

**PENGARUH *BODY SHAMING* DAN INTENSITAS INTERAKSI  
TEMAN SEBAYA TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI  
REMAJA PUTRI DI KECAMATAN PANINGGARAN  
KABUPATEN PEKALONGAN**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada  
Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang  
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyusun Skripsi  
Program Strata Satu (S1) Psikologi (S.Psi)



Disusun Oleh:

**Novita Khoirunisa**

**1807016023**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG  
2023**

## **PERNYATAAN KEASLIAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Novita Khoirunisa

NIM : 1807016023

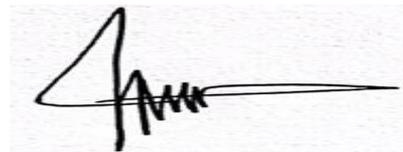
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul :

**“PENGARUH *BODY SHAMING* DAN INTENSITAS  
INTERAKSI TEMAN SEBAYA TERHADAP KEPERCAYAAN  
DIRI REMAJA PUTRI DI KECAMATAN PANINGGARAN  
KABUPATEN PEKALONGAN”**

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya sendiri, kecuali pada bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 26 Maret 2023



Novita Khoirunisa  
NIM 1807016023

## PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI  
Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

### LEMBAR PENGESAHAN

Naskah skripsi berikut ini:

Judul : PENGARUH BODY SHAMING DAN INTENSITAS INTERAKSI TEMAN SEBAYA TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI REMAJA PUTRI DI KECAMATAN PANINGGARAN KABUPATEN PEKALONGAN  
Nama : Novita khoirunisa  
NIM : 1807016023  
Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang munaqosah oleh dewan penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang dan dapat diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana dalam Ilmu Psikologi.

Semarang, 11 April 2023

#### DEWAN PENGUJI

Penguji I

Dr. Widiastuti, M.Ag  
NIP. 197503192009012003

Penguji II

Dr. Baidi Bukhori, S.Ag., M.Si  
NIP. 197304271996031001

Penguji III

Lucky Ade Sessiani, M.Psi  
NIP. 198512022019032010

Penguji IV

Nadya Ariyani H.N., M.Psi., Psikolog  
NIP. 19920117201903322019

Pembimbing I

Dr. Baidi Bukhori, S.Ag., M.Si  
NIP. 197304271996031001

## NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

---

### PERSETUJUAN PEMBIMBING

*Assalamu'alaikum. wr. wb.*

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah proposal skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : PENGARUH BODY SHANING DAN INTENSITAS INTERAKSI TEMAN  
SEBAYA TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI REMAJA PUTRI DI  
KECAMATAN PANINGGARAN KABUPATEN PEKALONGAN

Nama : Novita Khoirunisa  
NIM : 1807016023  
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah proposal skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

*Wassalamu'alaikum. wr. wb.*

Mengetahui  
Pembimbing I,

Dr. Baidi Bukhori, S.Ag., M.Si  
NIP 197304271996031001

Semarang, 26 Maret 2023  
Yang bersangkutan

Novita Khoirunisa  
NIM 1807016023

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Segala puji rasa syukur kita panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta kesempatan kepada saya untuk dapat menyelesaikan skripsi saya dengan judul “Pengaruh *body shaming* dan intensitas interaksi teman sebaya terhadap kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan”. Skripsi ini saya susun berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti untuk memenuhi salah satu dari syarat kelulusan memperoleh gelar Sarjana (S1) Fakultas Psikologi dan Kesehatan.

*Alhamdulillah* *rabbi'l'alamin*. Saya panjatkan rasa syukur atas segala limpahan nikmat serta kasih sayang-Nya, dalam proses penyelesaian skripsi ini memiliki kendala serta terdapat kekurangan. Namun, segala kendala mampu teratasi dengan usaha pribadi, serta bantuan-bantuan dari semua pihak. Oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terima kasih dengan tulus kepada:

1. Allah SWT yang Maha Kuasa atas rahmat yang sudah melimpahkan segala bentuk kenikmatan sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir saya dengan baik.
2. Rasulullah Muhammad SAW yang sudah menunjukkan jalan kebenaran bagi seluruh umat manusia
3. Yang terhormat Prof. Dr. H. Imam Taufiq, M.Ag, selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
4. Yang terhormat Prof. Dr. Syamsul Ma'arif, selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan.
5. Yang terhormat Ibu Wening Wihartati, S.Psi., M.Si.,selaku Ketua Jurusan Psikologi.
6. Yang terhormat Dr. Baidi Bukhori, S.Ag., M.Si selaku wali dosen saya sekaligus dosen pembimbing yang sudah memberikan bimbingan, arahan, dorongan, motivasi dan dukungan penuh kepada saya selama proses penyusunan skripsi.

7. Yang terhormat Dosen Fakultas Psikologi dan Kesehatan yang sudah memberikan ilmunya, membimbing dan memberikan ilmu serta memberikan saran yang baik dan mendukung bagi penulis.
8. Kepada seluruh civitas akademik Fakultas Psikologi dan Kesehatan yang telah menyediakan fasilitas-fasilitas serta pelayanan yang menunjang.
9. Kepada kedua orang tua yang saya sayangi dan cintai, Bapak Ujang Rohana dan Ibu Solehah, adik laki-laki saya Nurdin Khoirurijal, yang selalu mendo'akan dan mendukung serta memberikan semangat setiap waktu.
10. Kepada remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan yang sudah bersedia untuk menjadi subjek penelitian saya.
11. Kepada sahabat saya sejak MTS yang sudah menemani saya dan mendukung saya, yakni Inayatul, Nanik, Cholifah, Lutvi, Tifa.
12. Kepada sahabat saya sejak kuliah, yakni Siti Umi, Ilfa, Tasya Salsa, Zahratul, Alamanda, Pipit.
13. Kepada teman satu kamar saya dipondok yang selalu membangunkan saya tahajud yakni, Sulis, Muslimah, Maidatul, Nila, Ika, Erika, Anis, Ana.
14. Kepada seluruh teman-teman saya Psikologi 18A yang sudah menemani, menghibur dan memberikan motivasi kepada saya.
15. Kepada diri saya yang sudah berusaha semaksimal mungkin dan tetap bertahan untuk bisa sampai menyelesaikan skripsi saya hingga selesai dengan baik mungkin.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu bagi para pembaca diharapkan memberikan kritikan serta saran yang bisa mendukung dan membangun yang bermanfaat bagi penulis dan para pembaca yang lain.

Semarang, 26 Maret 2023

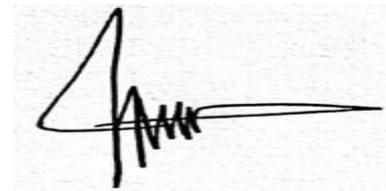
Novita Khoirunisa  
NIM 1807016023

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Allah SWT yang Maha Kuasa
2. Nabi Muhammad SAW
3. Kepada seluruh keluarga saya yang selalu mendoakan dan mendukung serta memberikan semangat setiap waktu.
4. Kepada remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan yang sudah bersedia untuk menjadi subjek penelitian saya.
5. Kepada seluruh sahabat dan juga teman teman saya yang sudah mendukung saya dari awal hingga akhir yang sangat berperan dan membantu saya dalam menyelesaikan skripsi saya ini.

Semarang, 26 Maret 2023



Novita Khoirunisa  
NIM 1807016023

## **MOTTO**

*Maka sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan, sesungguhnya beserta kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain), dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap.*

(QS Al-Insyirah 5-8)

## DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN.....	i
PENGESAHAN .....	ii
NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
ABSTRAK .....	x
BAB I.....	1
PENDAHULUAN .....	1
1.1    Latar Belakang.....	1
1.2    Rumusan Masalah .....	6
1.3    Tujuan Penelitian.....	6
1.4    Manfaat Penelitian.....	7
a)    Manfaat Teoritis .....	7
b)    Manfaat Praktis.....	7
1.5    Keaslian Penelitian .....	8
BAB II.....	10
KAJIAN PUSTAKA.....	10
2.1    Kepercayaan Diri.....	10
2.1.1    Pengertian Kepercayaan Diri .....	10
2.1.2    Aspek-aspek Kepercayaan Diri.....	10
2.1.3    Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri.....	12
2.1.4    Kepercayaan Diri dalam Perspektif Islam .....	16
2.2 <i>Body Shaming</i> .....	18
2.2.1    Pengertian <i>Body Shaming</i> .....	18
2.2.2    Aspek-aspek <i>Body Shaming</i> .....	19
2.2.3    Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Body Shaming</i> .....	21
2.2.4    Bentuk-bentuk <i>Body Shaming</i> .....	22
2.2.5    Dampak <i>Body Shaming</i> .....	24

2.2.6	<i>Body Shaming</i> dalam Prespektif Islam.....	25
2.3	Intensitas Interaksi Teman Sebaya .....	27
2.3.1	Pengertian Intensitas Interaksi Teman Sebaya.....	27
2.3.2	Aspek-aspek Intensitas Interaksi Teman Sebaya .....	29
2.3.3	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Intensitas Interaksi Teman Sebaya	31
2.3.4	Intensitas Interaksi Teman Sebaya dalam Prespektif Islam.....	33
2.3.5	Pengaruh <i>Body Shaming</i> dan Intensitas Interaksi Teman Sebaya dengan Kepercayaan Diri.....	35
2.4	Hipotesis .....	40
BAB III .....		41
METODOLOGI PENELITIAN.....		41
3.1	Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	41
3.2	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional .....	41
3.2.1	Variabel Penelitian .....	41
3.2.2	Definisi Operasional .....	42
3.3	Tempat dan Waktu Penelitian .....	43
3.3.1	Tempat Penelitian .....	43
3.3.2	Waktu Penelitian .....	43
3.4	Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	43
3.4.1	Populasi .....	43
3.4.2	Sampel.....	43
3.4.3	Teknik Sampling .....	43
3.5	Teknik Pengumpulan Data .....	43
3.6	Validitas dan Realiabilitas Alat Ukur.....	48
3.6.1	Validitas Alat Ukur .....	48
3.6.2	Reliabilitas Alat Ukur .....	52
3.7	Teknik Analisis Data .....	53
3.7.1	Uji Asumsi .....	53
3.7.2	Uji Hipotesis.....	54
BAB IV .....		56
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....		56
4.1	Deskripsi Subjek.....	56
4.2	Deskripsi Data .....	56
4.2.1	Deskripsi Data Kepercayaan Diri.....	56

4.2.2	Deskripsi Data.....	58
4.2.3	Deskripsi Data Intensitas Interaksi Teman Sebaya.....	59
4.3	Hasil Uji Asumsi .....	60
4.3.1	Hasil Uji Normalitas .....	60
4.3.2	Hasil Uji Linearitas .....	61
4.3.3	Hasil Uji Multikolinieritas .....	63
4.3.4	Hasil Heterokedastisitas .....	63
4.4	Hasil Uji Hipotesis .....	64
4.4.1	Analisis Regresi Linear Berganda.....	64
4.4.2	Uji F (Uji Hipotesis Ketiga).....	67
4.4.3	Uji T .....	67
4.5	Pembahasan .....	68
4.5.1	Pengaruh <i>Body Shaming</i> terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan .....	69
4.5.2	Pengaruh Intensitas Interaksi Teman Sebaya terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan .....	73
4.5.3	Pengaruh <i>Body shaming</i> dan Intensitas Interaksi Teman Sebaya terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan .....	75
BAB V.....		77
PENUTUP.....		77
5.1	Kesimpulan.....	77
5.2	Saran .....	77
DAFTAR PUSTAKA .....		79
LAMPIRAN.....		81

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kerangka Berpikir.....	40
Tabel 3.1 Rentang Pengukuran Sikap .....	44
Tabel 3.2 Blue Print Kepercayaan Diri .....	44
Tabel 3.3 Blue Print Body Shaming .....	46
Tabel 3.4 Blue Print Intensitas Interaksi Teman Sebaya .....	47
Tabel 3.5 Blue Print Kepercayaan Diri .....	49
Tabel 3.6 Blue Print Body Shaming .....	50
Tabel 3.7 Blue Print Intensitas Interaksi Teman Sebaya .....	51
Tabel 3.8 Blueprint Kepercayaan Diri .....	52
Tabel 3.9 Blue Print Body Shaming .....	52
Tabel 3.10 Blue print intensitas interaksi teman sebaya.....	52
Tabel 4.1 Data subjek penelitian berdasarkan umur .....	56
Tabel 4.2 Hasil Uji Deskriptif Data Kepercayaan Diri .....	56
Tabel 4.3 Kategorisasi Skor Skala Kepercayaan Diri.....	57
Tabel 4.4 Kategorisasi Kepercayaan Diri .....	58
Tabel 4.5 Hasil Uji Deskriptif Data Body shaming .....	58
Tabel 4.6 Kategorisasi skor Skala Body shaming.....	58
Tabel 4.7 Kategorisasi Body shaming .....	59
Tabel 4.8 Hasil Uji Deskriptif Data Intensitas Interaksi Teman Sebaya .....	59
Tabel 4.9 Kategorisasi Skor Intensitas Interaksi Teman Sebaya .....	59
Tabel 4.10 Kategorisasi Intensitas Interaksi Teman Sebaya.....	60
Tabel 4.11 Hasil Uji Normalitas .....	61
Tabel 4.12 Uji Linearitas <i>Body Shaming</i> dan Kepercayaan Diri .....	62
Tabel 4.13 Uji Linearitas Intensitas Interaksi Teman Sebaya dan Kepercayaan Diri .....	62
Tabel 4.14 Hasil Uji Multikolinearitas .....	63
Tabel 4.15 Hasil Uji Heterokedastisitas.....	64
Tabel 4.16 Hasil Uji Regresi Linear Berganda .....	65
Tabel 4.17 Hasil Uji Hipotesis Simultan .....	67

Tabel 4.18 Hasil Uji Regresi Parsial .....	67
Tabel 4.19 Hasil Uji Koefisien Determinasi .....	68

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Blue Print Penelitian Sebelum Gugur.....	81
Lampiran 2 Blue Print Penelitian Sesudah Gugur .....	88
Lampiran 3 Uji Coba Skala Penelitian.....	94
Lampiran 4 Skala Penelitian .....	99
Lampiran 5 Hasil Uji Validitas Dan Realibilitas .....	104
Lampiran 6 Hasil Uji Deskriptif .....	107
Lampiran 7 Hasil Uji Normalitas .....	107
Lampiran 8 Hasil Uji Linearitas.....	108
Lampiran 9 Hasil Uji Multikolinieritas .....	108
Lampiran 10 Hasil Uji Regresi Parsial.....	109
Lampiran 11 Hasil Uji Regresi Simultan .....	109
Lampiran 12 Hasil Uji Koefisien Determinasi.....	109
Lampiran 13 Daftar Riwayat Hidup.....	110

## **ABSTRACT**

Self-confidence is confidence in the abilities possessed by individuals so that individuals are able to achieve what they want. Each individual has a different level of self-confidence, which is usually influenced by the extent of the acceptance of the surrounding environment to each individual. The purpose of this study was to empirically examine the effect of body shaming and the intensity of peer interaction on the self-confidence of young women in Paninggaran District, Pekalongan Regency. The sample in this study was 227 young women in Paninggaran District, Pekalongan Regency. This study uses a quantitative approach. The sampling technique used in this research is incidental sampling technique. The measurement tools for this study consisted of a body shaming scale, a scale of peer interaction intensity and a self-confidence scale. The data analysis method in this study uses multiple linear regression analysis. Based on the results of the study, it shows that body shaming has a significant effect on self-confidence with a significance value of  $0.000 < 0.05$ . Meanwhile, the intensity of peer interaction has a significant effect on self-confidence with a significance value of  $0.000 < 0.05$ . Meanwhile, body shaming and the intensity of peer interaction simultaneously have a significant effect on self-confidence with a significance value of  $0.000 < 0.05$  with a contribution of 45%.

***Keywords: body shaming, interaction intensity, and confidence***

## ABSTRAK

Kepercayaan diri merupakan keyakinan atas kemampuan yang dimiliki individu sehingga individu mampu meraih apa yang diinginkan. Setiap individu memiliki tingkat kepercayaan diri yang berbeda-beda, dimana hal ini biasanya dipengaruhi oleh sejauh mana penerimaan lingkungan sekitar terhadap masing-masing individu. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris pengaruh *body shaming* dan intensitas interaksi teman sebaya terhadap kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan.

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 227 remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik sampling incidental. Alat ukur penelitian ini terdiri dari skala *body shaming*, skala intensitas interaksi teman sebaya dan skala kepercayaan diri. Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi linear berganda.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa *body shaming* berpengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Sedangkan intensitas interaksi teman sebaya berpengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Sedangkan *body shaming* dan intensitas interaksi teman sebaya secara simultan berpengaruh signifikansi terhadap kepercayaan diri dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$  dengan kontribusi sebesar 45%.

**Kata kunci:** *body shaming*, intensitas interaksi, dan kepercayaan diri

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Remaja secara etimologi berasal dari kata *adolescence*, dan secara istilah remaja adalah *adolescentia* yang memiliki makna remaja yang tumbuh atau “tumbuh menjadi dewasa”. Masa remaja terbagi menjadi tiga yakni fase *early adolescent* atau remaja awal (12-15 tahun), *middle adolescent* atau remaja tengah (15-18 tahun), dan *late adolescent* atau remaja akhir (18-21 tahun). Hurlock (2003:18) menyebutkan bahwa remaja tengah adalah masa transisi dengan rentang usia 15-18 tahun, di mana seorang individu telah meninggalkan usia kanak-kanak yang lemah dan penuh ketergantungan. Pada masa ini individu masih mencari dan menginginkan sesuatu, merasa kesepian, dan merasa tidak dapat dimengerti oleh orang lain. Pada masa ini pula terjadi banyak perubahan baik fisik maupun psikis yang diawali dengan perubahan psikofisiologis seperti mudah marah, gelisah, serta mudah berubah, baik mengenai pola pikir maupun dalam mengambil keputusan. Perubahan-perubahan tersebut terkadang membuat remaja merasa tidak percaya diri dan seringkali membuat mereka merasa tidak nyaman (Hurlock, 2000:162).

Setiap individu memiliki tingkat kepercayaan diri yang berbeda-beda, di mana hal ini biasanya di pengaruhi oleh sejauh mana penerimaan lingkungan sekitar terhadap masing-masing individu. Bagi setiap individu yang diterima, maka akan cenderung memiliki perasaan aman dan nyaman untuk melakukan segala hal yang diinginkan, sedangkan bagi individu yang kurang di terima cenderung malu dan menutup diri ketika hendak melakukan sesuatu hal. Menurut *Dove Girl Beauty Confidence Report*, 54% remaja perempuan di dunia memiliki kepercayaan diri yang minim. Tujuh dari sepuluh remaja di Indonesia memilih menarik diri dari kegiatan penting di kehidupannya, hal ini di sebabkan karena tidak adanya kepercayaan diri pada seorang individu terutama mengenai penampilan. Bahkan mereka membatasi diri untuk berkumpul dengan teman dan keluarga, mengikuti kegiatan

kelompok, serta aktifitas yang dapat membantu mereka meraih potensi terbaiknya.

Penulis melakukan studi pendahuluan dengan mewawancarai sembilan remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan, hasil wawancara dari sembilan remaja ini menunjukkan bahwa remaja tersebut cenderung memiliki kepercayaan diri yang cukup rendah. Hal ini di dasarkan pada hasil wawancara yang mengarah pada setiap aspek-aspek dalam kepercayaan diri. Jumlah populasi perempuan di desa Paninggaran Kecamatan Pekalongan sebanyak 14.359 jiwa, sedangkan jumlah remaja tengah perempuan yakni 631 jiwa. Penulis melakukan wawancara untuk mengetahui seberapa besar pengaruh *body shaming* dan intensitas interaksi teman sebaya terhadap kepercayaan diri remaja. Delapan dari sembilan subjek mengalami kecenderungan kepercayaan diri yang rendah dengan pernyataan bahwa mereka merasa sia-sia setiap melakukan usaha, ketika sudah sekali gagal aku enggan untuk berusaha lagi, setiap bertemu orang baru sering berpikiran negatif, dan aku tidak yakin dengan kemampuan yang aku miliki. Hal tersebut dapat dilihat dari beberapa aspek yakni keyakinan dan kemampuan diri, optimis, obyektif, bertanggungjawab, rasional, dan realistis (Lauster 2020:60). Berdasarkan hasil wawancara pada 22 Juni 2022 tersebut, dari segi keyakinan dan kemampuan diri yang seharusnya mengarah pada sikap positif individu dalam memahami kelebihan dan kekurangan yang dimiliki agar mampu meraih keberhasilan justru berdasarkan hasil wawancara, tujuh dari sembilan orang merasa bahwa dirinya tidak mampu meraih kesuksesan dan merasa setiap usahanya sia-sia. Salah satu subjek yakni H (16 tahun) “individu merasa bahwa setiap mengerjakan sesuatu selalu gagal dan tidak sesuai dengan apa yang diharapkan”. Dari segi optimis yang seharusnya mengarah pada sikap positif individu dalam memandang sesuatu hal justru berbanding terbalik dengan pernyataan yang diberikan oleh enam remaja, salah satunya yakni N (16 tahun) “individu selalu memandang sesuatu dengan negatif terlebih ketika bertemu dengan orang baru”. Dari segi obyektif yang seharusnya individu mampu memberikan pandangan secara menyeluruh

terhadap segala permasalahan yang disesuaikan dengan fakta dan bukan berdasarkan opini individu semata, justru pernyataan lain diberikan oleh enam subjek salah satunya yakni K (16 tahun) “individu menganggap kebenaran sesuai dengan opini atau pendapat pribadinya”. Dari segi bertanggungjawab yang seharusnya individu mampu memprediksikan dan menerima resiko atas setiap keputusan yang diambil justru pernyataan lain di berikan oleh lima subjek salah satunya pernyataan dari T (16 tahun) “individu merasa acuh terhadap resiko yang akan dihadapi setelah mengambil keputusan”. Dari segi rasional dan realistis U (16 tahun) “individu merasa bahwa ia tidak mampu menyelesaikan masalahnya dan selalu membutuhkan orang lain dalam mengambil keputusan maupun menyelesaikan masalah”. Dari dampak negatif tersebut maka diperlukan beberapa faktor untuk menyikapi kepercayaan diri dengan tepat.

Banyak faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang di antaranya adalah faktor internal yakni konsep diri, harga diri, kondisi fisik, pengalaman hidup dan faktor eksternal yakni pendidikan, suasana kerja, lingkungan keluarga dan sosial (Ghufron & Rini, 2020:36). Fokus pada penelitian ini yakni mengenai faktor kondisi fisik dengan fokus *body shaming*, dan lingkungan sosial mengenai intensitas interaksi teman sebaya. Kondisi fisik seseorang individu sangat mempengaruhi kepercayaan diri dimana standar kecantikan seseorang ditentukan oleh lingkungan. Hal ini dikemukakan oleh Agustiniingsih dkk (2020:110) di mana ketidaksamaan fisik atas standar ideal yang dimiliki masyarakat dapat menciptakan perilaku (Agustiniingsih dkk, 2020:110)

*Body shaming* merupakan perilaku menilai seseorang mengenai berat badan, ukuran tubuh, dan penampilan baik diri sendiri maupun orang lain secara negatif (Chairani, 2018:20-21). *Body shaming* merupakan satu dari sekian banyak bentuk penindasan yang sering terjadi di masyarakat, baik dalam bentuk kritikan secara langsung maupun tidak langsung terutama dalam hal standar kecantikan yang ideal atau penampilan. Korban tidak memandang usia, warna kulit maupun bentuk tubuh. Ketidaksadaran pelaku

tindakan ini dapat mempengaruhi mental seseorang, terlebih hal ini dapat di temui dalam kegiatan sehari-hari. Contohnya pada saat berdialog dengan oranglain kemudian terselip candaan yang mungkin kurang berkenan di hati lawan bicara, akibatnya seseorang merasa berada pada situasi tidak aman dan tidak percaya diri, terlebih hal tersebut dilontarkan ketika berkumpul dengan banyak orang (Febrianti & Fitria, 2020:13). Pada sebagian orang dewasa perilaku merupakan hal biasa, bahkan dapat direspon secara positif. Namun bagi remaja masa peralihan, hal tersebut sangat sensitif, sehingga menganggap dirinya negatif, contohnya tidak bersyukur atas dirinya, menutup diri terhadap lingkungan, stress, depresi, hingga bunuh diri. Ketidaksamaan fisik atas standar ideal yang dimiliki masyarakat dapat menciptakan perilaku (Agustiningsih dkk, 2020:110). Terdapat penelitian terdahulu yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara dengan kepercayaan diri yang di lakukan oleh Nasrul dan Rinaldi (2020).

