik korban psikis ataupun fisik. *Bullying* atau kekerasan terbagi menjadi dua, yaitu kekerasan fisik dan kekerasan psikis (*verbal*). Kasus *bullying* di era digital saat ini yang sedang marak adalah terjadinya kasus *bullying* mengenai *body shaming* baik itu secara langsung maupun yang sering kita jumpai di media sosial seperti di laman *instagram*, *facebook*, *youtube* dan lain sebagainya. Tidak sedikit remaja yang juga kehilangan rasa percaya diri karena perubahan bentuk tubuhnya. Fenomena yang muncul saat ini yaitu munculnya tindakan *body shaming* yakni tindakan mengomentari fisik, penampilan, atau citra diri seseorang (Chaplin, 2005).

Remaja yang mengalami *body shaming* berawal dari faktor lingkungan. Apabila dari lingkungan tidak menerima atau mengejek dan menganggap mempunyai kondisi fisik yang tidak sesuai standar tubuh ideal adalah kesalahan, tak jarang menjadi bahan untuk menjadi lelucon, dengan begitu remaja yang bisa jadi pelaku dan korban *body shaming*. Ketika remaja mengalami *body shaming* oleh orang lain atau dirinya sendiri, remaja yang memiliki tubuh tidak sesuai dengan standar kecantikan bisa saja menyalahkan diri sendiri (*self blaming*).

## 2.5 Kerangka Berpikir



### Penelitian Kuantitatif



### keterangan :

-  = Fokus penelitian  
 = Pengaruh

## 2.6 Hipotesis penelitian

Berdasarkan penjelasan dari landasan teori diatas, maka hipotesis yang kemudian muncul adalah terdapat pengaruh *body shaming* terhadap *self blaming* pada remaja dikota Makassar.



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Pendekatan Penelitian**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Sementara pendekatan kuantitatif pada penelitian ini memiliki tujuan untuk menjelaskan, memprediksi, dan mengendalikan fenomena sosial melalui pengukuran objektif serta melibatkan analisis numerik, sedangkan asosiatif ditetapkan sebagai jenis penelitian dalam penelitian ini. Sugiyono sendiri memaparkan bahwa, penelitian asosiatif adalah jenis penelitian yang bertujuan untuk menemukan hubungan antara dua variabel atau lebih (Sugiyono, 2018).

#### **3.2 Variabel Penelitian**

Variabel adalah gejala yang berbeda. Sutrisno Hadi (Dalam Arikunto, 2006) mengatakan bahwa variabel merupakan subjek penyelidikan dan bervariasi berdasarkan gejala masalah yang menjadi subjek penyelidikan. Dalam penelitian psikologi sosial, suatu variabel tidak dapat dikaitkan dengan satu variabel saja, tetapi mempengaruhi banyak variabel lainnya. Oleh karena itu, pertama-tama kita harus mengidentifikasi variabel penelitian. Identifikasi variabel adalah langkah untuk mengidentifikasi variabel utama penelitian dan mengidentifikasi fungsinya masing-masing (Azwar, 1998).

Variabel bebas disebut juga dengan variabel independen. Variabel ini disebut variabel bebas karena variabel ini dapat berdiri sendiri tanpa

dipengaruhi oleh variabel lain. Variabel ini disebut juga variabel *influencer* karena dapat memberikan pengaruh terhadap variabel lainnya. Variabel bebas pada penelitian ini juga disebut variabel X. Variabel terikat atau variabel dependent merupakan variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas atau variabel independent. Adanya atau terjadinya variabel-variabel tersebut disebabkan oleh adanya variabel bebas, bukan variabel lain. Variabel terikat ini disebut variabel Y. (Nawawi, 1983). Pada Penelitian ini yang dimaksud variabel bebas atau variabel (X) adalah *body shaming*, dan yang menjadi variabel terikat (Y) atau variabel dependent adalah *self blaming*.

### 3.3 Definisi Variabel

#### 1. *Body Shaming*

##### a. Definisi Konseptual

Gilbert & Miles (2002) menyatakan bahwa *Body shaming* merupakan perasaan malu yang ditimbulkan oleh penilaian negatif seseorang terkait salah satu ciri fisik (bentuk tubuh, tinggi badan, atau berat badan) yang dimana orang lain diyakini melihat ciri fisik tersebut sama sekali tidak menarik, pemikiran tersebutlah yang akan menimbulkan pemikiran bahwa dirinya berada pada posisi yang rentan dan tidak diterima pada suatu lingkungan sosial, bentuk penilaian itu juga tidak hanya berlaku pada orang lain, tetapi juga berpotensi untuk terjadi pada diri individu itu sendiri.

## **b. Definisi Operasional**

Chaplin (2015) *Body shaming* adalah penilaian negatif terhadap kondisi fisik yang dihasilkan dari kritik terhadap diri sendiri dan penampilan orang lain. *Body shaming* timbul dari perasaan cemas dan takut akibat kondisi fisik yang tidak memenuhi standar fisik ideal yang ada di suatu lingkungan. Gejala *body shaming* cenderung menyembunyikan atau mengubah kondisi tubuh yang dipandang negatif oleh orang lain atau diri sendiri.

## **2. Self Blaming**

### **a. Definisi Konseptual**

Coelman (1985) menyatakan bahwa *Self-blame* adalah naik turunnya persepsi diri, yang dimana efek dari turunnya persepsi diri sendiri tersebut, menyebabkan individu tersebut kemudian melemparkan rasa bersalah dan tanggung jawab atas peristiwa menyakitkan pada dirinya sendiri. Karena mereka pikir merekalah yang menyebabkan peristiwa itu. Ada dua jenis menyalahkan diri sendiri dalam *self blaming* yaitu menyalahkan diri sendiri atas kepribadian dan menyalahkan diri sendiri atas perilaku. Menyalahkan diri karena kepribadian diri meliputi sifat serta aspek-aspek yang ada pada diri yang sulit atau tidak dapat diubah seperti penampilan fisik, sifat/karakter diri dan kepercayaan irasional yang dirasa dimiliki oleh diri. Sedangkan menyalahkan diri karena perilaku meliputi tindakan dan perilaku yang dapat diubah seperti pakaian yang digunakan serta perilaku atau tindakan yang dilakukan.

## b. Definisi Operasional

Zuama (2011). *Self-blame* adalah proses mekanisme psikologis yang cenderung didefinisikan berdasarkan dua kategori *characterological self-blame* yaitu menyalahkan diri sendiri berdasarkan aspek/karakteristik yang ada dalam diri dan sulit diubah dan *behavioral self-blame* yaitu menyalahkan diri berdasarkan perilaku atau tindakan diri yang dapat diubah.

### 3.4 Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

#### 1. Populasi

Populasi adalah domain generasi yang terdiri dari objek/subyek dengan sifat dan karakteristik tertentu, yang peneliti putuskan untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2018). Dalam metode penelitian ini, populasi digunakan untuk menamai kelompok atau kelompok objek yang akan diteliti. Sebagaimana didefinisikan di atas, populasi dimasukkan sebagai bagian dari penelitian. Objek yang dijadikan populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja yang berasal dari kota Makassar.

#### 2. Sampel

Sugiyono (2013) menjelaskan bahwa sampel berarti sebagian kecil dari populasi. Jumlah sampel ditentukan dengan menggunakan rumus  $n \geq \frac{1}{a^2}$ . Disini nilai yang digunakan dalam penelitian ini adalah 0,05 atau 5%. Sampel yang digunakan sebanyak 406 orang berusia 12-21 tahun yang berdomisili di kota Makassar.

### 3. Teknik Pengambilan Sampel

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini merupakan remaja dari kota Makassar, dan jumlah keseluruhannya terlalu besar untuk diketahui jumlah dengan pastinya, sehingga peneliti perlu mengambil sampel yang representatif dari populasi. Teknik pengambilan sampel yang dipilih peneliti untuk penelitian ini adalah *non-probability sampling*. Sugiyono (2016) menjelaskan bahwa teknik pengambilan sampel probabilistik adalah teknik pengambilan sampel dimana tidak semua individu dalam populasi penelitian memiliki peluang yang sama.

Responden pada penelitian ini kemudian dipilih dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Sugiyono (2016) menjelaskan bahwa *accidental sampling* adalah metode penentuan sampel secara acak. Artinya siapa saja yang memenuhi kriteria sampling kebetulan bertemu dengan seorang peneliti dan bersedia menggunakannya sebagai sampel untuk penelitiannya. Adapun ciri-ciri subjek dalam penelitian ini, yaitu:

- a. Berusia 12 - 21 tahun
- b. Berdomisili di Kota Makassar
- c. Pernah merasakan *Body Shaming*

### 3.5 Teknik Pengumpulan Data

#### a. Skala *body shaming*

Dalam penelitian ini teknik pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti dalam mengukur variabel *body shaming* menggunakan skala psikologi dari skala milik Riananda Regita Cahyani, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Mauana Malik Ibrahim, Malang dengan judul penelitian "*efektifitas cognitive behavior therapy untuk menurunkan tingkat body shame*", skala tersebut disusun berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Gilbert & Miles (2002) yang menyatakan bahwa *Body shaming* merupakan perasaan malu yang ditimbulkan oleh penilaian negatif seseorang terkait salah satu ciri fisik (bentuk tubuh, tinggi badan, atau berat badan) yang dimana orang lain diyakini melihat ciri fisik tersebut sama sekali tidak menarik. Hasil dari uji validitas skala sendiri menghasilkan 20 item yang dinyatakan valid dari sebelumnya terdapat 40 item yang ada, 20 item dinyatakan gugur karena memiliki nilai koefisien daya beda yang rendah. Nilai *Cronbach's alpa* pada skala tersebut adalah 0.888, skala penelitian tersebut dikatakan reliabel karena nilai koefisien *Cronbach's alpa* menunjukkan nilai  $> 0,6$ .

