

**PENGARUH *BODY SHAMING* TERHADAP KEPERCAYAAN
DIRI SANTRI PONDOK PESANTREN PUTRI DARUSSALAM
LIRBOYO KEDIRI**

SKRIPSI

OLEH:

IRMA NPMATUL WAKHIDAH

NPM.17.06.0.0214

NIRM. 2017.4.008.0425.1.000175



**INSTITUT AGAMA ISLAM TRIBAKTI (IAIT) KEDIRI
FAKULTAS DAKWAH
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
JULI 2021**

**PENGARUH BODY SHAMING TERHADAP KEPERCAYAAN
DIRI PADA SANTRI DI PONDOK PESANTREN PUTRI UNIT
DARUSSALAM LIRBOYO KEDIRI**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Institut Agama Islam Tribakti (IAIT) Lirboyo Kediri
untuk memenuhi salah satu persyaratan
dalam menyelesaikan program Sarjana Psikologi Islam



Oleh

Irma Ni'matul Wakhidah

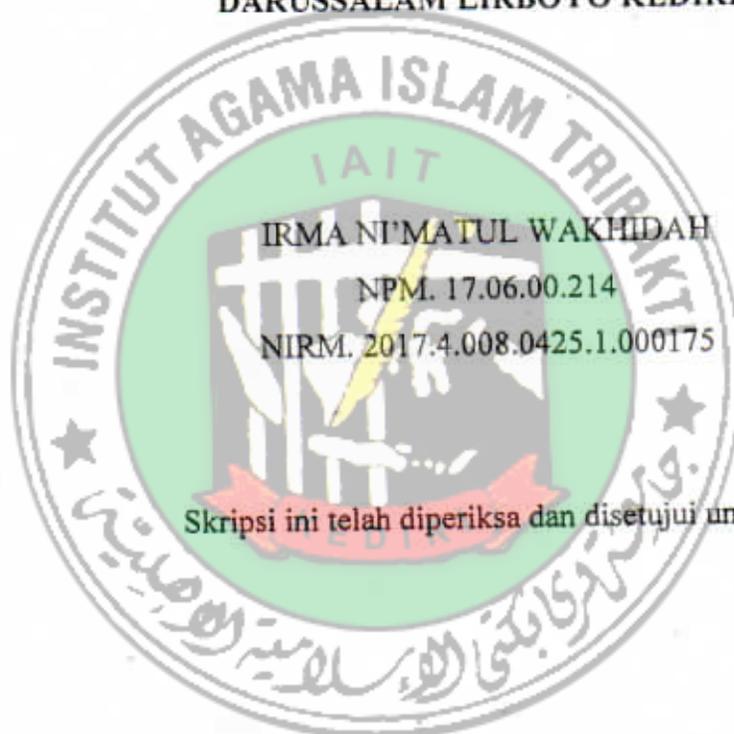
NPM. 17.06.00.214

NIRM. 2017.4.008.0425.1.000175

**INSTITUT AGAMA ISLAM TRIBAKTI (IAIT) LIRBOYO
KEDIRI
FAKULTAS DAKWAH
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
JULI 2021**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

PENGARUH BODY SHAMING TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI PADA SANTRI DI PONDOK PESANTREN PUTRI UNIT DARUSSALAM LIRBOYO KEDIRI



Kediri, 09 Juli 2021
Pembimbing

(WAHYU UTAMI, M.SI., M.PSi)

NIDN. 2106128901

PENGESAHAN SKRIPSI

PENGARUH BODY SHAMING TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI PADA SANTRI DI PONDOK PESANTREN PUTRI UNIT DARUSSALAM LIRBOYO KEDIRI

IRMA NI'MATUL WAKHIDAH
NPM. 17.06.00.214
NIRM. 2017.4.008.0425.1.000175

Telah dimunaqasahkan di depan Sidang Munaqasah
Institut Agama Islam Tribakti (IAIT) Lirboyo Kediri
Pada Tanggal 08 Agustus 2021

Ketua

Sekretaris


Wahyu Utami, M.Si., M. Psi.
NIDN. 2106128901


Ari Susetivo, M.Pd
NIDN. 2121058902

Tim Penguji,

1. Penguji Utama
Ahmad Masrukin, M.Pd.I
NIDN. 2101077501 (.....)
2. Penguji I
Wahyu Utami, M.Si., M. Psi.
NIDN. 2106128901 (.....)
3. Penguji II
Ari Susetivo, M.Pd
NIDN. 2121058902 (.....)

Kediri Agustus 2021

Dekan Fakultas Dakwah



H. B. ERUS, M.Pd
NIDN. 2116076401

MOTTO

Keyakinan adalah saat kamu percaya pada diri sendiri dan kemampuanmu. Kesombongan adalah saat kamu berpikir kamu adalah lebih baik dari orang lain dan bertindak sesuai dengan kemauannya.

~Stewart Stafford~



Halaman Persembahan

alhamdulillahirobbil'alamin

Akhirnya aku sampai ke titik ini, sepercik keberhasilan yang Engkau hadiahkan pada saya ya Rabb, Tak henti-hentinya saya mengucapkan syukur pada_Mu ya Rabb, Serta shalawat dan salam kepada idola saya Rasulullah SAW dan para sahabat yang mulia, Semoga sebuah karya mungil ini menjadi amal shaleh bagi saya dan menjadi kebanggaan bagi keluarga saya.

Izinkan saya untuk menuliskan sebuah rasa syukur dan trimakasih kepada semua pihak yang telah mendukung saya dari nol sampai detik ini.

Karya ini kupersembahkan kepada:

Ayah A.Bahrudin dan Ibu Umi Hasanah, tidak bisa dipungkiri kedua orang tua adalah sebuah pelopor hidup seorang anaknya. Sebagai tanda bakti, hormat dan rasa terimakasih saya kepada beliau berdua saya persembahkan karya kecil ini kepada ayah dan ibu sebagai dua orang insan yang selalu mendorong, memotivasi saya hingga sampai detik ini.

Semoga hal ini menjadi sebuah langkah awal saya untuk membalas semua pengorbanan beliau-beliau

Untuk adik-adikku Muh. Irfan Ardiansyah dan Salsa Hasniyah Ahmad, trimakasih atas semangat yang kalian berikan kepada saya, saya berharap kalian akan sukses melebihi kakak kalian ini.

Untuk keluarga besar, trimakasih atas segala support, hingga saya bisa berada pada detik ini

Untuk dosen pembimbing, Ibu Wahyu utami, M.SI., M.psi yang telah membimbing saya dari awal semester 1 hingga saat ini menjadi dosen pembimbing saya, trimakasih atas segala pengorbanan ibu selalu sabar menghadapi saya, membimbing saya.

Untuk teman-teman saya terutama teman sekamar (Al-a'araaf) Diah Ayu mustofiah, Titik Wulandari, Khaerul Umah, Sugianti awaliah, trimakasih karena kalian selalu ada disaat saya sedih, susah, selalu memeberi semangat kobar yang tinggi terutama disaat saya menyusun skripsi ini.

Untuk teman – teman santri P3DS, trimakasih support dukungannya, dan kerjasamanya hingga saya bisa menyelesaikan karya ini dengan baik.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

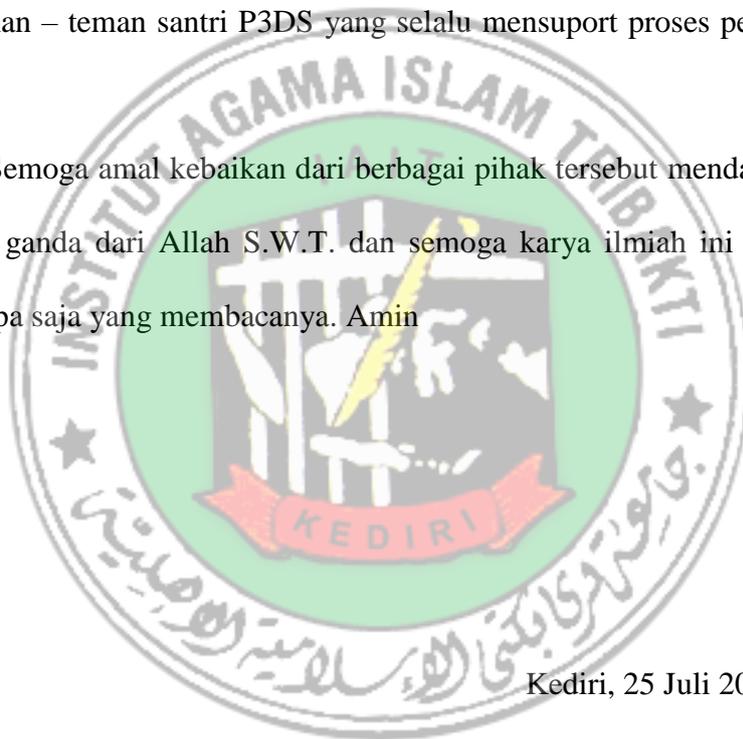
Alhamdulillah hamdan muafiyah lini'amih dengan rahmat dan ridho Allah, skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi ini mengungkapkan tentang pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri pada santri di Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam, Lirboyo Kota Kediri. Shalawat serta salam semoga tetap terlimpahkan kepada Nabi Agung Muhammad SAW sebagai khotamul anbiya'.