Faktor lain yang dinilai mampu berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan dalam diri remaja adalah intensitas interaksi teman sebaya. Intensitas merupakan tingkat keseringan seseorang dalam melakukan suatu kegiatan tertentu (Yuniar & Nurwidawati, 2003:11). Interaksi adalah hubungan yang dilakukan antara dua orang atau lebih berdasarkan dengan tujuan tertentu. Sedangkan intensitas interaksi teman sebaya merupakan hubungan sosial yang terjadi antara individu satu dengan yang lain dan memiliki usia yang setara, tujuan serta minat membentuk perilaku yang sama, dimana terjadi interaksi dalam kelompok tersebut sehingga saling mempengaruhi satu sama lain dalam kurun waktu tertentu. Intensitas interaksi teman sebaya berhubungan dengan kepercayaan diri, hal ini disebutkan dari penelitian yang di lakukan oleh Oktaviani (2021).

Pada masa remaja, bersosialisasi lebih banyak dilakukan dengan teman daripada dengan keluarga (Winata dkk, 2017:135). Akibatnya remaja cenderung menjadikan teman sebaya sebagai tempat untuk membentuk karakter, hal ini berfungsi sebagai “praktik” baru untuk hubungan yang akan mereka miliki sebagai orang dewasa. Keberadaan teman sebaya dalam

kehidupan remaja sangat penting. Bentuk kasih sayang, nasihat, dan perhatian yang lebih membuat remaja merasa di terima oleh lingkungan sosial seperti kelompok teman sebaya. Penerimaan mampu membuat remaja merasa di hormati dan percaya diri. Remaja memiliki sikap yang tidak mudah pasrah, hidup dengan penuh tanggung jawab, berani menjadi diri sendiri, dan memiliki pandangan positif terhadap dirinya. Ketika seseorang di terima baik oleh lingkungan, maka segalanya akan terasa lebih mudah. Dukungan yang di terima dari teman dapat membuat individu merasa tenang, aman, di cintai, lebih percaya diri, dan terampil (Wahyuni & Costadinov, 2020:53).

Dalam hal pertemanan antar teman sebaya, remaja membutuhkan peran teman sebaya dalam pengaturan diri. Mulai dari pertanyaan ketertarikan terhadap lawan jenis yang tentu saja terkait dengan apresiasi fisiknya, hingga lelucon-lelucon yang sudah menjadi kebiasaan di kalangan remaja, yang bisa menggunakan fisik sebagai dasar lelucon. Ketidakstabilan emosi dan kondisi fisik yang semakin kacau, terlebih komentar terhadap penampilan remaja khususnya remaja putri perlu mendapat perhatian karena dapat mengacaukan kondisi mental remaja jika kritikan bersifat destruktif. Oleh karena itu, perilaku *body shaming* dan intensitas interaksi teman sebaya yang berlangsung di dalamnya akan berdampak negatif terhadap perkembangan sosial baik pada masa remaja maupun di masa yang akan datang (Duchense, 2016:6).

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Aprilia dkk (2022) menunjukkan bahwa *body shaming* memiliki pengaruh terhadap kepercayaan diri. Selaras dengan penelitian tersebut, penelitian lain yang dilakukan oleh Kawengian dkk (2021) menunjukkan bahwa *body shaming* membawa dampak negatif terhadap kepercayaan diri. Penelitian yang lain juga dilakukan oleh Nasrul & Rinaldi (2020) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan *body shame* dengan kepercayaan diri.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan menggunakan tiga variabel, yaitu *body shaming*, intensitas interaksi teman sebaya, dan kepercayaan diri. Penggabungan antar tiga

variabel ini belum pernah diteliti sebelumnya, selain itu subjek yang dijadikan sampel penelitian dan teori yang digunakan berbeda dengan penelitian sebelumnya. Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengetahui pengaruh antara *body shaming* dan intensitas interaksi teman sebaya terhadap kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan. Karena peneliti merasa sangat penting untuk diteliti agar para remaja dapat menyelesaikan tahap perkembangannya dan dapat melanjutkan tahap perkembangannya dengan baik. Dari uraian di atas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah ***Pengaruh Body Shaming dan Intensitas Interaksi Teman Sebaya terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan.***

## **1.2 Rumusan Masalah**

Sesuai dengan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan?
2. Apakah terdapat pengaruh intensitas interaksi teman sebaya terhadap kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan?
3. Apakah terdapat pengaruh *body shaming* dan intensitas interaksi teman sebaya terhadap kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan latar belakang dan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Menguji secara empiris pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan.

2. Menguji secara empiris pengaruh intensitas interaksi teman sebaya terhadap kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan.
3. Menguji secara empiris pengaruh *body shaming* dan intensitas interaksi teman sebaya terhadap kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Paninggaran kabupaten Pekalongan.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

Dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan beberapa manfaat, adapun manfaat yang diharapkan antara lain:

a) Manfaat Teoritis

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan manfaat untuk menjadi dasar pertimbangan dalam ilmu pengetahuan di bidang psikologi.
2. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan manfaat untuk menambahkan sumber referensi bagi penelitian yang akan datang terutama terkait dengan penelitian yang berfokus mempelajari *body shaming*, intensitas interaksi teman sebaya, dan kepercayaan diri.

b) Manfaat Praktis

1. Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat menyadarkan mahasiswa untuk menghindari adanya *body shaming*, melakukan intensitas interaksi dengan teman sebaya dengan lebih positif sehingga terciptanya kepercayaan diri yang baik.

2. Peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan mampu dijadikan sebagai masukan untuk penelitian selanjutnya terutama terkait mengenai

*body shaming*, intensitas interaksi teman sebaya, dan kepercayaan diri.

## 1.5 Keaslian Penelitian

Penelitian sebelumnya yang meneliti tentang *body shaming*, intensitas interaksi teman sebaya, dan kepercayaan diri telah beberapa kali diteliti. Berikut ini beberapa penelitian yang berkaitan dengan penelitian ini yaitu penelitian yang dilakukan oleh Nasrul dan Rinaldi (2020), meneliti tentang ***Hubungan Body Shame dengan Kepercayaan Diri pada Siswa SMAN 5 Pariaman***. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Rahayu (2019), yakni mengenai ***Dampak Penerimaan Pesan 'Body shaming' terhadap 'Self Confidence' Remaja Perempuan di Media Sosial Instagram***. Penelitian lain mengenai juga dilakukan oleh Fatmawati (2021), yakni ***Hubungan terhadap Keadaan Self Confidence Remaja***.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan mengenai *body shaming*, terdapat perbedaan mengenai penggabungan variabel yang digunakan, subjek penelitian, metode pengolahan data, lokasi penelitian, dan teori yang digunakan. Ketiganya menghasilkan terdapat hubungan yang negatif dengan kepercayaan diri, yang artinya semakin tinggi maka kepercayaan diri akan semakin rendah. Begitupun sebaliknya, semakin rendah maka kepercayaan diri akan semakin tinggi.

Selanjutnya penelitian terdahulu mengenai intensitas interaksi teman sebaya dengan kepercayaan diri dilakukan oleh Oktaviani (2021), yakni dengan judul ***Hubungan antara Interaksi Teman Sebaya dengan Kepercayaan Diri Siswa di SMP Negeri 14 Kota Jambi***. Penelitian lain juga dilakukan oleh Denanti dan Wardani (2020), dengan judul ***Pengaruh Komunikasi Interpersonal dan Interaksi Teman Sebaya terhadap Kepercayaan Diri dalam Berpendapat***. Penelitian lain juga dilakukan oleh Mahmudah (2021), yakni mengenai ***Pengaruh Interaksi Teman dan Percaya Diri terhadap Self Cedera pada Siswa SMPN 21 Banjarmasin***.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan mengenai intensitas interaksi teman sebaya, terdapat perbedaan mengenai penggabungan variabel yang digunakan, subjek penelitian, lokasi penelitian, dan teori yang digunakan. Ketiganya menghasilkan terdapat pengaruh negatif dengan kepercayaan diri, yang artinya semakin tinggi intensitas interaksi teman sebaya maka kepercayaan diri akan semakin rendah. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah intensitas interaksi teman sebaya maka kepercayaan diri akan semakin tinggi.

Penelitian lain juga dilakukan oleh Rusminingsih, Suciana, dan Wahyuningsih (2020), yakni penelitian mengenai *Hubungan Body Shaming dengan Interaksi Sosial pada Remaja Perempuan di SMK Muhammadiyah 2 Klaten Utara*. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional, dengan metode pengambilan sampel yakni purposive sampling dengan jumlah 129 responden. Hasil penelitian ini adalah ada hubungan body shaming dengan interaksi sosial pada remaja perempuan di SMK Muhammadiyah 2 Klaten Utara.

Berdasarkan pernyataan di atas, dapat disimpulkan bahwa penelitian yang akan dilakukan peneliti merupakan sebuah pembaruan di mana terdapat perbedaan penggabungan tiga variabel yang belum pernah diteliti sebelumnya, lokasi penelitian, teori yang digunakan, alat ukur, subjek penelitian, dan teknik sampling.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **2.1 Kepercayaan Diri**

##### 2.1.1 Pengertian Kepercayaan Diri

Menurut Hakim (2019:6) kepercayaan diri adalah keyakinan seorang individu dalam memahami kelebihan dan kekurangan yang dimiliki sehingga individu mampu mencapai tujuan yang diinginkan. Hal tersebut juga dipaparkan oleh Robbins dan Judge (2018:80) bahwa kepercayaan diri merupakan keyakinan atas kemampuan yang dimiliki sehingga individu lebih maju dan mampu meraih cita-cita yang diinginkan.

Menurut Walgito (2003:99) kepercayaan diri adalah sarana utama yang digunakan untuk mengembangkan kemandirian, kreativitas, dan tanggungjawab yang dibutuhkan seseorang dalam menghadapi segala problematik yang akan datang. Selaras dengan hal tersebut, Lauster (2018:80) menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah kemampuan yang dimiliki individu dalam melakukan sesuatu, di mana individu mampu mengelola emosi, bertanggungjawab, dan mampu memahami kelebihan serta kekurangan yang dimiliki.

Dari beberapa paparan di atas, dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah kemampuan individu dalam memahami kelebihan dan kekurangan yang di miliki sehingga individu mampu meraih apa yang diinginkan.

##### 2.1.2 Aspek-aspek Kepercayaan Diri

Menurut Daradjat (2016:3) aspek-aspek kepercayaan diri ada empat, yakni rasa aman, ambisi normal, mandiri, dan toleransi.

a) Rasa aman

Seseorang akan yakin pada kemampuan yang dimiliki dirinya karena tahu bahwa ia dikelilingi orang yang menyayangi

dan tidak mungkin untuk melakukan hal buruk pada dirinya. Contohnya seorang remaja melakukan diet dan mengharapkan hasilnya sesuai dengan apa yang sudah ditargetkan.

b) Ambisi normal

Suatu keadaan seseorang yang memiliki keinginan untuk mencapai segala sesuatu yang dicita-citakan. Contohnya seorang remaja bersikap sewajarnya setelah mencapai ambisinya.

c) Mandiri

Seseorang yang mampu untuk melakukan berbagai aktivitas dengan sendiri dan tidak merepotkan oranglain. Contohnya seorang remaja menjadikan kegagalan sebagai tantangan untuk menjadi lebih baik kedepannya.

d) Toleransi

Kondisi sosial dimana seseorang dapat saling menghargai dan tidak banyak menuntut pada orang lain, karena seseorang memiliki kualitas serta porsinya masing-masing. Contohnya seorang remaja yang mampu membantu sesama tanpa mengharapkan imbalan dan mampu memaklumi kekurangan setiap orang.

Menurut Lauster (2020:60) aspek-aspek kepercayaan diri sebagai berikut:

a) Keyakinan dan kemampuan diri

Keyakinan dan kemampuan diri adalah sikap positif individu dalam memahami kelebihan dan kekurangan yang dimiliki sehingga mampu meraih keberhasilan. Contohnya dengan usaha dan kerja keras individu yakin mampu meraih keberhasilan.

b) Optimis

Optimis adalah sikap positif individu dalam memandang sesuatu hal. Contohnya seorang remaja memandang kegagalan sebagai peluang menuju lebih baik.

c) Obyektif

Obyektif adalah pandangan secara menyeluruh terhadap segala permasalahan yang disesuaikan dengan fakta dan bukan berdasarkan opini individu semata. Contohnya individu mampu memandang masalah dalam berbagai sudut pandang berdasarkan pada data dan fakta yang ada.

d) Bertanggung jawab

Bertanggung jawab adalah kemampuan individu dalam menerima resiko atas setiap keputusan yang diambil. Contohnya ketika individu tidak menyelesaikan tugas, maka akan mendapatkan nilai yang buruk.

e) Rasional dan realistis

Rasional dan realistis adalah pemikiran yang didasarkan pada fakta dan mampu diterima oleh akal. Contohnya jika individu mengatakan bahwa bumi itu bulat maka harus bisa menjelaskan dan memberikan data yang relevan agar bisa di terima oleh akal.

Dari beberapa aspek di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek kepercayaan diri adalah rasa aman, ambisi normal, mandiri, toleransi, keyakinan dan kemampuan diri, obyektif, optimis, bertanggungjawab, serta rasional dan realistis.

### 2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Menurut Ghufon dan Rini (2020:36) terdapat dua faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, yakni faktor yang berasal dari diri individu (internal) dan faktor diluar individu (eksternal).

a) Faktor internal, meliputi:

1. Konsep diri

Konsep diri adalah ide tentang diri sendiri. Orang dengan harga diri rendah cenderung memiliki konsep diri

negatif, sedangkan orang dengan harga diri tinggi cenderung memiliki konsep diri positif.

2. Harga diri

Harga diri adalah pandangan atas diri sendiri. Individu dengan harga diri tinggi menilai diri mereka sendiri secara adil dan tepat, dan mudah bergaul dengan orang baru. Individu dengan harga diri yang tinggi cenderung menganggap dirinya sukses dan optimis terhadap semua usaha yang dilakukan, individu akan berfikir bahwa apa yang dilakukan mampu diterima dengan baik oleh lingkungan. Namun, individu dengan harga diri yang rendah cenderung sangat tergantung, kurang percaya diri, sering kesulitan dalam beradaptasi di masyarakat, dan merasa pesimis mengenai hubungan.

3. Kondisi fisik

Kondisi fisik adalah keadaan pada diri sendiri. Perubahan fisik yang terjadi pada individu sangat mempengaruhi kepercayaan diri, di mana standar cantik seseorang ditentukan pada lingkungan maupun standar cantik ideal. Menurut Ghufron dan Rini (2011:37) penampilan merupakan penyebab utama rendahnya harga diri dan hilangnya rasa percaya diri.

4. Pengalaman hidup

Pengalaman hidup adalah hal yang pernah dialami oleh diri sendiri. Kepercayaan diri yang diperoleh dari pengalaman mengecewakan, adalah sumber paling umum dari harga diri rendah. Terlebih lagi jika seseorang dilahirkan dengan rasa tidak aman dan tidak memiliki cinta dan perhatian.

b) Faktor eksternal, meliputi:

1. Pendidikan

Pendidikan mampu mempengaruhi harga diri seseorang. Di mana tingkat pendidikan yang tinggi menjadikan individu lebih mandiri, percaya diri, dan mampu melihat segala sesuatu dari berbagai sudut pandang. Sedangkan individu dengan pendidikan yang rendah merasa minder dan menganggap dirinya kurang berkompeten. Dengan melihat situasi dari perspektif yang realistis, individu akan dapat memenuhi tuntutan hidup dengan percaya diri dan kekuatan.

2. Suasana kerja

Suasana kerja dapat menumbuhkan kebebasan, daya cipta, dan kepercayaan diri. Penekanan lebih lanjut ditempatkan pada fakta bahwa saat bekerja, kepercayaan diri juga dapat berkembang di samping pengetahuan yang diperoleh.

3. Lingkungan keluarga dan sosial

Lingkungan keluarga dan sosial mampu membentuk rasa nyaman dan kepercayaan diri yang besar dapat diperoleh melalui interaksi dengan baik ketika di rumah, seperti ketika anggota keluarga rukun. Serupa dengan seberapa tinggi harga diri akan tumbuh, semakin besar kemungkinan lingkungan masyarakat akan memenuhi harapan dan diterima oleh masyarakat.

Menurut Cahyani dan Nastiti (2021:2) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri yaitu:

a) Pola asuh

Fungsi keluarga memiliki dampak yang signifikan terhadap bagaimana anak berkembang di masa depan. Menurut

Singgih (2007:49) pola asuh orangtua adalah kemampuan orangtua dalam mendidik, membimbing dan melindungi anggota keluarga yang lebih muda termasuk anak dalam mencapai proses pendewasaan dengan membentuk perilaku anak sesuai dengan norma.

b) Jenis kelamin

Perbedaan gender berbasis budaya antara laki-laki dan perempuan berpengaruh pada seberapa percaya diri seseorang.

c) Penampilan fisik

Orang lain yang memiliki penampilan fisik yang tidak menarik lebih cenderung mengalami perlakuan buruk, daripada orang yang memiliki penampilan fisik yang menarik.

d) Hubungan keluarga

Keluarga yang mendukung perkembangan baik pada anggotanya, akan menimbulkan efek yang positif untuk masa depan.

e) Teman sebaya

Evaluasi teman sebaya sangat dihargai di antara anak-anak dan remaja yang lebih tua. Satu studi menemukan bahwa dukungan teman sebaya memiliki dampak yang lebih besar pada harga diri daripada anak-anak selama masa remaja, meskipun dukungan orang tua juga merupakan faktor penting.

Menurut Ghufron dan Risnawita (2016:4) faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri yaitu:

a) Harga diri

Dengan adanya pengaruh yang baik dari dalam dan luar tubuh, akan menaikkan energi positif untuk menaikkan nilai dalam diri.

b) Pengalaman

Pengalaman adalah guru terbaik dalam hidup, dengan adanya pembelajaran maka seseorang bisa mengambil hikmah dari hal yang telah terjadi agar dirinya bisa menjadi lebih baik.

c) Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang mempengaruhi kepercayaan diri. Orang dengan tingkat pendidikan yang rendah lebih tergantung pada orang lain, sehingga seseorang menurunkan kepercayaan dirinya. Sebaliknya, orang yang berpendidikan tinggi memiliki harga diri yang tinggi.

d) Konsep diri

Keyakinan pada pengetahuan diri seseorang dimulai dengan pembentukan citra seseorang, yang dihasilkan dari kepemilikan seseorang terhadap suatu kelompok. Hubungan yang terjadi menciptakan konsep diri.

Berdasarkan beberapa faktor di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat dua faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri yakni faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi konsep diri, harga diri, dibandingkan dengan kondisi fisik, pengalaman hidup. Sedangkan faktor eksternal yakni tingkat pendidikan, bekerja, dan lingkungan. Faktor lain yakni pola asuh, jenis kelamin, penampilan fisik, hubungan keluarga, teman sebaya, harga diri, pengalaman, pendidikan, konsep diri.

#### 2.1.4 Kepercayaan Diri dalam Perspektif Islam

Percaya diri merupakan modal dasar keberhasilan disegala bidang. Hilangnya kepercayaan diri menjadi sesuatu yang sangat mengganggu, terlebih ketika dihadapkan pada tantangan ataupun situasi baru. Orang yang tidak memiliki percaya diri akan sulit bersyukur atas apa yang dimilikinya. Islam menekankan untuk sebaiknya manusia dalam hal urusan duniawi tidak selalu melihat ke atas agar tidak

menyebabkan khufur nikmat (Al-Banjari, 2014). Membandingkan diri menyebabkan seseorang remaja menjadi insan yang kurang percaya diri (Putra, 2018:201). Percaya diri dalam islam sama halnya dengan berprasangka baik terhadap diri sendiri, hal ini mampu meningkatkan rasa syukur individu terhadap Allah SWT. Salah satu langkah agar percaya diri adalah beriman kepada Allah SWT. Seperti firman Allah dalam Q.S Ali Imran ayat 139 yaitu :

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ۝١٣٩

Artinya:

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

Ayat diatas dapat dikategorikan ayat yang mengacu pada persoalan percaya diri karena berkaitan dengan sifat dan sikap seorang mukmin yang memiliki nilai positif terhadap dirinya dan memiliki keyakinan yang kuat. Dari ayat diatas dijelaskan bahwa orang yang percaya diri dalam Al-Qur’an disebut sebagai orang yang tidak takut dan sedih serta mengalami kegelisahan adalah orang-orang yang beriman dan orang-orang yang istiqomah. Manusia memiliki kelebihan dibandingkan makhluk lain di muka bumi yaitu akal, mereka diciptakan oleh Allah SWT sebagai makhluk yang paling ideal. Dalam hal ini, Allah telah mengangkat manusia ke posisi makhluk terbaik. Salah satu ciri kepercayaan diri bagi seseorang yang beriman adalah memiliki sifat yang optimis atau berprasangka baik terhadap sesuatu hal yang hendak terjadi. Bersikap optimis berarti memiliki pandangan hidup yang positif, serta harapan yang tinggi terhadap diri sendiri (Usman, 2016: 464).

Percaya diri dalam Al-Qur’an dalam Tafsir Al-Azhar bertitik tolak dari konsepsi yang mulia terhadap manusia yaitu sebagai khalifah Allah, sebaik-baiknya makhluk ciptaan, dan makhluk yang bebas berkehendak. Konsep percaya diri dalam Al-Qur’an dimulai dengan memiliki konsep diri yang jelas bagaimana ciri-ciri fisik, sifat-sifat, hoby, kekuatan, kelemahan, dan mengetahui kewajiban yang harus dilakukan

sesuai dengan kedudukan. Kemudian, setelah memiliki konsep diri yang jelas bahwa individu itu adalah seorang muslim yang memiliki ciri fisik, sifat, berfikir positif terhadap diri, situasi dan lingkungan yang ada disekitarnya. Setelah itu setiap manusia harus yakin bahwa dirinya memiliki potensi yang diberikan oleh Allah sebagai makhluk pilihan terbaik yang diciptakan-Nya. Keyakinan ini tidak cukup hanya keyakinan tanpa adanya tindakan yang membuktikan semua itu melainkan dibuktikan dengan tindakan. Dalam melakukan tindakan hendaknya dengan usaha yang maksimal sesuai dengan potensi yang dimiliki. Apapun hasil yang didapatkan melalui tindakan yang dilakukan asalkan sesuai dengan keinginan, cita-cita dan harapan yang tidak bertentangan dengan Al-Qur'an dan Sunnah.

## **2.2 *Body Shaming***

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

Menurut Chairani (2018:20-21) *body shaming* merupakan perilaku menilai seseorang mengenai berat badan, ukuran tubuh, dan penampilan baik diri sendiri maupun orang lain secara negatif. Selaras dengan pendapat tersebut, Fredricson dan Robert (dalam Lestari, 2019:61) mengemukakan bahwa *body shaming* adalah perilaku menilai penampilan baik diri sendiri maupun orang lain kemudian membandingkan dengan standar kecantikan ideal. *Body shaming* dan komentar tentang ketidaksempurnaan fisik orang lain termasuk dalam kategori intimidasi verbal. Definisi sederhana dari *body shaming* memiliki sikap yang tidak menyenangkan atau bertindak sebagai respon negatif terhadap ukuran, tinggi, atau daya tarik seseorang. Menurut penelitian Lamont (dalam Lestari, 2019:61), salah satu dampak *body shaming* adalah gangguan makan dan gangguan mental. Di mana gangguan makan meliputi bulimia dan anoreksia, kemudian gangguan mental meliputi stres, depresi, hingga bunuh diri. *Body shaming* mempengaruhi pelaku maupun

korban, dan efeknya termasuk harga diri rendah, perasaan malu, marah, terhina, dan bahkan stres.