*Blue Print* skala *Body Shaming* adalah sebagai berikut :

Tabel 3.1 *Blue Print* Skala *Body Shaming*

No.	Aspek	Indikator	No. Item		Jml
			Favourable	Unfavourable	
1.	Komponen kognitif sosial atau eksternal	Dipandang rendah oleh orang lain	3	1	2
2.	Komponen mengenai evaluasi diri yang berasal dari dalam	Rendah diri	4, 9	2	3
3.	Komponen Emosi	Cemas	5, 11	12	8
		Muak terhadap diri sendiri	6, 20	10, 14	
4.	Komponen Perilaku Menghindar	Merasa terancam	7, 8, 19		7
		Membandingkan diri	15, 16, 18		
		Tidak nyaman	17		
Total			15	5	20

#### **b. Skala *self blaming***

*Blue print* dan skala psikologi yang penulis gunakan dalam penelitian ini berasal dari penelitian yang dilakukan oleh Eka Suci Nurlaily yang berjudul "*Pengaruh body shaming terhadap self blaming pada remaja di karang taruna Perumnas Ngembat sari Gemolong*" yang disusun berdasarkan berdasarkan teori yang dikemukakan oleh coelman (1985). Nilai koefisien reialibilitas *alpha* pada skala tersebut adalah 0.914. Hal

ini menunjukkan bahwa alat ukur *self blaming* memiliki reliabilitas yang baik. *Blue Print* skala *self blaming* adalah sebagai berikut

Tabel 3.1 *Blue Print* Skala *Self Blaming*

No	Aspek	Indikator	No Item		Jm
			Favourabel	Unfavourabel	
1.	Rendah Diri	Tidak Aman	1	10	19
		Merasa Mau	2	7	
		Kasihani Diri	33	-	
		Trauma	24	3	
		Takut	-	16	
		Merasa Kacau	14	32	
		Kegagalan	18,21,26, 27,30	31	
		Sedih	5	19, 25	
2.	Gangguan Fisik	Nyeri Dada	-	29	14
		Kelelahan	28	6	
		Badan sakit	20	9	
		Salah Cerna	12	8	
		Sakit Jantung	-	17	
		Tukak lambung	-	23	
		Debaran Jantung	15	22	
		Sakit Punggung	11	-	
		Diare	4	-	
		Sakit Kulit	13	-	
Total			18	15	33

### 3.6 Teknik Analisis Data

Sebelum menguji hipotesis dalam penelitian ini, terlebih dahulu dilakukan pengujian prasyarat analisis data yang meliputi :

#### 1. Analisis Deskriptif

Sugiyono (2014) menyatakan metode analisis deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi.

#### 2. Analisis Uji Asumsi

##### a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan cara yang digunakan untuk melakukan pengujian normalitas sampel (Arikunto, 2006). Sebelum data di analisis lebih lanjut, data harus berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Sebaran data uji normalitas penelitian ini menggunakan Ms. Excel 2016 sebagai input data angket. Kemudian dihitung melalui SPSS 23.0.

Analisis data bertujuan untuk mengetahui data yang digunakan berdistribusi normal atau tidak. Untuk mengidentifikasi data berdistribusi normal adalah dengan melihat nilai 2-tailed significance yaitu jika masing-masing variabel memiliki nilai  $> 0,05$  maka data disimpulkan bahwa variabel penelitian berdistribusi normal. Sebaliknya, apabila nilai signifikan yang diperoleh  $< 0,05$ , maka data yang diuji tidak terdistribusi normal.

## 2. Uji Linieritas

Uji linearitas dapat dipakai untuk mengetahui apakah variabel terikat dengan variabel bebas memiliki hubungan linear atau tidak secara signifikan (Sugiyono, 2018). Uji linearitas dapat dilakukan melalui test of linearity. Adapun teknik analisisnya dengan menggunakan nilai signifikansi pada taraf signifikansi ( $\alpha = 0,05$ ) sebagai berikut :

- a. Jika nilai sig.  $< 0,05$ , maka hubungan antara variabel bebas *body shaming* (X) dengan variabel terikat *self blaming* (Y) adalah linear.
- b. Jika nilai sig.  $> 0,05$ , maka hubungan antara variabel bebas *body shaming* (X) dengan variabel terikat *self blaming* (Y) adalah tidak linear.

## 3. Uji Hipotesis

Setelah data terkumpul, maka langkah selanjutnya adalah mengolah data tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *body shaming* terhadap *self blaming* di kota Makassar. Sesuai dengan jenis penelitian ini yaitu penelitian korelasional yang bertujuan untuk menguji hipotesis tentang ada tidaknya hubungan antara dua variabel maka akan digunakan teknik analisis *Simple Linier Regression* (Regresi Linier Sederhana) dengan bantuan Microsoft Excel 2016 dan SPSS 23.0. Teknik analisisnya sebagai berikut :

- a. Jika nilai signifikansi (sig.) lebih kecil  $r <$  dari nilai probabilitas 0,05, maka ada pengaruh antara variabel *body shaming* (X) terhadap variabel *self blaming* (Y).



## BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

### 4.1 Hasil Analisis

#### 4.1.1 Hasil Analisis Deskriptif Demografi

##### 1. Usia

Terdapat 406 responden secara total yang digunakan dalam penelitian ini. Jumlah tersebut dipisahkan menjadi kelompok umur berdasarkan rentang usia remaja, dengan pembagian usia sebagai berikut, masa remaja awal yang dimulai dari umur 12-15 tahun, masa remaja pertengahan dari umur 15-18 tahun dan masa remaja akhir dari umur 18-21 tahun (Monks dan Haditono, 2002). Hasilnya, responden yang termasuk dalam kategori 12-14 tahun berjumlah 0 (0%) dari seluruh responden, responden yang termasuk dalam kategori 15-16 tahun berjumlah 129 (32%) responden yang termasuk dalam kategori 17-18 tahun berjumlah 256 (63%) dan responden yang termasuk dalam kategori 20-21 tahun sebanyak 21 responden (5%) dari total keseluruhan responden.

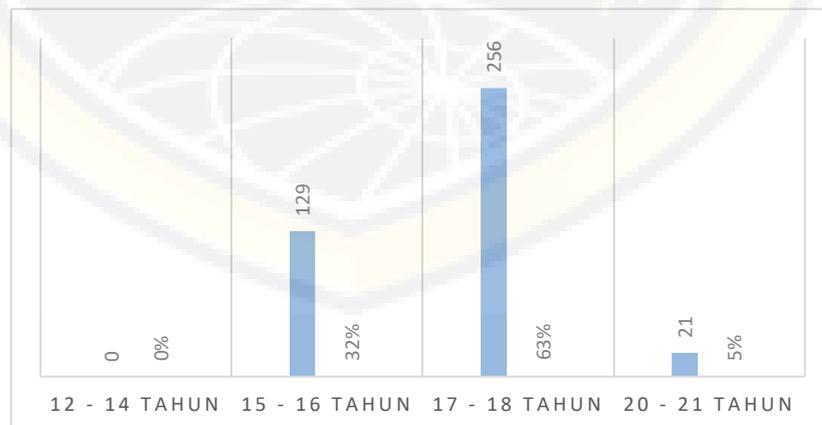


Diagram 4.1 Diagram Deskriptif Berdasarkan Usia Subjek

## 2. Jenis Kelamin

Terdapat 406 responden secara total yang digunakan dalam penelitian ini. Jumlah tersebut dipisahkan menjadi 2 kelompok jenis kelamin, yaitu kelompok perempuan dan laki-laki untuk tujuan pengkategorian. Hasilnya, responden yang termasuk dalam kategori laki-laki berjumlah 204 (50%) dari seluruh responden, responden yang termasuk dalam kategori perempuan berjumlah 202 responden (49%) dari total keseluruhan responden.

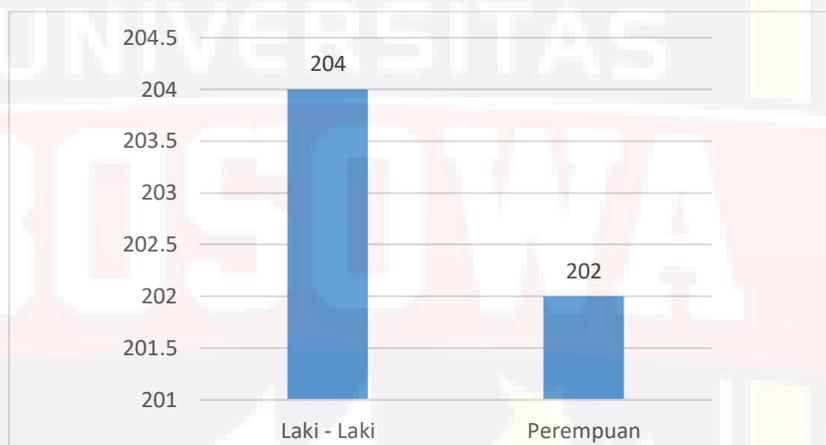


Diagram 4.2 Diagram Deskriptif Berdasarkan Jenis Kelamin Subjek

## 3. Kota Asal

Terdapat 406 responden secara total yang digunakan dalam penelitian ini. Jumlah tersebut dipisahkan menjadi 2 kelompok Asal kota, yaitu kelompok responden yang berasal dari luar Kota Makassar dan kelompok responden yang berasal dari Kota Makassar untuk tujuan pengkategorian. Hasilnya, responden yang termasuk dalam kategori berasal dari luar Kota Makassar 167 (41%) dari seluruh responden, responden yang termasuk dalam kategori yang berasal dari Kota Makassar 239 (59%) dari total keseluruhan responden.

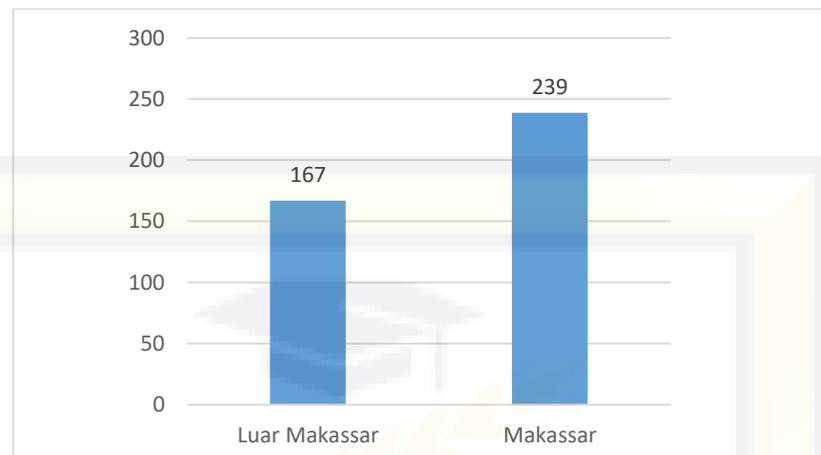


Diagram 4.3 Diagram Deskriptif Berdasarkan Asal Kota Subjek

#### 4. Berat Badan

Terdapat 406 responden secara total yang digunakan dalam penelitian ini. Jumlah tersebut dipisahkan menjadi tiga kelompok kategori berat badan yaitu, berat badan berlebih, berat badan normal, dan berat badan kurang, untuk tujuan pengkategorian. dalam menentukan kategorisasi tersebut, peneliti mengacu kepada rumus BMI (*body massa index*) dengan ketentuan nilai BMI <18,5 masuk kedalam kategori kekurangan berat badan, 18,5-22,9 masuk kedalam kategori normal, dan 23-30 masuk kedalam kategorisasi kelebihan berat badan. Hasilnya, responden yang termasuk dalam kategori responden yang memiliki berat badan berlebih berjumlah 113 (28%) dari seluruh responden, responden yang termasuk dalam kategori responden yang memiliki berat badan normal berjumlah 277 (68 %) dan responden yang termasuk dalam kategori memiliki berat badan kurang sebanyak 16 (4%) dari total keseluruhan responden