Dalam kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih sedalam-dalamnya kepada berbagai pihak yang telah memberi bantuan berupa arahan dan dorongan selama penulis melakukan studi. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih dan penghargaan kepada yang terhormat:

1. KH. Abdullah Kafabihi Mahrus, selaku Rektor Institut Agama Islam Tribakti (IAIT) Kediri.
2. Bapak Dr. Badrus, M.Pd selaku Dekan Fakultas Dakwah IAIT Kediri beserta jajaran staf fakultas dakwah, terimakasih atas segala kebijaksanaan, perhatian dan dorongan sehingga penulis selesai melaksanakan studi.
3. Ibu Wahyu Utami S.Psi, M.Si, M.Psi selaku Dosen Pembimbing, yang telah banyak membantu, mengarahkan, membimbing, dan memberi dorongan sampai skripsi ini terwujud.
4. Ayah A. bahrudin dan ibu Umi hasanah, dua insan yang selalu berkorban lahir batin, menghantarkan saya sampai detik ini

5. Adik – adik saya Muh. Irfan Ardiansyah dan Salsa Hasniyah Ahmad yang selalu menyemangati saya.
6. Teman-teman sekamar (Al-a'araaf) Diah Ayu mustofiah, Titik Wulandari, Khaerul Umah, Sugianti awaliah, Wardatul Mustaghfiroh, Rima Andriani, trimakasih karena kalian selalu ada disaat saya sedih, susah, selalu memeberi semangat kobar yang tinggi terutama disaat saya menyusun skripsi ini
7. Teman – teman santri P3DS yang selalu mensuport proses pembuatan skripsi ini.

Semoga amal kebaikan dari berbagai pihak tersebut mendapat pahala yang berlipat ganda dari Allah S.W.T. dan semoga karya ilmiah ini bisa bermanfaat bagi siapa saja yang membacanya. Amin



Kediri, 25 Juli 2021

Irma Ni'matul W

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
ABSTRAK.....	xiii
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Kegunaan Penelitian.....	6
E. Hipotesis Penelitian.....	7
F. Definisi Operasional.....	8
G. Penelitian Terdahulu.....	19
H. Sistematis Penelitian.....	12
BAB II : KAJIAN TEORI.....	14
A. Body Shaming.....	14

B. Kepercayaan Diri	19
BAB III : METODELOGI PENELITIAN	23
A. Rancangan Penelitian	23
B. Populasi dan Sampel	24
C. Instrument Penelitian	25
D. Teknik Pengumpulan Data	29
E. Teknik Analisis Data	30
BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	32
A. Hasil Penelitian	32
B. Pembahasan Penelitian	49
C. Kendala-Kendala Dalam Pengumpulan Data	55
BAB V : PENUTUP	56
A. Kesimpulan	56
B. Saran	56

DAFTAR PUSTAKA

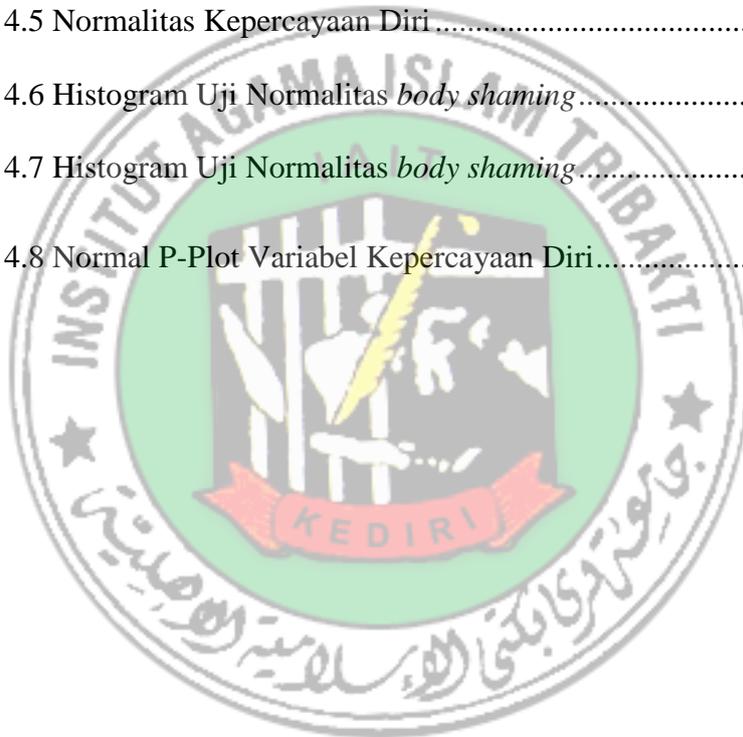
LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blue Print <i>Body Shaming</i> (<i>try out</i>).....	26
Tabel 3.2 Blue Print Kepercayaan Diri (<i>try out</i>).....	27
Tabel 4.1 Sarana Prasarana	24
Tabel 4.2 Nilai Mean, Median, Modus,	25
Tabel 4.3 Rumus Variabel <i>Body Shaming</i>	38
Tabel 4.4 Distribusi Variabel <i>Body Shaming</i>	39
Tabel 4.5 Nilai Mean, Median, Modus,	41
Tabel 4.6 Rumus Distribusi Variabel Kepercayaan Diri	41
Tabel 4.7 Distribusi Variabel Kepercayaan Diri.....	42
Tabel 4.8 Uji normalitas	43
Tabel 4.9 Uji Linier Sederhana.....	46
Tabel 4.10 Anova	47
Tabel 4.11 Uji Coefficients.....	48

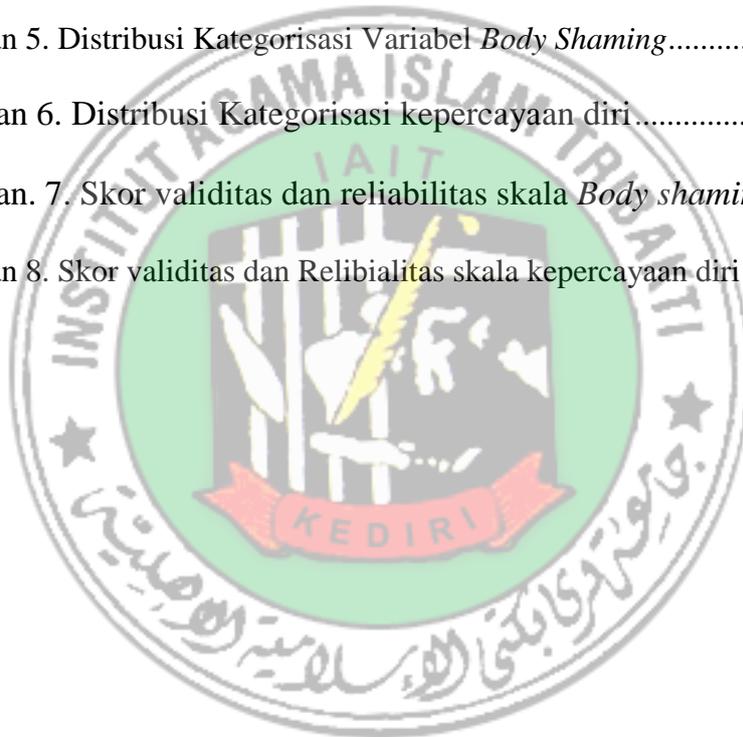
DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Struktur Organisasi Pondok Pesantren Darussalam	37
Gambar 4.2 Grafik Variabel <i>Body Shaming</i>	40
Gambar 4.3 Grafik Variabel Kepercayaan Diri	43
Gambar 4.4 Normalitas <i>Body Shaming</i>	44
Gambar 4.5 Normalitas Kepercayaan Diri.....	44
Gambar 4.6 Histogram Uji Normalitas <i>body shaming</i>	45
Gambar 4.7 Histogram Uji Normalitas <i>body shaming</i>	45
Gambar 4.8 Normal P-Plot Variabel Kepercayaan Diri.....	49



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala <i>Body Shaming</i>	63
Lampiran 2. Skala Kepercayaan Diri	65
Lampiran 3. Skor hasil kuesioner <i>body shaming</i>	67
Lampiran 4. Skor kuesioner skala kepercayaan diri	69
Lampiran 5. Distribusi Kategorisasi Variabel <i>Body Shaming</i>	71
Lampiran 6. Distribusi Kategorisasi kepercayaan diri.....	72
Lampiran. 7. Skor validitas dan reliabilitas skala <i>Body shaming</i>	73
Lampiran 8. Skor validitas dan Relibialitas skala kepercayaan diri	73



ABSTRAK

IRMA NI'MATUL WAKHIDAH,: *“Pengaruh Body Shaming terhadap kepercayaan Diri pada santri Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kota Kediri”*, Psikologi Islam, Fakultas Dakwah, Institut Agama Islam Tribakti Lirboyo Kediri
Dosen Pembimbing Wahyu Utami S.Psi, M.Si, M.Psi

Kata Kunci : Body Shaming, Kepercayaan diri

Kepercayaan diri merupakan sebuah aset yang sangat penting dalam jiwa manusia bahwa tantangan hidup apapun harus dihadapi dengan baik, di antaranya kepercayaan diri seorang santri. Kehidupan seorang santri adalah sebuah kehidupan yang kesehariannya tidak dapat lepas dari banyaknya teman disekitar, maka hal itu bisa menimbulkan sebuah omongan atau guyonan dari sesama teman yang bisa mengarah ke hal negatif yang bisa mengurangi sebuah kepercayaan diri. Tujuan dari penelitian ini yaitu: (1) Mengetahui bagaimana body shaming santri (2) Mengetahui tingkat kepercayaan diri santri (3) Mengetahui pengaruh body shaming terhadap santri Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo, Kota Kediri.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah santri di P3DS Lirboyo Kota Kediri, sampel dalam penelitian ini berjumlah 35 santri dengan rentang usia 21-23 tahun dengan menggunakan teknik *purposif sampling*, dengan kriteria santri yang pernah mengalami *body shaming*. Instrument dalam penelitian ini menggunakan (*body shaming scale*) dengan hasil uji coba diketahui nilai reliabilitas $\alpha = 0,843$ dan (*confidence scale*). Berdasarkan hasil uji coba diketahui nilai reliability $\alpha = 0,862$.

Berdasarkan rumusan masalah menunjukkan bahwa tingkat *body shaming* pada santri P3DS berada pada tingkat tinggi, sedangkan tingkat kepercayaan diri mayoritas menempati tingkat sedang. Hasil penelitian ini terdapat pengaruh

negatif signifikan *body shaming* terhadap kepercayaan diri santri Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kota Kediri. Hal ini terlihat nilai sebesar 0,013 lebih kecil dari 0,5. Oleh karena itu H_a diterima dan H_0 ditolak. Hasil tersebut dapat menunjukkan bahwa ada pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri pada santri. Terbukti bahwa semakin tinggi *body shaming* maka semakin rendah kepercayaan diri, begitu sebaliknya jika tingkat *body shaming* semakin rendah maka tingkat kepercayaan diri pada santri akan semakin tinggi.