Berdasarkan beberapa pengertian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa *body shaming* adalah bentuk perilaku diri sendiri maupun orang lain dengan cara mengkritik atau mengomentari fisik secara negatif kemudian membandingkan dengan standar kecantikan ideal.

### 2.2.2 Aspek-aspek *Body Shaming*

Aspek dari *body shame* menurut Gilbert dan Miles (2020:207) meliputi aspek kognitif, evaluasi diri, emosional, perilaku, dan psikologis.

#### a) Kognitif

Aspek kognitif berkaitan dengan pendapat orang lain yang memberikan penilaian negatif atau rendah pada diri mereka sendiri. Selain itu, dia merasa orang-orang menganggapnya rendah, yang menurunkan harga dirinya.

#### b) Evaluasi diri

Penilaian diri internal mengacu pada citra diri yang buruk yang terbentuk melalui pemikiran kritis terhadap diri sendiri. Hal ini terjadi sebagai akibat dari penilaian diri yang rendah, yang menurunkan kepercayaan diri target dan menanamkan gagasan malu dalam pikiran mereka.

#### c) Emosional

Aspek emosional meliputi rasa marah, takut, cemas dan membenci diri sendiri. Hal ini terjadi sebagai akibat dari memiliki pandangan yang tidak menguntungkan tentang diri sendiri dan tidak mampu mengikuti standar yang ada dari lingkungan sekitar.

#### d) Perilaku

Perbuatan memalukan yang menyebabkan kecenderungan untuk menghindari situasi. Rendahnya penilaian terhadap orang-

orang di sekitarnya menimbulkan perasaan tidak menyenangkan yang membuat mereka merasa terintimidasi.

e) Psikologis

Perasaan malu bisa menyesuaikan diri dengan norma sosial, perasaan malu akan membuat seseorang menjadi pendiam. Selain itu, keinginan untuk memiliki tubuh yang sesuai dengan standar lingkungan yang ideal dapat menyebabkan gangguan makan akibat *body shaming*.

Perilaku *body shaming* (Dolezal, 2015:134) memiliki beberapa aspek-aspek yaitu:

- a) Mengkritik diri sendiri tentang penampilan dan membandingkannya dengan mereka yang tampak lebih tampan dari diri individu. Misalnya, "saya hanya kentang, kulit saya terbakar sedangkan dia bersinar", atau frasa lain yang serupa.
- b) Membandingkan fisik individu dengan orang lain secara langsung, baik penampilan maupun bentuk tubuh. Misalnya dengan olok-olok, humor, atau bahkan keseriusan. "kamu menarik bahkan dengan hidung pesek".
- c) Mengomentari penampilan orang lain sambil menghindari kontak mata atau mengkritik target tanpa sepengetahuan mereka. Seperti "eh kalian tau gak, itu loh si x kok badannya gemuk banget yah".

Berdasarkan beberapa aspek di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek pada yakni kognitif, terkait, emosional, perilaku, psikologis, mengomentari diri sendiri, membandingkan bentuk fisik dengan orang lain secara langsung, dan mengomentari mengenai bentuk fisik orang lain tapi tidak secara langsung didepannya.

### 2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Body Shaming*

Berdasarkan jurnal internasional menurut Gam dkk (2020:3) faktor yang mempengaruhi *body shaming* yaitu:

a) Ukuran tubuh

Ukuran tubuh yang berkaitan dengan standar ideal maupun citra diri pada lingkungan sekitar, dimana penentu kecantikan disesuaikan dengan standar cantik di masyarakat.

b) Kondisi perasaan terhadap lingkungan sekolah

Ketidakpekaan sosial dimana tindakan-tindakan yang mengacu pada ini dianggap sebagai hal yang biasa, bahkan dijadikan sebagai bahan lelucon antar sesama.

c) Jumlah teman dekat

Jumlah teman dekat yaitu banyak sedikitnya teman biasa yang dijadikan bahan perbandingan, sehingga individu merasa insecure atau tidak percaya diri.

Pendapat atau evaluasi orang lain tentang penampilan seseorang hanyalah salah satu dari banyak elemen yang mungkin berkontribusi pada *body shaming*. Menurut para ahli, *body shaming* seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, adapun menurut Cash dan Pruzinsky (2022:45) faktor-faktor yang mempengaruhi *body shaming* diantaranya:

a) Jenis kelamin

Gender mungkin berdampak pada bagaimana seseorang mengembangkan rasa malu tubuh. Wanita lebih sering mengalami ketidakpuasan dengan penampilan fisik mereka daripada pria. Karena bagi mereka *body shaming* dan masalah kesehatan umumnya kurang menjadi masalah bagi wanita daripada pria (Sulistyo dan Ibrahim (2022:137-152).

b) Media massa

Media massa di mana-mana menghadirkan citra pria dan wanita ideal yang dapat mengubah persepsi tentang keadaan fisik

seseorang. Selain itu, Tiggmen berpendapat bahwa media memiliki dampak terbesar pada budaya sosial.

c) Hubungan interpersonal

Kecenderungan individu untuk menilai diri sendiri dengan orang lain dipengaruhi oleh hubungan interpersonal, dan umpan balik yang mereka terima berdampak pada bagaimana perasaan mereka tentang penampilan fisik mereka. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa umpan balik dari interaksi sosial tentang penampilan dapat berdampak pada harga diri, terutama yang berkaitan dengan tubuh dan dirasakan.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi adalah ukuran tubuh, kondisi perasaan terhadap lingkungan sekolah, jumlah teman dekat, jenis kelamin, media massa, dan hubungan interpersonal.

2.2.4 Bentuk-bentuk *Body Shaming*

*Body shaming* terdiri dari 2 jenis (Dolezal 2015:150) yaitu *acute body shaming* dan *Chronic body shame*.

a) *Acute body shaming*

Ciri-ciri perilaku tubuh, seperti gerakan atau perilaku, lebih berkaitan erat dengan *body shaming acute*. Istilah ini sering digunakan pada situasi yang tidak direncanakan. Contohnya ketika sedang melakukan presentasi didepan umum seseorang sering mengalami kegagapan, dan kurang maksimal ketika didepan khalayak umum. Perilaku ini muncul disebabkan oleh kehilangan kontrol sementara dan tidak terduga atas suatu fungsi tubuh. *Body shaming acute* ini merupakan rasa malu yang wajar terjadi dalam interaksi sosial bahkan rasa malu ini dibutuhkan dalam interaksi sosial.

b) *Chronic body shame*

*Chronic body shaming* terjadi ketika karakteristik fisik seperti berat badan, tinggi badan, dan warna kulit yang permanen

dan terus-menerus. Selain itu, rasa malu tubuh ini dapat berkembang sebagai akibat dari kecelakaan dan menyebabkan cacat, bekas luka bahkan kelumpuhan.

*Chronic body shaming* dikaitkan dengan proses tubuh dan kekhawatiran sehari-hari, seperti jerawat, penyakit, kotoran, penuaan, dan sebagainya. Kegagalan atau ketidaknyamanan kronis dapat menyebabkan rasa malu pada tubuh. Apapun pemicunya, *body shaming* semacam ini akan muncul menyebabkan ketidaknyamanan yang berulang dan mungkin menetap. Rasa malu tubuh yang parah dapat menyebabkan stress. Penurunan pengalaman tubuh yang secara konsisten dapat merugikan harga diri seseorang.

Bentuk-bentuk *body shaming* (Fauzia & Rahmiaji, 2019:242) yaitu *fat shaming*, *skinny/ thin shaming*, *body hair*, dan warna kulit.

a) *Fat shaming*

Jenis *body shaming* yang paling khas. Istilah "gemuk" mengacu pada mereka yang memiliki tubuh besar atau besar.

b) *Skinny / thin shaming*

*Skinny / thin shaming* merupakan lawan kata dari *fat shaming*, namun tetap saja berdampak buruk. Jenis *body shaming* ini lebih sering dialami wanita, misalnya dengan merendahkan seseorang yang terlalu kurus.

c) *Body hair*

Bentuk *body shaming* dengan menghina seseorang dengan mengomentari banyaknya bulu di tubuh, seperti di lengan atau kaki. Selain itu, wanita yang memiliki banyak bulu ditubuh dianggap tidak menarik.

d) Warna kulit

*Body shaming* saat mengomentari warna kulit juga sering terjadi. Seperti warna kulit yang terlalu terang atau terlalu gelap (Fauzia & Rahmiaji, 2019:242).

Dari pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa bentuk-bentuk adalah *fat shaming*, *skinny atau thin shaming*, *hair shaming*, dan warna kulit.

2.2.5 Dampak *Body Shaming*

Proses terjadinya dapat terbentuk karena adanya interaksi dan pengaruh dari lingkungan sekitar. Setiap individu memiliki dampak yang berbeda saat menghadapi perlakuan *body shaming*. Menurut Cahyani (2012:18) dampak-dampak *body shaming* yaitu:

a) Gangguan makan

*Body shaming* merupakan tindakan yang berdampak negatif bagi seseorang, dan mereka yang mengalaminya sering mengalami gangguan makan. Penyakit mental yang dikenal sebagai gangguan makan ditandai dengan pola makan yang tidak teratur dan gangguan emosional. Seseorang biasanya mengubah penampilan fisiknya dengan makan berlebihan untuk menambah berat badan atau melakukan diet untuk menurunkan berat badan. *Body shaming* cenderung memberikan dampak yang cukup besar pada perilaku makan semakin parah *body shaming* tersebut. (Cahyani, 2018:21-22).

b) Mempengaruhi kesehatan fisik

*Body shaming* adalah tindakan seseorang yang menjelekkan fisik orang lain dimana sangat berpengaruh terhadap kesehatan seseorang. Karena tidak memperhatikan kesehatannya, mereka yang mengalami *body shaming* cenderung lebih mudah untuk jatuh sakit. Seseorang yang mengalami biasanya rentan terkena penyakit karena individu acuh terhadap kesehatannya (Cahyani, 2018:21-22).

c) Depresi

*Body shaming* dapat menyebabkan seseorang mengalami depresi, terutama pada remaja. Korban bisa merasa putus asa, membenci tubuhnya sendiri, bahkan sampai melukai dirinya sendiri. Depresi dapat dialami seseorang karena pemikiran negatif yang terus dialami seseorang serta ketidakpuasan terhadap penampilan fisik yang terjadi pada diri seseorang, terutama pada wanita (Damanik, 2018:20).

Menurut Sakinah (2018:62) dampak *body shaming*, yaitu Meningkatkan rasa tidak aman dan kepercayaan diri dan:

a) Meningkatkan rasa tidak aman dan kepercayaan diri

Orang pemalu sering mengalami rasa tidak aman karena mereka menganggap diri mereka berbeda dari orang lain. Kepribadiannya akan terpengaruh oleh hal-hal seperti itu.

b) Menjadi pribadi ideal

Orang yang pernah mengalami *body shaming* mungkin akan berusaha menjadi lebih sempurna agar disukai orang lain. Meskipun hanya lelucon bagi orang lain, namun individu sering kali berusaha keras untuk tampil sempurna di mata banyak orang, termasuk mengikuti diet ketat, mengonsumsi suplemen, dan susu penggemukan, dan melakukan olahraga ekstrem.

#### 2.2.6 *Body Shaming* dalam Prespektif Islam

*Body shaming* merupakan bentuk perilaku diri sendiri maupun orang lain dengan cara mengkritik atau mengomentari fisik secara negatif. Perilaku menghina, mencaci-maki sudah ada sejak lama dilakukan seseorang dan umumnya terjadi pada perempuan. Didalam Al-Qur'an, hubungan antar sesama manusia dengan makhluk lain dibahas secara mendalam. Salah satu masalah utama bagi manusia ketika berinteraksi dengan makhluk lain adalah masalah akhlak dan sikap. Akhlak berasal dari tindakan dan perilaku

yang ditunjukkan oleh seseorang. Dalam Islam, akhlak yang buruk didasarkan pada perilaku yang tidak dapat diterima di dalam agama. Setelah terjadinya korban akan kehilangan rasa kepercayaan diri terhadap diri sendiri karena mendapat celaan yang dapat menyudutkan korban. Perilaku mencela tidak diperbolehkan, seperti dalam firman Allah Q.S Al-Hujurat Ayat 11:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّنْ نِّسَاءٍ  
عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْألقَابِ بِئْسَ الإِسْمُ الفُسُوقُ بَعْدَ  
الإِيمَانِ وَمَنْ لَّمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ ١١

Artinya:

*“Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain., boleh jadi mereka lebih baik dari mereka dan jangan pula perempuan-perempuan terhadap perempuan lain, boleh jadi mereka lebih baik dari mereka. Janganlah kamu saling mencela satu sama lain dan janganlah saling memanggil dengan gelar-gelar yang buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk (fasik) setelah beriman. Dan barang siapa tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim.”*

Dalam sebuah riwayat dikatakan bahwa sahabat Sabit bin Qais yang selalu hadir pada majelis Rasulullah dan duduk di dekat Rasulullah agar mendengar kajian Rasulullah dengan jelas. Hal tersebut dikarenakan pendengarannya terganggu. Suatu hari ia terlambat datang pada majelis tersebut dan ia berjalan dengan melangkahi punggung sahabat. Wahidi dan Ibnu Abbas meriwayatkan tentang asbabuz nuzul ayat ini sesungguhnya ditetapkan pada Sabit bin Qais bin Samas, saat itu dia mendengarkan dan menghormati majelis Nabi Muhammad SAW dan dalam majelis ini sahabat berkata: *”Meluaslah pada majelis ini supaya beliau bisa duduk di dekat Nabi dan mendengarkan kajian pada majelis ini.”* kemudian seorang laki-laki berkata: *”Anda sudah membuat kerusuhan pada majelis ini, maka duduklah”*. Kemudian Sabit berkata: *”Anaknya Fulanah lalu disebutkanlah nama ibunya yang*

*pada masa jahiliyyah menjadi bahan hinaan*”. Kemudian seorang laki-laki itu merasa malu, sehingga dari kejadian itulah ayat tersebut turun (Makhfudoh, 2019:52).

Terdapat riwayat lain yang menyatakan bahwa ayat ini diturunkan berkaitan dengan kecemburuan sebagian istri Nabi dengan Ummu Salamah. Kemudian mereka menghina dengan mengatakan Ummu Salamah pendek, hal tersebut merupakan ejekan (Shihab, 2002:253). Dalam riwayat lain dikatakan bahwa istri Nabi, Aisyah pernah merasa cemburu dengan Shafiyah. Aisyah kemudian menghina Shafiyah karena memiliki tubuh yang pendek dengan isyarat (Shihab, 2002:253). Al-Qur’an dan hadis dengan tegas telah menjelaskan beberapa kasus tersebut walaupun tidak menyebutkannya secara spesifik. Quraish Shihab dalam tafsirnya melarang tindakan *body shaming* baik secara terang-terangan maupun sembunyi-sembunyi, dan pelaku akan mendapat ganjaran berupa siksa dari Allah.

## **2.3 Intensitas Interaksi Teman Sebaya**

### **2.3.1 Pengertian Intensitas Interaksi Teman Sebaya**

Intensitas merupakan tingkat keseringan seseorang dalam melakukan suatu kegiatan tertentu yang didasari rasa senang dengan kegiatan yang dilakukan. Perasaan senang terhadap kegiatan yang akan dilakukan dapat mendorong orang yang bersangkutan, melakukan kegiatan tersebut secara berulang-ulang (Rinjani, 2013:80).

Intensitas adalah kebulatan tenaga yang dikerahkan untuk suatu usaha. Sehingga dapat dirumuskan sebagai usaha yang dilakukan oleh seseorang dengan penuh semangat untuk mencapai tujuan. Intensitas merupakan jumlah waktu yang digunakan seseorang untuk melakukan sebuah aktifitas atau tingkat keseringan seseorang dalam melakukan suatu kegiatan tertentu didasari rasa senang dengan kegiatan yang dilakukan dalam kurun waktu tertentu.

Interaksi adalah hubungan yang dilakukan antara dua orang atau lebih berdasarkan dengan tujuan tertentu. Interaksi ini dapat berupa aktivitas kelompok yang melibatkan harapan individu tentang bagaimana berperilaku dalam situasi sosial. Dalam interaksi sosial, kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan orang lain atau sebaliknya. Perubahan yang dimaksud adalah orang tersebut dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya atau sebaliknya orang tersebut dapat mengubah lingkungannya sesuai dengan keinginannya (Pratiwi dkk, 2020:109).

Menurut Walgito (2019:247) interaksi sosial adalah hubungan antara dua orang dimana satu orang dapat mempengaruhi orang lain atau sebaliknya, sehingga terjadi hubungan yang saling menguntungkan. Gilin (2019:247) Interaksi sosial adalah hubungan sosial yang dinamis yang terjadi antar manusia maupun di dalam dan antar kelompok dan antar individu. Menurut Susanto (2019:4) teman sebaya adalah anak-anak yang memiliki usia yang sama dengan anak-anak lain dan yang berperilaku dan berpikir sama. Individu mulai meninggalkan lingkungan keluarga ketika mereka mencapai usia sekolah dan berinteraksi dengan lingkungan teman sebaya.

Menurut Priyanto dan Mulyono (2017:167) teman sebaya adalah lingkungan sosial yang berbeda dari keluarga, di mana individu dapat belajar untuk mengembangkan kemampuan mereka dan mereka dapat menemukan pengaturan yang akan mendorong perilaku yang baik melalui kontribusi, yang akan menguntungkan individu yang bersangkutan. Dalam diri remaja, teman sebaya memiliki pengaruh yang kuat terhadap tingkat percaya diri remaja (Putra, 2018:200). Di mana ketika remaja memiliki kepercayaan diri yang rendah maka mampu menyebabkan masalah-masalah penyimpangan perilaku, seperti depresi, gangguan pola makan, nakal, serta berbagai masalah dalam penyesuaian diri (Santrock, 2003)

Berdasarkan beberapa pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa intensitas interaksi teman sebaya adalah tingkat keseringan seseorang dalam melakukan suatu kegiatan tertentu antar individu atau anggota kelompok yang mempunyai tingkatan usia hampir sama, memiliki tujuan yang saling mempengaruhi satu sama lain dalam kurun waktu tertentu.

### 2.3.2 Aspek-aspek Intensitas Interaksi Teman Sebaya

Menurut Devinto (2013:97), menjelaskan bahwa untuk dapat mengukur intensitas komunikasi antar individu dapat ditinjau dari enam aspek, yaitu:

a) Frekuensi komunikasi

Tingkat keseringan individu dalam melakukan aktifitas komunikasi. Misalkan tingkat keseringan melakukan komunikasi disini dilakukan setiap hari atau dalam satu minggu 3 kali dan seterusnya.

b) Durasi berkomunikasi

Durasi yang digunakan untuk berkomunikasi mengacu pada lamanya waktu yang digunakan pada saat melakukan aktivitas komunikasi.

c) Perhatian dalam berkomunikasi

Perhatian yang diberikan saat komunikasi diartikan sebagai fokus yang dicurahkan oleh partisipan komunikasi pada saat berkomunikasi.

d) Keteraturan dalam berkomunikasi

Keteraturan berarti kesamaan sejumlah keadaan, kegiatan atau proses yang terjadi beberapa kali atau lebih dalam melakukan aktifitas komunikasi yang dilakukan secara rutin dan teratur.

e) Tingkat keluasan pesan komunikasi dan jumlah orang yang diajak berkomunikasi

Tingkat keluasan pesan yang mempunyai arti beragam topik maupun pesan yang dibicarakan pada saat berkomunikasi dan sejumlah orang yang diajak untuk berkomunikasi pada saat melakukan komunikasi.

f) Tingkat kedalaman pesan saat berkomunikasi

Tingkat kedalaman pesan berkaitan dengan pertukaran pesan secara lebih detail yang ditandai dengan adanya kejujuran, keterbukaan dan sikap saling percaya antar partisipan pada saat berkomunikasi.

Aspek-aspek intensitas interaksi teman sebaya yang dikemukakan oleh Papalia (2019:401) adalah sebagai berikut:

a) Komunikasi antar teman sebaya

Komunikasi adalah interaksi antara beberapa orang, kelompok, maupun organisasi untuk mendapatkan informasi.

b) Adaptasi

Adaptasi adalah proses penyesuaian diri dalam interaksi, individu dapat menyesuaikan diri dan beradaptasi dengan orang lain atau sebaliknya.

c) Konformitas

Konformitas merupakan perubahan perilaku yang dilakukan seseorang agar sesuai dengan norma atau peraturan yang sudah ditetapkan.

Aspek-aspek intensitas interaksi teman sebaya juga dibagi dalam tiga bagian yaitu (Afiif dkk, 2018:62):

a) Keterbukaan individu dalam kelompok, yaitu penerimaan kehadiran orang lain dalam kelompok dan keterbukaan individu dalam kelompok.

b) Kerjasama individu dalam kelompok mengacu pada partisipasi individu dalam kelompok, kontribusi ide untuk kemajuan kelompok, dan komunikasi interpersonal yang akrab.

- c) Intensitas individu bertemu dengan anggota kelompok dan saling bercakap-cakap dalam hubungan dekat menentukan frekuensi hubungan individu dalam kelompok.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek intensitas interaksi teman sebaya yakni frekuensi komunikasi, durasi berkomunikasi, perhatian dalam berkomunikasi, keteraturan dalam berkomunikasi, tingkat keluasan pesan komunikasi dan jumlah orang yang diajak berkomunikasi, tingkat kedalaman pesan saat berkomunikasi, komunikasi antar teman sebaya, adaptasi, konformitas, keterbukaan individu dalam kelompok, kerjasama individu dalam kelompok, dan intensitas individu bertemu dengan anggota kelompok.

### 2.3.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Intensitas Interaksi Teman Sebaya

Menurut Monk's dan Blair (2015:6) menjelaskan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi intensitas interaksi teman sebaya, yaitu:

- a) Usia

Terutama setelah usia 15 tahun, konformitas meningkat seiring bertambahnya usia.

- b) Dalam situasi tertentu

Pria lebih sensitif terhadap tekanan teman sebaya daripada wanita.

- c) Kepribadian *ekstrovet*

Kepribadian *ekstrovet* adalah kepribadian yang dimiliki individu di mana individu lebih mampu dengan mudah dalam menyesuaikan diri.

- d) Jenis kelamin

Jenis kelamin berpengaruh terhadap interaksi antar sesama, di mana laki-laki lebih banyak berinteraksi di bandingkan dengan perempuan.

e) Jumlah kelompok

Hal ini berkaitan dengan banyak dan sedikitnya kelompok, di mana ketika jumlah kelompok banyak maka kekuatannya akan besar, namun sebaliknya jika jumlah kelompok sedikit maka kekuatannya lemah.

f) Keinginan untuk memiliki status

Keinginan untuk memiliki status keduanya mengarah pada pertukaran di antara teman sebaya. Dalam upaya mempertahankan kemandiriannya dari dunia orang dewasa, individu akan menemukan kekuatan dalam membela diri.

g) Interaksi dengan orang tua

Lingkungan rumah yang kurang memahami dan penuh tekanan dari orang tua berfungsi sebagai motivator bagi individu untuk berinteraksi dengan teman sebayanya.

h) Tingkat Pendidikan

Pendidikan yang tinggi merupakan faktor penentu dalam interaksi teman sebaya karena mereka memberikan individu perspektif yang luas dan keluasaan informasi yang akan membantu interaksi mereka.