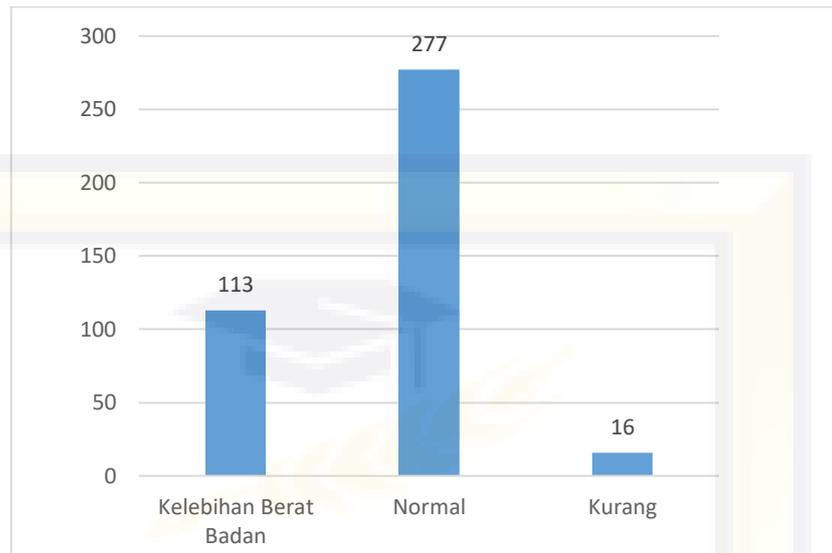


Diagram 4.4 Diagram Deskriptif Berdasarkan Berat Badan Subjek

#### 4.1.2 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Penelitian

##### 1. *Body Shaming*

Berikut adalah tabel ringkasan hasil Statistik Tingkat Skor *Body Shaming* menggunakan aplikasi *Microsoft Excel 2010* dan *IBM SPSS Statistics 25*.

Distribusi Skor	N	Minimum	Maximum	Mean	SD
<i>Body_Shaming</i>	406	54	97	81.22	9.715

Tabel 4.1. Distribusi Skor *Body Shaming*

Dari tabel tersebut terlihat bahwa distributor variabel *Body Shaming* memperoleh 54 hasil minimum dan 97 maksimum dengan jumlah responden sebanyak 406 responden. Selain itu, mean menunjukkan nilai 81.22 dan standar deviasi menunjukkan nilai 9.715

Kategorisasi	Rumus	Hasil
Sangat Tinggi	$X > (\text{Mean} + 2 \text{SD})$	69,5
Tinggi	$\text{mean} + 1\text{SD} < X < \text{mean} + 2\text{SD}$	90,92 x 100,63
Sedang	$\text{mean} - 1\text{SD} < X < \text{mean} + 1\text{SD}$	71,5 x 90,92
Rendah	$\text{mean} - 2\text{SD} < X < \text{mean} - 1\text{SD}$	61,79 x 71,5
Sangat Rendah	$X > (\text{Mean} - 2 \text{SD})$	61,3

Tabel 4.2. Kategorisasi *Body Shaming*

Distribusi skor pada variabel *body shaming* dapat dilihat melalui diagram sebagai berikut :

Diagram 4.5 Diagram Distribusi skor pada variabel *body shaming*

Berdasarkan data yang tertera pada diagram diatas menunjukkan bahwa dari total 406 responden terdapat 79 responden (19%) dengan skor *body shaming* yang tinggi, 196 responden (48%) dengan skor tinggi, 124 (31%) pada kategori sedang, 4 responden (1%) pada kategori rendah, dan 2 responden atau (0,5%) berada pada kategori sangat rendah.

## 2. Self Blaming

Di bawah ini telah dipaparkan mengenai tabel hasil rangkuman dari statistik tingkat *Self Blaming* dengan menggunakan aplikasi *Microsoft Excel 2010* dan *IBM SPSS Statistic 25*.

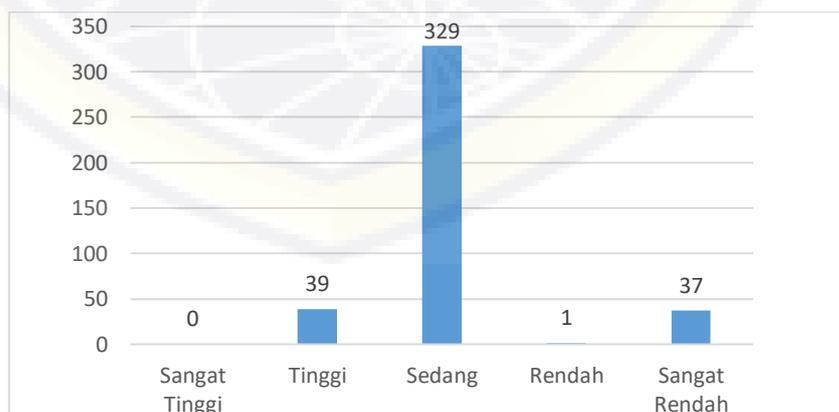
Distribusi Skor	N	Minimum	Maximum	Mean	SD
<i>Self_Blaming</i>	406	51	71	67.76	2.061

Tabel 4.3. Distribusi Skor *Self Blaming*

Dari tabel tersebut terlihat bahwa distribusi variabel *Self Blaming* dengan jumlah responden sebanyak 406 responden memperoleh hasil terendah atau minimal 51 dan tertinggi atau maksimal 71. Selanjutnya terdapat nilai mean atau rata rata adalah 67.76 dan juga memiliki standar deviasi 2.061. Distribusi skor pada variabel *Self Blaming* didapat berdasarkan hasil dari norma kategorisasi sebagai berikut :

Kategorisasi	Rumus	Hasil
Sangat Tinggi	$X > (\text{Mean} + 2 \text{SD})$	100,63
Tinggi	mean + 1SD x mean +2SD	90,92 x 100,63
Sedang	mean - 1SD x mean +1SD	71,5 x 90,92
Rendah	mean - 2SD x mean - 1SD	61,79 x 71,5
Sangat Rendah	$X > (\text{Mean} - 2 \text{SD})$	61,79

Tabel 4.4. Kategorisasi *Self Blaming*



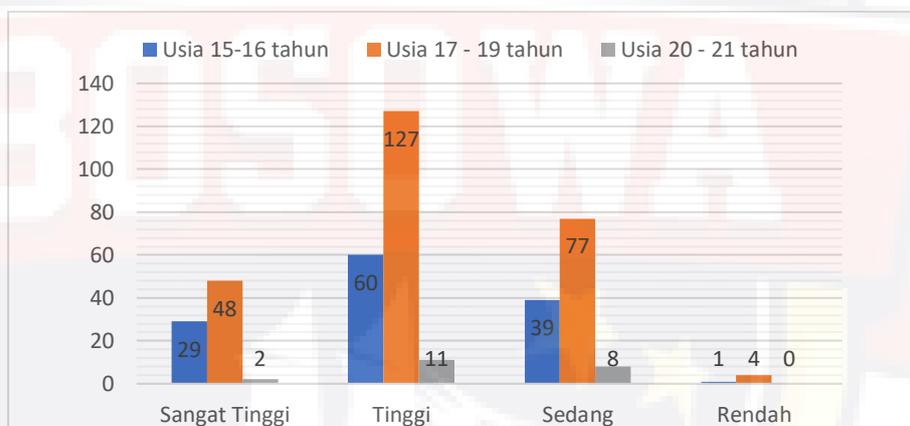
Gambar 4.6 Diagram Distribusi Kategorisasi *Self Blaming*

Berdasarkan data yang tertera pada diagram diatas menunjukkan bahwa dari total 406 responden terdapat 0 responden (0%) dengan skor *body shaming* sangat tinggi, 39 responden (10%) dengan skor tinggi, 329 atau 81% pada kategori sedang, 1 responden (0,5%) pada kategori rendah, dan 37 responden atau 9% berada pada kategori sangat rendah.

#### 4.1.3 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Berdasarkan Demografi

##### 1. Deskriptif Variabel *Body Shaming* Berdasarkan Demografi

###### a. Deskriptif Variabel *Body Shaming* berdasarkan Usia

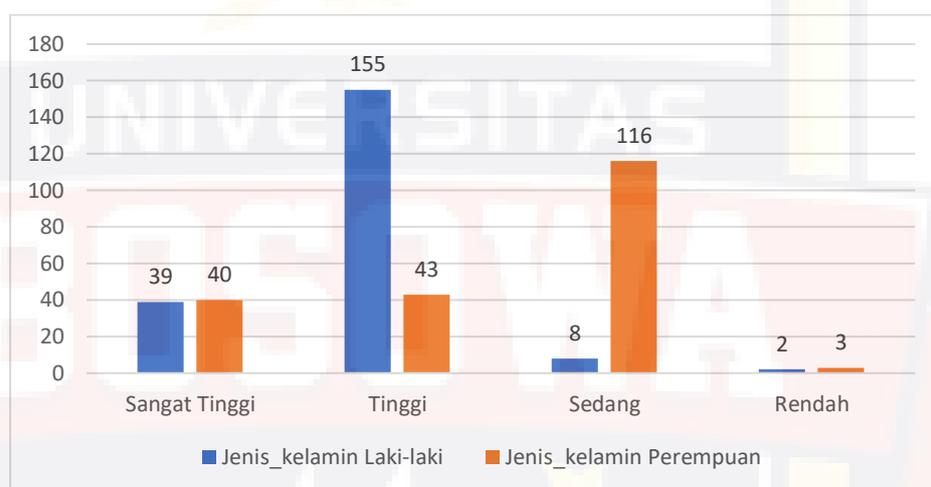


Gambar 4.7. Deskriptif *Body Shaming* berdasarkan Usia

Berdasarkan diagram yang diperoleh dari data penelitian dengan total 406 responden, pada kelompok usia 15-16 tahun memiliki 29 responden (7%) dalam kategori sangat tinggi, 60 responden (15%) dalam kategori tinggi, 39 responden (10%) dalam kategori sedang, dan 1 responden (0,5%) dalam kategori rendah. Sementara responden yang berada pada rentan usia 17-18 tahun memiliki 48 responden (12%) dalam kategori sangat tinggi, 127 responden (31%) dalam kategori tinggi, 77 responden

(19%) dalam kategori sedang dan 4 responden (1%) yang berada pada kategori rendah. Pada kelompok usia 20-21 tahun sendiri, memiliki responden dalam kategori sangat tinggi sebanyak 2 responden (0,004%) kategori tinggi 11 responden atau 3%, kategori sedang 8 responden atau 2% dan kategori rendah (0,004%) responden (0%) responden yang berada pada rentan usia 20-21 Tahun.