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Proses perkembangan individu melalui beberapa fasa yang secara kronologis tingkatan-tingkatannya dapat diperhitungkan batas waktunya. Sebagai remaja, akan melalui banyak fase yang sangat menarik, karena pada masa itu, terjadi banyak perubahan pada diri seorang individu baik secara psikis maupun fisiknya. Tidak menutup kemungkinan perubahan-perubahan yang terjadi sering dianggap aneh dan sering menimbulkan gejala emosi dan tekanan jiwa yang dengan demikian akan menjadikannya sebuah penyimpangan dari aturan dan norma yang berlaku ditengah masyarakat.¹

Sebagaimana firman Allah SWT:

اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً يَخْلُقُ
 مَا يَشَاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ

Terjemahnya: *Allah-lah yang menciptakan kamu dari keadaan lemah, kemudian Dia menjadikan (kamu) setelah keadaan lemah itu menjadi kuat, kemudian Dia menjadikan (kamu) setelah kuat itu lemah (kembali) dan beruban. Dia menciptakan apa yang Dia kehendaki. Dan Dia Maha Mengetahui, Mahakuasa. (Q.S. ar-Ruum: 45)*

¹ Zulkifli L, *Psikologi Perkembangan* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012),h.

Ayat diatas menjelaskan tentang fase perkembangan manusia mencakup beberapa fase, diantaranya: Fase kanak-kanak (thifl), yaitu fase yang mana kondisi seorang individu masih lemah disebabkan karena masih bayi. Fase baligh, yaitu fase dimana seorang individu sudah menjadi kuat dan memasuki usia dewasa. Fase usia lanjut, yaitu fase dimana secara psikologis ditandai dengan mulai tidak berfungsinya elemen psikis seseorang seperti mulai pikun, sedangkan secara biologis ditandai dengan semakin lemahnya kondisi tubuh.²

Perubahan fisik seorang individu yang beranjak kepada masa remaja memang memiliki tantangan yang sedikit rumit ditambah dengan kondisi individu yang memiliki kecenderungan mulai aktif membangun hubungan social dengan orang-orang sekitar terutama teman sebaya. Hal ini dipandang rumit karena orang lain seringkali menyinggung perkara dalam menjalin pertemanan meski tidak melalui sifat yang negative.

Dalam sebuah pertemanan dengan teman sebaya, baik melalui media social maupun interaksi langsung lebih sering terjadi di usia remaja, yang mana usia ini lebih memerlukan peranan teman sebaya dalam pembentukan diri sehingga tidak dapat dielakkan lagi bahwa fisik tidak dapat terbentuk dari topic pembahasan dalam pertemanan. Mulai dari persoalan ketertarikan dengan lawan jenis yang tentunya sangat berkaitan dengan penilaian fisik seseorang hingga candaan ala remaja bisa saja menjadikan fisik sebagai pokok bahasan.

² Imam Hanafi, "Perkembangan Manusia Dalam Tinjauan Psikologi dan Al-qur'an", *Jurnal of Pendidikan Islam*, Vol. 1, 01(Januari, 2018), h.6.

Selain pada usia remaja fenomena ini juga sering terjadi pada usia Dewas. Masa dewasa tidak bisa diukur dengan segi fisik saja, sebab banyak orang yang telah cukup dewasa akan tetapi ternyata dia masih sering memperlihatkan sifat kekanak-kanakannya, seperti dimana dijadikannya fisik sebagai bahan ketawaan, dan tidak jarang dengan kondisi fisik yang paling menonjol pada temannya menjadikan sebuah panggilan yang khusus tanpa mengetahui akibat dari perlakuan tersebut.³ Disadari maupun tidak pada hakikatnya kondisi ini termasuk ke dalam *Body Shaming*, yaitu sikap ataupun perilaku yang negative terhadap berat badan, ukuran tubuh dan penampilan diri maupun orang lain.⁴

Body Shaming, baik melalui ucapan maupun sekaligus tindakan yang dilakukan oleh seseorang dapat mengganggu kenyamanan dan menimbulkan dampak yang buruk bagi orang yang menjadi korban *Body Shaming*. Dampak yang ditimbulkan antara lain yaitu merasa malu dengan keadaan bentuk fisik dan merasa tidak aman, hilang kepercayaan diri.⁵ Kepercayaan diri merupakan hal yang tidak bisa dipisahkan sebagai dampak *body shaming* dan merupakan sesuatu keyakinan yang dimiliki oleh seseorang bahwa dirinya mampu berperilaku seperti yang dibutuhkan bahkan untuk memperoleh apa yang diharapkan. Kepercayaan diri pada seseorang terbentuk dan diawali dari

³ Jahja Yudrik, *Psikologi Perkembangan* (Jakarta: Kencana, 2011), h.234

⁴ Sumi Lestari, "Bullyng or Body Shaming? Young Women Patient Body Dhymnophic Disorder", *Journal of Psychology*, Vol 3, 1(2019).

⁵ Sakinah, "Ini Bukan Lelucon, Body Shaming, Citra Tubuh, Dampak dan Cara Mengatasinya", *Jurnal Emik*, Vol1 No.1 (Desember 2018).

perkembangan konsep diri yang didapat melalui pergaulannya dengan suatu kelompok, maka interaksi yang terjadi akan membentuk suatu konsep diri.⁶

Belakangan ini *Body Shaming* merupakan hal yang lumrah terjadi di kehidupan masyarakat Indonesia. Tak hanya di lingkungan umum, bahkan *Body Shaming* terjadi di lingkungan Pondok Pesantren. Kehidupan di Pondok Pesantren yang ruang lingkupnya adalah santri, sering terdengar panggilan yang aneh yang menggambarkan kondisi fisik seorang teman yang dipanggil, seperti ada santri yang memiliki postur tubuh yang gendut maka kerap dipanggil “gendut”. Maksud panggilan ini tidak selamanya dalam konteks negatif, beberapa orang mengaku memanggil dengan panggilan tersebut sebagai panggilan kesayangan terhadap temannya, akan tetapi yang memanggil abai untuk menanyakan bagaimana perasaan orang yang dipanggil dengan demikian.

Hasil Observasi di Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kediri menghasilkan data sementara bahwa, “banyak terjadi komentar-komentar mengenai fisik santri yang menurut mereka tidak enak dipandang yang mana perlakuan tersebut mampu mengganggu kondisi psikis mereka baik dengan kritikan yang bersifat menjatuhkan maupun hanya maksud untuk bercanda”. Kondisi seperti ini semestinya mendapatkan perhatian penting karena mampu berdampak buruk bagi masa depan mereka.⁷

⁶ Ayu Puspita, “Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri Di SMA Kolombo Yogyakarta”, (Skripsi Program Sarjana Stikes Jenderal Achmad Yani, Yogyakarta, 2016), h. 1.

⁷ Observasi, Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kediri, 2 Februari 2021.

Dari latar belakang di atas peneliti menyimpulkan bahwa pengaruh dari perlakuan *Body Shaming* tidak bisa diremehkan, yakni perlakuan tersebut berpengaruh terhadap citra diri dan kepercayaan pada diri sendiri. Namun keterbatasan peneliti belum mengetahui secara keseluruhan pengaruh apa saja yang ditimbulkan oleh perlakuan *Body Shaming* tersebut. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam agar data yang dihasilkan mampu dideskripsikan secara utuh dan factual dengan judul **Pengaruh *Body Shaming* Terhadap Kepercayaan Diri Pada Santri (Study Kasus di Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kediri).**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas dapat dirumuskan beberapa masalah yang menjadi pokok kajian dalam penelitian ini, diantaranya adalah:

1. Bagaimana *Body Shaming* Pada Santri Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kediri?
2. Bagaimana tingkat Kepercayaan Diri Pada Santri Pondok Pesantren Putri unit Darussalam Lirboyo Kediri?
3. Apakah ada Pengaruh, *Body Shaming* terhadap Kepercayaan Diri Pada Santri Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kediri?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang hendak dikaji tersebut maka penelitian ini bertujuan:

1. Untuk mengetahui dan memahami Body Shaming terhadap kepercayaan diri pada Santri Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kediri.
2. Untuk mengetahui dan memahami tingkat kepercayaan diri pada Santri Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kediri
3. Untuk mengetahui dan memahami adanya pengaruh Body Shaming terhadap Kepercayaan Diri pada Santri Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kediri.

D. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi mengenai apakah ada pengaruh dan seberapa besar pengaruh Body Shaming terhadap kepercayaan diri santri putri Pondok Pesantren Unit Darussalam Lirboyo, Kediri.

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan akan memberikan manfaat pada bidang psikologi pada umumnya terutama mengenai pengaruh *Body Shaming* .

- a. Mengetahui pengaruh *Body Shaming* terhadap Kepercayaan Diri Santri.

- b. Bagi santri sebagai pertimbangan dalam melakukan perlakuan *Body Shaming*, mampu membawa perubahan dalam berperilaku dan dapat bersikap positif

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti, sebagai suatu pemahaman dan pengalaman, khususnya yang berhubungan dengan pengaruh *Body Shaming* terhadap Kepercayaan Diri.
- b. Bagi lembaga yang diteliti, untuk ikut serta dalam memberikan sumbangan ilmu pengetahuan tentang pengaruh *Body Shaming* terhadap kepercayaan Diri Santri.
- c. Bagi santri, Dapat menambah pengetahuan baru dan Informasi terkait Pengaruh *Body Shaming* baik berdampak positif atau negative.

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian dapat diartikan sebagai jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Maka penelitian ini peneliti merumuskan hipotesis:

Ha :Ada pengaruh dari perlakuan *body shaming* terhadap kepercayaan diri santri putri Pondok Pesantren Unit Darussalam Lirboyo.