Menurut Semiawan (2019 :29) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi intensitas interaksi teman sebaya, yaitu:

a) Kesamaan usia

Anak-anak yang seusia dapat berbagi hobi, topik pembicaraan, dan kegiatan, yang membantu mengembangkan hubungan persahabatan dengan teman sebayanya.

b) Situasi faktor

Ketika ada beberapa anak di sekitar, mereka biasanya akan menyukai permainan kompetitif daripada yang kooperatif.

c) Keakraban

Anak-anak yang bekerja sama dengan teman dekat untuk memecahkan masalah melakukannya dengan lebih baik dan lebih

efektif. Selain itu, kedekatan ini mendorong munculnya tindakan yang membantu membentuk persahabatan.

d) Ukuran kelompok

Apabila jumlah anak dalam kelompok yang terjadi cenderung lebih baik, lebih kompak, lebih fokus, dan lebih berpengaruh ketika tidak banyak anak yang hadir.

e) Perkembangan kognisi

Individu dengan kemampuan kognitif yang tinggi sering kali muncul sebagai pemimpin kelompok atau anggota yang berpengaruh, terutama ketika kelompok dihadapkan pada tantangan yang harus di atasi.

Dari pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi intensitas interaksi teman sebaya adalah umur, keadaan sekeliling, kepribadian ekstrovert, jenis kelamin, besarnya kelompok, keinginan untuk mempunyai status, interaksi orang tua, pendidikan, kesamaan usia, situasi faktor, keakraban, ukuran kelompok, dan perkembangan kognisi.

#### 2.3.4 Intensitas Interaksi Teman Sebaya dalam Prespektif Islam

Menurut sejarah penciptaan manusia dapat diketahui bahwa fitrahnya, manusia tidak dapat hidup sendiri. Oleh karena itu agama Islam adalah agama yang sangat menjunjung tinggi nilai-nilai kemanusiaan. Salah satu nilai kemanusiaan itu adalah persahabatan atau pertemanan. Seorang mukmin dalam menjalani kehidupannya tidak hanya menjalin hubungan dengan Allah semata (*hablumminallah*), akan tetapi menjalin hubungan juga dengan manusia (*hablumminannas*). Saling kasih sayang dan saling menghargai haruslah di utamakan, agar terjalin hubungan yang harmonis. Rasulullah SAW bersabda yang diriwayatkan oleh Bukhari: dikatakan “*beriman salah seorang diantaramu, sehingga kamu menyayangi saudaramu, sebagaimana kamu menyayangi dirimu sendiri*”.

Menurut Islam hubungan manusia dalam interaksi sosial sesuai syariat disebut dengan istilah *muamalah*, di mana manusia tidak dapat hidup sendiri tanpa bantuan orang lain. Dan Islam menganjurkan untuk setiap umat manusia agar saling mengenal meskipun banyak sekali perbedaan antar mereka. Seperti dalam Q.S Al-Hujaraat ayat 13 yaitu:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَنْفُسُكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ۝ ١٣

Artinya:

*"Hai manusia, sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling takwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal."*

Ayat ini turun berkenaan dengan ejekan kaum bani Tamim kepada Bilal, ketika hari *Fath Makkah*, Bilal naik ke atas Ka'bah kemudian adzan, beberapa orang yang menyaksikan hal tersebut berkata: *"Apakah seorang hamba hitam yang adzan diatas Ka'bah?"*, maka dengan kejadian tersebut turunlah ayat tersebut.

Penjelasan ayat tersebut dapat disimpulkan bahwa dalam hal pertemanan tidak ada kata memilih teman dari segi fisik dan harta kekayaan yang dimiliki, akan tetapi carilah teman yang baik akhlaknya. Karena dengan akhlak yang tidak baik tidak akan tumbuh subur kecuali dikalangan orang-orang yang berakhlak serupa. Diantara karakter teman sejati yang paling khusus ialah memiliki peikiran yang baik, cinta yang tulus, pandai menjaga rahasia dan setia dalam bersaudara. Maka bersahabatlah dengan orang-orang yang sale, karena mereka adalah sebaik-baik penolong dalam urusan dunia dan agama.

Secara umum orang akan merasa senang dengan banyak teman, karena manusia memang tidak bisa hidup sendiri sehingga disebut makhluk sosial. tetapi bukan berarti bahwa seseorang boleh semaunya bergaul dengan sembarang orang. Sebab, teman adalah personifikasi

diri. Manusia selalu memilih teman yang mirip dengannya dalam hobi, kecenderungan, pandangan dan pemikiran. Karena itu Al-Qur'an memberikan gambaran pertemanan yang baik sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Hadist yang diriwayatkan Dari Abu Musa Al-Asy'ariy ra berkata bahwa Rasulullah SAW pernah bersabda yang artinya:

*“Permisalan teman duduk yang shalih dan buruk adalah seperti penjual minyak wangi dan tukang pandai besi. Adapun penjual minyak wangi, bisa jadi ia akan memberimu minyak wangi, atau kamu akan membeli darinya atau kamu akan mendapat bau harum darinya. Adapun tukang pandai besi, bisa jadi ia akan membuat pakaianmu terbakar, atau kamu akan mendapat bau yang tidak sedap darinya.”* (HR. Bukhari No. 2101, Muslim No. 2628).

Hadis di atas dapat menjadi landasan akan pentingnya memilih teman. Dari hadis tersebut Rasulullah SAW mengumpamakan pertemanan dengan orang penjual minyak wangi dan tukang besi. Dengan menjalin pertemanan individu akan mendapatkan hal positif maupun hal negative berdasarkan dengan siapa individu tersebut berteman. Rasulullah SAW menganjurkan untuk memilih dalam berteman agar mendapatkan hal positif dari pertemanan tersebut.

### 2.3.5 Pengaruh *Body Shaming* dan Intensitas Interaksi Teman Sebaya dengan Kepercayaan Diri

*Body shaming* merupakan perilaku mengkritik dirinya sendiri maupun oranglain dengan tujuan mempermalukan penampilan berdasarkan bentuk tubuhnya baik itu disengaja ataupun tidak. Menurut Lauster (2020:60) aspek-aspek yang terdapat dalam kepercayaan diri ada empat, yakni aspek Keyakinan dan kemampuan diri, aspek optimis, aspek obyektif, aspek bertanggung jawab, aspek rasional & realistis.

Keyakinan dan kemampuan diri adalah sikap positif individu dalam memahami kelebihan dan kekurangan yang dimiliki sehingga mampu meraih keberhasilan. Optimis adalah sikap positif individu dalam memandang sesuatu hal. Obyektif adalah pandangan secara

menyeluruh terhadap segala permasalahan yang disesuaikan dengan fakta dan bukan berdasarkan opini individu semata. Bertanggung jawab adalah kemampuan individu dalam menerima resiko atas setiap keputusan yang diambil. Rasional dan realistis adalah pemikiran yang didasarkan pada fakta dan mampu diterima oleh akal.

Aspek kognitif berkaitan dengan pendapat orang lain yang memberikan penilaian negatif atau rendah pada diri mereka sendiri. Selain itu, dia merasa orang-orang menganggapnya rendah, yang menurunkan harga dirinya. Begitu pula pada komponen kognitif pada masing-masing yang dimiliki setiap individu, sangat berpengaruh terhadap keyakinan dan kemampuan diri. Seseorang yang memiliki komponen kognitif yang tidak baik, selalu memandang rendah dirinya sendiri, selalu membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain dan tidak pernah merasa bersyukur.

Aspek evaluasi adalah penilaian diri internal mengacu pada citra diri yang buruk yang terbentuk melalui pemikiran kritis terhadap diri sendiri. Hal ini terjadi sebagai akibat dari penilaian diri yang rendah, yang menurunkan kepercayaan diri target dan menanamkan gagasan malu dalam pikiran mereka. Komponen evaluasi berpengaruh terhadap sikap optimis yang dimiliki setiap orang, orang yang memiliki sikap optimisme memiliki keyakinan atas kemampuan dirinya sendiri, selalu berfikir positif ketika menghadapi berbagai macam aspek kehidupan.

Aspek emosional meliputi rasa marah, takut, dan membenci diri sendiri. Hal ini terjadi sebagai akibat dari memiliki pandangan yang tidak menguntungkan tentang diri sendiri dan tidak mampu mengikuti norma-norma sosial. Rasa senang merupakan hal positif, sedangkan rasa tidak senang merupakan hal yang negatif. Komponen emosional berpengaruh terhadap sikap obyektifitas seseorang dimana individu memandang suatu permasalahan berdasarkan fakta bukan melalui opini sehingga mampu menyesuaikan dirinya dengan lingkungan

sekitar, sehingga mampu membedakan mana yang baik dan mana yang buruk terhadap dirinya.

Aspek perilaku merupakan perbuatan memalukan yang menyebabkan kecenderungan untuk menghindari situasi. Rendahnya penilaian terhadap orang-orang di sekitarnya menimbulkan perasaan tidak menyenangkan yang membuat mereka merasa terintimidasi. Individu memiliki kecenderungan untuk menghindar dari lingkungan sekitarnya karena terdapat perasaan tidak nyaman timbul dari pandangan rendah dari orang lain serta merasa terancam di lingkungannya. Komponen perilaku berpengaruh terhadap sikap rasa tanggungjawab seseorang dimana individu memiliki kesadaran terhadap apa yang sudah menjadi tugasnya. Sehingga individu memiliki percaya diri yang tinggi.

Perasaan malu bisa menyesuaikan diri dengan norma sosial, perasaan malu akan membuat seseorang menjadi pendiam. Selain itu, keinginan untuk memiliki tubuh yang sesuai dengan standar lingkungan yang ideal dapat menyebabkan gangguan makan akibat *body shaming*. Begitupula dengan komponen psikologi yang dimiliki oleh masing-masing individu, sangat berpengaruh terhadap sikap realistis dimana individu dapat menganalisis segala sesuatu sesuai dengan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Pernyataan mengenai *body shaming* dengan kepercayaan diri didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Fatmawati, (2021) dimana terdapat hubungan yang signifikan antara *body shaming* dengan kepercayaan diri. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *body shaming* yang dimiliki individu maka akan semakin rendah resiko untuk mengalami kepercayaan diri, begitupun sebaliknya semakin rendah tingkat *body shaming* individu maka semakin tinggi resiko tingkat kepercayaan diri.

Intensitas interaksi teman sebaya juga menjadi peranan penting dalam kehidupan seseorang. Dalam pergaulan remaja, teman sebaya

memiliki peran yang sangat penting dalam perkembangan pribadinya. Pada dasarnya teman sebaya adalah anak yang kedewasaan atau usianya kurang lebih sama. Selama masa remaja, remaja sering mencoba untuk memisahkan diri dari orang tua dan mencoba mencari tahu identitas mereka. Menurut Papalia (dalam Rimardhanty dkk, 2019:401) aspek-aspek intensitas interaksi teman sebaya adalah komunikasi antar teman sebaya, adaptasi, konformitas, dimana masing-masing aspek berperan dalam meminimalisir tingkat kepercayaan diri.

Komunikasi adalah interaksi antara beberapa orang, kelompok, maupun organisasi untuk mendapatkan informasi. aspek ini berpengaruh terhadap salah satu aspek dari kepercayaan diri yaitu aspek aspek keyakinan dan kemampuan diri. Dimana keyakinan ini mampu melakukan apa yang dilakukan guna untuk meraih tujuan bersama dapat dilakukan dengan sungguh-sungguh.

Adaptasi adalah proses penyesuaian diri dalam interaksi, individu dapat menyesuaikan diri dan beradaptasi dengan orang lain atau sebaliknya. Contohnya memberikan support sesama teman untuk mengerjakan tugas. Aspek ini berpengaruh terhadap aspek kepercayaan diri yaitu optimis. Dimana dukungan teman memberikan semangat untuk individu percaya bahwa pasti bisa mengerjakan tugas sebaik mungkin dan tepat waktu.

Konformitas merupakan perubahan perilaku yang dilakukan seseorang agar sesuai dengan norma atau peraturan yang sudah ditetapkan. Konformitas muncul ketika individu mengikuti perilaku, persepsi, maupun opini orang lain. Aspek ini berpengaruh terhadap aspek kepercayaan diri yakni aspek rasional dan realistis. Dimana segala sesuatu dapat dianalisis dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Menurut Gilbert dan Miles (dalam Sari dan Rosyidah, 2020:207) terdapat lima aspek yaitu komponen kognitif, komponen terkait evaluasi, komponen emosional, komponen perilaku, dan komponen

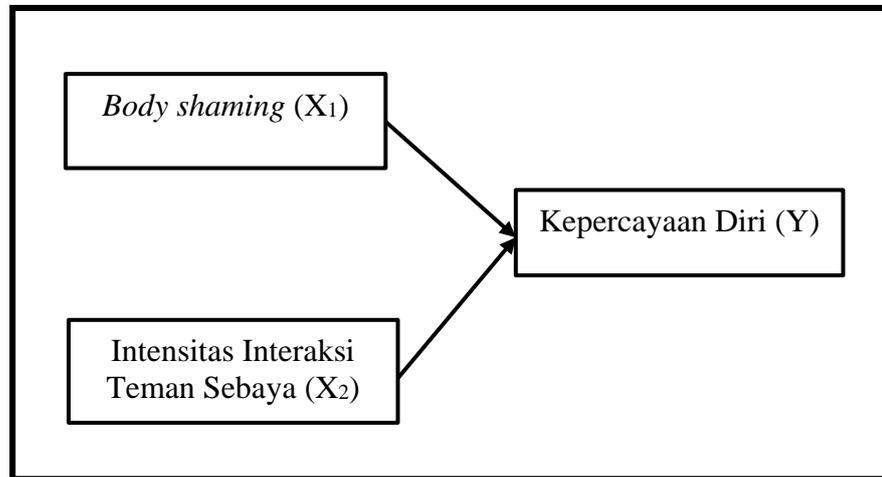
psikologis. Dalam komponen kognitif berpengaruh terhadap aspek kepercayaan diri yaitu keyakinan dan kemampuan diri. Sedangkan komponen terkait evaluasi berpengaruh terhadap aspek kepercayaan diri yaitu optimis. Komponen emosional berpengaruh terhadap aspek kepercayaan diri yaitu obyektif. Komponen perilaku berpengaruh terhadap aspek kepercayaan diri yaitu bertanggungjawab. Sedangkan komponen psikologis berpengaruh terhadap aspek kepercayaan diri yaitu rasional dan realistis.

Menurut Papalia (Rimardhanty dkk, 2019:401) aspek-aspek intensitas interaksi teman sebaya adalah komunikasi antar teman sebaya, adaptasi, dan konformitas. Dalam komunikasi antar teman sebaya berpengaruh terhadap aspek dalam aspek kepercayaan diri yaitu keyakinan dan kemampuan diri. Dalam adaptasi berpengaruh terhadap aspek dalam kepercayaan diri yaitu aspek optimis. Sedangkan konformitas berpengaruh terhadap aspek rasional dan realistis.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa dampak intensitas interaksi teman sebaya pada kepercayaan diri. Keberadaan teman sebaya dalam kehidupan seorang remaja sangatlah penting, untuk itu seorang remaja harus diterima dengan baik agar dapat memperoleh dukungan dari kelompok sebayanya. Dengan bersosialisasi dengan rekan kerja yang memiliki kesamaan hal tertentu. Salah satu cara untuk mengembangkan rasa percaya diri adalah dengan mendapat dukungan dari teman, karena dukungan dan intensitas interaksi dari teman sangat penting bagi seseorang.

Pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri. *Body shaming* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan harga diri pada remaja yang cenderung memiliki harga diri rendah. Artinya semakin tinggi *body shaming* maka semakin rendah tingkat kepercayaan diri remaja tersebut. Sebaliknya, semakin rendah *body shaming* maka semakin tinggi tingkat kepercayaan diri remaja tersebut.

**Tabel 2.1 Kerangka Berpikir**



## 2.4 Hipotesis

Adapun hipotesis yang diajukan peneliti dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

H<sub>1</sub>: Terdapat Pengaruh *Body Shaming* terhadap Kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan.

H<sub>2</sub>: Terdapat Pengaruh Intensitas Interaksi Teman sebaya terhadap Kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan.

H<sub>3</sub>: Terdapat Pengaruh *Body Shaming* dan Intensitas Interaksi Teman Sebaya terhadap Kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan.

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **3.1 Jenis dan Pendekatan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Di mana metode ini mengacu pada data-data numerik atau angka yang digunakan untuk meneliti suatu populasi ataupun sampel dalam skala besar (Azwar, 2016:5). Model penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian inferensial. Penelitian inferensial merupakan penelitian yang dilakukan untuk menganalisis pengaruh antara variabel independen dengan dependen menggunakan pengujian hipotesis (Badri, 2012:13).

#### **3.2 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional**

##### **3.2.1 Variabel Penelitian**

Variabel penelitian merupakan suatu atribut atau sifat nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017 :39). Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel independen dan variabel dependen.

a) **Variabel Independen (X)**

Variabel independen disebut juga dengan variabel bebas. Variabel independen merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen atau terikat (sugiyono, 2017:39). Dalam penelitian ini variabel independen atau bebas yaitu (X1) *body shaming* dan Intensitas interaksi teman sebaya (X2).

b) **Variabel Dependen (Y)**

Variabel dependen disebut juga dengan variabel terikat. Variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (sugiyono,

2017:39). Dalam penelitian ini variabel dependen atau terikat yaitu kepercayaan diri (Y).

### 3.2.2 Definisi Operasional

a) Kepercayaan diri

Kepercayaan diri adalah kemampuan individu dalam memahami kelebihan dan kekurangan yang di miliki sehingga individu mampu meraih apa yang diinginkan. Aspek-aspek kepercayaan diri yaitu aspek keyakinan dan kemampuan diri, aspek optimis, aspek obyektif, aspek bertanggungjawab, aspek rasional, dan aspek realistis.

b) *Body shaming*

*Body shaming* adalah bentuk perilaku diri sendiri maupun orang lain dengan mengkritik atau mengomentari fisik secara negatif kemudian membandingkan dengan standar kecantikan ideal. Aspek-aspek *body shaming* yaitu aspek kognitif, aspek evaluasi diri, aspek emosional, aspek perilaku, dan aspek psikologis.

c) Intensitas interaksi teman sebaya

Intensitas interaksi teman sebaya adalah tingkat keseringan seseorang dalam melakukan suatu kegiatan tertentu antar individu atau anggota kelompok yang mempunyai tingkatan usia hampir sama, memiliki tujuan yang saling mempengaruhi satu sama lain dalam kurun waktu tertentu. Aspek-aspek interaksi teman sebaya yaitu aspek komunikasi antar teman sebaya, aspek adaptasi, dan aspek konformitas.

### **3.3 Tempat dan Waktu Penelitian**

#### 3.3.1 Tempat Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini adalah Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan dengan pengambilan data dilakukan secara online yaitu menyebar skala dengan *google form*.

#### 3.3.2 Waktu Penelitian

Waktu pelaksanaan penelitian ini adalah pada 6 Februari – 20 Februari 2023.

### **3.4 Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling**

#### 3.4.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah Remaja Putri dengan rentang usia 15-18 di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan dengan jumlah 631 orang.

#### 3.4.2 Sampel

Pengambilan sampel didasarkan pada tabel *Issac* dan *Michael* dengan taraf kesalahan 5% sehingga jumlah sampel pada penelitian ini adalah 227 orang.

#### 3.4.3 Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *sampling incidental*. *Sampling incidental* merupakan teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan/incidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui di suatu tempat itu sesuai dengan konteks penelitian (Sugiyono, 2017:84).

### **3.5 Teknik Pengumpulan Data**

Pada penelitian ini teknik pengumpulan data yang digunakan adalah Skala Likert. Skala Likert adalah sebuah alat ukur yang digunakan untuk mengukur persepsi, pendapat, dan sikap seseorang tentang fenomena sosial. Sistematis yang digunakan adalah variabel yang hendak diukur dijadikan sebuah indikator variabel kemudian dijadikan sebagai titik tolak ukur untuk

menyusun item-item instrument yang dapat berupa pertanyaan atau pernyataan Sugiono, (2017:93).

**Tabel 3.1 Rentang Pengukuran Sikap**

Indikator		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai	SS	4	1
Sesuai	S	3	2
Tidak Sesuai	TS	2	3
Sangat Tidak Sesuai	STS	1	4

Dalam penelitian ini menggunakan tiga skala yaitu skala kepercayaan diri, *body shaming*, dan intensitas interaksi teman sebaya sebagai berikut:

a) Skala Kepercayaan Diri

Skala perilaku kepercayaan diri digunakan untuk mengukur tingkat perilaku kepercayaan diri yang dimiliki para remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan. Skala perilaku kepercayaan diri ini disusun berdasarkan aspek yang mengacu pada teori Lauster yaitu aspek keyakinan dan kemampuan diri, aspek optimis. Aspek obyektif, aspek bertanggungjawab serta aspek rasional dan aspek realistis. Adapun *blue print* skala pada penelitian ini sebagai berikut:

**Tabel 3.2 Blue Print Kepercayaan Diri**

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Keyakinan & kemampuan diri	Yakin terhadap diri sendiri	1,2	5,6	4
	Yakin terhadap kemampuan diri dalam menghadapi permasalahan	3,4	7,8	4
Optimis	Bersikap positif dalam menghadapi tantangan	9,10	13,14	4
	Sikap positif terhadap harapan yang dimilikinya	11,12	15,16	4

Obyektif	Memandang permasalahan hidup sesuai dengan kebenaran yang semestinya	17,18	21,22	4
	Mampu membedakan fakta dan opini	19,20	23,24	4
Bertanggungjawab	Memiliki keberanian mengambil resiko untuk setiap keputusan yang diambil	25,26	29,30	4
	Mampu menyelesaikan tugas semaksimal mungkin hingga selesai	27,28	31,32	4
Rasional & realistis	Kemampuan memahami persoalan sesuai dengan alasan yang benar	33,34	37,38	4
	Kemampuan memahami suatu kejadian dengan menggunakan pikiran yang sesuai dengan kenyataan	35,36	39,40	4
Jumlah				40

b) Skala *Body Shaming*

Skala *Body shaming* ini digunakan untuk mengukur tingkat *body shaming* yang dimiliki oleh responden yaitu remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan. Menurut Gilbert & Miles (2010:207) Skala *body shaming* ini disusun berdasarkan 5 aspek yaitu

aspek komponen kognitif, aspek komponen evaluasi diri, aspek komponen emosional, aspek komponen perilaku, dan aspek komponen psikologis. Adapun *blue print* skala pada penelitian ini sebagai berikut:

**Tabel 3.3 Blue Print Body Shaming**

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Komponen kognitif	Dipandang rendah oleh oranglain	41,42	45,46	4
	Membanding-bandingkan dirinya dengan oranglain	43,44	47,48	4
Komponen evaluasi diri	Muak atas dirinya sendiri	49,50	53,54	4
	Menganggap dirinya rendah	51,52	55,56	4
Komponen emosional	Perasaan cemas terhadap diri sendiri	57,58	61,62	4
	Perasaan takut terhadap diri sendiri	59,60	63,64	4
Komponen perilaku	Perasaan tidak nyaman	65,66	69,70	4
	Merasa terancam	67,68	71,72	4
Komponen psikologis	Kurang percaya diri	73,74	77,78	4
	Tertekan atas tuntutan yang ada	75,76	79,80	4
Jumlah				40

c) Skala Intensitas Interaksi Teman Sebaya

Skala intensitas interaksi teman sebaya digunakan untuk mengukur tingkat intensitas atau keseringan interaksi teman sebaya yang dimiliki responden yaitu remaja putri. Skala intensitas interaksi teman sebaya ini disusun mengacu pada teori Papalia yang mempunyai 3 aspek yaitu aspek komunikasi antar teman sebaya, aspek adaptasi, dan

aspek konformitas. Adapun *blue print* skala pada penelitian ini sebagai berikut:

**Tabel 3.4 Rentang Pengukuran Sikap**

Indikator		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Sering	SS	4	1
Sering	S	3	2
Tidak Sering	TS	2	3
Sangat Tidak Sering	STS	1	4

**Tabel 3.5 Blue Print Intensitas Interaksi Teman Sebaya**

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Komunikasi antar teman sebaya	Keterbukaan	81,82,	85,86	4
	Berbicara dengan sopan ketika interaksi dengan teman	83,84,	87,88	4
Adaptasi	Kemampuan mengontrol diri sendiri ketika bertemu dengan orang baru	89,90	93,94	4
	Mampu menyesuaikan diri dengan teman	91,92	95,96	4
Konformitas	Kecenderungan untuk memenuhi harapan oranglain	97,98	101,102	4
	Menghindari penolakan	99,100	103,104	4
Jumlah				24

### **3.6 Validitas dan Realiabilitas Alat Ukur**

#### **3.6.1 Validitas Alat Ukur**

Menurut Sugiyono (2017: 125) menjelaskan validitas digunakan untuk menunjukkan kesesuaian antara data yang sesungguhnya terjadi pada objek dengan data yang dikumpulkan oleh peneliti. Penelitian ini menggunakan validitas isi yakni *expert judgement*. Di mana skala *body shaming*, skala interaksi teman sebaya, dan skala kepercayaan diri yang dilakukan oleh dosen ahli, yakni dosen pembimbing skripsi yang bertujuan untuk melihat kesesuaian item dengan apa yang hendak diukur (Azwar, 2012: 42). Dosen pembimbing memberikan arahan, saran, masukan, penilaian, dan pendapat mengenai item yang telah dibuat oleh peneliti yang berdasar pada aspek dan indikator variabel. Semua item yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,300 dianggap memuaskan.