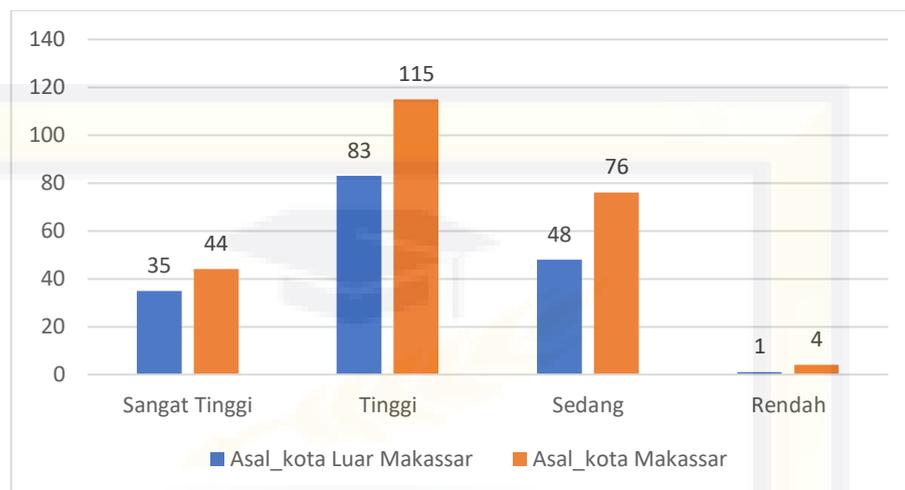
#### b. Deskriptif Variabel *Body Shaming* berdasarkan Jenis Kelamin



Gambar 4.8. Deskriptif *Body Shaming* berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan diagram yang diperoleh dari data penelitian dengan total 406 responden, pada kelompok jenis kelamin laki-laki memiliki 30 responden (10%) dalam kategori sangat tinggi, 155 responden (38%) dalam kategori tinggi, 8 responden (2%) dalam kategori sedang, dan 2 responden atau (0,004%) dalam kategori rendah. Sementara responden yang berada pada kelompok jenis kelamin perempuan memiliki 40 responden (10%) dalam kategori sangat tinggi, 43 responden (11%) dalam kategori tinggi, 116 responden (29%) dalam kategori sedang dan 3 responden (1%) yang berada pada kategori rendah.

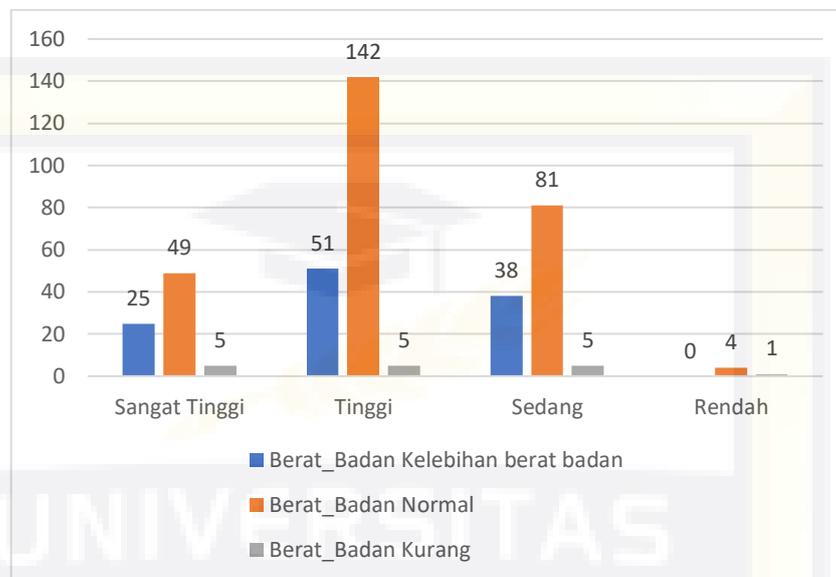
### c. Deskriptif Variabel *Body Shaming* berdasarkan Asal Kota



Gambar 4.9. Deskriptif *Body Shaming* berdasarkan Asal Kota

Berdasarkan diagram yang diperoleh dari data penelitian dengan total 406 responden, pada kelompok responden yang berasal dari luar Kota Makassar memiliki 35 responden (9%) dalam kategori sangat tinggi, 83 responden (20%) dalam kategori tinggi, 48 responden (12%) dalam kategori sedang, dan 1 responden (0%) dalam kategori rendah. Sementara responden yang berdomisili di Kota Makassar memiliki 44 responden (11%) dalam kategori sangat tinggi, 115 responden (28%) dalam kategori tinggi, 76 responden (19%) dalam kategori sedang dan 4 responden (1%) yang berada pada kategori rendah.

#### d. Deskriptif Variabel *Body Shaming* berdasarkan Berat Badan



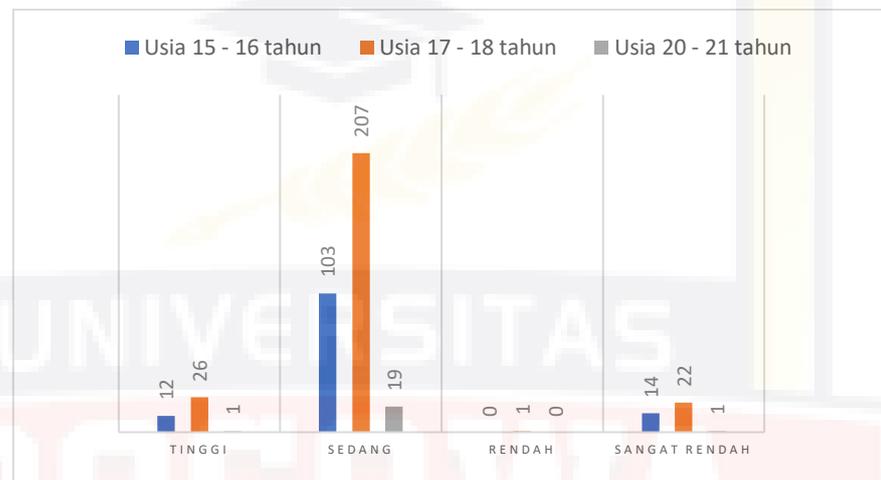
Gambar 4.10. Deskriptif *Body Shaming* berdasarkan Berat Badan

Berdasarkan diagram yang diperoleh dari data penelitian dengan total 406 responden, pada kelompok responden yang berada pada kategori memiliki berat badan berlebih sebanyak 25 responden (6%) dalam kategori sangat tinggi, 51 responden (13%) dalam kategori tinggi, 38 responden (9%) dalam kategori sedang, dan 0 responden (0%) dalam kategori rendah. Sementara responden yang berada pada kelompok responden yang memiliki berat normal memiliki 49 responden (12%) dalam kategori sangat tinggi, 142 responden (39%) dalam kategori tinggi, 81 responden (20%) dalam kategori sedang dan 4 responden (0.009%) yang berada pada kategori rendah. Pada kelompok responden yang memiliki berat badan kurang memiliki, 5 responden (1%) kategori sangat tinggi, 5 responden (1%) pada

kategori tinggi ,5 responden (1%) pada kategori sedang, dan 1 responden atau (0.02%) yang berada pada ketegori rendah.

## 2. Deskriptif Variabel *Self Blaming* berdasarkan Demografi

### a. Deskriptif Variabel *Self Blaming* Berdasarkan Usia

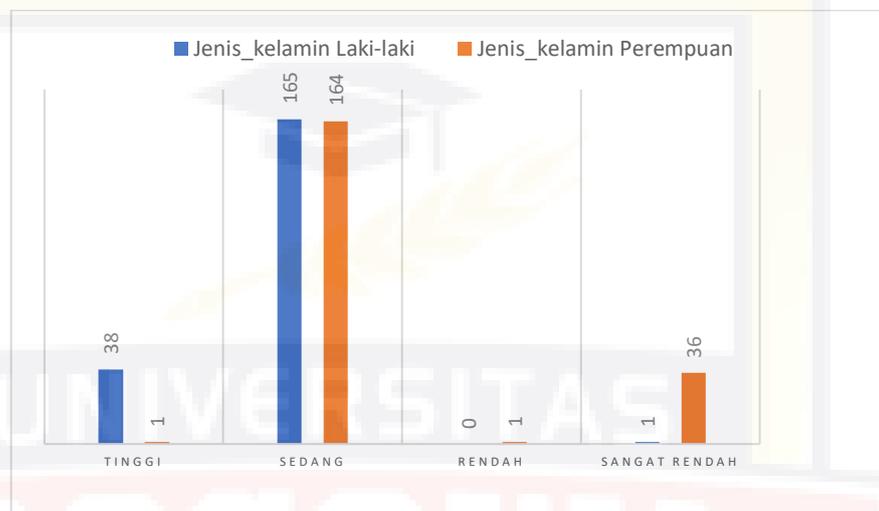


Gambar 4.11. Deskriptif *Self Blaming* berdasarkan Usia

Berdasarkan diagram yang diperoleh dari data penelitian dengan total 406 responden, pada kelompok usia 15-16 tahun memiliki 12 responden (3%) dalam kategori tinggi, 103 responden (25%) dalam kategori sedang, 0 responden (0%) dalam kategori rendah dan 14 responden (3%) dalam kategori sangat rendah. Sementara responden yang berada pada rentan usia 17-18 tahun memiliki 26 responden (6%) dalam kategori tinggi, 207 responden (51%) dalam kategori sedang, 1 responden (0.02%) dalam kategori rendah dan 22 responden (5%) yang berada pada kategori sangat rendah. Pada kelompok usia 20-21 tahun sendiri, memiliki 1 responden (0.02%) dalam kategori tinggi, 19 responden (5%) dalam kategori sedang, 1 responden (0.02%) dalam

kategori rendah dan 1 responden (0.02%) yang berada pada kategori sangat rendah.

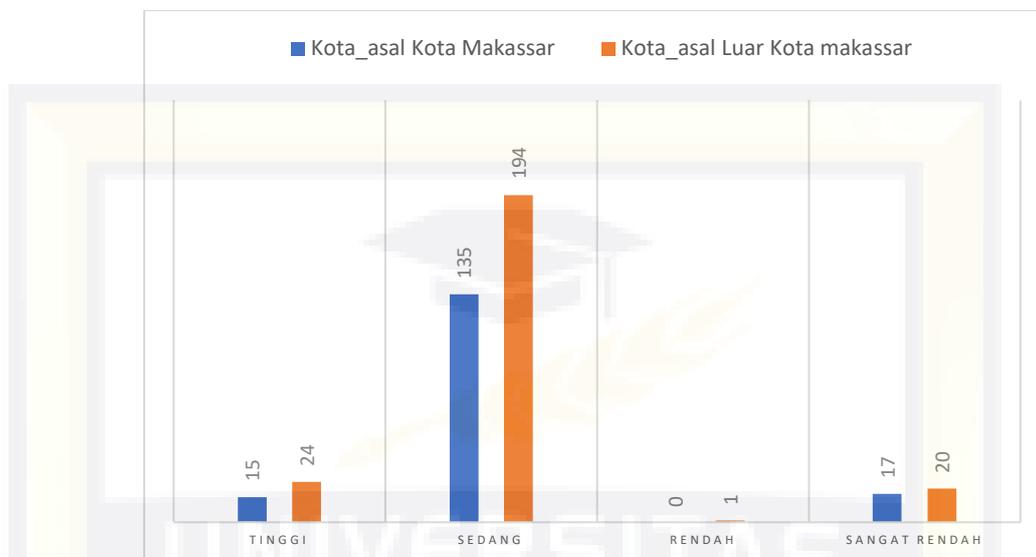
**b. Deskriptif Variabel *Self Blaming* berdasarkan Jenis Kelamin**



Gambar 4.12. Deskriptif *Self Blaming* berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan diagram yang diperoleh dari data penelitian dengan total 406 responden, pada kelompok jenis kelamin laki-laki memiliki 38 responden (9%) dalam kategori tinggi, 165 responden (41%) dalam kategori sedang, 0 responden (0%) dalam kategori rendah, dan 0 responden (0%) dalam kategori sangat rendah. Sementara responden yang berada pada kelompok jenis kelamin perempuan memiliki 1 responden (0.02%) dalam kategori tinggi, 164 responden (40%) dalam kategori sedang, 1 responden (0.02%) dalam kategori rendah dan 36 responden (9%) yang berada pada kategori sangat rendah.