Ho :Tidak ada pengaruh yang signifikan dari perlakuan *Body Shaming* terhadap kepercayaan diri santri putri Pondok Pesantren unit Darussalam Lirboyo.

F. Definisi Operasional

Dalam definisi operasional ini dimaksudkan untuk menghindari kesalahfahaman dalam pengertian atau kurang jelasnya makna dari skripsi penelitian ini yang berjudul “Pengaruh Body Shaming Terhadap Kepercayaan Diri Pada Santri Di Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kediri”, maka peneliti berusaha memberikan pengertian dan menjelaskan istilah-istilah yang perlu untuk dijelaskan yang terdapat didalam judul antara lain sebagai berikut:

1. *Body Shaming*

Body Shaming merupakan sebuah frasa dari gabungan 2 kata yang berasal dari bahasa inggris yaitu *Body* (tubuh) dan *Shaming* (memalukan) sehingga menghasilkan arti berupa memermalukan. Kini *Body Shaming* merupakan sebuah istilah yang dikenal sebagai perlakuan atau tindakan seseorang dalam memberikan komentar buruk terhadap kondisi tubuh atau rupa seseorang baik secara disadari maupun tidak.

Menurut data survei, dikarenakannya minimnya pengetahuan mengenai perlakuan *body shaming* banyak orang yang tidak memiliki kesadaran penuh dalam memilih kata atau kalimat dalam sebuah komunikasi yang besar dampaknya bagi lawan bicaranya tersebut. Komentar basa basi pada sebuah percakapan menjadi sebab utama terjadinya *body shaming*. Budaya yang kian terus berkembang sepanjang bergantinya tahun telah mempengaruhi kepedulian orang satu sama lain sehingga menyebabkan ketidak pekaan yang sangat jelas adanya dan lebih

bersifat merugikan diri maupun orang lain, dan hal tersebut ada setelah banyak masyarakat mulai mengikuti budaya populer.⁸

2. Kepercayaan Diri

Menurut Willis, kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain⁹

Kepercayaan diri adalah suatu aspek kepribadian yang penting pada seseorang. Kepercayaan diri merupakan atribut yang sangat berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat, tanpa adanya kepercayaan diri akan menimbulkan banyak masalah pada diri seseorang. Hal tersebut dikarenakan dengan kepercayaan diri, seseorang mampu untuk mengaktualisasikan segala potensinya.

G. Penelitian Terdahulu

Penulis menyadari bahwa secara substansi penelitian ini bukan hal yang baru, dalam dunia akademik telah banyak karya-karya seperti ini, penulis pun menyadari bahwa apa yang akan diteliti ada kemiripan dengan yang telah ditulis sebelumnya, kajian pustaka terhadap karya dahulu dimaksudkan sebagai bahan pertimbangan guna membantu pembahasan penelitian dilapangan. Diantara kajian pustaka yang mencakup tentang Pengaruh *Body Shaming* Terhadap Kepercayaan Diri Pada Santri antara lain:

⁸ Retno Dewi, "Perancangan Kampanye Sosial Body Shaming di Masyarakat Melalui Media Poster Other Thesis di Universitas Komputer Indonesia", (Skripsi Program Sarjana Universitas Komputer Indonesia, 2020), h.5.

⁹ Nur Ghufron dan Rini Rismawati, *Teori-Teori Psikologi* (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2011), h.33.

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Syarifah Amalia, Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, Surabaya yang meneliti tentang Hubungan antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri pada korban *Body Shaming*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri dengan nilai signifikansi $0.000 < 0.05$ serta nilai koefisien korelasi sebesar 0.548. selain itu, *body image* memberikan terhadap kepercayaan diri senilai 30%. Dengan demikian hipotesis dalam penelitian diterima yang berarti terdapat hubungan yang positif antara *body image* dengan kepercayaan diri pada korban *body shaming*. Artinya semakin positif *body image* korban *body shaming* maka akan semakin tinggi pula kepercayaan diri pada korban *Body Shaming*.¹⁰

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Rita Fajhriani Nasrul, Rinaldi, Mahasiswa Universitas Negeri Padang yang meneliti tentang Hubungan *Body Shame* dengan Kepercayaan Diri pada Siswa SMAN 5 Pariaman. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan *body shame* dengan kepercayaan diri pada siswa SMAN 5 Pariaman. Kriteria yang dipilih ialah remaja yang bertubuh tidak ideal seperti terlalu gemuk dan terlalu kurus serta wajah yang berjerawat. Jumlah subjek penelitian sebanyak 79 orang. Pengumpulan data menggunakan skala kepercayaan diri. Data diolah memakai teknik korelasi *product moment*. Penyelidik memperoleh dugaan penelitian adalah $r = -0,226$,

¹⁰ Syarifah Amalia, "Hubungan Antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri pada Korban *Body Shaming*", (Skripsi, Program Sarjana Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, Surabaya, 2020), h. 6.

$p = 0,04$ ($p < 0,05$). Riset membuktikan ditemukan korelasi min signifikan *body shame* sama kepercayaan diri murid SMAN 5 Pariaman.¹¹

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Rahmad Hidayat, Eka Malfasari, Rina Herniyati mahasiswa Progra Study Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru tentang Hubungan Perilaku *Body Shaming* Dengan Citra Diri Mahasiswa. Hasil dari penelitian ini adalah nilai uji statistic didapatkan nilai p value $= 0,036$, hal ini berarti nilai $p < 0,05$ sehingga H_0 ditolak, artinya terdapat hubungan signifikan antara perlakuan *body shaming* dengan citra diri mahasiswa, dan nilai OR (*Odds Ratio*) sebesar 0,343 dengan CI (*Confidence Interval*) 0,136-0,865. Rekomendasi penelitian ini adalah memberikan intervensi untuk mengurangi perlakuan *body shaming* pada remaja untuk meningkatkan citra diri.¹²

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Anggoro Diah Wahyu, mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta tentang Hubungan antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMA Negeri 2 Bantul. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antar *body image* dengan kepercayaan diri siswa X SMA Negeri 2 Bantul. Koefisien korelasi diketahui sebesar 0,217. Hal ini berarti bahwa semakin positif *body image* siswa kelas X SMA Negeri 2 Bantul, maka akan semakin tinggi tingkat kepercayaan dirinya. Sebaliknya, semakin negative *body image* siswa kelas X

¹¹ Rita Fajriani, Rinaldi, "Hubungan *Body Shame* dengan Kepercayaan Diri pada Siswa SMAN 5 Pariaman", *Jurnal of Psikologi*, Vol. 1, 2 (2019), h. 1.

¹² Rahmad Hidayat, Eka Malfasari, Rina Herniati, "Hubungan Perlakuan *Body Shaming* dengan Citra Diri Mahasiswa", *Jurnal Of Keperawatan*, Vol. 7, 1 (2019), h. 1.

SMA N 2 Bantul, maka akan semakin rendah tingkat kepercayaan dirinya. Besarnya sumbangan *body image* untuk kepercayaan diri sebesar 4,71%.¹³

Kelima, penelitian yang dilakukan oleh Merlin Ramadhani, mahasiswi Program Studi Bimbingan dan Konseling Sekolah Tinggi Keguruan Dan Pendidikan PGRI Sumatra Barat tentang Hubungan Bodi Image dengan Kepercayaan Diri Peserta Didik Putri di MTs Muhammadiyah Lakitan, Pesisir Selatan. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa: 1. *Body image* peserta didik putri berada pada kategori baik. 2. Kepercayaan diri pada peserta didik putri berada pada kategori baik. 3. Hubungan *body image* dengan kepercayaan diri peserta didik putri memiliki hubungan yang signifikan keeratn kuat karena nilai *pearson correlation body image* dan kepercayaan diri yaitu 0,687 dengan korelasinya keeratn kuat. Berdasarkan temuan penelitian ini direkomendasikan kepada peserta didik untuk lebih percaya diri tampil di depan umum.¹⁴

H. Sistematika Penulisan

Adapun sistematika Adapun sistematika yang penulis gunakan dalam skripsi ini adalah sebagai berikut:

Bab I: Pendahuluan, yang membahas tentang: a) Latar Belakang Masalah, b) Rumusan Masalah, c) Tujuan Penelitian, d) Kegunaan Penelitian, e) Hipotesis

¹³ Anggoro Dyah, "Hubungan antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMA Negeri 2 Bantul", (Skripsi, Program Sarjana Universitas Negeri , Yogyakarta, 2016), h. 7.

¹⁴ Merlin Ramadhani, "Hubungan *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Peserta Didik Putri di MTs Muhammadiyah Lakitan, Pesisir selatan", (Skripsi, Program Sarjana Sekolah Tinggi dan Ilmu Pendidikan PGRI, Sumatra Barat, 2017), h. 5.

Penelitian, f) Definisi Operasional, g) Kajian Teori, h) Metodologi Penelitian, i) Sistematika Penulisan.

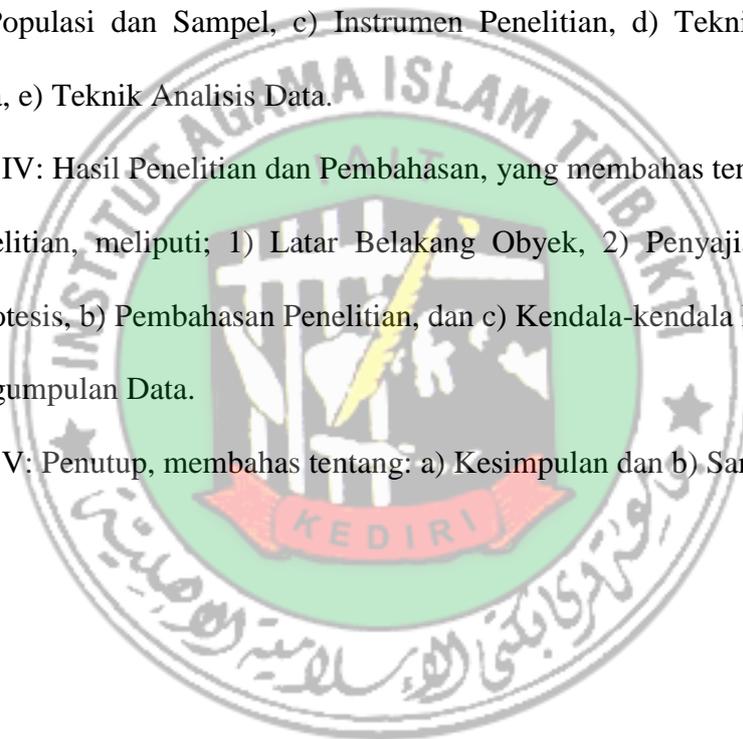
Bab II: Kajian Teori, yang membahas tentang: a) Pengertian dukungan sosial, b) Pengertian kebahagiaan, c) Hubungan dukungan sosial dan kebahagiaan.