##### **3.6.1.1 Hasil Uji Validitas Kepercayaan Diri**

Skala kepercayaan diri pada penelitian ini terdapat 40 item butir pertanyaan. Subjek yang digunakan oleh peneliti adalah remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan. Berdasarkan hasil uji coba yang dilakukan terhadap remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan, terdapat 33 item pertanyaan yang valid dan 7 item yang gugur karena nilai  $r < 0,3$ . Item yang dinyatakan tidak valid adalah: 8, 13, 20, 21, 24, 37, 40.

**Tabel 3.6 Blue Print Kepercayaan Diri**

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Keyakinan & kemampuan diri	Yakin terhadap diri sendiri	1,2	5,6	4
	Yakin terhadap kemampuan diri dalam menghadapi permasalahan	3,4	7	3
Optimis	Bersikap positif dalam menghadapi tantangan	9,10	14	3
	Sikap positif terhadap harapan yang dimilikinya	11,12	15,16	4
Obyektif	Memandang permasalahan hidup sesuai dengan kebenaran yang semestinya	17,18	22	3
	Mampu membedakan fakta dan opini	19	23	2
Bertanggungjawab	Memiliki keberanian mengambil resiko untuk setiap keputusan yang diambil	25,26	29,30	4
	Mampu menyelesaikan tugas semaksimal mungkin hingga selesai	27,28	31,32	4
Rasional & realistis	Kemampuan memahami persoalan sesuai dengan alasan yang benar	33,34	38	3

	Kemampuan memahami suatu kejadian dengan menggunakan pikiran yang sesuai dengan kenyataan	35,36	39	3
Jumlah				33

### 3.6.1.2 Hasil Uji Validitas *Body Shaming*

Skala pada penelitian ini terdapat 40 item butir pertanyaan. Subjek yang digunakan oleh peneliti adalah remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan. Terdapat 33 item pertanyaan yang valid dan 7 item yang gugur karena nilai  $r < 0,3$ . Item yang dinyatakan tidak valid adalah: 46, 48, 58, 64, 71, 73, 75.

**Tabel 3.7 Blue Print *Body Shaming***

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Komponen kognitif	Dipandang rendah oleh oranglain	41,42	45	3
	Membanding-bandingkan dirinya dengan oranglain	43,44	47	3
Komponen evaluasi diri	Muak atas dirinya sendiri	49,50	53,54	4
	Menganggap dirinya rendah	51,52	55,56	4
Komponen emosional	Perasaan cemas terhadap diri sendiri	57	61,62	3
	Perasaan takut terhadap diri sendiri	59,60	63	3
Komponen perilaku	Perasaan tidak nyaman	65,66	69,70	4
	Merasa terancam	67,68	72	3

Komponen psikologis	Kurang percaya diri	74	77,78	3
	Tertekan atas tuntutan yang ada	76	79,80	3
Jumlah				33

### 3.6.1.3 Hasil Uji Validitas Intensitas Interaksi Teman Sebaya

Skala intensitas interaksi teman sebaya pada penelitian ini terdapat 24 item butir pertanyaan. Subjek yang digunakan oleh peneliti adalah remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan. Terdapat 22 item pertanyaan yang valid dan 2 item yang gugur karena nilai  $r < 0,3$ . Item yang dinyatakan tidak valid adalah: 7 dan 19.

**Tabel 3.8 Blue Print Intensitas Interaksi Teman Sebaya**

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Komunikasi antar teman sebaya	Keterbukaan	81,82,	85,86	4
	Berbicara dengan sopan ketika interaksi dengan teman	83,84,	88	3
Adaptasi	Kemampuan mengontrol diri sendiri ketika bertemu dengan orang baru	89,90	93,94	4
	Mampu menyesuaikan diri dengan teman	91,92	95,96	4
Konformitas	Kecenderungan untuk memenuhi harapan oranglain	97,98	101,102	4
	Menghindari penolakan	100	103,104	3
Jumlah				22

### 3.6.2 Reliabilitas Alat Ukur

Menurut Sugiyono (2017: 130) mengartikan instrumen yang reliabel adalah instrumen yang memberikan data yang sama ketika digunakan untuk mengukur objek yang sama. Instrumen yang reliabel tidak selalu valid, karena realibilitas instrumen pada dasarnya merupakan prasyarat untuk menguji keefektifan instrumen, instrumen yang valid harus reliabel, sehingga tetap diperlukan uji realibilitas instrumen.

Perhitungan reliabilitas pada penelitian ini menggunakan bantuan SPSS dengan teknik *alfa cronbach* yakni pengujian reliabilitas untuk jenis data interval atau *essay* (Sugiyono, 2014). Semua item yang mencapai batasan *alpha cronbach* 0,060 dapat diterima.

#### 3.6.2.1 Hasil Uji Realibilitas Kepercayaan Diri

**Tabel 3.9 Blueprint Kepercayaan Diri**

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.945	33

#### 3.6.2.2 Hasil Uji Realibilitas *Body shaming*

**Tabel 3.10 Blue print *body shaming***

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.955	32

#### 3.6.2.3 Hasil Uji Realibilitas Intensitas Interaksi Teman Sebaya

**Tabel 3.11 Blue print intensitas interaksi teman sebaya**

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.907	22

Berdasarkan hasil uji reabilitas yang telah dilakukan oleh penulis. Didapatkan Cronbach alpha 0,930 untuk kepercayaan diri, 0,945 untuk *body shaming* dan 0,932 untuk intensitas interaksi teman sebaya. Dengan demikian ketiga variable tersebut dinyatakan reliabel karena skor koefisien *Cronbach alpha* > 0,60.

### **3.7 Teknik Analisis Data**

Analisis data dapat dilakukan setelah mendapatkan semua data yang diperlukan. Dalam penelitian ini, analisis data dapat dilakukan dengan bantuan aplikasi SPSS (*Statistical Product and Service Sultion*) versi 22.0 *for windows*. Berikut adalah analisis data yang ada dalam penelitian ini:

#### 3.7.1 Uji Asumsi

##### 3.7.1.1 Uji Normalitas

Uji normalitas adalah uji yang dilakukan dalam sebuah penelitian untuk melihat apakah data pada setiap variabel penelitian membentuk distribusi normal atau tidak (Sugiyono, 2016:75). Pada penelitian ini, uji normalitas yang akan digunakan adalah uji *Kolmogorov-Smirnov*. Data yang terdistribusi normal apabila taraf signifikasinya lebih dari 0,5. Namun data yang terdistribusi tidak normal apabila taraf signifikansinya kurang dari 0,05 (Santoso, 2014:393).

##### 3.7.1.2 Uji Linearitas

Uji linearitas adalah uji yang digunakan untuk mengetahui hubungan antar variabel independen dan dependen, bahwa antar variabel independen dan dependen bersifat linear atau tidak. Uji linearitas dalam penelitian ini menggunakan metode *Test For Linierity* dengan signifikansi *linearity* 0,05 maka data di nyatakan linear (Widhiarso, 2010:5).

### 3.7.1.3 Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas adalah uji yang dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya korelasi yang kuat antar variabel bebas (*independent*). Untuk mengetahui multikolinieritas dapat dilihat dari nilai VIF  $<0,10$  dan nilai *tolerance*  $>0,10$  maka variabel bebas tidak mengalami multikolinieritas (Santoso, 2018:8).

### 3.7.1.4 Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas adalah suatu uji yang dilakukan oleh peneliti untuk melihat apakah dalam satu model regresi terdapat perbedaan atau ketidaksamaan varian dari residual satu pengamatan ke pengamatan lainnya (Santoso, 2018:17). Untuk mengetahui heteroskedastisitas dapat dilakukan dengan menggunakan uji *white* pada aplikasi SPSS.

## 3.7.2 Uji Hipotesis

### 3.7.2.1 Uji Regresi Linier Berganda

Uji regresi linier berganda digunakan untuk mengukur dua variabel bebas atau lebih terhadap variabel terikat (Rahmawati, 2016:275). Dalam penelitian ini uji analisis regresi berganda digunakan untuk mengetahui pengaruh dan interaksi teman sebaya terhadap variabel terikat yaitu kepercayaan diri. Menurut Sugiyono (2014:277) regresi linier berganda digunakan untuk memprediksi naik turunnya variabel terikat (*dependen*).

#### a) Pengaruh parsial

Menurut Ghozali (2013:160) menjelaskan bahwa jika nilai signifikansi  $<0,05$  maka variabel independen (X) secara parsial berpengaruh terhadap variabel dependen (Y). Kriteria pengujian hipotesis

yang ditetapkan adalah jika  $H_1$  dan  $H_2$  menghasilkan nilai  $p < 0,05$  maka hipotesis diterima, namun jika  $p > 0,05$  maka hipotesis ditolak.

b) Pengaruh simultan

Menurut Ghazali (2013 :171) mengemukakan bahwa jika nilai signifikansi  $< 0,05$  maka nilai variabel independen (X) secara simultan berpengaruh terhadap variabel dependen (Y). Kriteria hipotesis yang ditetapkan jika  $H_3$  menghasilkan nilai  $p < 0,05$  maka hipotesis diterima, namun jika  $p > 0,05$  maka hipotesis ditolak.

**BAB IV**  
**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

**4.1 Deskripsi Subjek**

Subjek dalam penelitian ini merupakan remaja putri dengan rentang usia 15-18 di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan. Terdapat 227 sampel dengan dengan jumlah 631 remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan. Berikut terdapat data subjek penelitian berdasarkan beberapa kategori, sebagai berikut:

**Tabel 4.1 Data subjek penelitian berdasarkan umur**

No	Usia	Jumlah	%
1.	15 tahun	40	17,6%
2.	16 tahun	52	22,9%
3.	17 tahun	62	27,3%
4.	18 tahun	73	32,2%
Jumlah		227	100%

Berdasarkan hasil tabel di atas dapat dikatakan bahwa sebanyak 40 remaja putri berumur 15 tahun dengan presentase 17,6%, ada 52 remaja putri berumur 16 tahun dengan presentase 22,9%, ada 62 remaja putri berumur 17 tahun dengan presentase 27,3%, ada 73 remaja putri berumur 18 dengan presentase 32,2%.

**4.2 Deskripsi Data**

Berdasarkan data penelitian yang sudah diperoleh, deskripsi data dapat dilakukan untuk mengetahui tingkat *body shaming*, intensitas interaksi teman sebaya, dan kepercayaan diri. Deskripsi data diperoleh dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 24.0 for windows yang meliputi jumlah subjek (N), skor *minimum (Min)*, skor *maximum (Max)*, *mean*, dan *standard deviation*. Deskripsi data dari masing-masing variabel adalah sebagai berikut:

**4.2.1 Deskripsi Data Kepercayaan Diri**

**Tabel 4.2 Hasil Uji Deskriptif Data Kepercayaan Diri**

<b>Variable</b>	<b>N</b>	<b>Min</b>	<b>Max</b>	<b>Mean</b>	<b>S.td deviation</b>
Kepercayaan Diri	227	32	120	78.73	20.961

Berdasarkan hasil deskripsi data pada tabel di atas, bahwa variabel kepercayaan diri menunjukkan *minimum* sebesar 32, nilai *maximum* 120, dan nilai rata – rata (*mean*) 78.73 dan nilai *standart deviation* sebesar 20.961. Dari hasil deskripsi data variabel kepercayaan diri dapat dikategorisasikan sebagai berikut:

**Tabel 4.3 Kategorisasi Skor Skala Kepercayaan Diri**

<b>Kategorisasi</b>	<b>Norma</b>	<b>Skor Skala</b>
Rendah	$X < (M - 1SD)$	$X < 57,77$
Sedang	$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$	$57,77 \leq X < 99,69$
Tinggi	$X \geq (M + 1SD)$	$X \geq 99,69$

Berdasarkan tabel kategorisasi skor skala kepercayaan diri di atas, dapat diketahui bahwa remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan dinyatakan memiliki kepercayaan diri pada kategori rendah apabila skor lebih kecil dari 57,77 dinyatakan pada kategori sedang apabila skor diantara 57,77 hingga kurang dari 99,96 dan dinyatakan kategori tinggi apabila skor lebih besar atau sama dengan 99,96.

**Tabel 4.4 Kategorisasi Kepercayaan Diri**

No	Kategorisasi	Jumlah
1.	Rendah	29
2.	Sedang	142
3.	Tinggi	56
Total		227

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa terdapat 29 remaja putri yang memiliki kepercayaan diri yang rendah, 142 remaja putri yang memiliki kepercayaan diri yang sedang dan terdapat 56 remaja putri yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi.

#### 4.2.2 Deskripsi Data

**Tabel 4.5 Hasil Uji Deskriptif Data *Body shaming***

Variable	N	Min	Max	Mean	Std. deviation
<i>Body shaming</i>	227	30	116	71.93	20.952

Berdasarkan hasil deskripsi data pada tabel di atas, bahwa variabel *body shaming* menunjukkan *minimum* sebesar 30, nilai *maximum* 116, dan nilai rata-rata (*mean*) 71.93 dan nilai standar deviasi sebesar 20.952. dari hasil deskripsi data variabel *body shaming* dapat dikategorisasikan sebagai berikut:

**Tabel 4.6 Kategorisasi skor Skala *Body shaming***

Kategorisasi	Norma	Skor Skala
Rendah	$X < (M - 1SD)$	$X < 50,98$
Sedang	$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$	$50,98 \leq X < 92,88$
Tinggi	$X \geq (M + 1SD)$	$X \geq 92,88$

Berdasarkan tabel kategorisasi skor skala *body shaming* di atas, dapat diketahui bahwa remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan dinyatakan mengalami dalam kategori rendah apabila skor lebih kecil dari 50,98 dinyatakan pada kategori sedang apabila skor diantara 50,98

hingga kurang dari 92,88 dan dinyatakan kategori tinggi apabila skor lebih besar atau sama dengan 92,88.

**Tabel 4.7 Kategorisasi *Body shaming***

No	Kategorisasi	Jumlah
1.	Rendah	32
2.	Sedang	142
3.	Tinggi	53
Total		227

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa terdapat 32 remaja putri mengalami yang rendah, 142 remaja putri mengalami *body shaming* yang sedang 53 remaja putri mengalami yang tinggi.

#### 4.2.3 Deskripsi Data Intensitas Interaksi Teman Sebaya

**Tabel 4.8 Hasil Uji Deskriptif Data Intensitas Interaksi Teman Sebaya**

Variabel	N	Min	Max	Mean	S.td deviation
Intensitas Interaksi Teman Sebaya	227	84	58.03	13.284	30

Berdasarkan hasil deskripsi data pada tabel di atas, bahwa variabel intensitas interaksi teman sebaya menunjukkan *minimum* sebesar 84 nilai *maximum* 58,03 dan nilai rata – rata (*mean*) 13.284 dan nilai standar deviasi sebesar 30. dari hasil deskripsi data variabel intensitas interaksi teman sebaya dapat dikategorisasikan sebagai berikut:

**Tabel 4.9 Kategorisasi Skor Intensitas Interaksi Teman Sebaya**

Kategorisasi	Norma	Skor Skala
Rendah	$X < (M - 1SD)$	$X < 44,75$
Sedang	$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$	$44,75 \leq X < 71,31$
Tinggi	$X \geq (M + 1SD)$	$X \geq 71,31$

Berdasarkan tabel kategorisasi skor skala intensitas interaksi teman sebaya di atas, dapat diketahui bahwa remaja putri di Kecamatan Paninggaran

Kabupaten Pekalongan dinyatakan memiliki intensitas interaksi teman sebaya pada kategori rendah apabila skor lebih kecil dari 44,75 dinyatakan pada kategori sedang apabila skor diantara 44,75 hingga kurang dari 71,31 dan dinyatakan kategori tinggi apabila skor lebih besar atau sama dengan 71,31.

**Tabel 4.10 Kategorisasi Intensitas Interaksi Teman Sebaya**

No	Kategorisasi	Jumlah
1.	Rendah	31
2.	Sedang	143
3.	Tinggi	53
Total		227

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa terdapat 31 remaja memiliki intensitas interaksi terhadap teman sebaya pada kategori rendah, 143 tergolong pada kategori sedang, dan 53 siswa memiliki intensitas interaksi terhadap teman sebaya pada kategori tinggi.

#### 4.3 Hasil Uji Asumsi

##### 4.3.1 Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas adalah uji yang dilakukan dalam sebuah penelitian untuk melihat apakah data pada setiap variabel penelitian membentuk distribusi normal atau tidak (Sugiyono, 2016:75). Pada penelitian ini, uji normalitas yang akan digunakan adalah uji *Kolmogorov-Smirnov*. Data yang terdistribusi normal apabila taraf signifikasinya lebih dari 0,5. Namun data yang terdistribusi tidak normal apabila taraf signifikansinya kurang dari 0,05 (Santoso, 2014:393).

**Tabel 4.11 Hasil Uji Normalitas**

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		227
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.49814542
Most Extreme Differences	Absolute	.045
	Positive	.045
	Negative	-.037
Test Statistic		.045
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan uji normalitas di atas, nilai signifikansi yang di hasilkan yakni  $0,200 > 0,05$  yang di mana hal ini menunjukkan bahwa data berdistribusi normal.

#### 4.3.2 Hasil Uji Linearitas

Uji linearitas adalah uji yang digunakan untuk mengetahui hubungan antar variabel independen dan dependen, bahwa antar variabel independen dan dependen bersifat linear atau tidak. Uji linearitas dalam penelitian ini menggunakan metode *Test For Linierity* dengan signifikansi *linearity* 0,05 maka data di nyatakan linear (Widhiarso, 2010:5).

**Tabel 4.12 Uji Linearitas *Body Shaming* dan Kepercayaan Diri**

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kepercayaan Diri * Body Shaming	Between Groups	(Combined)	3441.122	35	98.318	3.743	.000
		Linearity	2499.728	1	2499.728	95.163	.000
		Deviation from Linearity	941.394	34	27.688	1.054	.397
	Within Groups		5017.169	191	26.268		
	Total		8458.291	226			

**Tabel 4.13 Uji Linearitas Intensitas Interaksi Teman Sebaya dan Kepercayaan Diri**

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kepercayaan Diri * Intensitas Interaksi Teman Sebaya	Between Groups	(Combined)	4364.234	31	140.782	6.705	.000
		Linearity	3699.943	1	3699.943	176.228	.000
		Deviation from Linearity	664.291	30	22.143	1.055	.397
	Within Groups		4094.057	195	20.995		
	Total		8458.291	226			

Berdasarkan table hasil uji linearitas yang pertama dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 22.0 for windows, yaitu antara *body shaming* dan kepercayaan diri dapat dilihat bahwa nilai signifikansi *test for linearity* sebesar 0,000 yang mana nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) dan hasil *deviation from linearity* sebesar 0,397 yang mana lebih besar dari 0,05 ( $0,397 > 0,05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa pada variabel *body shaming* dan kepercayaan diri terdapat hubungan yang linear.

Berdasarkan hasil uji linearitas yang kedua dengan menggunakan aplikasi SPSS for windows, yaitu antara intensitas interaksi teman sebaya dan kepercayaan diri dapat dilihat bahwa nilai signifikansi *test for linearity* sebesar 0,000 yang mana hasil tersebut lebih besar dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) dan hasil *deviation from linearity* sebesar 0,397 yang mana lebih besar dari 0,05 ( $0,397 > 0,05$ ). Maka dapat disimpulkan bahwa pada variabel intensitas interaksi teman sebaya dan kepercayaan diri terdapat hubungan yang linear.

### 4.3.3 Hasil Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas adalah uji yang dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya korelasi yang kuat antar variabel bebas (*independent*). Untuk mengetahui multikolinieritas dapat dilihat dari nilai VIF <0,10 dan nilai *tolerance* >0,10 maka variabel bebas tidak mengalami multikolinieritas (Santoso, 2018:8).

**Tabel 4.14 Hasil Uji Multikolinieritas**

		Coefficients <sup>a</sup>					Collinearity Statistics	
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Tolerance	VIF
		B	Std. Error	Beta				
1	(Constant)	21.958	3.765		5.832	.000		
	Body Shaming	.135	.045	.195	3.015	.003	.575	1.740
	Intensitas Interaksi Teman Sebaya	.499	.061	.534	8.239	.000	.575	1.740

a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

Berdasarkan tabel hasil uji multikolinieritas dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 22.0 for windows dapat dilihat bahwa nilai tolerance sebesar 0,575 yang mana nilai tersebut lebih besar dari 0,10 ( $0,575 > 0,10$ ) dan nilai VIF sebesar 1,740 yang mana nilai tersebut lebih kecil dari 10 ( $1,740 < 10$ ). Maka dapat disimpulkan bahwa antar variabel bebas pada penelitian ini tidak terjadi gejala multikolinieritas.

### 4.3.4 Hasil Heterokedastisitas

Uji heteroskedastisitas adalah suatu uji yang dilakukan oleh peneliti untuk melihat apakah dalam satu model regresi terdapat perbedaan atau ketidaksamaan varian dari residual satu pengamatan ke pengamatan lainnya (Santoso, 2018:17). Untuk mengetahui heteroskedastisitas dapat dilakukan dengan menggunakan uji glejser pada aplikasi SPSS.

**Tabel 4.15 Hasil Uji Heterokedastisitas**

		Coefficients <sup>a</sup>				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
Model	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	.038	2.194		.017	.986
	Body Shaming	-.069	.026	-.228	-2.648	.009
	Intensitas Interaksi Teman Sebaya	.110	.035	.268	3.108	.002

a. Dependent Variable: Abs\_RES

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi heterokedastisitas karena nilai dari *body shaming* adalah dan nilai signifikansi lebih dari 0,05 ( $0,009 > 0,05$ ). Sedangkan intensitas interaksi teman sebaya juga tidak terjadi heterokedastisitas karena nilai dari intensitas interaksi teman sebaya adalah 0,002 sedangkan nilai signifikansi lebih dari 0,05 ( $0,002 > 0,05$ ).