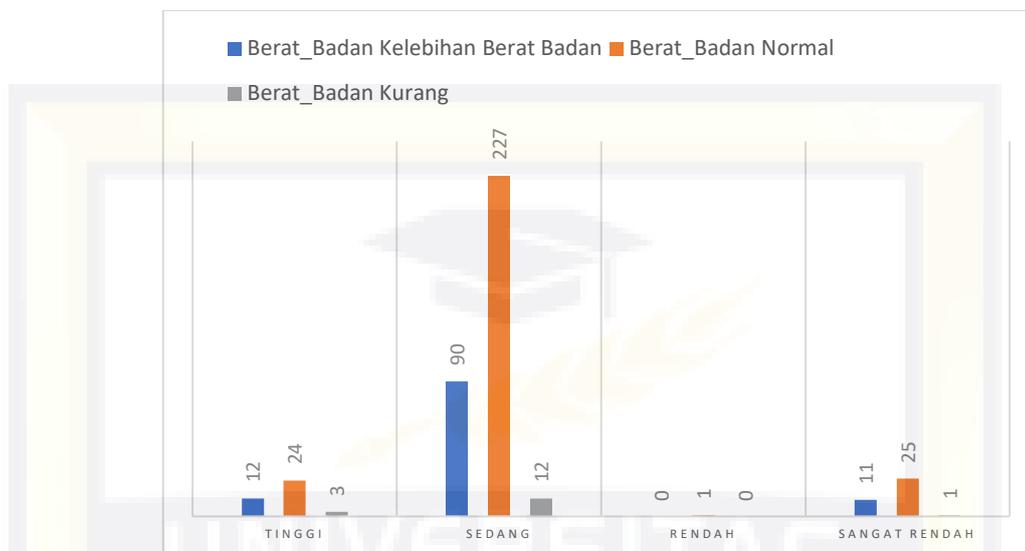
**c. Deskriptif Variabel *Self Blaming* berdasarkan Asal Kota**



Gambar 4.13. Deskriptif *Self Blaming* berdasarkan Asal Kota

Berdasarkan diagram yang diperoleh dari data penelitian dengan total 406 responden, pada kelompok responden yang berasal dari luar Kota Makassar memiliki 24 responden (6%) dalam kategori tinggi, 194 responden (48%) dalam kategori sedang, 1 responden (0%) dalam kategori rendah, dan 20 responden (5%) dalam kategori sangat rendah. Sementara responden yang berdomisili di Kota Makassar memiliki 15 responden (4%) dalam kategori tinggi, 135 responden (33%) dalam kategori sedang, 0 responden (0%) dalam kategori rendah dan 17 responden (4%) yang berada pada kategori sangat rendah.

#### d. Deskriptif Variabel *Self Blaming* berdasarkan Berat Badan



Gambar 4.14. Deskriptif *Self Blaming* berdasarkan Berat Badan

Berdasarkan diagram yang diperoleh dari data penelitian dengan total 406 responden, pada kelompok responden yang berada pada kategori memiliki berat badan berlebih sebanyak 12 responden (3%) dalam kategori tinggi, 90 responden (22%) dalam kategori sedang, 0 responden (0%) dalam kategori rendah, dan 11 responden (3%) dalam kategori sangat rendah. Sementara responden yang berada pada kelompok yang memiliki berat normal memiliki 24 responden (6%) dalam kategori tinggi, 227 responden (56%) dalam kategori sedang, 1 responden (0%) dalam kategori rendah dan 25 responden (6%) yang berada pada kategori sangat rendah, pada kelompok responden yang memiliki berat badan kurang memiliki, 3 responden (1%) kategori tinggi, 12 responden (3%) pada kategori sedang, 0 responden (0%) pada kategori rendah, dan 1 responden (0%) yang berada pada kategori sangat rendah.

#### 4.1.4 Hasil Uji Asumsi

##### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah pengujian yang dilakukan untuk menilai distribusi data dalam sekumpulan data atau variabel, apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak.. Uji normalitas pada penelitian ini dilakukan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test* dengan nilai signifikansi  $> 0.05$ , yang artinya jika nilai signifikansi yang keluar adalah  $< 0.05$  data dinyatakan tidak normal.

Variabel	Sig	Keterangan
<i>Self Blaming Body Shaming</i>	0.61	Terdistribusi Normal

Tabel 4.5. Hasil Uji Normalitas

Dari tabel di atas dapat kita lihat bahwa tingkat signifikansi dari hasil uji normalitas yang dilakukan adalah sebesar 0,61. Hal ini menunjukkan bahwa data dari penelitian ini berdistribusi normal.

##### 2. Uji Linieritas

Uji linieritas dapat digunakan untuk mengetahui apakah variabel *dependen* dan *independen* memiliki hubungan linier yang signifikan (Sugiyono, 2018). Prosedur analisis menggunakan signifikansi pada taraf signifikansi ( $\alpha = 0,05$ ) sebagai berikut:

- a. Jika nilai sig F  $< 0.05$ , maka hubungan antara variabel bebas *body shaming* (X) dengan variabel terikat *self blaming* (Y) adalah linear.

- b. Jika nilai  $\text{sig } F > 0.05$ , maka hubungan antara variabel bebas *body shaming* (X) dengan variabel terikat *self blaming* (Y) adalah tidak linear.

Tabel 4.6. Hasil Uji Linearitas

Distribusi Skor	Linieritas		Keterangan
	F*	Sig.F**	
<i>Self Blaming Terhadap Body Shaming</i>	11.507	0.001	Linier

Keterangan: \*F = Nilai Koefisien *Linearity*  
 \*\*Sig. F = Nilai signifikansi  $p = <0.05$

Dari tabel di atas terlihat bahwa signifikansi dari hasil uji linieritas yang dilakukan adalah 0,001. Hal ini menunjukkan bahwa data untuk kedua variabel dalam penelitian ini bersifat linier.

#### 4.1.5 Hasil Analisis Uji Hipotesis

Setelah data terkumpul, langkah selanjutnya adalah mengolah data. Penelitian ini bertujuan untuk mengklarifikasi pengaruh *body shaming* terhadap *self blaming* di kota Makassar. Teknik analisis regresi sederhana menggunakan *Microsoft Excel 2016* dan *SPSS 25* digunakan sesuai dengan jenis penelitian ini, sebuah penelitian Korelasional yang bertujuan untuk menguji hipotesis tentang ada tidaknya hubungan antara dua variabel. Metode analisisnya adalah sebagai berikut :

- Jika nilai signifikansi (sig.) lebih kecil  $<$  dari nilai (0.05) maka ada pengaruh antara variabel *body shaming* (X) terhadap variabel *self blaming* (Y).
- Jika nilai signifikansi (sig.) lebih besar  $>$  dari nilai (0.05) maka tidak ada pengaruh antara variabel *body shaming* (X) terhadap variabel *self blaming* (Y)

Tabel 4.7. Hasil Analisis Regresi Sederhana

Variabel	R*	%	F**	Sig F***	Keterangan
<i>Self Blaming Body Shaming</i>	0.028	2.8%	11.507	0.001	Signifikan

Keterangan:

\*R *Square Change* = Koefisien Determinan

\*\*F *Change* = Nilai Uji Koefisien regresi secara stimulant

\*\*\*Sig. F *Change* = Nilai Signifikansi F < 0.05

Dari tabel di atas terlihat bahwa nilai *R square change* adalah 0.028 atau dalam bentuk persen sebesar 2,8%. Hal ini menunjukkan bahwa variabel *body shaming* pada remaja di Kota Makassar memiliki dampak pada *self blaming* sebesar 2,8%. Artinya, selebihnya disebabkan oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini. Nilai F sebesar 11.507 dan signifikansi F sebesar 0.001 yang lebih kecil dari taraf signifikansi 5% atau 0,05. Artinya  $H_1$  akan diterima yang menunjukkan bahwa *body shaming* pada remaja di Makassar berdampak pada *self blaming*.

Variabel	Constant*	B**	Arah Pengaruh
<i>Self Blaming Body Shaming</i>	28.077	0.784	Positif

Tabel 4.8. Koefisien *body shaming* Terhadap *Self Blaming*

Berdasarkan tabel di atas, juga menunjukkan bahwa nilai konstan sebesar 28.077 dan nilai B atau koefisien pengaruh yaitu 0.784. Dapat terlihat bahwa arah pengaruh dari tabel di atas mengarah ke arah positif. Dengan kata lain, semakin tinggi variabel *body shaming* maka semakin tinggi pula *self blaming* pada remaja di Kota Makassar.

## 4.2 Pembahasan

### 4.2.1 Gambaran Umum *Body Shaming* pada remaja di Kota Makassar

Berdasarkan temuan analisis deskriptif, peneliti menemukan bahwa dari 406 responden remaja di Kota Makassar memiliki skor *Body Shaming* dominan pada kategori tinggi sebanyak 196 responden (48%). Berdasarkan dari hasil penelitian diatas, yang dimana hasil tersebut kemudian menjelaskan bahwa remaja yang berada dikota makassar mengalami tindakan *body shaming* yang berada pada kategori tinggi dengan presentasi sebesar 48%. Dengan nilai tersebut kemudian dapat memberikan gambaran bahwa *body shaming* yang dirasakan oleh remaja yang berada di Kota Makassar termasuk dalam kategori tinggi.

Salah satu faktor yang menyebabkan tingginya perilaku tersebut dikarenakan tindakan *body shaming* dapat timbul dari berbagai lingkungan yang ada disekitar remaja, seperti lingkungan sekolah, lingkungan bermain, bahkan dilingkungan orang terdekat sekalipun, hal tersebut kemudian dapat meningkatkan intensitas perlakuan *body shaming* yang dirasakan remaja karena remaja mendapatkan perlakuan tersebut hampir disemua lingkungan yang ada disekitarnya. Miller (2016) Menjelaskan banyak korban yang berada pada usia remaja, mengaku merasakan perilaku *body shaming* justru berasal dari lingkungan keluarga dan kerabatnya. Hal tersebutlah yang kemudian mejadi salah satu penyebab tingginya perilaku *body shaming* yang dirasakan remaja.