Bab III: Metodologi Penelitian, yang membahas tentang: a) Rancangan Penelitian,

b) Populasi dan Sampel, c) Instrumen Penelitian, d) Teknik Pengumpulan Data, e) Teknik Analisis Data.

Bab IV: Hasil Penelitian dan Pembahasan, yang membahas tentang: a) Hasil Penelitian, meliputi; 1) Latar Belakang Obyek, 2) Penyajian Data, 3) Uji Hipotesis, b) Pembahasan Penelitian, dan c) Kendala-kendala Dalam Pengumpulan Data.

Bab V: Penutup, membahas tentang: a) Kesimpulan dan b) Saran-saran.



BAB II

KAJIAN TEORI

A. *Body Shaming*

1. Pengertian *Body Shaming*

Body Shaming merupakan sebuah frasa dari gabungan 2 kata yang berasal dari bahasa Inggris yaitu *Body* (tubuh) dan *Shaming* (memalukan) sehingga menghasilkan arti berupa memperlakukan.¹⁵ Dolezal menyatakan bahwa *body shaming* adalah pengalaman yang dialami individu ketika kekurangan dipandang sebagai sesuatu yang negatif oleh orang lain yang dilihat dari bentuk fisiknya. Perlakuan ini termasuk bullying secara verbal membuli keadaan fisik seseorang.¹⁶

Gilbert menyatakan bahwa *body shaming* adalah sikap atau perilaku yang menuju kepada berat badan, bentuk fisik dan penampilan diri maupun orang lain yang menjadikan perasaan malu, tingkah laku, *perceived personality traits*, ataupun keadaan pikiran. Adanya pengalaman memalukan dahulu menjadi identitas diri dan menjadi kenangan traumatis yang terkait dengan perasaan malu di masa depan.¹⁷

Fredricson dan Robert (1997) menjelaskan bahwa *body shaming*

¹⁵ Dewi, Perancangan Kampanye Sosial, h.12.

¹⁶ Rahmad Hidayati, Eka Malfasari, Rina Herniyanti, "Hubungan Perlakuan *Body Shaming* dengan Citra Diri Mahasiswa", *Journal of Keperawatan Jiwa*, Vol. 7, 1 (Mei, 2019), h. 2.

¹⁷ Tri Indah Sari, Rezkiyah Rosyidah, "Pengaruh *Body Shaming* terhadap Kecenderungan *Anorexia Nervosa* Pada Remaja Perempuan Surabaya", *Jurnal Of Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya*, Vol. 11, 2 (November, 2020), h. 5.

merupakan bentuk perilaku mengevaluasi penampilan diri maupun orang lain terhadap internalisasi standar kecantikan ideal.¹⁸

2. Aspek - aspek *Body Shaming*

Body shaming merupakan perasaan malu yang khusus pada kondisi tubuh seorang individu. Gilbert dan Milles menyatakan aspek dari *body shaming* meliputi:

a. Komponen kognitif sosial atau eksternal

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

b. Komponen emosi

Pada komponen ini mengacu pada pandangan buruk terhadap diri sendiri yang berasal dari pemikiran negative tentang diri sendiri. Hal ini juga disebabkan oleh kritikan dari orang lain yang menyakiti dengan kata-kata yang bisa merendahkan diri sehingga hal tersebut mengakibatkan turunnya kepercayaan diri dan timbul perasaan malu dalam diri sendiri.

c. Komponen perilaku

Perasaan malu memiliki kecenderungan untuk menghindar dari lingkungan sekitarnya karena terdapat perasaan tidak nyaman

¹⁸ Lestari, Bulliyng or Body, h. 8.

yang diakibatkan oleh pandangan rendah dari orang lain serta merasa terancam.¹⁹

3. Faktor – faktor *Body Shaming*

Cash dan Pruzinsky mengatakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan *body shaming* antara lain:

a. Jenis kelamin

Menurut Cash dan Pruzinsky, jenis kelamin merupakan faktor yang mempengaruhi dalam perkembangan *body shame* seseorang. Ketidakpuasan terhadap tubuh lebih sering terjadi pada wanita daripada laki-laki. Pada umumnya wanita, lebih kurang puas dengan tubuhnya dan memiliki *body shame*.

b. Media Massa

Tiggeman Cash dan Pruzinsky, mengatakan bahwa media massa yang muncul dimana-mana memberikan gambaran ideal mengenai figure perempuan dan laki-laki yang dapat mempengaruhi gambaran tubuh seseorang. Media massa menjadi pengaruh kuat dalam budaya sosial. Anak-anak dan remaja lebih banyak menghabiskan waktunya dengan menonton televisi dan kebanyakan orang dewasa membaca surat kabar harian dan majalah. Survey media massa menunjukkan bahwa 83 % majalah fashion khususnya dibaca oleh mayoritas perempuan maupun anak perempuan.

¹⁹ Riananda Regita, "Efektivitas *Cognitif Behavior Therapy* Untuk Menurunkan Tingkat *Body Shame*", (Skripsi, Program Sarjana Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim, Malang, 2018),h. 18-19.

Konsumsi media yang tinggi dapat mempengaruhi konsumen dalam berbagai cara. Isi tayangan media massa sering menggambarkan bahwa standart kecantikan perempuan adalah tubuh yang kurus, dalam hal ini berarti level kekurusan yang dimiliki, kebanyakan wanita percaya bahwa mereka adalah orang-orang yang sehat. Media juga menggambarkan gambaran ideal bagi laki-laki adalah dengan memiliki tubuh yang berotot dan perut yang rata.

c. Hubungan Interpersonal

Hubungan interpersonal membuat seseorang cenderung membandingkan diri dengan orang lain dan feedback yang diterima mempengaruhi konsep diri termasuk mempengaruhi bagaimana perasaan terhadap penampilan fisik. Hal inilah yang sering membuat orang merasa cemas dengan penampilannya dan gugup ketika orang lain melakukan evaluasi terhadap dirinya. Rossen dan koleganya (Cash dan Pruzinsky) menyatakan feedback terhadap penampilan dan kompetensi teman sebaya dan keluarga dalam hubungan interpersonal dapat mempengaruhi bagaimana pandangan dan perasaan mengenai tubuh²⁰

4. Dampak *Body Shaming*

Terdapat beberapa dampak yang timbul dari tindakan *body shaming* kepada individu yaitu:

²⁰ Nurul Aida Masithoh, "Body Shame Pada Mahasiswa Generasi Milenial", (Skripsi, Program Sarjana, Universitas Negeri Semarang, 2020), h. 15-16.

a. Gangguan Makan

Body shaming menyebabkan rendahnya harga diri dan berkaitan dengan pola makan. Seseorang cenderung melakukan berbagai macam usaha untuk merubah kondisi fisiknya dengan diet ataupun mengkonsumsi makanan yang banyak untuk menaikkan berat badan. Dapat dikatakan bahwa semakin tinggi tingkat *body shaming* maka akan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap perilaku makan.

b. Mempengaruhi Kesehatan Fisik

Terdapat hubungan positif antara *body shaming* dengan infeksi maupun gejala dan infeksi dari suatu penyakit disebabkan karena respon dan penilaian tubuh yang rendah. Ketika seseorang yang mengalami *body shaming* maka terdapat kecenderungan rentan terhadap penyakit karena kurang perhatian terhadap kondisi kesehatan.

c. Depresi

Depresi dapat dialami seseorang karena perspektif negative yang terus menghantui seseorang. Kurangnya kepuasan terhadap bentuk tubuh atau keadaan tubuh merupakan pemicu seseorang mengalami depresi.²¹

²¹ Eka Suci, "Pengaruh *Body Shaming* terhadap *Self Blaming* pada Remaja di Karang Taruna Perumnas Asri Gemolong", (Skripsi, Program Sarjana, Institut Agama Islam Negeri Surakarta, 2020), h. 10-14.

B. Kepercayaan Diri

1. Pengertian Kepercayaan Diri

Menurut Maslow, kepercayaan diri termasuk dalam *basic need* atau kebutuhan dasar dan merupakan kebutuhan yang ke-empat yaitu kebutuhan harga diri atau *self-esteem*, kebutuhan seseorang akan harga diri dapat datang dari diri sendiri maupun orang lain.²²

Menurut Lauster, kepercayaan diri adalah suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, tidak merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan pada diri sendiri.

2. Aspek – aspek Kepercayaan Diri

Lauster mengemukakan bahwa, kepercayaan diri dapat dimulai melalui 4 aspek:

- a. Keyakinan pada diri sendiri adalah keterbatasan dan penilaian dan pengaruh orang lain serta berani mengemukakan ide atau kehendak secara bertanggung jawab.
- b. Optimisme adalah sikap pantang menyerah dalam menghadapi setiap kegagalan, memiliki pandangan dan harapan yang positif tentang diri dan masa depan

²² Aulia Hapasari, Emiliana Primastuti, “Kepercayaan Diri Mahasiswi Papua Ditinjau Dari Dukungan Teman Sebaya”, *Journal of Psikodimensi*, Vol. 13, 1 (Januari-Juni, 2014), h. 64.