#### 4.4 Hasil Uji Hipotesis

Analisis data pada penelitian ini diolah dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 22.0 for windows. Dalam pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan uji regresi linear sederhana untuk menguji secara parsial antara satu variabel independen dengan variabel dependen. Selain itu, pengujian hipotesis juga menggunakan uji regresi linear berganda, untuk memprediksi seberapa besar adanya pengaruh antara *body shaming* dan interaksi teman sebaya terhadap kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan. Hasil analisis data pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

##### 4.4.1 Analisis Regresi Linear Berganda

Dalam penelitian ini, dengan menggunakan analisis regresi linier berganda, terdapat pengaruh antara variabel bebas yaitu *body shaming* (X1), intensitas interaksi teman sebaya (X2) terhadap kepercayaan diri (Y). Analisis regresi linier berganda dalam penelitian dilakukan dengan

bantuan program aplikasi *SPSS 22 for Windows*. Hasil analisis pada data penelitian ini sebagai berikut:

**Tabel 4.16 Hasil Uji Regresi Linear Berganda**

		Coefficients <sup>a</sup>				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	21.958	3.765		5.832	.000
	Body Shaming	.135	.045	.195	3.015	.003
	Intensitas Interaksi Teman Sebaya	.499	.061	.534	8.239	.000

a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

Berdasarkan tabel hasil SPSS regresi linear berganda diperoleh hasil koefisien  $\alpha = 21,958$  ;  $\beta_1 = 0,135$  ;  $\beta_2 = 0,499$  sehingga model persamaan regresi linear berganda adalah sebagai berikut :

$$Y = \alpha + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2$$

$$Y = 21,958 + 0,135X_1 + 0,499X_2$$

Keterangan :

Y : Kepercayaan Diri

$\alpha$  : Konstanta

$\beta_1, \beta_2$  : Koefisien Regresi

$X_1$  : *Body shaming*

$X_2$  : Intensitas Interaksi Teman Sebaya

Hasil tersebut dapat diinterpretasikan model persamaan regresinya sebagai berikut:

a)  $\alpha = 21,958$

Pada persamaan regresi tersebut, nilai konstanta sebesar 21,958 yang artinya jika variabel independen (*body shaming* dan intensitas interaksi teman sebaya) naik atau berpengaruh dalam satu satuan, maka variabel kepercayaan diri akan naik, namun jika tidak ada kontribusi dari variabel independen maka variabel kepercayaan diri hanya akan bernilai 21,958.

b)  $\beta_1 = 0,135$

Pada nilai koefisien regresi tersebut sebesar 0,135 atau 13,5% yang artinya jika *body shaming* (X1) mengalami kenaikan satu satuan, maka kepercayaan diri (Y) akan mengalami peningkatan sebesar 13,5%. Selain itu, nilai koefisien regresi bernilai positif yang artinya jika *body shaming* (X1) meningkat dan kepercayaan diri (Y) akan meningkat juga.

c)  $\beta_2 = 0,499$

Pada nilai koefisien regresi tersebut sebesar 0,499 atau 49,9% yang artinya jika intensitas interaksi teman sebaya (X2) mengalami kenaikan satu satuan, maka kepercayaan diri (Y) akan mengalami peningkatan sebesar 49,9%. Selain itu, nilai koefisien regresi bernilai positif yang artinya jika intensitas interaksi teman sebaya (X2) meningkat dan kepercayaan diri (Y) akan meningkat juga.

#### 4.4.2 Uji F (Uji Hipotesis Ketiga)

**Tabel 4.17 Hasil Uji Hipotesis Simultan**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3885.562	2	1942.781	95.169	.000 <sup>b</sup>
	Residual	4572.729	224	20.414		
	Total	8458.291	226			

a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

b. Predictors: (Constant), Intensitas Interaksi Teman Sebaya, Body Shaming

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$  dan nilai F hitung sebesar  $95,169 > 3,04$  (F tabel). Maka dari hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis ketiga diterima serta terdapat pengaruh yang signifikan antara *body shaming* dan intensitas interaksi teman sebaya terhadap kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan.

#### 4.4.3 Uji T

**Tabel 4.18 Hasil Uji Regresi Parsial**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	21.958	3.765		5.832	.000
	Body Shaming	.135	.045	.195	3.015	.003
	Intensitas Interaksi Teman Sebaya	.499	.061	.534	8.239	.000

a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

##### a) Uji Hipotesis Pertama

Berdasarkan hasil pada tabel di atas, diperoleh nilai signifikansi sebesar  $0,003 < 0,05$  dan nilai t hitung sebesar  $3,015 > 1,651564$  (t tabel). Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama dalam penelitian ini diterima, yang berarti terdapat

pengaruh negative yang signifikan antara *body shaming* dan kepercayaan diri pada remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan.

b) Uji Hipotesis Kedua

Berdasarkan hasil pada tabel di atas, diperoleh nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$  dan nilai t hitung sebesar  $8,239 > 1,651564$  (t tabel). Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua dalam penelitian ini diterima, yang berarti terdapat pengaruh positif yang signifikan antara intensitas interaksi teman sebaya dan kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan.

**Tabel 4.19 Hasil Uji Koefisien Determinasi**

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.678 <sup>a</sup>	.459	.455	4.518

a. Predictors: (Constant), Intensitas Interaksi Teman Sebaya, Body Shaming

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh nilai Adjustes R Square sebesar 0,455 atau 45,5% yang artinya variabel *body shaming* dan intensitas interaksi teman sebaya dapat memberikan kontribusi terhadap variabel kepercayaan diri pada remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan, dan sisanya 54,5% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

#### 4.5 Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dan intensitas interaksi teman sebaya terhadap kepercayaan diri pada remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan. Penelitian ini terdapat tiga

pokok pembahasan yaitu pengaruh terhadap kepercayaan diri pada remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan, pengaruh intensitas interaksi teman sebaya terhadap kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan, serta pengaruh dan interaksi teman sebaya pada remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pada variable *body shaming*, terdapat 32 remaja putri yang memiliki *body shaming* yang rendah, 142 remaja putri yang memiliki *body shaming* yang sedang, dan 53 remaja putri yang memiliki *body shaming* yang tinggi. Sedangkan untuk variable intensitas interaksi teman sebaya menunjukkan bahwa terdapat 31 remaja putri yang memiliki intensitas interaksi teman sebaya yang rendah, 143 remaja putri yang memiliki intensitas interaksi teman sebaya yang sedang, dan 53 remaja putri yang memiliki intensitas interaksi teman sebaya yang tinggi. Selain itu, pada variable kepercayaan diri menunjukkan bahwa terdapat 29 remaja putri yang memiliki kepercayaan diri yang rendah, 142 remaja putri yang memiliki kepercayaan diri yang sedang dan 56 remaja putri yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi.

#### 4.5.1 Pengaruh *Body Shaming* terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan

Berdasarkan pada hasil uji hipotesis pertama diperoleh nilai signifikansi sebesar  $0,003 < 0,05$  dan nilai  $t$  hitung sebesar  $3,015 > 1,651564$  ( $t$  tabel). Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama dalam penelitian ini diterima, yang berarti terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara *body shaming* dan kepercayaan diri pada remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan. Selain itu, nilai signifikansi koefisien regresi pada penelitian ini sebesar 0,135 atau 13,5%.

Pernyataan ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Aprilia dkk (2022) menunjukkan bahwa *body shaming* memiliki pengaruh negatif terhadap kepercayaan diri dengan nilai koefisien

korelasi  $r_{xy} = 0,560$  dengan  $p = 0,374$ . Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *body shaming* yang dialami individu maka akan semakin rendah resiko tingkat kepercayaan diri yang dimiliki, sebaliknya semakin rendah tingkat *body shaming* yang dialami I individu maka akan semakin tinggi tingkat kepercayaan diri.

Adapula penelitian lain yang dilakukan oleh Kawengian dkk (2021) menunjukkan bahwa *body shaming* membawa dampak negatif terhadap kepercayaan diri remaja putri dengan nilai signifikansi 0,000 dan nilai korelasi 0,484. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi yang dimiliki individu maka akan semakin rendah mengalami kepercayaan diri, sebaliknya semakin rendah yang dimiliki individu maka resiko mengalami kepercayaan diri akan semakin tinggi.

Menurut Lauster (2020:60) aspek-aspek yang terdapat dalam kepercayaan diri ada empat, yakni aspek Keyakinan dan kemampuan diri, aspek optimis, aspek obyektif, aspek bertanggung jawab, aspek rasional & realistis. Aspek keyakinan dan kemampuan diri merupakan sikap positif individu dalam memahami kelebihan dan kekurangan yang dimiliki sehingga mampu meraih keberhasilan. Aspek optimis merupakan sikap positif individu dalam memandang sesuatu hal. Aspek obyektif merupakan pandangan secara menyeluruh terhadap segala permasalahan yang disesuaikan dengan fakta dan bukan berdasarkan opini individu semata. Aspek bertanggung jawab merupakan kemampuan individu dalam menerima resiko atas setiap keputusan yang diambil. Aspek rasional dan realistis merupakan pemikiran yang didasarkan pada fakta dan mampu diterima oleh akal.

*Body shaming* merupakan perilaku mengkritik dirinya sendiri maupun oranglain dengan tujuan mempermalukan penampilan berdasarkan bentuk tubuhnya baik itu disengaja ataupun tidak. terdiri dari lima aspek yakni kognitif, evaluasi diri, emosional, perilaku, dan psikologis. Dari kelima aspek tersebut, masing-masing aspek berpengaruh terhadap kepercayaan diri.

Aspek pertama yaitu kognitif berkaitan dengan pendapat orang lain yang memberikan penilaian negatif atau rendah pada diri mereka sendiri. Selain itu, dia merasa orang-orang menganggapnya rendah, yang menurunkan harga dirinya. Begitu pula pada komponen kognitif pada masing-masing yang dimiliki setiap individu, sangat berpengaruh terhadap keyakinan dan kemampuan diri. Seseorang yang memiliki komponen kognitif yang tidak baik, selalu memandang rendah dirinya sendiri, selalu membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain dan tidak pernah merasa bersyukur.

Aspek kedua yaitu evaluasi diri. Evaluasi diri adalah penilaian diri internal mengacu pada citra diri yang buruk yang terbentuk melalui pemikiran kritis terhadap diri sendiri. Hal ini terjadi sebagai akibat dari penilaian diri yang rendah, yang menurunkan kepercayaan diri target dan menanamkan gagasan malu dalam pikiran mereka. 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. Komponen evaluasi berpengaruh terhadap sikap optimis yang dimiliki setiap orang, orang yang memiliki sikap optimisme memiliki keyakinan atas kemampuan dirinya sendiri, selalu berfikir positif ketika menghadapi berbagai macam aspek kehidupan.

Aspek ketiga yaitu emosional. Emosional meliputi rasa marah, takut, dan membenci diri sendiri. Hal ini terjadi sebagai akibat dari memiliki pandangan yang tidak menguntungkan tentang diri sendiri dan tidak mampu mengikuti norma-norma sosial. Rasa senang merupakan hal positif, sedangkan rasa tidak senang merupakan hal yang negatif. Komponen emosional berpengaruh terhadap sikap obyektifitas seseorang dimana individu memandang suatu permasalahan berdasarkan fakta bukan melalui opini sehingga mampu menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekitar, sehingga mampu membedakan mana yang baik dan mana yang buruk terhadap dirinya.

Aspek keempat yaitu perilaku. Perilaku merupakan perbuatan memalukan yang menyebabkan kecenderungan untuk menghindari situasi. Rendahnya penilaian terhadap orang-orang di sekitarnya menimbulkan perasaan tidak menyenangkan yang membuat mereka merasa terintimidasi. Komponen ini menunjukkan intensitas sikap yaitu menunjukkan besar kecilnya kecenderungan bertindak atau berperilaku seseorang terhadap obyek sikap. Individu memiliki kecenderungan untuk menghindar dari lingkungan sekitarnya karena terdapat perasaan tidak nyaman timbul dari pandangan rendah dari orang lain serta merasa terancam di lingkungannya. Komponen perilaku berpengaruh terhadap sikap rasa tanggungjawab seseorang dimana individu memiliki kesadaran terhadap apa yang sudah menjadi tugasnya. Sehingga individu memiliki percaya diri yang tinggi.

Aspek kelima yaitu Psikologis. Perasaan malu bisa menyesuaikan diri dengan norma sosial, perasaan malu akan membuat seseorang menjadi pendiam. Selain itu, keinginan untuk memiliki tubuh yang sesuai dengan standar lingkungan yang ideal dapat menyebabkan gangguan makan akibat *body shaming*. Begitupula dengan komponen psikologi yang dimiliki oleh masing-masing individu, sangat berpengaruh terhadap sikap realistis dimana individu dapat menganalisis segala sesuatu sesuai dengan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Berdasarkan hasil teori dan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat terbukti secara empiris bahwa *body shaming* memiliki pengaruh terhadap kepercayaan diri remaja putri, karena aspek dan faktor dari *body shaming* ini memiliki keterkaitan yang bisa mempengaruhi tingkat kepercayaan diri.

#### 4.5.2 Pengaruh Intensitas Interaksi Teman Sebaya terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan

Berdasarkan hasil uji hipotesis kedua diperoleh nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$  dan nilai  $t$  hitung sebesar  $8,239 > 1,651564$  ( $t$  tabel). Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua dalam penelitian ini diterima, yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara intensitas interaksi teman sebaya dan kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan. Selain itu, nilai signifikansi koefisien regresi pada penelitian ini sebesar 0,499 atau 49,9%. Yang artinya semakin tinggi intensitas interaksi teman sebaya pada remaja putri maka akan semakin rendah resiko mengalami kurangnya tingkat kepercayaan diri, sebaliknya semakin rendah intensitas interaksi teman sebaya yang dimiliki individu maka akan semakin tinggi resiko kurangnya kepercayaan diri.

Pernyataan ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktaviani (2021), dimana terdapat korelasi antara intensitas interaksi teman sebaya dan kepercayaan diri, didapatkan nilai signifikansi hitung  $0,000 < 0,05$ . Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas interaksi teman sebaya antar individu maka semakin rendah resiko kepercayaan diri.

Intensitas interaksi teman sebaya juga menjadi peranan penting dalam kehidupan seseorang. Dalam pergaulan remaja, teman sebaya memiliki peran yang sangat penting dalam perkembangan pribadinya. Pada dasarnya teman sebaya adalah anak yang kedewasaan atau usianya kurang lebih sama. Selama masa remaja, remaja sering mencoba untuk memisahkan diri dari orang tua dan mencoba mencari tahu identitas mereka. Menurut Papalia (dalam Rimardhanty dkk, 2019:401) aspek-aspek intensitas interaksi teman sebaya adalah komunikasi antar teman sebaya, adaptasi, konformitas, dimana masing-masing aspek berperan dalam meminimalisir tingkat kepercayaan diri.

Komunikasi adalah interaksi antara beberapa orang, kelompok, maupun organisasi untuk mendapatkan informasi. aspek ini berpengaruh terhadap salah satu aspek dari kepercayaan diri yaitu aspek aspek keyakinan dan kemampuan diri. Dimana keyakinan ini mampu melakukan apa yang dilakukan guna untuk meraih tujuan bersama dapat dilakukan dengan sungguh-sungguh.

Adaptasi adalah proses penyesuaian diri dalam interaksi, individu dapat menyesuaikan diri dan beradaptasi dengan orang lain atau sebaliknya. Contohnya memberikan support sesama teman untuk mengerjakan tugas. Aspek ini berpengaruh terhadap aspek kepercayaan diri yaitu optimis. Dimana dukungan teman memberikan semangat untuk individu percaya bahwa pasti bisa mengerjakan tugas sebaik mungkin dan tepat waktu.

Konformitas merupakan perubahan perilaku yang dilakukan seseorang agar sesuai dengan norma atau peraturan yang sudah ditetapkan. Konformitas muncul ketika individu mengikuti perilaku, persepsi, maupun opini orang lain. Aspek ini berpengaruh terhadap aspek kepercayaan diri yakni aspek rasional dan realistis. Dimana segala sesuatu dapat dianalisis dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Menurut Gilbert dan Miles (dalam Sari dan Rosyidah, 2020:207) terdapat lima aspek yaitu komponen kognitif, komponen terkait evaluasi, komponen emosional, komponen perilaku, dan komponen psikologis. Dalam komponen kognitif berpengaruh terhadap aspek kepercayaan diri yaitu keyakinan dan kemampuan diri. Sedangkan komponen terkait evaluasi berpengaruh terhadap aspek kepercayaan diri yaitu optimis. Komponen emosional berpengaruh terhadap aspek kepercayaan diri yaitu obyektif. Komponen perilaku berpengaruh terhadap aspek kepercayaan diri yaitu bertanggungjawab. Sedangkan komponen psikologis berpengaruh terhadap aspek kepercayaan diri yaitu rasional dan realistis.

Menurut Papalia (Rimardhanty dkk, 2019:401) aspek-aspek intensitas interaksi teman sebaya adalah komunikasi antar teman sebaya, adaptasi, dan konformitas. Dalam komunikasi antar teman sebaya berpengaruh terhadap aspek dalam aspek kepercayaan diri yaitu keyakinan dan kemampuan diri. Dalam adaptasi berpengaruh terhadap aspek dalam kepercayaan diri yaitu aspek optimis. Sedangkan konformitas berpengaruh terhadap aspek rasional dan realistis.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa variabel intensitas interaksi teman sebaya memiliki pengaruh terhadap kepercayaan diri, karena aspek dan faktor-faktor dari kepercayaan diri ini memiliki keterkaitan yang bisa mempengaruhi tingkatan kepercayaan diri yang dimiliki oleh remaja putri.

#### 4.5.3 Pengaruh *Body shaming* dan Intensitas Interaksi Teman Sebaya terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan

Berdasarkan hasil uji hipotesis ketiga, diperoleh nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$  dan nilai F hitung sebesar  $95,169 > 3,04$  (F tabel). Maka dari hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis ketiga diterima serta terdapat pengaruh yang signifikan antara *body shaming* dan intensitas interaksi teman sebaya terhadap kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan. Selain itu diperoleh nilai Adjusted R Square sebesar 0,455 atau 45,5% yang artinya variabel *body shaming* dan intensitas interaksi teman sebaya dapat memberikan kontribusi pengaruh terhadap variabel kepercayaan diri pada remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan, dan sisanya 54,5% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Menurut Cahyani dan Nastiti (2021:2) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri yaitu, pola asuh, jenis kelamin,

penampilan fisik, hubungan keluarga, teman sebaya, harga diri, pengalaman, pendidikan, konsep diri.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa body shaming dan intensitas interaksi teman sebaya dapat mempengaruhi kepercayaan diri seorang remaja putri, seringkali mengalami *body shaming* dapat menimbulkan pengaruh negatif terhadap tingkat kepercayaan diri seorang remaja. Sedangkan seringkali berinteraksi dengan teman sebaya maka akan menimbulkan pengaruh positif terhadap kepercayaan diri remaja putri. Dapat ditarik kesimpulan bahwa body shaming dan intensitas interaksi teman sebaya memiliki pengaruh terhadap kepercayaan diri remaja putri.

Secara keseluruhan, dalam penelitian ini sudah dilakukan sesuai dengan panduan dan prosedur ilmiah yang ada. Namun peneliti menyadari adanya keterbatasan dalam penelitian ini, di antaranya **pertama**, faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri yang diuji dalam penelitian ini hanya variabel *body shaming* dan intensitas interaksi teman sebaya saja, sedangkan masih banyak faktor lain dalam kepercayaan diri yang belum diuji seperti pola asuh, jenis kelamin, hubungan keluarga, harga diri, pengalaman, pendidikan, dan konsep diri. **Kedua**, jangkauan subjek yang kurang luas. Dalam penelitian ini hanya menggunakan populasi remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan. **Ketiga**, indikator rentang pengukuran sikap dalam intensitas interaksi teman sebaya memiliki kesalahan dalam penulisan di dalam *google form* dimana di dalam *google form* dituliskan “sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai” sedangkan yang benar adalah “sangat sering, sering, tidak sering, sangat tidak sering”.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Kesimpulan penelitian ini membahas mengenai pengaruh *body shaming* dan intensitas interaksi teman sebaya keluarga terhadap kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Panninggaran Kabupaten Pekalongan. Berdasarkan hasil uji hipotesis dalam penelitian ini, dapat disimpulkan sebagai berikut.

- a) *Body shaming* berpengaruh terhadap kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Panninggaran Kabupaten Pekalongan
- b) Intensitas interaksi teman sebaya terhadap kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Panninggaran Kabupaten Pekalongan.
- c) *Body shaming* dan intensitas interaksi teman sebaya terhadap kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Panninggaran Kabupaten Pekalongan.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan proses penelitian yang dilakukan, peneliti memberikan beberapa saran yaitu sebagai berikut :

- a) Bagi Subjek Penelitian

Peneliti menyarankan bagi remaja putri untuk tidak melakukan *body shaming* terhadap dirinya sendiri atau pada orang lain. Untuk dapat meningkatkan tingkat kepercayaan diri agar meminimalisir *body shaming* karena *body shaming* ini memiliki dampak yang sangat buruk bagi kesehatan mental seseorang bahkan bisa sampai melakukan bunuh diri.

- b) Bagi Orang Tua

Peneliti menyarankan kepada orang tua agar lebih sering menjalin komunikasi dengan anak terutama perihal kegiatan sehari-harinya ketika diluar rumah, dan lebih menanamkan rasa cinta sebagai

ungkapan penerimaan terhadap diri sendiri kepada anak, dengan tidak mengomentari fisik anak.

c) Bagi Peneliti Selanjutnya

1. Mampu memperluas cakupan populasi penelitian dalam kajian serupa mengenai kepercayaan diri remaja tengah.
2. Dapat menguji faktor-faktor kepercayaan diri yang belum ada dalam penelitian ini, seperti konsep diri, harga diri, pendidikan, pengalaman hidup, suasana kerja, pola asuh, jenis kelamin, hubungan keluarga, lingkungan keluarga dan sosial.
3. Dapat meneliti tentang kepercayaan diri dengan menggunakan pendekatan lain seperti kualitatif maupun deskriptif, agar dapat mengetahui secara datail bagaimana proses, gambaran, dan faktor yang paling berperan dalam meminimalisir terjadinya kepercayaan diri.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustiningsih, N., Rohmi, F., Rahayu, Y. E., Tinggi, S. (2020). Hubungan body image dengan harga diri pada remaja putri usia 16-18 tahun (the relationship between body image and self esteem in adolescent girls age 16-18 Years). *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2), 109. <https://doi.org/10.32831/jik.v8i2.244>
- Bukhori, B. 2016. Kecemasan berbicara di depan umum ditinjau dari kepercayaan diri dan keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan. *Jurnal Komunikasi Islam*. 6(1). 158-186. <https://doi/10.15642/jki.2016.6.1.158-186>
- Denanti, I. A., & Wardani, S. Y. (2019). Pengaruh komunikasi interpersonal dan interaksi teman sebaya terhadap kepercayaan diri dalam berpendapat. *Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling*, 3(1), 111–118. <http://prosiding.unipma.ac.id/index.php/SNBK/article/view/1412>
- Duchesne, A. P., Dion, J., Lalonde, D., Bégin, C., Émond, C., Lalonde, G., & McDuff, P. (2017). Body dissatisfaction and psychological distress in adolescents: Is self-esteem a mediator?. *Journal of health psychology*, 22(12), 1563–1569. <https://10.1037/0021-843X.114.1.119>
- Fatmawati, F., Afrizawati, A., Miftahuddin, M., Suhaimi, S., Zatrachadi, M. F., Darmawati, D., & Nurjanah, A. S. (2021). Hubungan *body shaming* terhadap keadaan self confidence remaja. *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(1), 13. <https://doi.org/10.24014/ittizaan.v4i1.13845>
- Fauzia, T. & Rahmiaji. L.(2019). Memahami pengalaman *body shaming* pada remaja perempuan, *jurnal ilmu komunikasi* 7 (3), 4–5.
- Fitria, K., & Febrianti, Y. (2020). the interpretation and attitude of *body shaming* behavior on social media (a Digital Ethnography Study on Instagram). *Diakom : Jurnal Media Dan Komunikasi*, 3(1), 12–25. <https://doi.org/10.17933/diakom.v3i1.78>
- Rakhmat, J. (2009). *Psikologi agama*. Raja Grafindo.
- Kawengian, Y. C. (2021). *Pengaruh body shaming terhadap tingkat kepercayaan diri papakelan Kecamatan Tondano Timur*. 2(3), 155–159. <https://doi.org/10.36582/pj.v2i3.3535>
- Lestari, S. (2019). Bullying or *Body shaming*? Young women in patient body dysmorphic disorder. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 3(1), 59. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v3i1.1512>
- Nasrul, R. F., & Rinaldi. (2020). Hubungan *body shame* dengan kepercayaan diri pada siswa SMA N 5 Pariaman. *Jurnal Riset Psikologi*, 04(No. 2), 1–14. <http://ejournal.unp.ac.id/students/index.php/psi/article/view/8606>
- Pratiwi, A. P., Nurlaili, & Syarifin, A. (2020). Interaksi teman sebaya terhadap perilaku sosial (Studi kasus anak usia 5-8 tahun di Desa Giri Kencana RT 03 RW 04 Kecamatan Ketahun). *Journal Of Early Childhood Islamic Education*, 3(2), 105–118.