Hal tersebut sesuai dengan data awal yang peneliti dapatkan dengan melakukan wawancara awal terhadap 30 siswa/siswi yang bersekolah disalah satu SMAN dikota Makassar, hasil wawancara tersebut menjelaskan bahwa perilaku *body shaming* yang dirasakan oleh para remaja tersebut dapat bersumber dari berbagai lingkungan yang ada disekitarnya, 5 dari siswa SMAN tersebut menjelaskan bahwa bentuk *body shaming* yang dirasakannya karena memiliki berat badan yang berlebih dan mendapat perlakuan *body shaming* bahkan dilingkungan keluarga, ke 5 siswa tersebut bahkan mendapat panggilan "gendut", "battala", "gumbang", dan "gajah duduk", mereka mengaku bahwa panggilan tersebut justru lebih menyakitkan karena di rasakan dari lingkungan keluarga.

Selain dari lingkungan keluarga, perlakuan *body shaming* yang dirasakan oleh para responden juga dapat bersumber dari lingkungan sekolah. Berdasarkan dari hasil penelitian diatas (Gambar 4.7), juga menjelaskan bahwa tindakan *body shaming* yang terjadi dikota Makassar menunjukkan hasil, responden yang berada di usia 17 - 19 tahun berada pada kategori tinggi, yang dimana remaja yang berada rentan usia tersebut merupakan siswa sekolah. Penelitian yang dilakukan oleh Gam.RT *et al* (2020) dengan judul penelitian "*Body shaming among school-going adolescents: prevalence and predictors*" menjelaskan bahwa dari 800 responden, yang dimana responden tersebut merupakan

siswa dan siswi sekolah menunjukkan hasil 44,9% atau 359 responden merasakan perlakuan *body shaming* dilingkungan sekolah.

Berdasarkan hasil penelitian diatas juga menunjukkan kebervariasian hasil yang didapatkan terkait tingkat *body shaming* yang dirasakan oleh remaja dikota makassar, faktor yang memberikan pengaruh terhadap bervariasinya tingkat presentasi yang dirasakan korban *body shaming* yaitu bahwa korban cenderung untuk menjadikan saran dari orang lain sebagai acuan dalam menentukan bagaimana bentuk tubuh ideal, yang dimana saran yang diberikan memiliki perbedaan dari masing masing individu terkait bentuk tubuh yang ideal. Hasil tersebut berdasar pada penelitian yang dilakukan oleh Gani (2021) yang menjelaskan bagaimana persepsi memberikan pegaruh terhadap *body shaming* yang dirasakan oleh remaja di Kota Makassar. Hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa masing masing remaja memiliki pendapat yang bervariasi terkait dari bentuk tubuh yang yang dianggap buruk/jelek oleh orang lain, hasil penelitian tersebut antara lain menjelaskan bahwa 57% menganggap dirinya memiliki kekurangan dari segi berat badan,35% dari segi wajah, 21.4% merasa memiliki tinggi badan yang tidak ideal, 21.4% memiliki warna kulit yang tidak menarik dan 3.6% menganggap dirinya memiliki bentuk hidung yang jelek.

#### **4.2.2 Gambaran Umum *Self Blaming* pada remaja di Kota Makassar**

Berdasarkan temuan analisis deskriptif, peneliti menemukan bahwa dari 406 responden remaja di Kota Makassar memiliki skor *Self Blaming*

dominan pada kategori sedang sebanyak 329 responden atau sebesar 81%. Berdasarkan informasi pada hasil analisis deskriptif sebelumnya dapat ditarik kesimpulan bahwa dari total 406 responden, 0 responden (0%) memiliki skor *Self Blaming* kategori sangat tinggi, 39 responden (10%) memiliki skor tinggi, 1 responden (0.02%) memiliki skor rendah, 4 responden (1%) memiliki skor rendah, dan terakhir, 37 responden (9%) memiliki skor *Self Blaming* sangat rendah. Temuan ini kemudian menjelaskan bahwa tingkat *Self blaming* yang dirasakan oleh remaja dikota Makassar berada pada kategori sedang.

Berdasarkan dari penjelasan diatas kemudian dapat memberikan gambaran bagaimana tingkat *self blaming* yang dirasakan oleh remaja dikota Makassar, salah satu faktor yang kemudian memberikan pengaruh terhadap hasil tersebut adalah bagaimana keadaan *shame* (malu) dan *guilt* (perasaan bersalah) yang ada pada diri individu remaja dikota Makassar. Tangney & Dearing (2002) menjelaskan bahwa *guilt*(perasaan bersalah) dan *shame* (malu) merupakan emosi yang termasuk kedalam emosi *self blaming*.

Tangney & Dearing (2002) menambahkan bahwa *shame* dan *guilt* adalah bagian dari “*self-conscious*” dan “*moral*”, dikatakan sebagai *self-conscious* karena, *self* sendiri lah yang memiliki peran dalam melakukakn evaluasi terhadap diri sendiri, dan dikaitkan dengan moral karena hasil dari evalusi diri sendiri tersebutlah yang akan menentukan bagaimana diri atau *self* menentukan tindakan dalam lingkungan sosial,

dan kedua emosi ini mengalami perkembangan berdasarkan dari bagaimana pengalaman interpersonal pada masing masing individu, dengan kata lain *shame* dan *guilt* lah yang akan memberikan pengaruh bagaimana individu memandang dirinya sendiri. Woien Sandra L *et al* (2003) kemudian menjelaskan bahwa *shame* merupakan bentuk emosi yang negatif terhadap diri sendiri dan juga menganggap orang lain memberikan pandangan yang sama seperti itu, sedangkan *guilt* adalah emosi negatif yang berkaitan dengan tindakan spesifik yang telah dilakukan oleh diri sendiri.

Berdasarkan dari hasil penelitian diatas (Gambar 4.11), juga menjelaskan bahwa tindakan *self blaming* yang terjadi dikota Makassar menunjukkan hasil, responden yang berada di usia 17 - 19 tahun berada pada kategori sedang, yang dimana remaja yang berada rentan usia tersebut merupakan siswa sekolah atau mahasiswa. Barlian (2013) menemukan bahwa *shame* mengalami penurunan pada usia remaja menuju dewasa menengah, sedangkan *guilt* meningkat di usia remaja hingga dewasa. Dalam hal ini, usia mahasiswa berada pada masa transisi dari remaja menuju dewasa, yang berarti pada masa ini perbedaan individual sudah stabil dan kemungkinan mahasiswa cenderung pada *guilt* lebih besar.

Wijastuti (2013) dalam penelitiannya yang berjudul "*Gambaran Kecenderungan Shame dan Kecenderungan Guilt pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran*" mengungkapkan bahwa

dari 100% responden yang terlibat dalam penelitian tersebut memiliki kecenderungan *guilt* yang tinggi dengan nilai *mean* yang menunjukkan nilai 60.20, sementara 45.53% responden menunjukkan kecenderungan *shame* yang tinggi dengan nilai *mean* menunjukkan nilai 40.55, dari hasil tersebut menunjukkan hasil bahwa 45.53% responden memiliki kecenderungan *shame* dan *guilt* yang sama-sama tinggi, namun merujuk pada nilai *mean* yang dihasilkan, kecenderungan *guilt* pada responden masih lebih tinggi. dengan kata lain, hasil yang didapatkan terkait dari bagaimana kondisi *self blaming* pada remaja di kota Makassar salah satunya dipengaruhi oleh kondisi *guilt* dan *shame* yang ada pada diri remaja tersebut.

Faktor lain yang menyebabkan keberagaman hasil tersebut salah satunya dapat disebabkan oleh bagaimana individu mendapatkan perlakuan di suatu lingkungan, hal tersebut di dasari dari pendapat Lusiana, Yusida (2010) Tentang konsep rasa bersalah ditinjau dari psikologis komunikasi yang menyatakan bahwa rasa bersalah akan timbul saat individu tersebut mendapatkan evaluasi dari lingkungan terdekatnya dan hasil dari evaluasi tersebut tidak memenuhi standar atau nilai - nilai yang ada pada lingkungan tersebut. yang dimana, lingkungan yang dihadapi dan cara individu melakukan evaluasi memiliki keberagaman pada masing masing individu.

Kebervarian hasil dari *self blaming* pada remaja juga didapatkan pada hasil penelitian yang dilakukan Eka Suci Nurlaily (2020), yang

dimana hasil penelitian terkait *self blaming* mengungkapkan 7 remaja atau 13% memiliki skor menyalahkan diri sendiri yang tinggi, 40 remaja atau 71% termasuk dalam kelompok sedang, dan 9 remaja (16%) termasuk dalam kelompok kategori rendah. Berdasarkan hasil analisis, Temuan ini menunjukkan bahwa tingkat menyalahkan diri masing-masing remaja berbeda-beda.

#### **4.2.3 Pengaruh *Body Shaming* terhadap *Self Blaming* remaja di Kota Makassar**

Berdasarkan dari pembahasan di atas hipotesis yang menyatakan bahwa *body shaming* tidak ada kaitannya dengan *self blaming* pada remaja di Kota Makassar pun ditolak. kemudian hipotesis yang menyatakan bahwa *body shaming* berdampak pada *self blaming* pada remaja di Kota Makassar diterima. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Eka suci nurlaily (2020), yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh antara *body shaming* terhadap *self blaming* pada remaja hasil tersebut didasari oleh nilai korelasi diterminasi dari penelitian tersebut menunjukkan nilai sebesar 0,248 atau 24% yang berarti bahwa variabel *body shaming* memberikan pengaruh sebesar 24% terhadap variabel *self blaming*.

Berdasarkan dari data demografi jenis kelamin pada penelitian ini terdapat responden laki-laki yang berjumlah 204 responden atau 50% dari total responden yang dimana hasil yang ditunjukkan yaitu 38 responden laki-laki berada pada kategori tinggi, 165 responden berada pada kategori sedang, dan 1 responden berada kategori sangat rendah, sedangkan

perempuan berjumlah 202 responden atau 50% dari total responden yang ada dengan hasil kategorisasi yang dihasilkan adalah 1 responden berada dikategori tinggi, 164 responden berada dikategori sedang, 1 responden dikategori rendah, dan 36 responden dikategori sangat rendah.