- c. Objektif adalah orang yang memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri
- d. Bertanggung jawab adalah kesediaan orang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya
- e. Rasional dan realistis adalah analisis terhadap suatu masalah, suatu hal, dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan²³

3. Faktor – faktor Kepercayaan Diri

Menurut Lauster, kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor antaranya:

a. Kondisi Fisik

Perubahan kondisi fisik juga berpengaruh pada kepercayaan diri, Anchok dalam Anthony mengatakan penampilan fisik merupakan penyebab utama rendahnya harga diri dan kepercayaan diri seseorang. perubahan pada kondisi fisik seseorang yang tidak sesuai dengan yang diharapkan inilah yang akan menimbulkan sebuah persepsi dan gambaran pada penampilan fisik.

²³ Asrullah Syam, Amri, "Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) berbasis Kaderisasi IMM Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa", *Jurnal Of Biotek*, Vol.5, 1 (Parepare:2017), h.93

b. Cita – cita

Seseorang yang bercita-cita normal akan memiliki kepercayaan diri karena tidak perlu untuk menutupi kekurangannya pada dirinya sendiri sedang mempersoalkannya.

c. Sikap Hati – hati

Seseorang yang percaya diri tidaklah bersikap hati-hati secara berlebihan. Dengan percaya dirinya sendiri tidak langsung melihat sedang mempersoalkannya.

d. Lingkungan

Keadaan lingkungan sangat mempengaruhi pembentukan awal rasa percaya diri pada seseorang. Hal tersebut seperti yang dikemukakan oleh Gunarsa, bahwa lingkungan keluarga merupakan “lingkungan pertama yang mula – mula memberikan pengaruh yang mendalam bagi anak-anak.”²⁴

4. Proses Kepercayaan Diri

Menurut Hakim secara garis besar proses terbentuknya kepercayaan diri yang kuat melalui beberapa proses, antaranya:

- a. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang memunculkan kelebihan – kelebihan tertentu.
- b. Pemahaman – pemahaman seorang individu terhadap kelebihan – kelebihan yang dimilikinya dan menimbulkan keyakinan yang besar

²⁴ Amanda Unziilla Deni, “Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri” *Jurnal Of Pendidikan Indonesia*, Vol 2, 2(Juli, 2016), h.25

untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan yang dimiliki.

- c. Pemahaman dan reaksi positif terhadap kelemahan – kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri dan sulit untuk percaya diri.
- d. Pengalaman di dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala sesuatu yang ada pada dirinya.²⁵



²⁵ Barbara de Angelis, *“Self Confident: Percaya Diri Sumber Kesuksesan dan Kemandirian”*, (Jakarta, Gramedia Pustaka, 2001), hal. 16.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian adalah proses pemikiran dan penentuan tentang hal yang akan dilakukan. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif, yakni pendekatan yang hasil penelitiannya disajikan dengan bentuk angka-angka. Penelitian ini menggunakan alat bantu berupa aplikasi SPSS *for windows* 20, yang merupakan aplikasi pengolah data statistik, yang dipercaya dengan tepat dan cepat, dalam mendapatkan hasil analisis.

Rancangan penelitian ini terdiri dari 2 variable, dimana variable adalah atribut yang mempunyai variasi antar satu orang dengan orang yang lain. Sedangkan variable penelitian adalah sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya.

Adapun variable pada penelitian ini adalah:

1. Variabel bebas (*independent variable*)

Variabel bebas (x) adalah variable yang diduga berpengaruh terhadap variable terikat. Variable dalam penelitian ini adalah *body shaming*.

2. Variabel terikat (*dependent variable*)

Variable terikat (y) adalah variable yang diharapkan timbul akibat variable bebas. Dalam penelitian ini variable terikat adalah kepercayaan diri.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah sekelompok subjek yang digunakan dalam suatu penelitian.²⁶ Sugiono mengemukakan bahwa populasi adalah “wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.”²⁷ Populasi untuk penelitian ini adalah santri putri Pondok Pesantren unit Darussalam, Lirboyo, Kota Kediri yang berjumlah 210 santri.

2. Sampel

Sampel penelitian adalah bagian yang memberikan gambaran secara umum dari populasi. Sampel penelitian memiliki karakteristik yang sama atau hampir sama dengan karakteristik populasi, sehingga sampel yang digunakan dapat mewakili populasi yang diamati. Menurut Sugiono sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.²⁸ Ketetapan yang diambil untuk sampel adalah berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Suharsini Arikunto bahwa

²⁶ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1998), h.115

²⁷ Sugiono, *Metode penelitian pedidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D* (Bandung, CV Alfabeta, 2016), h.124.

²⁸ Sugiono, h.81.

hanya untuk perkiraan, maka apabila subyeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua, sehingga penelitiannya merupakan penelitiannya populasi. Selanjutnya jika jumlah subyeknya besar, maka diambil antara 10-15% atau 20-50% atau lebih.²⁹

Sampel dalam penelitian ini adalah 35 santri yang rata – rata berusia 21-22 tahun dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan kriteria santri yang mengalami *body shaming*.

C. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat yang dipakai untuk menjembatani antara subjek dan objek (secara substansial antara hal-hal teoritis dan empiris, antara konsep dengan data), sejauh mana data mencerminkan konsep yang ingin diukur tergantung pada instrumen (yang substansinya disusun berdasarkan penjabaran konsep atau penentuan indikator) yang dipergunakan untuk mengumpulkan data.³⁰

Dalam *Body Shaming* diukur dengan menggunakan skala pengukuran agar mengetahui tingkat *Body Shaming* dan tingkat kepercayaan diri yang dimiliki oleh subjek.

1. Skala *Body Shaming*

Instrumen *body shaming* menggunakan *Body Shaming Scale*. Yang terdiri dari 3 aspek yakni: a) komponen sosial dan eksternal, 2) komponen emosi, c) komponen perilaku. Skala ukur pada skala *likert* ada 4 kriteria,

²⁹ Sumardi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Rajawali, 1992), h. 72

³⁰ Uhar Suharsaputra, *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif, dan Tindakan* (Bandung:Refika Aditama, 2014), h. 94

untuk item favoureble jawaban sangat sangat setuju diberi nilai 5, setuju diberi nilai 4, netral diberi nilai 3, tidak setuju diberi nilai 2, sangat tidak setuju diberi nilai 1. Sedangkan untuk item unfavoureble jawaban sangat setuju dberi nilai 1, setuju diberi nilai 2, netral diberi nilai 3, tidak setuju diberi nilai 4, sangat tidak setuju diberi nilai 5. Berdasarkan uji coba didapatkan nilai reliabilitas sebesar $\alpha = 0,843$. Contoh dari item “saya tidak terima ketika diejek orang lain”

Tabel 3.1 Blue Print *Body Shaming* (try out)

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Favo	Unfavo	
1.	Komponen kognitif sosial dan eksternal	Menerima kritik cara Berpakaian	1*	4	16
		Menerima kritik tingkah laku	2	5	
		Perasaan malu	3*,19*	6,21	
		Mendapat gossip	7,8*	9,10	
2.	Komponen emosi	Muak terhadap diri sendiri	23	25	
		Dibanding-bandingkan oleh orang lain	24	26	
3.	Komponen perilaku	Dipanggil dengan sebutan yang buruk	17*,18*	20,22	10
		Diejek yang mengarah pada fisik	11*,12,13*	14,15,16	

*item yang tidak valid atau gugur

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa setelah dilakukan *try out* kepada 20 santri yang pernah mengalami perlakuan *body shaming* yang mempunyai kriteria yang sama 8 item yang tidak valid dan harus digugurkan yakni nomor 1, 3, 8, 11, 13, 17, 18, 19. Dari 26 item yang digunakan, tersisa 18 item yang valid yaitu: 2, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 12, 14, 15, 16, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26.

2. Skala Kepercayaan Diri

Instrumen kepercayaan menggunakan *confidence scale* yang terdiri dari 4 aspek yaitu: a) keyakinan diri b) optimis, c) objektif, d) bertanggung jawab. Skala ukur pada skala 5 kriteria untuk item favoureble jawaban sangat setuju diberi nilai 5, setuju diberi nilai 4, netral diberi nilai 3, tidak setuju diberi nilai 2, sangat tidak setuju diberi nilai 1. Sedangkan untuk item unfavorable jawaban sangat setuju diberi nilai 1, setuju diberi nilai 2, netral diberi nilai 3, tidak setuju diberi nilai 4, sangat tidak setuju diberi nilai 5. Berdasarkan uji coba reliabilitas didapat nilai sebesar $\alpha = 0,862$. Contoh item “saya selalu bersemangat untuk melakukan aktifitas sehari – hari”.

Tabel 3.2 Blue Print Kepercayaan Diri (*try out*)

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Favo	Unfavo	
1.		Sikap positif terhadap dirinya	1,27*	7,18*	4

	Keyakinan diri	Percaya dengan kemampuan sendiri	2,5,6	3,10*	5
2.	Optimis	Selalu berpandangan baik tentang diri sendiri	14*,13*	8,11*	4
		Berpandangan baik tentang kemampuan sendiri	17	4,12,16	4
3.	objektif	Tidak melihat sesuatu menurut diri sendiri	29,24*	25	3
		Suatu permasalahan terjadi karena kebenaran semestinya	19	21*	2
4.	Bertanggung jawab	Bersedia menanggung segala konsekuensi yang dilakukan	22	28	2
		Mampu mengakui perbuatan yang telah dilakukan	26	23*	2
5.	Rasional dan realistis	Menganalisis suatu masalah dengan pemikiran yang dapat diterima	20	15	2
		Melihat suatu hal dengan kenyataan	9	30	2

*item yang tidak valid atau gugur

Berdasarkan tabel diatas dapat kita ketahui bahwa setelah dilakukan *try out* kepada 35 santri yang pernah mengalami perlakuan *body shaming* yang mempunyai kriteria yang sama 9 item yang tidak valid dan harus digugurkan yakni nomor 10, 11, 13, 14, 18, 21, 23, 24, 27. Dari 30 item

yang digunakan, terisisa 21 item yang valid yaitu: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 12, 15, 16, 17, 19, 20, 22, 25, 26, 28, 29, 30.

D. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, penulis menggabungkan beberapa metode pengumpulam data, diantaranya sebagai berikut:

1. Skala

Skala yang digunakan adalah skala *likert*, yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi atau fenomena sosial lainnya, yang disebut *variable* penelitian.³¹ Pertanyaan atau pernyataan yang akan dijawab oleh responden berbentuk skala *likert* yang mempunyai gradasi dari sangat positif atau sangat negatif yang diungkapkan dengan kata-kata.³²

Skala *body shaming* disusun berdasarkan aspek – aspek *body shaming* dari Gilbert dan Milles, diantaranya: komponen evaluasi diri yang berasal dari dalam, komponen emosional, dan komponen perilaku. Sedangkan skala kepercayaan diri disusun berdasarkan aspek – aspek kepercayaan diri dari Leuster, diantaranya: keyakinan diri, optimis, objektif, dan bertanggung jawab.

³¹ Slamet Riyanto, *Metode Riset Penenlitan Kuantitatif Penelitian di Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan dan Eksperimen* (Yogyakarta: CV BUDY UTAMA, 2012), h. 23.

³² Adhita Dessy Wulandari, *Penelitian Pendidikan: Suatu Pendekatan Praktik dengan Menggunakan SPSS*, (Ponorogo: STAIN Po Pres, 2012), hal 73

2. Observasi

Menurut Creswell, “observasi kualitatif” merupakan observasi yang didalamnya peneliti langsung turun kelapangan untuk mengamati perilaku dan aktifitas individu-individu dilokasi penelitian.³³

Bentuk observasi yang peneliti lakukan yaitu pengamatan terhadap perlakuan *body shaming* dan kepercayaan diri santri yang mengalami perlakuan *body shaming* santri Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam, Lirboyo. Hasil dari observasi ini adalah peneliti mendapatkan gambaran bentuk pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri pada santri P3ds secara langsung.

3. Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah metode yang dilakukan dengan mencatat peristiwa yang berlalu, adakalanya dokumen ini berbentuk gambar, tulisan, atau karya-karya seseorang baik catatan harian, sejarah kehidupan atau biografi.³⁴ Metode dokumentasi ini digunakan untuk memperoleh data tentang nilai yang dijadikan responden.

E. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain yang terkumpul. Kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variable dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variable dari seluruh responden, menyajikan data dari setiap variable yang diteliti, melakukan penghitungan untuk

³³ John W Creswell, *RESEARCH DESIGN pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed*, terj. Achmad Fawaid (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012) hal:267

³⁴ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, h. 157.

menjawab rumusan masalah, dan melakukan penghitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan.³⁵

Hal ini berdasarkan hipotesis yang akan diuji peneliti menggunakan teknik regresi linier sederhana, yang bertujuan untuk menguji sejauh mana pengaruh variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y), dengan menggunakan bantuan *IBM SPSS 25*.



³⁵ Sugiono, h. 147.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Latar Belakang Objek

a. Sejarah singkat Pondok Pesantren Darussalam

Pondok Pesantren Lirboyo Unit Darussalam adalah salah satu unit dari Pondok Pesantren Lirboyo, tepatnya di Jl.HM.Winarto No. 03 Rt. 03 Rw. 01 Kelurahan Lirboyo Kecamatan Mojojoto Kota Kediri. Bila kita masuk ke Pon. Pes. Lirboyo (induk) melalui pintu selatan, maka kita akan menemukan penggalan ayat Al-Qur'an

وَاللّٰهُ يَدْعُوْا اِلَى الدّٰرِ السَّلَامِ

Setelah itu akan menjumpai sederetan bangunan anti peluru yang konon telah berdiri sejak tahun 1993 M. Mula-mula Darussalam hanyalah sebuah nama komplek yang terletak disebelah selatan Pondok Pesantren Lirboyo, sekitar ±500 M dari pondok induk. Awalnya komplek ini berfungsi sebagai tempat tinggal para khodim dan tempat singgah para tamu KH. A. Mahin Thoha. Seiring dengan perputaran waktu, semakin hari banyak santri yang ingin mencari suasana nyaman dan damai untuk konsentrasi belajar. Kenyamanan yang ada juga ditunjang dengan pemandangan gunung klotoknya yang masih asri. Sesuai dengan keadaan tersebut maka komplek ini dinamakan dengan Darussalam.

Fersi yang lain mengatakan penamaan Darussalam karena sang pengasuh berasal Dari Salaman Magelang sehingga muncul nama Darussalam. Dalam pendirian pondok ini, pengasuh betul-betul memperhatikan dan memahami psikologi penduduk sekitar yang memang masih awam oleh karenanya langkah awal dalam mendirikan pondok ini dengan memelihara hewan yang ditempatkan pada kawasan tersebut bersama santri khodim yang mengurusinya lama kelamaan jumlah santri lebih banyak dari hewan ternak yang dipelihara. Dengan, kondisi semacam itu masyarakat setempat tidak kaget dengan kedatangan santri.

Memandang semakin banyaknya santri yang berdatangan, maka berdirilah bangunan-bangunan baru baik semi permanen maupun permanen, juga fasilitasfasilitas meliputi: mushola, kamar huni santri, aula, MCK, toko dan kantin, serta gedung andalus leter L dengan 2 lantai dan tangan 3 lantai disebelah timur pondok pesantren putri tahfidzil Qur'an dalem barat KH. Ahmad Idris Marzuqi yang kini telah menjadi pondok putri.

Menyikapi keadaan semacam itu, maka perlu dibentuk sebuah organisasi yang mengatur jalannya kegiatan agar suasana belajar mengajar dan pembinaan sepirtual para santri betul-betul terpenuhi. Dari situlah mulai ada langkah-langkah untuk dijadikan sebuah unit dari Pondok Pesantren Lirboyo yang pengelolaannya diserahkan sepenuhnya pada pengurus unit tersebut. Untuk sistem belajar,

kegiatan ekstra serta aturan-aturan pondok masih mengkiplat dari pondok induk.

Pada tanggal 8 Dzulhijah 1423 H / 20 Februari 2002 M. Komplek ini resmi menjadi salah satu pondok unit dari Pon. Pes. Lirboyo Kota Kediri Jawa Timur dengan nama “Darussalam” dibawah asuhan KH. A. Mahin Thoha. Beliau adalah menantu dari KH. Marzuqi Dahlan (Pengasuh Pon. Pes. Lirboyo generasi ke 2). Pondok pesantren Darussalam terdiri dari santri putra dan putri. Sebagian ada yang khusus hanya mempelajari ilmu agama, adapula yang menempuh pendidikan formal di luar pondok. Bagi santri yang ngrangkep pendidikan formal, dibuatkan wadah tersendiri dengan nama Madrasah Ihya’ Ulumiddin untuk mendidik mereka dalam memahami ilmu agama.

b. Visi dan Misi Pondok Pesantren Darussalam

1) Visi

Membentuk pribadi luhur yang jujur berdasarkan Akhlakul Karimah dan nilai-nilai keagamaan, membentuk insan yang berilmu tinggi dan berwawasan luas.

2) Misi

a) Mengembangkan potensi intelegensi dan religi untuk membentuk intelektual muslim yang unggul untuk menciptakan, mengembangkan serta memanfaatkan ilmu pengetahuan dan teknologi dengan dijiwai Akhlakul Karimah

sebagai wujud pengabdian kepada Allah SWT dan Rasulullah SAW.

- b) Mengembangkan kepribadian Rasulullah SAW dalam pendidikan sebagai proses terbentuknya cendekiawan muslim yang Shidiq, Amanah, Tabligh, dan Fathonah.
 - c) Memadukan filosofi Islam dan ilmu pengetahuan modern untuk daya nalar berfikir kritis, kreatif, dan inovatif terhadap perkembangan zaman.
 - d) Membangun kemakmuran umat melalui kemampuan penguasaan ilmu pengetahuan.
 - e) Pemandu generasi penerus untuk meraih kesempatan berkarya dan menempatkan diri dalam membangun kehidupan masyarakat dengan toleransi peduli dan berbudi.
- c. Letak Geografis Pondok Pesantren Putri Darussalam

Letak geografis Pondok Pesantren Putri Darussalam sangat strategis dengan pusat pemerintahan, perdagangan dan pendidikan. Hanya berjarak ± 500 M dengan pasar Campurejo, ± 1 KM dengan terminal Kota Kediri, dan ± 500 M dengan Pondok induk Lirboyo Kota Kediri, menjadikan posisi Pondok Pesantren Putri Darussalam sangat mudah dijangkau.

d. Program Unggulan

Program-program unggulan yang berada di Pondok Pesantren Darussalam Putri yaitu sebagai berikut:

- 1) Madrasah Qurowiyah
 - 2) Program pengajian kitab kuning
 - 3) Madrasah Al-Qur'an
 - 4) Ziaroh Wali Songo
- e. Madrasah Diniyah Ihya' Ulumiddin Putri

Madrasah Diniyah Ihya' Ulumiddin adalah pendidikan keagamaan dasar yang di program untuk santri yang ingin menuntut ilmu agama mulai dasar. Prioritas pendidikan ini adalah menekankan dalam praktik ibadah, bimbingan baca kitab, ubudiyah, serta penguasaan ilmu Fiqh, Nahwu, Shorof, Akhlaq, Tauhid, Aswaja, dll. Kurikulum yang dipelajari di dalamnya adalah Fiqh, Hadits, Ushul Fiqh, dan lain-lain.