- Putra, J. (2018). Peran syukur sebagai moderator pengaruh perbandingan sosial terhadap *Self-esteem* pada remaja pengguna media sosial. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(2), 197-210. doi:<http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v3i2.2650>
- Rahayu, E. P. (2019). Dampak penerimaan pesan berisi ”*body shaming*” terhadap ”*Self Confidence*” remaja perempuan di media sosial instagram. *Commercium*, 02(01), 78–82. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/Commercium/issue/view/1740>
- Rahmawati, N., & Zuhdi, M. S. (2022). Pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri mahasiswa di Universitas Ali Sayyid Rahmatullah Tulungagung. *Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 27–33. <https://doi.org/10.33369/consilia.5.1.27-33>
- Rimardhanty, V. E. P., Soesilo, T. D., & Dwikurnaningsih, Y. (2019). Hubungan antara penyesuaian sosial dengan interaksi teman sebaya pada mahasiswa Bk Uksw Angkatan 2017. *Psikologi Konseling*, 14(1), 398–408. <https://doi.org/10.24114/konseling.v14i1.13736>
- Sakinah. (2018). “Ini bukan lelucon”: *Body shaming*, citra tubuh, dampak dan cara mengatasinya. *Jurnal Emik*, 1, 53–67. <https://ejournals.umma.ac.id/index.php/emik/article/view/41>
- Santrock, J. W. (2003). *Adolesence, perkembangan remaja*. Erlangga.
- Sari, T. I., & Rosyidah, R. (2020). Pengaruh *body shaming* terhadap kecenderungan *anorexia nervosa* pada remaja perempuan di Surabaya kemajuan teknologi pada saat ini memberikan kemudahan dalam mengakses berbagai informasi dari beragam media , baik melalui media elektronik seperti televisi. *Personifikasi*, 11(2), 202–217. <https://journal.trunojoyo.ac.id/personifikasi/article/view/9105>
- Sugiyono (2019). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Alfabet
- Sulistyo, P. T. S., Sukamto, M. E., & Ibrahim, N. (2022). Social media pressure and the body dysmorphic disorder tendency in women: The mediating role of perfectionism. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(2), 137-152. <https://doi.10.21580/pjpp.v7i2.10637>
- Mulyono, B. P. E. M. (2017). Interaksi sosial anak jalanan dengan teman sebaya di Yayasan Setara Kota Semarang. (Social Interaction With Street Children Peers in Yayasan Setara in Semarang). *Jurnal Eksistensi Pendidikan Luar Sekolah (E-Plus)*, 2(2), 164–172. <https://doi.org/10.30870/e-plus.v2i2.2959>
- Winata, P. P., Yusri, & Syahniar. (2017). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan kepercayaan diri remaja. *Prosiding, April*, 135–139. <http://repository.upi.edu/id/eprint/29228>

## LAMPIRAN

### Lampiran 1 Blue Print Penelitian Sebelum Gugur

#### a) Blue Print Skala *Body Shaming*

No	Aspek	Indikator	No Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Komponen kognitif (pemikiran orang lain yang memberikan penilaian negative atau rendah kepada individu, sehingga individu memandang dirinya rendah).	Orang lain berpikir negatif tentang individu	41) Teman saya memandang bahwa penampilan saya tidak menarik 42) Teman saya berpikir bahwa cara bicara saya <i>lebay</i>	45) Teman saya memandang bahwa penampilan saya <i>fashionable</i> 46) Teman saya berpikir bahwa saya memiliki gaya bicara yang unik	4
		Individu berpikir negatif tentang dirinya	43) Saya tidak percaya diri dengan penampilan saya 44) Saya menganggap bahwa warna kulit saya gelap	47) Saya menganggap bahwa diri saya cantik 48) Saya merasa tidak percaya diri memiliki jenis kulit yang mulus	4
2.	Komponen Evaluasi diri (penilaian buruk individu terhadap diri sendiri yang berasal dari pemikiran negative terhadap dirinya. Hal ini juga dapat didasari pada kritikan yang menyerang dengan kata-kata yang merendahkan sehingga individu merasa tidak percaya diri dan merasa malu).	Individu merasa tidak percaya diri	49) Orang lain berkata bahwa saya bodoh, sehingga saya merasa tidak berkompeten 50) Orang lain berkata saya jelek, sehingga saya mudah <i>insecure</i>	53) Orang lain berkata bahwa saya cerdas, sehingga saya berani mengeluarkan pendapat 54) Orang lain berkata bahwa saya cantik, sehingga saya percaya diri	4
		Individu merasa malu atas dirinya	51) Saya tidak menyukai bentuk tubuh saya 52) Saya tidak berani berbicara di depan umum karena penampilan saya yang kurang menarik	55) Saya memiliki banyak kelebihan selain fisik 56) Saya memiliki berat badan yang ideal.	4

3.	Komponen emosional (rasa marah, takut, cemas dan membenci diri sendiri. Hal ini terjadi sebagai akibat dari memiliki pandangan yang tidak menguntungkan tentang diri sendiri dan tidak mampu mengikuti standar yang ada dari lingkungan sekitar).	Perasaan cemas terhadap diri sendiri	57) Saya merasa cantik walau saya sedang berjerawat 58) saya senang ketika orang-orang memperhatikan penampilan saya	61) ketika bercermin saya merasa wajah saya jelek 62) Saya merasa resah ketika orang-orang memperhatikan penampilan saya	4
		Perasaan takut terhadap diri sendiri	59) Saya takut perawatan wajah akan membuat wajah saya rusak 60) Saya tidak peduli dengan masukan tren mode dari teman saya	63) Saya yakin dengan perawatan wajah saya akan terlihat lebih cantik 64) Saya merasa malu ketika tidak mengikuti tren masa kini	4
4.	Komponen perilaku (perasaan malu memiliki kecenderungan untuk menghindari dari lingkungan sekitar karena terdapat perasaan tidak nyaman yang timbul dari pandangan rendah dari orang lain serta merasa terancam di lingkungannya)	Perasaan tidak nyaman	65) Saya menghindari teman-teman yang lebih menarik penampilannya karena khawatir dipandang buruk 66) Saya mencari kekurangan bentuk tubuh saya dengan bentuk tubuh orang lain karena takut dipandang rendah	69) Teman-teman saya mengatakan saya terlihat cantik 70) Apapun bentuk tubuh yang saya miliki, saya akan tetap tampil dengan percaya diri	4
		Merasa terancam	67) Saya lebih suka mengurung diri daripada terlibat kegiatan masyarakat karena kondisi fisik saya 68) Saya mengurung diri dirumah, karena takut orang lain mengkritik fisik saya	71) Saya keluar rumah untuk ikut serta dalam kegiatan yang diadakan di sekitar tanpa merasa terintimidasi 72) Saya tidak pernah merasa takut apabila orang lain mengkritik fisik saya	4
5.	Komponen psikologis (	Kurang percaya diri	73) Saya merasa sulit beradaptasi dengan	77) Saya mudah beradaptasi dengan	4

			lingkungan sekitar saya 74) Saya cenderung pendiam karena orang lain menghina bentuk tubuh saya	berbagai kondisi lingkungan 78) Saya berusaha tetap percaya diri dan tidak diam ketika orang lain mempertanyakan bentuk tubuh saya	
		Tertekan atas tuntutan yang ada	75) Kegagalan yang membuat saya termotivasi untuk mencapai target <i>body goals</i> 76) Saya menggunakan perawatan wajah yang mahal agar terlihat menarik	79) Saya tidak pernah gagal ketika diet sehingga saya bisa mempunyai <i>body goals</i> 80) Saya menyukai kondisi wajah saya tanpa perlu melakukan perawatan yang mahal.	4
<b>Jumlah</b>					<b>40</b>

b) **Blue Print Skala Intensitas Interaksi Teman Sebaya**

No.	Aspek	Indikator	No Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Komunikasi antar teman sebaya	Keterbukaan	81) Saya merasa nyaman saling berbagi cerita dengan teman 82) Saya berusaha berbuat baik kepada teman yang berbuat salah	85) Saya merasa risih ketika berbagi cerita dengan teman 86) Saya lebih memilih menghindari teman yang bermasalah dengan saya tanpa mencari penyelesaiannya	4
		Berbicara dengan sopan ketika interaksi dengan teman	83) Saya berbicara sopan kepada teman saya 84) Saya tidak bermain handphone ketika teman saya sedang bercerita	87) Saya akan berbicara kasar kepada teman yang membuat saya kesal 88) Saya sibuk bermain <i>handphone</i> ketika teman saya bercerita	4
2.	Adaptasi	Kemampuan mengontrol diri sendiri ketika bertemu dengan orang baru	89) Saya akan bergaul dengan siapa saja tanpa memandang status sosial 90) Saya mampu berteman dengan siapapun	93) Ketika teman bersedih, saya <i>cuek</i> dan tidak mempedulikannya 94) Saya mempertimbangkan status sosial dan kemampuan teman saya sebelum bergaul	5
		Mampu menyesuaikan diri dengan teman	91) Saya bertegur sapa ketika bertemu dengan teman baru 92) Jika bertemu dengan teman saya akan menanyakan kabarnya	95) Saya memilih membuang muka ketika bertemu teman saya di jalan 96) Saya cenderung diam ketika bertemu dengan teman baru	5
3.	Konformitas	Kecenderungan untuk memenuhi harapan oranglain	97) Saya cenderung mengikuti perilaku sesuai dengan permintaan dari teman-teman saya 98) Saya ingin dipuji dan disukai teman	101) Saya cenderung memiliki sifat dan perilaku yang berbeda dengan teman-teman saya 102) Saya cenderung mengabaikan permintaan teman-teman saya, meskipun mereka memaksa saya	5

		Menghindari penolakan	99) Saya takut dikucilkan oleh teman-teman saya 100) Pertemuan dengan teman teman tidak membuat saya merasa nyaman	103) Saya tidak takut dikucilkan oleh teman teman karena perilaku saya 104) Saya tetap merasa nyaman meskipun ada teman yang menjauhi saya	5
<b>Jumlah</b>					<b>30</b>

c) **Blue Print Skala Kepercayaan Diri**

No	Aspek	Indikator	No Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Keyakinan & kemampuan diri	Yakin terhadap diri sendiri	1) Saya yakin dengan kemampuan yang saya miliki 2) Saya percaya dengan kelebihan saya	5) Saya kurang percaya diri dengan kemampuan yang saya miliki 6) Saya sulit menerima kekurangan saya	4
		Yakin terhadap kemampuan diri dalam menghadapi permasalahan	3) Saya lebih yakin ketika saya mengerjakan sesuatu sendiri tanpa bantuan orang lain 4) Saya mampu menghadapi masalah	7) Saya membutuhkan bantuan orang lain dalam mengerjakan suatu pekerjaan 8) Saya cenderung diam ketika ada masalah	4
2.	Optimis	Bersikap positif dalam menghadapi tantangan	9) Saya pantang menyerah ketika mengalami kegagalan 10) Saya menyukai tantangan dan hal baru	13) Saya pesimis untuk kembali mencoba setiap mengalami kegagalan 14) Saya tidak suka dengan tantangan karena cenderung sulit	4
		Sikap positif terhadap harapan yang dimilikinya	11) Saya memiliki tujuan yang jelas di masa yang akan datang 12) Saya percaya yang saya usahakan akan membuahkan hasil	15) Saya merasa tidak yakin bisa meraih kesuksesan 16) Saya tidak perlu belajar dan berusaha karena sudah memiliki potensi dari lahir	4
3.	Obyektif	Memandang permasalahan hidup sesuai dengan kebenaran yang semestinya	17) Saya tidak memaksakan diri untuk sama seperti orang lain 18) Nilai saya jelek bukan karena guru tidak menyukai saya, melainkan karena saya kurang sungguh-sungguh dalam belajar	21) Saya ragu terhadap kemampuan yang saya miliki dalam belajar 22) Nilai saya jelek karena guru pilih kasih dalam memberi nilai	4
		Mampu membedakan fakta dan opini	19) Saya menganggap bahwa mencontek adalah perilaku tidak terpuji	23) Lebih baik saya mencontek daripada tidak lulus dalam ujian 24) Saya berpikir bahwa saya mendapatkan nilai yang rendah karena	4

			20) Saya mendapatkan nilai yang rendah karena tidak belajar	pengaruh teman-teman saya	
4.	Bertanggungjawab	Memiliki keberanian mengambil resiko untuk setiap keputusan yang diambil	25) Saya mau mengakui kesalahan yang telah dilakukan 26) Saya percaya sesulit apapun tugas yang diberikan oleh guru bukan untuk membebani saya melainkan untuk mengembangkan kemampuan yang saya miliki	29) Saya tidak memikirkan resiko dan tanggungjawab atas keputusan yang saya ambil 30) Jika saya belum memahami pelajaran yang disampaikan guru, saya akan marah kepada diri sendiri	4
		Mampu menyelesaikan tugas semaksimal mungkin hingga selesai	27) Saya adalah orang yang mampu menyelesaikan tugas dengan baik 28) Jika ada tugas, saya langsung mengerjakan tanpa menunggu deadline	31) Saya enggan menyelesaikan tugas karena cenderung menyulitkan. 32) Saya memilih tidak mengerjakan tugas ketika sudah mendekati deadline	4
5.	Rasional & realistis	Kemampuan memahami persoalan sesuai dengan alasan yang benar	33) Saya yakin orang lain mampu menerima saya karena saya memiliki kemampuan yang baik 34) Saya mampu mengutarakan apa yang ada dalam pikiran saya tanpa ada paksaan	37) Saya merasa orang lain tidak suka dengan kemampuan yang saya miliki 38) Saya merasa orang-orang disekitar tidak mendengarkan pendapat saya	4
		Kemampuan memahami suatu kejadian dengan menggunakan pikiran yang sesuai dengan kenyataan	35) Saya mampu beradaptasi dengan lingkungan baru 36) Orang-orang di sekitar bisa menerima saya apa adanya	39) Saya merasa kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru 40) Saya kesulitan menerima pendapat orang lain yang berbeda pendapat dengan saya	4
<b>Jumlah</b>					<b>40</b>

## Lampiran 2 Blue print penelitian sesudah gugur

### a) Blue Print Skala *Body Shaming*

No	Aspek	Indikator	No Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Komponen kognitif	Orang lain berpikir negatif tentang individu	41) Teman saya memandang bahwa penampilan saya tidak menarik 42) Teman saya berpikir bahwa cara bicara saya <i>lebay</i>	45) Teman saya memandang bahwa penampilan saya <i>fashionable</i>	3
		Individu berpikir negatif tentang dirinya	43) Saya tidak percaya diri dengan penampilan saya 44) Saya menganggap bahwa warna kulit saya gelap	47) Saya menganggap bahwa diri saya cantik	3
2.	Komponen Evaluasi diri	Individu merasa tidak percaya diri	49) Orang lain berkata bahwa saya bodoh, sehingga saya merasa tidak berkompeten 50) Orang lain berkata saya jelek, sehingga saya mudah <i>insecure</i>	53) Orang lain berkata bahwa saya cerdas, sehingga saya berani mengeluarkan pendapat 54) Orang lain berkata bahwa saya cantik, sehingga saya percaya diri	4
		Individu merasa malu atas dirinya	51) Saya tidak menyukai bentuk tubuh saya 52) Saya tidak berani berbicara di depan umum karena penampilan saya yang kurang menarik	55) Saya memiliki banyak kelebihan selain fisik 56) Saya memiliki berat badan yang ideal.	4
3.	Komponen emosional	Perasaan cemas terhadap diri sendiri	57) Saya merasa cantik walau saya sedang berjerawat	61) ketika bercermin saya merasa wajah saya jelek 62) Saya merasa resah ketika orang-orang memperhatikan penampilan saya	3
		Perasaan takut terhadap diri sendiri	59) Saya takut perawatan wajah akan membuat wajah saya rusak	63) Saya yakin dengan perawatan wajah saya akan terlihat lebih cantik	3

			60) Saya tidak peduli dengan masukan tren mode dari teman saya		
4.	Komponen perilaku	Perasaan tidak nyaman	65) Saya menghindari teman-teman yang lebih menarik penampilannya karena khawatir dipandang buruk 66) Saya mencari kekurangan bentuk tubuh saya dengan bentuk tubuh orang lain karena takut dipandang rendah	69) Teman-teman saya mengatakan saya terlihat cantik 70) Apapun bentuk tubuh yang saya miliki, saya akan tetap tampil dengan percaya diri	4
		Merasa terancam	67) Saya lebih suka mengurung diri daripada terlibat kegiatan masyarakat karena kondisi fisik saya 68) Saya mengurung diri dirumah, karena takut orang lain mengkritik fisik saya	72) Saya tidak pernah merasa takut apabila orang lain mengkritik fisik saya	3
5.	Komponen psikologis	Kurang percaya diri	74) Saya cenderung pendiam karena orang lain menghina bentuk tubuh saya	77) Saya mudah beradaptasi dengan berbagai kondisi lingkungan 78) Saya berusaha tetap percaya diri dan tidak diam ketika orang lain mempertanyakan bentuk tubuh saya	3
		Tertekan atas tuntutan yang ada	76) Saya menggunakan perawatan wajah yang mahal agar terlihat menarik	79) Saya tidak pernah gagal ketika diet sehingga saya bisa mempunyai <i>body goals</i> 80) Saya menyukai kondisi wajah saya tanpa perlu melakukan perawatan yang mahal.	4
<b>Jumlah</b>					<b>32</b>

**b) Blue Print Skala Intensitas Interaksi Teman Sebaya**

No.	Aspek	Indikator	No Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Komunikasi antar teman sebaya	Keterbukaan	81) Saya merasa nyaman saling berbagi cerita dengan teman 82) Saya berusaha berbuat baik kepada teman yang berbuat salah	85) Saya merasa risih ketika berbagi cerita dengan teman 86) Saya lebih memilih menghindari teman yang bermasalah dengan saya tanpa mencari penyelesaiannya	4
		Berbicara dengan sopan ketika interaksi dengan teman	83) Saya berbicara sopan kepada teman saya 84) Saya tidak bermain handphone ketika teman saya sedang bercerita	88) Saya sibuk bermain <i>handphone</i> ketika teman saya bercerita	3
2.	Adaptasi	Kemampuan mengontrol diri sendiri ketika bertemu dengan orang baru	89) Saya akan bergaul dengan siapa saja tanpa memandang status sosial 90) Saya mampu berteman dengan siapapun	93) Ketika teman bersedih, saya <i>cuek</i> dan tidak mempedulikannya 94) Saya mempertimbangkan status sosial dan kemampuan teman saya sebelum bergaul	4
		Mampu menyesuaikan diri dengan teman	91) Saya bertegur sapa ketika bertemu dengan teman baru 92) Jika bertemu dengan teman saya akan menanyakan kabarnya	95) Saya memilih membuang muka ketika bertemu teman saya di jalan 96) Saya cenderung diam ketika bertemu dengan teman baru	4
3.	Konformitas	Kecenderungan untuk memenuhi harapan oranglain	97) Saya cenderung mengikuti perilaku sesuai dengan permintaan dari teman-teman saya	101) Saya cenderung memiliki sifat dan perilaku yang berbeda dengan teman-teman saya	4

			98) Saya ingin dipuji dan disukai teman	102) Saya cenderung mengabaikan permintaan teman-teman saya, meskipun mereka memaksa saya	
		Menghindari penolakan	100) Pertemuan dengan teman teman tidak membuat saya merasa nyaman	103) Saya tidak takut dikucilkan oleh teman teman karena perilaku saya 104) Saya tetap merasa nyaman meskipun ada teman yang menjauhi saya	3
<b>Jumlah</b>					<b>22</b>

c) **Blue Print Skala Kepercayaan Diri**

No	Aspek	Indikator	No Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Keyakinan & kemampuan diri	Yakin terhadap diri sendiri	1) Saya yakin dengan kemampuan yang saya miliki 2) Saya percaya dengan kelebihan saya	5) Saya kurang percaya diri dengan kemampuan yang saya miliki 6) Saya sulit menerima kekurangan saya	4
		Yakin terhadap kemampuan diri dalam menghadapi permasalahan	3) Saya lebih yakin ketika saya mengerjakan sesuatu sendiri tanpa bantuan orang lain 4) Saya mampu menghadapi masalah	7) Saya membutuhkan bantuan orang lain dalam mengerjakan suatu pekerjaan	3
2.	Optimis	Bersikap positif dalam menghadapi tantangan	9) Saya pantang menyerah ketika mengalami kegagalan 10) Saya menyukai tantangan dan hal baru	14) Saya tidak suka dengan tantangan karena cenderung sulit	3
		Sikap positif terhadap harapan yang dimilikinya	11) Saya memiliki tujuan yang jelas di masa yang akan datang 12) Saya percaya yang saya usahakan akan membuahkan hasil	15) Saya merasa tidak yakin bisa meraih kesuksesan 16) Saya tidak perlu belajar dan berusaha karena sudah memiliki potensi dari lahir	4
3.	Obyektif	Memandang permasalahan hidup sesuai dengan kebenaran yang semestinya	17) Saya tidak memaksakan diri untuk sama seperti orang lain 18) Nilai saya jelek bukan karena guru tidak menyukai saya, melainkan karena saya kurang sungguh-sungguh dalam belajar	22) Nilai saya jelek karena guru pilih kasih dalam memberi nilai	3

		Mampu membedakan fakta dan opini	19) Saya menganggap bahwa mencontek adalah perilaku tidak terpuji	23) Lebih baik saya mencontek daripada tidak lulus dalam ujian	2
4.	Bertanggungjawab	Memiliki keberanian mengambil resiko untuk setiap keputusan yang diambil	25) Saya mau mengakui kesalahan yang telah dilakukan 26) Saya percaya sesulit apapun tugas yang diberikan oleh guru bukan untuk membebani saya melainkan untuk mengembangkan kemampuan yang saya miliki	29) Saya tidak memikirkan resiko dan tanggungjawab atas keputusan yang saya ambil 30) Jika saya belum memahami pelajaran yang disampaikan guru, saya akan marah kepada diri sendiri	4
		Mampu menyelesaikan tugas semaksimal mungkin hingga selesai	27) Saya adalah orang yang mampu menyelesaikan tugas dengan baik 28) Jika ada tugas, saya langsung mengerjakan tanpa menunggu deadline	31) Saya enggan menyelesaikan tugas karena cenderung menyulitkan. 32) Saya memilih tidak mengerjakan tugas ketika sudah mendekati deadline	4
5.	Rasional & realistis	Kemampuan memahami persoalan sesuai dengan alasan yang benar	33) Saya yakin orang lain mampu menerima saya karena saya memiliki kemampuan yang baik 34) Saya mampu mengutarakan apa yang ada dalam pikiran saya tanpa ada paksaan	38) Saya merasa orang-orang disekitar tidak mendengarkan pendapat saya	3
		Kemampuan memahami suatu kejadian dengan menggunakan pikiran yang sesuai dengan kenyataan	35) Saya mampu beradaptasi dengan lingkungan baru 36) Orang-orang di sekitar bisa menerima saya apa adanya	39) Saya merasa kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru	4
<b>Jumlah</b>					<b>33</b>

### Lampiran 3 Uji Coba Skala Penelitian

Assalamu'alaikum Wr Wb

Perkenalkan saya Novita Khoirunisa mahasiswa jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi dan kesehatan, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang sedang melakukan uji skala penelitian untuk memenuhi tugas akhir perkuliahan/skripsi.