Kemudian dari hasil analisis deskriptif, ditemukan bahwa tingkat *self blaming* pada perempuan sama dengan responden dengan jenis kelamin laki-laki. Hal ini kemudian sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wahyu Saputra (2011) yang menyatakan bahwa rasa bersalah melibatkan 2 faktor, yaitu faktor religiusitas dan moral, yang dimana kedua faktor tersebut tidak dipengaruhi oleh perbedaan jenis kelamin.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa *body shaming* dapat memberikan pengaruh terhadap menyalahkan diri sendiri atau *selfblaming*. Ketika remaja menjadi korban *body shaming*, remaja tersebut kemudian akan cenderung merasa malu, sehingga mereka melakukan hal yang berbeda seperti menjaga pola makan dengan cara yang berlebihan. Hal tersebut sejalan dengan teori dari (Hayaki et al.,2002) yang menyatakan bahwa dari hasil studi menjelaskan bahwa bentuk ketidakpuasan tubuh atau tidak idealnya bentuk tubuh akan memberikan dampak yang akan menimbulkan perasaan malu pada diri sendiri. Hal tersebutlah yang akan mendorong individu untuk melakukan berbagai cara agar bentuk tubuhnya menjadi ideal, meskipun dengan cara-cara yang ekstrim.

Berdasarkan nilai koefisien pengaruh (B) yang dihasilkan dari hasil uji hipotesis yang menghasilkan nilai yang mengarah ke arah positif, menjelaskan apabila *body shaming* yang dirasakan oleh remaja tinggi, maka *self blaming* pada remaja juga akan tinggi. Sebaliknya, jika *body shaming* rendah, maka *self blaming* juga akan rendah, oleh sebab itu remaja yang merasa memiliki bentuk tubuh jelek tidak perlu memperhatikan kata-kata buruk dari yang lain. Ketika remaja sering merasakan bentuk tindakan *body shaming*, maka remaja tersebut memiliki kecenderungan untuk merasakan *self blaming* yang tinggi pula. dampak yang dapat muncul nantinya adalah remaja tersebut tidak dapat mengendalikan diri untuk merubah penampilan dan kadang melakukan hal-hal yang nekat.

#### **4.3 Limitasi Penelitian**

Di dalam penelitian ini tidak terlepas dari adanya keterbatasan, terdapat beberapa hal yang menyebabkan hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya keterbatasan yaitu pada hasil analisis demografi terkhusus pada demografi berdasarkan berat badan, responden yang lebih dominan berada pada kategori memiliki berat badan normal dengan total responden sebanyak 277 responden atau 68%. Dari hal tersebut terlihat bahwa penelitian ini cenderung dapat menggambarkan responden yang memiliki berat badan normal

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dilakukannya penelitian mengenai pengaruh *body shaming* terhadap *self blaming* pada remaja di Kota Makassar, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh *body shaming* terhadap *self blaming* pada remaja di Kota Makassar dengan nilai kontribusi *body shaming* sebesar 2,8% terhadap *self blaming*, yang dimana arah pengaruh di hasilkan adalah positif yang berarti semakin tinggi *body shaming* maka semakin tinggi pula *self blaming*.
2. Tingkat *body shaming* pada remaja di Kota Makassar menunjukkan nilai persentase 48% pada kategori tinggi dengan jumlah responden mencapai 196 responden.
3. Tingkat *self blaming* pada remaja di Kota Makassar menunjukkan nilai persentase 81% pada kategori sedang dengan jumlah responden mencapai 329 responden.

#### 5.2 Saran

Berdasarkan hasil dilakukannya penelitian, maka peneliti menentukan saran sebagai berikut:

##### 5.2.1 Bagi Remaja

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *body shaming* terhadap *self blaming* pada remaja di Kota Makassar, sehingga remaja yang berada di Kota Makassar diharapkan untuk tidak menghiraukan perkataan buruk dari orang lain, terutama yang berkaitan

dengan komentar yang berhubungan dengan bentuk citra tubuh, karena semakin remaja tersebut menghiraukan bentuk tindakan *body shaming* dari orang lain, maka semakin tinggi pula remaja tersebut untuk merasakan *self blaming*

### 5.2.2 Bagi Orangtua

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *body shaming* terhadap *self blaming* pada remaja di Kota Makassar, dari hasil tersebut kemudian diharapkan kepada orang tua untuk memberikan pengarahan kepada anak-anaknya yang masih berada diusia remaja bahwa tindakan *body shaming* merupakan tindakan yang kurang terpuji dan dapat memberikan dampak yang buruk bagi orang lain maupun diri sendiri.

### 5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

1. Diharapkan peneliti lain dapat melakukan penelitian yang lebih mendalam terkait *body shaming* dengan hubungan dengan variabel lain, seperti *self efficacy*, regiusitas dan variabel lainnya. Karena penelitian ini hanya membahas *self blaming* sebagai variabel bebas.
2. Diharapkan peneliti lain dapat melakukan perbaikan dan penambahan dari kekurangan yang terdapat pada penelitian ini terkait dengan variabel yang lebih memberikan pengaruh terhadap variabel bebas pada penelitian ini atau yang dapat memberikan pengaruh lebih signifikan terhadap variabel *self blaming*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., & Asrori, M. (2016). *Psikologi Remaja, Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Albersten, E. J., O'Connor, L. E., & Berry, J. W. (2006). Religion and interpersonal guilt: Variations across ethnicity and spirituality. *Mental Health, Religion & Culture, Vol. 9, No. 1: 67-84*.
- Anderson, E., Koerner, A., Drew, D., Linares, V., Shore, L.E., Burns, S., & Barchard, K.A. (April, 2010). Types of blame and severity of conflict in romantic relationships. *Poster presented at the Western Psychological Association Annual Convention, Cancun, Mexico*.
- Andi, Mappiare. 1982. *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Ajariani Fauzia, T., & Ratri Rahmiaji, L. (2019). Memahami Pengalaman Body shaming pada perempuan. *Jurnal Kesehatan, Volume 7(3), 238-248*.
- Azwar, Saifuddin. 1998. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- A'yun, N. Q. (2021). Pengaruh Efikasi diri terhadap self blame pada perempuan yang pernah mengalami pelecehan seksual ditempat umum. *Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia*.
- Bandura, Albert and Schunk, Dale.H. 1981“Cultivating Competence, self efficacy and Intrinsic Interest Though Proximal Self Motivation”,*Journal of Personality and Social Psychology Vol 41 No 3. Halaman 586-598*
- Barlian, Irene Yolanda. (2013). Perbedaan Emosi Malu dan Emosi Bersalah pada Generasi Tua dan Generasi Muda. *Skripsi. Universitas Indonesia*
- Brewis, A.A.; Han, S.Y.; SturtzSreetharan, C.L (2017). *Weight, gender, and depressive symptoms in South Korea. Am. J. Hum. Biol. Jurnal Kesehatan Vol. 3*
- Cahyani, R. R. (2018). Efektifitas Cognitive Behavior Theraphy Untuk Menurunkan Tingkat Body Shame. *Skripsi. Fakultas Psikologi : Universitas Islam Negeri Maulana Ibrahim Malik Ibrahim Malang*

- Cambridge Dictionary, 2019. *Online* : <https://dictionary.cambridge.org> . Diakses Pada Tanggal 13 Desember 2022
- Carducci, B. J., & Golant, S. (2009). *Shyness: understanding, hope, and healing*. New York: Harper Collins.
- Chaplin, J P. (2005). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Rajawali Press
- Celine Pricilia, Desi Yoanita, Daniel Budiana, (2019). Pengaruh Bodily Shame di Instagram terhadap Konsep Diri Remaja Perempuan. *Jurnal e-komunikasi Program studi studi ilmu komunikasi. Universitas Kristen Petra , Surabaya*
- Damanik, T. M. (2018). *Dinamika Psikologis Perempuan Mengalami Body Shame. Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta*
- Dolezal. (2015). The Body and Shame: Phenomenology, Feminism, and the Socially Shaped Body'. *Journal of Phenomenological Psychology* 33 (2):223-243.
- Duarte, C., Pinto-Gouveia, J (2017). Self-Defining Memories of Body Image Shame and Binge Eating in Men and Women: Body Image Shame and Self-Criticism in Adulthood as Mediating Mechanisms. *Sex Roles* 77, 338–351
- Elíasdóttir, E. L. F. (2016). Is body shaming predicting poor physical health and is there a gender difference?. *Skripsi. BSc in Psychology .Reikjavik University.*
- Fitriana, S. A. (2019). Dampak Body Shaming Sebagai Bentuk Kekerasan Terhadap Perempuan. *Skripsi. Fakultas Ilmu Sosial Ilmu Politik. Universitas Islam Negeri Hidayatullah Jakarta.*
- Gilbert, P., & Miles, J. (2002). *Body Shame Conceptualisation, Research, and Treatment* (J. M. Paul Gilbert (ed.); 1st ed.). Brunner- Routledge.
- Gilbert, P., & Procter, S. (2006). Compassionate mind training for people with high shame and self-criticism: Overview and pilot study of a group therapy approach. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 13(6), 353–379.
- Gam, R. T., Singh, S. K., Manar, M., Kar, S. K., & Gupta, A. (2020). Body shaming among school-going adolescents: prevalence and predictors. *International Journal Of Community Medicine And Public Health*, 7(4), 1324.

- Hayaki, J., Friedman, M. A., & Brownell, K. D. (2002). Shame and severity of bulimic symptoms. *Eating Behaviors*, 3(1), 73–83.
- Hidayati, K. B., & Farid, M. (2016). Konsep diri, adversity quotient dan penyesuaian diri pada remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(02).
- Hidayat, R., Malfasari, E., & Herniyanti, R. (2019). Hubungan perlakuan body shaming Dengan Citra Diri Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), 79. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.1.2019.79-86>
- Hurlock, E.B. 1991. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Husna, F., & Ariningtyas, N. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap remaja putri tentang seks Pra Nikah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 12/(2).
- Ibrahim, Idi Subandi dan Hanif Suranto. (1998). *Wanita dan Media*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Iman, W. (2009). Hubungan Antara Perilaku Seksual Dengan Rasa Bersalah (Guilty Feeling) Pada Remaja Di Kelurahan Bojongsari Sawangan Depok. *Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri (UIN) Syarif Hidayatullah Jakarta*.
- Janoff-Bulman, R. (1979). Characterological versus behavioral self-blame: Inquiries into depression and rape. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(10), 1798–1809.
- Janssen, I., Katzmarzyk, P. T., Boyce, W. F., Vereecken, C., Mulvihill, C., Roberts, C., ... & Health Behaviour in School-Aged Children Obesity Working Group. (2005). Comparison of overweight and obesity prevalence in school-aged youth from 34 countries and their relationships with physical activity and dietary patterns. *Obesity reviews*, 6(2), 123-132.
- Dr. Mandeep Kaur, & Inderbir Kaur. (2015). Dysfunctional attitude and self-blame: Effect on self-esteem and self-conscious emotions among adolescents. *International Journal of Indian Psychology*, 3(1).

- Lusiana, Yusida. 2010. Konsep Malu dan Bersalah Orang Jepang: *Sebuah Tinjauan Psikologi Komunikasi Berspektif Budaya. Acta diurnal. Vol. 01, No. 02, Pp.1-10.*
- Mawaddah, N. (2020). Dampak Body Shaming Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri Di Desa Muara Uwai Kecamatan Bangkinang. *Skripsi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.*
- Muhsin, A. (2014). Studi Kasus Ketidakpuasan Remaja Putri Terhadap Keadaan Tubuhnya (Body Negative Pada Remaja Putri). *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Edisi 1.*
- Mohammed Ali Besharat, Ivan Eislerb and Chris Darec, (2001). Published by Blackwell Publishers, 108 Cowley Road, Oxford, OX4 1JF, UK and 350 Main Street, Malden, MA 02148, USA. *Journal of Family Therapy (2001) 23: 208–223 0163–4445\*
- Nawawi, H. Hadari. 1983. *Metode Penelitian Deskriptif.* Gajah Mada University Press. Yogyakarta
- Nasution, N. B., & Simanjuntak, E. (2020). Pengaruh body shaming TERHADAP self-esteem Siswa SMP. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan, 5(7), 962.*
- Papalia, D. E. (2009). *Human development. 11th Ed (9780073370163) Bb-0027.* McGraw-Hill.
- Rozie, F, “Primary school teachers' perceptions about the use of instructional media as a tool to achieve learning objectives, Persepsi guru sekolah dasar tentang penggunaan media pembelajaran sebagai alat bantu pencapaian tujuan pembelajaran,” Widyagogik: *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Sekolah Dasar, vol. 5, no. 2, pp. 1-12, 2018.*
- Sakinah, S. (2018). “Ini Bukan Lelucon”. *Emik, 1(1), 53-67. Jurnal Emik, Volume 1 Nomor 1,*
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods).* Bandung: CV Alfabeta.
- Sari, R. P. (2020). Hubungan Body Shaming dengan Interaksi Sosial Teman Sebaya di SMKN 7 Tangerang Selatan. *Skripsi.* Jakarta, Universitas Islam Syarif Hidayatullah.

Sunarti, S., & Maryani, E. (2013). Rasio lingkaran pinggang dan pinggul dengan penyakit jantung koroner di RSUD Kabupaten Sukoharjo. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 16(1), 21377

Tangney, J. P., & Dearing, R. L. (2002). *Shame and guilt*. Guilford Press.

Wijastuti, W. (2013). Gambaran Kecenderungan Shame dan Kecenderungan Guilt pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran. *Jurnal Psikologi* (2) 23 - 22

Wiyani, Novan Ardy. *Save our children from school bullying*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012, 129.

Wojen Sandra L., Ernst, Heidi A.H., Patock- Peckham, Julie A., Nagoshi, Craig T. (2003). *Validation of the TOSCA to measure shame and guilt*. *Pergamon: Personality and Individual Differences* 35, 313–326.

Zuama, H. . S. N. (2011). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Strategi Coping Pada Mahasiswa Angkatan 2009. *Skripsi. Program Studi PG PAUD FKIP. Universitas Tadulako Kendari*



**LAMPIRAN 1**

**SKALA PENELITIAN**

UNIVERSITAS

**BOSOWA**



## 1. Copywriting

Section 1 of 6

### Skala Penelitian

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.  
Selamat Pagi/Siang/Sore/Malam.

Perkenalkan nama saya Triady ramlan , mahasiswa Psikologi Universitas Bosowa Makassar. Saya meminta kesediaan saudara(i) untuk menjadi partisipan dalam pengisian skala penelitian untuk memenuhi tugas akhir (Skripsi).

Partisipasi saudara(i) sangat membantu dalam keberhasilan dalam pengambilan data . Dalam pengisian skala ini tidak ada jawaban yang benar atau salah, sehingga yang perlu saudara(i) lakukan hanya memberikan jawaban yang sesuai dengan keadaan saudara(i) yang sebenarnya. Identitas dan jawaban yang saudara(i) telah berikan akan dirahasiakan, dan hanya akan digunakan untuk kepentingan pemenuhan tugas akhir ini.

Atas partisipasi dan bantuan saudara(i) saya haturkan terima kasih.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Hormat Saya,  
Triady ramlan

## 2. Identitas responden

Identitas

Description (optional)

Nama \*

( Boleh Inisial)

Long answer text

Usia \*

( Contoh : 17 Tahun)

Short answer text

Jenis Kelamin \*

Laki - Laki

### 3. Skala *Body Shaming*

#### Section 4 of 6

##### Petunjuk Pengerjaan

1. Skala ini terdapat 20 pernyataan. Bacalah dengan seksama setiap pernyataan yang sesuai dengan diri anda.
2. Respon anda terhadap satu pernyataan tidak berpengaruh dengan respon terhadap pernyataan lain
3. Berilah tanda (✓) atau silanglah (X) atau lingkari (O) respon anda pada lembar pertanyaan yang sesuai.
4. Pilihlah salah satu jawaban antara SS, S,KS, TS, dan STS yang menurut anda sesuai dengan diri anda

Pilihlah "SS", bila saudara(i) merasa Sangat Setuju dengan pernyataan tersebut.

Pilihlah "S", bila saudara(i) merasa Setuju dengan pernyataan tersebut.

Pilihlah "KS", bila saudara(i) merasa Kurang Setuju dengan pernyataan tersebut.

Pilihlah "TS", bila saudara(i) merasa Sangat Tidak Setuju dengan pernyataan tersebut.

Pilihlah "STS", bila saudara(i) merasa Sangat Tidak Setuju dengan pernyataan tersebut.

### 4. Skala *Self Blaming*

#### Section 5 of 6

##### Skala Self Blaming

1. Skala ini terdapat 33 pernyataan. Bacalah dengan seksama setiap pernyataan yang sesuai dengan diri anda.
2. Respon anda terhadap satu pernyataan tidak berpengaruh dengan respon terhadap pernyataan lain
3. Berilah tanda (✓) atau silanglah (X) atau lingkari (O) respon anda pada lembar pertanyaan yang sesuai.
4. Pilihlah salah satu jawaban antara SS, S, TS, dan STS yang menurut anda sesuai dengan diri anda

Pilihlah "SS", bila saudara(i) merasa Sangat Setuju dengan pernyataan tersebut.

Pilihlah "S", bila saudara(i) merasa Setuju dengan pernyataan tersebut.

Pilihlah "KS", bila saudara(i) merasa Kurang Setuju dengan pernyataan tersebut.

Pilihlah "TS", bila saudara(i) merasa Sangat Tidak Setuju dengan pernyataan tersebut.

Pilihlah "STS", bila saudara(i) merasa Sangat Tidak Setuju dengan pernyataan tersebut.



**LAMPIRAN 2**  
**HASIL ANALISIS VARIABEL**  
**BERDASARKAN DEMOGRAFI**

## 1. Body Shaming

### a. Usia

**Usia \* body\_shaming Crosstabulation**

Count

		body_shaming			
		tinggi	sedang	rendah	Total
Usia	15 - 16 tahun	129	0	0	129
	17 - 18 tahun	0	256	0	256
	20 - 21 tahun	0	0	21	21
Total		129	256	21	406

### b. Jenis Kelamin

**Jenis\_kelamin \* body\_shaming Crosstabulation**

Count

		body_shaming			
		tinggi	sedang	rendah	Total
Jenis_kelamin	Laki-laki	64	130	10	204
	Perempuan	65	126	11	202
Total		129	256	21	406

### c. Asal Kota

**Kota\_asal \* body\_shaming Crosstabulation**

Count

		body_shaming			
		tinggi	sedang	rendah	Total
Kota_asal	Luar Makassar	50	110	7	167
	Makassar	79	146	14	239
Total		129	256	21	406

d. Berat Badan

**Berat\_badan \* body\_shaming Crosstabulation**

Count		body_shaming			Total
		tinggi	sedang	rendah	
Berat_badan	Kelebihan Berat badan	37	69	7	113
	Normal	89	175	13	277
	Kurang	3	12	1	16
Total		129	256	21	406

2. *Self Blaming*

a. Usia

**Usia \* Self\_blaming Crosstabulation**

Count		Self_blaming				Total
		Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah	
Usia	15 - 16 tahun	12	103	0	14	129
	17 - 18 tahun	26	207	1	22	256
	20 - 21 tahun	1	19	0	1	21
Total		39	329	1	37	406

b. Jenis Kelamin

**Jenis\_kelamin \* Self\_blaming Crosstabulation**

Count		Self_blaming				Total
		Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah	
Jenis_kelamin	Laki-laki	38	165	0	1	204
	Perempuan	1	164	1	36	202
Total		39	329	1	37	406

## c. Asal Kota

**Kota\_asal \* Self\_blaming Crosstabulation**

Count		Self_blaming				Total
		Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah	
Kota_asal	Kota Makassar	15	135	0	17	167
	Luar Kota makassar	24	194	1	20	239
Total		39	329	1	37	406

Your temporary usage period for IBM SPSS Statistics will expire in 4900 days.

## d. Berat Badan

**Berat\_Badan \* Self\_blaming Crosstabulation**

Count		Self_blaming				Total
		Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah	
Berat_Badan	Kelebihan Berat Badan	12	90	0	11	113
	Normal	24	227	1	25	277
	Kurang	3	12	0	1	16
Total		39	329	1	37	406



**LAMPIRAN 3**  
**HASIL UJI ASUMSI**

## 1. Uji Normalitas

### → NPar Tests

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			Unstandardized Residual
N			406
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean		.0000000
	Std. Deviation		6.85949977
Most Extreme Differences	Absolute		.065
	Positive		.045
	Negative		-.065
Test Statistic			.065
Asymp. Sig. (2-tailed)			.000 <sup>c</sup>
Monte Carlo Sig. (2-tailed)	Sig.		.061 <sup>d</sup>
		99% Confidence Interval	
		Lower Bound	.055
		Upper Bound	.067
<p>a. Test distribution is Normal.</p> <p>b. Calculated from data.</p> <p>c. Lilliefors Significance Correction.</p> <p>d. Based on 10000 sampled tables with starting seed 299883525.</p>			

## 2. Uji Linearitas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Self-blaming * Body-shaming	Between Groups	(Combined)	4114.534	10	411.453	4.765	.000
		Linearity	1058.596	1	1058.596	12.258	.001
		Deviation from Linearity	3055.938	9	339.549	3.932	.000
	Within Groups		34110.956	395	86.357		
	Total		38225.490	405			



**LAMPIRAN 4**

**HASIL UJI HIPOTESIS**

## Pengaruh *Body shaming* terhadap *Self Blaming*

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.166 <sup>a</sup>	.028	.025	9.592

a. Predictors: (Constant), Bodyshaming

ANOVA <sup>a</sup>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1058.596	1	1058.596	11.507	.001 <sup>b</sup>
	Residual	37166.894	404	91.997		
	Total	38225.490	405			

a. Dependent Variable: Selfblaming  
b. Predictors: (Constant), Bodyshaming

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	28.077	15.673		1.791	.074
	Bodyshaming	.784	.231	.166	3.392	.001

a. Dependent Variable: Selfblaming