Kriteria responden:

1. Perempuan
2. Usia 15-18 tahun (remaja tengah)
3. Bertempat tinggal di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan

Saya mohon bantuan dan partisipasinya kepada teman-teman untuk mengisi kuesioner ini. Dalam pengisian kuesioner ini keterbukaan dan kesungguhan Anda sangat diharapkan. Atas perhatian dan partisipasi Anda dalam penelitian ini, saya ucapkan banyak terima kasih.

Nama :

Jenis kelamin :

Usia :

### BLUE PRINT SKALA KEPERCAYAAN DIRI

Pernyataan	SS	S	TS	STS
1) Saya yakin dengan kemampuan yang saya miliki				
2) Saya percaya dengan kelebihan saya				
5) Saya kurang percaya diri dengan kemampuan yang saya miliki				
6) Saya sulit menerima kekurangan saya				
3) Saya lebih yakin ketika saya mengerjakan sesuatu sendiri tanpa bantuan orang lain				
4) Saya mampu menghadapi masalah				
7) Saya membutuhkan bantuan orang lain dalam mengerjakan suatu pekerjaan				
9) Saya pantang menyerah ketika mengalami kegagalan				
10) Saya menyukai tantangan dan hal baru				
14) Saya tidak suka dengan tantangan karena cenderung sulit				

<p>11) Saya memiliki tujuan yang jelas di masa yang akan datang  12) Saya percaya yang saya usahakan akan membuahkan hasil  15) Saya merasa tidak yakin bisa meraih kesuksesan  16) Saya tidak perlu belajar dan berusaha karena sudah memiliki potensi dari lahir</p>				
<p>17) Saya tidak memaksakan diri untuk sama seperti orang lain  18) Nilai saya jelek bukan karena guru tidak menyukai saya, melainkan karena saya kurang sungguh-sungguh dalam belajar  22) Nilai saya jelek karena guru pilih kasih dalam memberi nilai  23) Lebih baik saya mencontek daripada tidak lulus dalam ujian</p>				
<p>19) Saya menganggap bahwa mencontek adalah perilaku tidak terpuji</p>				
<p>25) Saya mau mengakui kesalahan yang telah dilakukan  26) Saya percaya sesulit apapun tugas yang diberikan oleh guru bukan untuk membebani saya melainkan untuk mengembangkan kemampuan saya  29) Saya tidak memikirkan resiko dan tanggungjawab atas keputusan yang saya ambil  30) Jika saya belum memahami pelajaran yang disampaikan guru, saya akan marah kepada diri sendiri  g saya miliki</p>				
<p>27) Saya adalah orang yang mampu menyelesaikan tugas dengan baik  28) Jika ada tugas, saya langsung mengerjakan tanpa menunggu deadline  31) Saya enggan menyelesaikan tugas karena cenderung menyulitkan.  32) Saya memilih tidak mengerjakan tugas ketika sudah mendekati deadline</p>				
<p>33) Saya yakin orang lain mampu menerima saya karena saya memiliki kemampuan yang baik  34) Saya mampu mengutarakan apa yang ada dalam pikiran saya tanpa ada paksaan</p>				
<p>35) Saya mampu beradaptasi dengan lingkungan baru  36) Orang-orang di sekitar bisa menerima saya apa adanya  38) Saya merasa orang-orang disekitar tidak mendengarkan pendapat saya  39) Saya merasa kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru</p>				

## BLUE PRINT SKALA *BODY SHAMING*

<b>Pernyataan</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
41) Teman saya memandang bahwa penampilan saya tidak menarik 42) Teman saya berpikir bahwa cara bicara saya <i>lebay</i> 45) Teman saya memandang bahwa penampilan saya <i>fashionable</i>				
43) Saya tidak percaya diri dengan penampilan saya 44) Saya menganggap bahwa warna kulit saya gelap 47) Saya menganggap bahwa diri saya cantik				
49) Orang lain berkata bahwa saya bodoh, sehingga saya merasa tidak berkompeten 50) Orang lain berkata saya jelek, sehingga saya mudah <i>insecure</i> 53) Orang lain berkata bahwa saya cerdas, sehingga saya berani mengeluarkan pendapat 54) Orang lain berkata bahwa saya cantik, sehingga saya percaya diri				
51) Saya tidak menyukai bentuk tubuh saya 52) Saya tidak berani berbicara di depan umum karena penampilan saya yang kurang menarik 55) Saya memiliki banyak kelebihan selain fisik 56) Saya memiliki berat badan yang ideal				
57) Saya merasa cantik walau saya sedang berjerawat				
59) Saya takut perawatan wajah akan membuat wajah saya rusak 60) Saya tidak peduli dengan masukan tren mode dari teman saya 61) ketika bercermin saya merasa wajah saya jelek 62) Saya merasa resah ketika orang-orang memperhatikan penampilan saya 63) Saya yakin dengan perawatan wajah saya akan terlihat lebih cantik				
65) Saya menghindari teman-teman yang lebih menarik penampilannya karena khawatir dipandang buruk 66) Saya mencari kekurangan bentuk tubuh saya dengan bentuk tubuh orang lain karena takut dipandang rendah				
67) Saya lebih suka mengurung diri daripada terlibat kegiatan masyarakat karena kondisi fisik saya 68) Saya mengurung diri dirumah, karena takut orang lain mengkritik fisik saya 69) Teman-teman saya mengatakan saya terlihat cantik 70) Apapun bentuk tubuh yang saya miliki, saya akan tetap tampil dengan percaya diri 72) Saya tidak pernah merasa takut apabila orang lain mengkritik fisik saya				
74) Saya cenderung pendiam karena orang lain menghina bentuk tubuh saya				

<p>76) Saya menggunakan perawatan wajah yang mahal agar terlihat menarik</p> <p>77) Saya mudah beradaptasi dengan berbagai kondisi lingkungan</p> <p>78) Saya berusaha tetap percaya diri dan tidak diam ketika orang lain mempertanyakan bentuk tubuh saya</p> <p>79) Saya tidak pernah gagal ketika diet sehingga saya bisa mempunyai <i>body goals</i></p> <p>80) Saya menyukai kondisi wajah saya tanpa perlu melakukan perawatan yang mahal.</p>				
---	--	--	--	--

## BLUE PRINT SKALA INTENSITAS INTERAKSI TEMAN SEBAYA

Pernyataan	SS	S	TS	STS
81) Saya merasa nyaman saling berbagi cerita dengan teman 82) Saya berusaha berbuat baik kepada teman yang berbuat salah 85) Saya merasa risih ketika berbagi cerita dengan teman 86) Saya lebih memilih menghindari teman yang bermasalah dengan saya tanpa mencari penyelesaiannya				
83) Saya berbicara sopan kepada teman saya 84) Saya tidak bermain <i>handphone</i> ketika teman saya sedang bercerita 88) Saya sibuk bermain <i>handphone</i> ketika teman saya bercerita				
89) Saya akan bergaul dengan siapa saja tanpa memandang status sosial 90) Saya mampu berteman dengan siapapun 93) Ketika teman bersedih, saya <i>cuek</i> dan tidak memedulikannya 94) Saya mempertimbangkan status sosial dan kemampuan teman saya sebelum bergaul				
91) Saya bertegur sapa ketika bertemu dengan teman baru 92) Jika bertemu dengan teman saya akan menanyakan kabarnya 95) Saya memilih membuang muka ketika bertemu teman saya di jalan 96) Saya cenderung diam ketika bertemu dengan teman baru				
97) Saya cenderung mengikuti perilaku sesuai dengan permintaan dari teman-teman saya 98) Saya ingin dipuji dan disukai teman 101) Saya cenderung memiliki sifat dan perilaku yang berbeda dengan teman-teman saya 102) Saya cenderung mengabaikan permintaan teman-teman saya, meskipun mereka memaksa saya				
100) Pertemuan dengan teman teman tidak membuat saya merasa nyaman				

#### Lampiran 4 Skala Penelitian

Assalamu'alaikum Wr Wb

Perkenalkan saya Novita Khoirunisa mahasiswa jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi dan kesehatan, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang sedang melakukan penelitian untuk memenuhi tugas akhir perkuliahan/skripsi.

Kriteria responden:

1. Perempuan
2. Usia 15-18 tahun (remaja tengah)
3. Bertempat tinggal di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan

Saya mohon bantuan dan partisipasinya kepada teman-teman untuk mengisi kuesioner ini. Dalam pengisian kuesioner ini keterbukaan dan kesungguhan Anda sangat diharapkan. Atas perhatian dan partisipasi Anda dalam penelitian ini, saya ucapkan banyak terima kasih.

Nama :

Jenis kelamin :

Usia :

#### SKALA KEPERCAYAAN DIRI

Pernyataan	SS	S	TS	STS
1) Saya yakin dengan kemampuan yang saya miliki 2) Saya percaya dengan kelebihan saya 5) Saya kurang percaya diri dengan kemampuan yang saya miliki 6) Saya sulit menerima kekurangan saya				
3) Saya lebih yakin ketika saya mengerjakan sesuatu sendiri tanpa bantuan orang lain 4) Saya mampu menghadapi masalah 7) Saya membutuhkan bantuan orang lain dalam mengerjakan suatu pekerjaan				
9) Saya pantang menyerah ketika mengalami kegagalan 10) Saya menyukai tantangan dan hal baru 14) Saya tidak suka dengan tantangan karena cenderung sulit				
11) Saya memiliki tujuan yang jelas di masa yang akan datang 12) Saya percaya yang saya usahakan akan membuahkan hasil 15) Saya merasa tidak yakin bisa meraih kesuksesan 16) Saya tidak perlu belajar dan berusaha karena sudah memiliki potensi dari lahir				

17) Saya tidak memaksakan diri untuk sama seperti orang lain 18) Nilai saya jelek bukan karena guru tidak menyukai saya, melainkan karena saya kurang sungguh-sungguh dalam belajar 22) Nilai saya jelek karena guru pilih kasih dalam memberi nilai 23) Lebih baik saya mencontek daripada tidak lulus dalam ujian				
19) Saya menganggap bahwa mencontek adalah perilaku tidak terpuji				
25) Saya mau mengakui kesalahan yang telah dilakukan 26) Saya percaya sesulit apapun tugas yang diberikan oleh guru bukan untuk membebani saya melainkan untuk mengembangkan kemampuan yan 29) Saya tidak memikirkan resiko dan tanggungjawab atas keputusan yang saya ambil 30) Jika saya belum memahami pelajaran yang disampaikan guru, saya akan marah kepada diri sendiri g saya miliki				
27) Saya adalah orang yang mampu menyelesaikan tugas dengan baik 28) Jika ada tugas, saya langsung mengerjakan tanpa menunggu deadline 31) Saya enggan menyelesaikan tugas karena cenderung menyulitkan. 32) Saya memilih tidak mengerjakan tugas ketika sudah mendekati deadline				
33) Saya yakin orang lain mampu menerima saya karena saya memiliki kemampuan yang baik 34) Saya mampu mengutarakan apa yang ada dalam pikiran saya tanpa ada paksaan				
35) Saya mampu beradaptasi dengan lingkungan baru 36) Orang-orang di sekitar bisa menerima saya apa adanya 38) Saya merasa orang-orang disekitar tidak mendengarkan pendapat saya 39) Saya merasa kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru				

## SKALA BODY SHAMING

Pernyataan	SS	S	TS	STS
41) Teman saya memandang bahwa penampilan saya tidak menarik				
42) Teman saya berpikir bahwa cara bicara saya <i>lebay</i>				
45) Teman saya memandang bahwa penampilan saya <i>fashionable</i>				
43) Saya tidak percaya diri dengan penampilan saya				
44) Saya menganggap bahwa warna kulit saya gelap				
47) Saya menganggap bahwa diri saya cantik				
49) Orang lain berkata bahwa saya bodoh, sehingga saya merasa tidak berkompeten				
50) Orang lain berkata saya jelek, sehingga saya mudah <i>insecure</i>				
53) Orang lain berkata bahwa saya cerdas, sehingga saya berani mengeluarkan pendapat				
54) Orang lain berkata bahwa saya cantik, sehingga saya percaya diri				
51) Saya tidak menyukai bentuk tubuh saya				
52) Saya tidak berani berbicara di depan umum karena penampilan saya yang kurang menarik				
55) Saya memiliki banyak kelebihan selain fisik				
56) Saya memiliki berat badan yang ideal				
57) Saya merasa cantik walau saya sedang berjerawat				
59) Saya takut perawatan wajah akan membuat wajah saya rusak				
60) Saya tidak peduli dengan masukan tren mode dari teman saya				
61) ketika bercermin saya merasa wajah saya jelek				
62) Saya merasa resah ketika orang-orang memperhatikan penampilan saya				
63) Saya yakin dengan perawatan wajah saya akan terlihat lebih cantik				
65) Saya menghindari teman-teman yang lebih menarik penampilannya karena khawatir dipandang buruk				
66) Saya mencari kekurangan bentuk tubuh saya dengan bentuk tubuh orang lain karena takut dipandang rendah				
67) Saya lebih suka mengurung diri daripada terlibat kegiatan masyarakat karena kondisi fisik saya				
68) Saya mengurung diri dirumah, karena takut orang lain mengkritik fisik saya				
69) Teman-teman saya mengatakan saya terlihat cantik				
70) Apapun bentuk tubuh yang saya miliki, saya akan tetap tampil dengan percaya diri				
72) Saya tidak pernah merasa takut apabila orang lain mengkritik fisik saya				
74) Saya cenderung pendiam karena orang lain menghina bentuk tubuh saya				

<p>76) Saya menggunakan perawatan wajah yang mahal agar terlihat menarik</p> <p>77) Saya mudah beradaptasi dengan berbagai kondisi lingkungan</p> <p>78) Saya berusaha tetap percaya diri dan tidak diam ketika orang lain mempertanyakan bentuk tubuh saya</p> <p>79) Saya tidak pernah gagal ketika diet sehingga saya bisa mempunyai <i>body goals</i></p> <p>80) Saya menyukai kondisi wajah saya tanpa perlu melakukan perawatan yang mahal.</p>				
---	--	--	--	--

## SKALA INTENSITAS INTERAKSI TEMAN SEBAYA

Pernyataan	SS	S	TS	STS
81) Saya merasa nyaman saling berbagi cerita dengan teman 82) Saya berusaha berbuat baik kepada teman yang berbuat salah 85) Saya merasa risih ketika berbagi cerita dengan teman 86) Saya lebih memilih menghindari teman yang bermasalah dengan saya tanpa mencari penyelesaiannya				
83) Saya berbicara sopan kepada teman saya 84) Saya tidak bermain <i>handphone</i> ketika teman saya sedang bercerita 88) Saya sibuk bermain <i>handphone</i> ketika teman saya bercerita				
89) Saya akan bergaul dengan siapa saja tanpa memandang status sosial 90) Saya mampu berteman dengan siapapun 93) Ketika teman bersedih, saya <i>cuek</i> dan tidak memedulikannya 94) Saya mempertimbangkan status sosial dan kemampuan teman saya sebelum bergaul				
91) Saya bertegur sapa ketika bertemu dengan teman baru 92) Jika bertemu dengan teman saya akan menanyakan kabarnya 95) Saya memilih membuang muka ketika bertemu teman saya di jalan 96) Saya cenderung diam ketika bertemu dengan teman baru				
97) Saya cenderung mengikuti perilaku sesuai dengan permintaan dari teman-teman saya 98) Saya ingin dipuji dan disukai teman 101) Saya cenderung memiliki sifat dan perilaku yang berbeda dengan teman-teman saya 102) Saya cenderung mengabaikan permintaan teman-teman saya, meskipun mereka memaksa saya				
100) Pertemuan dengan teman teman tidak membuat saya merasa nyaman				

## Lampiran 5 Hasil Uji Validitas Dan Realibilitas

a) Variabel Y (Kepercayaan Diri)

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.930	40

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	79.98	299.941	.674	.926
VAR00002	79.88	299.281	.768	.925
VAR00003	79.71	308.994	.498	.928
VAR00004	79.92	302.857	.667	.926
VAR00005	79.40	310.324	.336	.929
VAR00006	79.19	307.531	.361	.929
VAR00007	79.62	298.830	.616	.926
VAR00008	79.12	313.594	.265	.930
VAR00009	79.83	307.675	.463	.928
VAR00010	79.81	298.276	.747	.925
VAR00011	79.85	302.721	.616	.927
VAR00012	80.21	302.876	.713	.926
VAR00013	79.21	316.562	.138	.931
VAR00014	79.52	303.784	.562	.927
VAR00015	79.92	296.935	.752	.925
VAR00016	80.06	308.212	.456	.928
VAR00017	79.71	301.386	.532	.927
VAR00018	79.81	304.511	.493	.928
VAR00019	80.13	306.315	.459	.928
VAR00020	79.85	313.623	.240	.930
VAR00021	79.35	314.270	.234	.930
VAR00022	79.67	300.813	.600	.927
VAR00023	79.77	300.652	.599	.927
VAR00024	78.83	337.793	-.557	.937
VAR00025	79.92	304.425	.607	.927
VAR00026	80.13	300.589	.754	.925
VAR00027	79.79	302.680	.662	.926
VAR00028	79.25	305.799	.488	.928
VAR00029	79.52	308.215	.353	.929
VAR00030	79.54	311.116	.309	.929
VAR00031	79.79	307.464	.453	.928
VAR00032	79.92	295.837	.704	.925
VAR00033	79.75	305.642	.569	.927
VAR00034	79.56	305.075	.486	.928

VAR00035	79.83	301.322	.695	.926
VAR00036	79.62	307.379	.480	.928
VAR00037	79.44	315.036	.191	.930
VAR00038	79.65	300.192	.599	.927
VAR00039	79.31	303.315	.495	.928
VAR00040	79.38	313.928	.258	.930

b) Variable X1 (*body shaming*)

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.945	40

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	105.43	469.079	.674	.942
VAR00002	105.06	475.563	.573	.943
VAR00003	105.54	467.008	.703	.942
VAR00004	105.33	483.547	.374	.944
VAR00005	105.33	471.736	.609	.943
VAR00006	105.48	487.537	.286	.945
VAR00007	105.30	468.439	.632	.943
VAR00008	106.15	504.053	-.140	.948
VAR00009	104.98	468.396	.727	.942
VAR00010	105.43	466.928	.711	.942
VAR00011	105.33	462.868	.682	.942
VAR00012	105.37	468.766	.661	.942
VAR00013	105.57	470.626	.575	.943
VAR00014	105.43	478.287	.499	.944
VAR00015	105.65	470.383	.604	.943
VAR00016	105.56	473.723	.527	.943
VAR00017	105.22	473.195	.571	.943
VAR00018	105.61	498.016	.002	.947
VAR00019	105.07	469.504	.705	.942
VAR00020	105.26	463.516	.679	.942
VAR00021	105.02	468.811	.715	.942
VAR00022	104.98	473.452	.662	.943
VAR00023	105.07	468.598	.683	.942
VAR00024	105.94	506.506	-.194	.948
VAR00025	105.44	475.006	.532	.943
VAR00026	105.30	464.665	.692	.942
VAR00027	105.09	465.972	.738	.942

VAR00028	105.07	462.976	.802	.941
VAR00029	105.35	474.421	.658	.943
VAR00030	105.00	468.943	.662	.942
VAR00031	106.50	502.292	-.106	.947
VAR00032	105.15	474.430	.598	.943
VAR00033	105.04	488.112	.227	.946
VAR00034	105.17	467.991	.681	.942
VAR00035	105.80	487.826	.225	.946
VAR00036	105.33	477.623	.491	.944
VAR00037	105.35	469.817	.639	.943
VAR00038	105.22	478.025	.500	.944
VAR00039	105.00	463.962	.779	.942
VAR00040	105.24	476.375	.514	.944

c) Variable X2 (Intensitas Interaksi Teman Sebaya)

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.932	24

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	44.36	154.696	.463	.931
VAR00002	44.34	154.498	.523	.930
VAR00003	44.49	153.678	.692	.928
VAR00004	44.38	152.355	.674	.928
VAR00005	44.40	153.321	.657	.928
VAR00006	44.09	159.126	.306	.933
VAR00007	43.92	161.648	.126	.937
VAR00008	44.62	152.047	.639	.928
VAR00009	44.68	147.837	.817	.925
VAR00010	44.47	149.254	.689	.927
VAR00011	44.53	151.831	.725	.927
VAR00012	44.43	152.712	.648	.928
VAR00013	44.70	152.061	.625	.928
VAR00014	44.49	153.062	.513	.930
VAR00015	44.57	147.673	.832	.925
VAR00016	44.36	150.773	.722	.927
VAR00017	44.64	150.965	.651	.928
VAR00018	44.47	148.562	.758	.926
VAR00019	43.58	167.863	-.116	.939
VAR00020	44.40	153.282	.614	.928
VAR00021	44.53	151.831	.725	.927
VAR00022	44.30	151.446	.577	.929
VAR00023	44.47	150.331	.585	.929

VAR00024	44.58	148.901	.765	.926
----------	-------	---------	------	------

## Lampiran 6 Hasil Uji Deskriptif

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>Body shaming</i>	227	30	116	71.93	20.952
Intensitas Interaksi Teman Sebaya	227	30	84	58.03	13.284
Kepercayaan Diri	227	32	120	78.73	20.961
Valid N (listwise)	227				

## Lampiran 7 Hasil Uji Normalitas

### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		227
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.49814542
Most Extreme Differences	Absolute	.045
	Positive	.045
	Negative	-.037
Test Statistic		.045
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

## Lampiran 8 Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kepercayaan Diri * Body Shaming	Between Groups	(Combined)	3441.122	35	98.318	3.743	.000
		Linearity	2499.728	1	2499.728	95.163	.000
		Deviation from Linearity	941.394	34	27.688	1.054	.397
	Within Groups	5017.169	191	26.268			
	Total	8458.291	226				

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kepercayaan Diri * Intensitas Interaksi Teman Sebaya	Between Groups	(Combined)	4364.234	31	140.782	6.705	.000
		Linearity	3699.943	1	3699.943	176.228	.000
		Deviation from Linearity	664.291	30	22.143	1.055	.397
	Within Groups	4094.057	195	20.995			
	Total	8458.291	226				

## Lampiran 9 Hasil Uji Multikolinieritas

Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	21.958	3.765		5.832	.000		
	Body Shaming	.135	.045	.195	3.015	.003	.575	1.740
	Intensitas Interaksi Teman Sebaya	.499	.061	.534	8.239	.000	.575	1.740

a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

## Lampiran 10 Hasil Uji Heteroskedastisitas

Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	.038	2.194		.017	.986
	Body Shaming	-.069	.026	-.228	-2.648	.009
	Intensitas Interaksi Teman Sebaya	.110	.035	.268	3.108	.002

a. Dependent Variable: Abs\_RES

### Lampiran 11 Hasil Uji Regresi Parsial

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	21.958	3.765		5.832	.000
	Body Shaming	.135	.045	.195	3.015	.003
	Intensitas Interaksi Teman Sebaya	.499	.061	.534	8.239	.000

a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

### Lampiran 12 Hasil Uji Regresi Simultan

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3885.562	2	1942.781	95.169	.000 <sup>b</sup>
	Residual	4572.729	224	20.414		
	Total	8458.291	226			

a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

b. Predictors: (Constant), Intensitas Interaksi Teman Sebaya, Body Shaming

### Lampiran 13 Hasil Uji Koefisien Determinasi

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.678 <sup>a</sup>	.459	.455	4.518

a. Predictors: (Constant), Intensitas Interaksi Teman Sebaya, Body Shaming

## **Lampiran 14 Daftar Riwayat Hidup**

Nama Lengkap : Novita Khoirunisa

Tempat, Tanggal Lahir : Musi Banyuasin, 19 November 2000

Alamat Rumah : Desa Ringin Agung, RT/RW 08/03 Kec Lalan,  
Kab Musi Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan

No. Telpn : 081271067078

Email : [Khoirunisha982@gmail.com](mailto:Khoirunisha982@gmail.com)

## **Riwayat Pendidikan**

### **a) Pendidikan Formal**

- SDN Ringin Agung
- MTS Mamba'ul Hisan
- MA Mamba'ul Hisan
- UIN Walisongo Semarang

### **b) Pengalaman Organisasi**

- Anggota ORDA KEMASS (Keluarga Mahasiswa Sumatera Selatan)