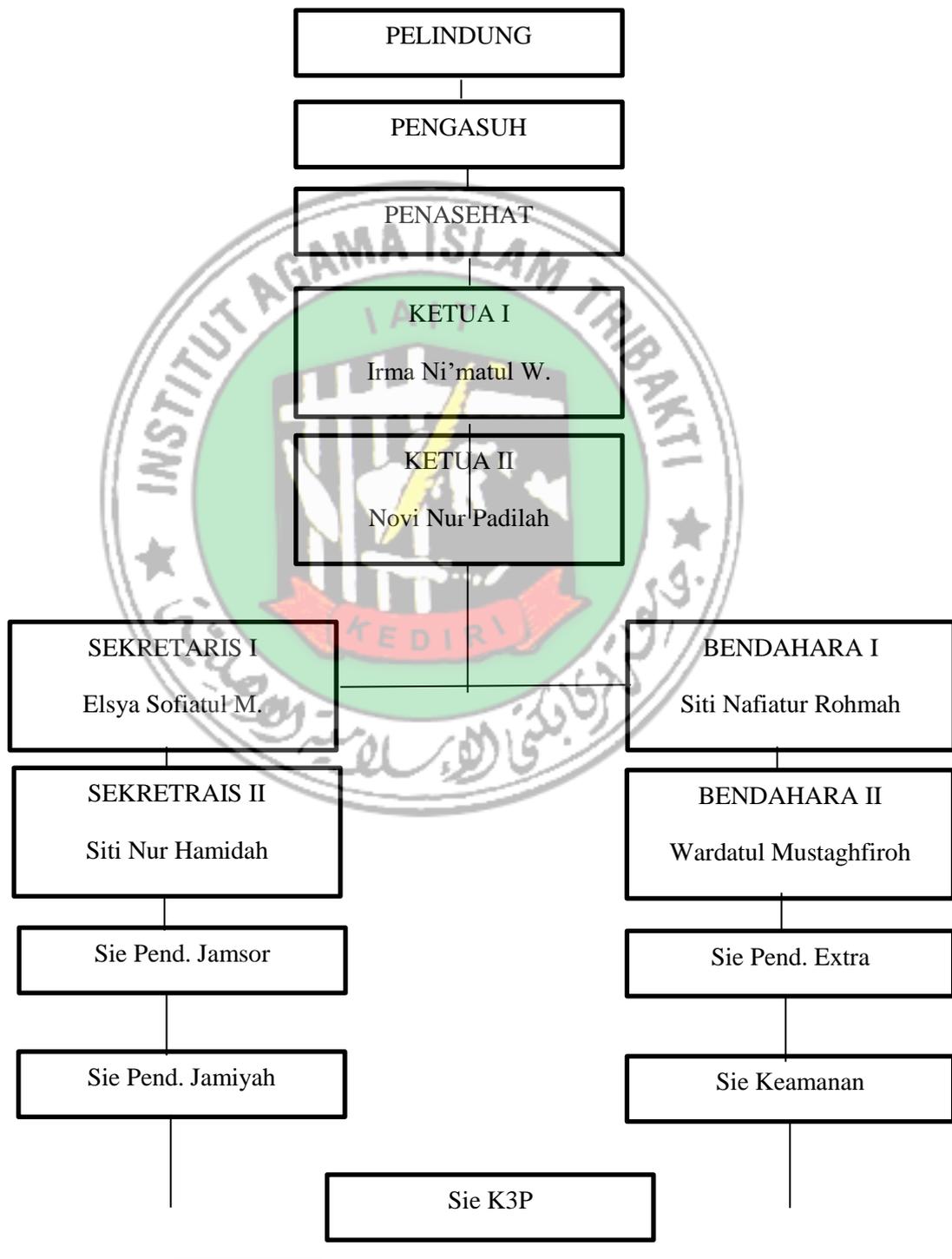
- f. Sarana dan prasarana

Tabel 4.1 Sarana Prasarana Pondok Pesantren Putri Darussalam Lirboyo

No.	Uraian	Jumlah	Kondisi		
			Baik	Rusak Ringan	Rusak Berat
1	Gedung	2	✓		
2	Ruang Tamu	2	✓		
3	Kamar Tidur	34	✓		
4	Kamar Mandi	18	✓		
5	Toilet	2	✓		
6	Dapur	2	✓		
7	Mushola	3	✓		
8	Aula	2	✓		
9	Jemuran	7	✓		
10	Parkir Montor	1	✓		

g. Struktur Organisasi Pondok Pesantren Darussalam

struktur organisasi Pondok Pesantren Putri Darussalam Lirboyo

Gambar 4.1 Struktur Organisasi Pondok Pesantren Putri Darussalam

2. Penyajian Data

Penyajian data adalah uraian atau paparan tentang data – data yang dijadikan subjek kedalam penelitian serta temuan – temuan penting dari variable yang diteliti berdasarkan ciri numeric data tersebut. Maka dari hasil yang telah dilakukan melalui kuesioner setelah item yang tidak valid dihapus, dibawah ini disajikan tabel tentang pengaruh Body Shaming Terhadap Kepercayaan Diri Santri Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kediri.

a. Variable X (*body shaming*)

Dari variable *body shaming* diperoleh melalui kuesioner yang terdiri dari 18 butir pertanyaan dengan jumlah responden 35 santri. Tersedia 5 alternatif jawaban dengan skor tertinggi 5 dan skor terendah 1. Dari 35 responden menunjukkan bahwa variable *body shaming* diperoleh skor tertinggi 90 (5 x 18) dan skor terendah 18 (1 x 18). Selanjutnya dilakukan analisis dengan menggunakan program *IBM SPSS statistic 25* dan diperoleh skor tertinggi 90, skor terendah adalah 18, nilai mean (M) sebesar 61,80, nilai median (Me) sebesar 62,00, nilai modus (Mo) sebesar 62, nilai standar deviasi (SD) sebesar 6,144.

Tabel 4.2 Nilai Mean, Median, Modus, Standar Deviasi, Range, Skor

Maximum, Skor minimum *Body Shaming*

N	N Valid	18
	Missing	
Mean	61,80	
Median	62,00	

Mode	62
Std. Deviation	6,144
Range	32
Minimum	50
Minimum	82

Berdasarkan Tabel 4.2 Peneliti menggolongkan sampel kedalam lima kategori tingkat *body shaming* yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, sangat rendah. Penentuan norma penelitian didasarkan pada nilai mean (M) dan nilai standar deviasi (SD). Nilai mean dan standar deviasi dari skala *body shaming* adalah sebagai berikut:

Tabel 4.3 Rumus Variabel Body Shaming

Kategori	Rumus	Hitungan	Skor
Sangat Tinggi	$M + 1,5 SD < X$	$54 + 18 < X$	$72 < X$
Tinggi	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	$54 + 6 < X \leq 54 + 18$	$60 < X \leq 72$
Sedang	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	$54 - 6 < X \leq 54 + 6$	$48 < X \leq 60$
Rendah	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	$54 - 18 < X \leq 54 - 6$	$36 < X \leq 48$
Sangat rendah	$X \leq M - 1,5 SD$	$X \leq 54 - 1,5 SD$	$X \leq 36$

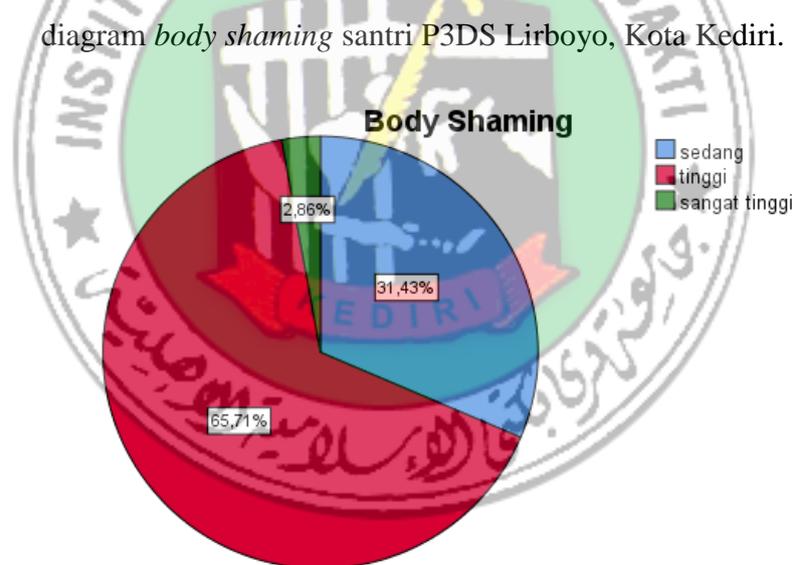
Berdasarkan Tabel 4.3 hasil rumus perhitungan tersebut akan digunakan untuk mengkategorikan *body shaming* santri P3DS menjadi lima kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah.

Tabel 4.4 Distribusi Variabel Body Shaming

No	Skor	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	Skor $72 <$	Sangat Tinggi	1	2,9%
2	Skor $60 - \leq$	Tinggi	23	65,7%

	72			
3	Skor 48 - ≤ 60	Sedang	11	31,4%
4	Skor 36 - ≤ 48	Rendah	0	0%
5	Skor ≤ 36	Sangat Rendah	0	0%

Berdasarkan Tabel 4.4 hasil perhitungan diatas presentase tertinggi pada kategori sedang yakni terdapat 23 responden atau sebesar 65,7%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa *body shaming* santri P3DS Lirboyo Kota Kediri terdapat pada kategori tinggi. Hasil tersebut juga dapat digambarkan dengan diagram. Berikut ini gambar diagram *body shaming* santri P3DS Lirboyo, Kota Kediri.



Gambar 4.2 Grafik Variabel *Body Shaming*

b. Variabel Y (Kepercayaan Diri)

Dari variabel kepercayaan diri diperoleh melalui angket kuesioner yang terdiri dari 21 butir pertanyaan dengan responden 35 santri. Tersedia 5 alternatif jawaban dengan skor tertinggi 5 dan skor terendah 1. Dari 35 responden menunjukkan bahwa variabel

kepercayaan diri diperoleh skor tertinggi 105 (5 x 21) dan skor terendah 21 (1 x 21). Selanjutnya dilakukan analisis dengan menggunakan program *IBM SPSS statistic 25* dan diperoleh skor tertinggi 105, skor terendah adalah 21, nilai mean (M) sebesar 76,77, nilai median (Me) sebesar 77,00, nilai modus (Mo) sebesar 70, nilai standar deviasi (SD) sebesar 11,008.

Tabel 4.5 Nilai Mean, Median, Modus, Standar Deviasi, Range, Skor

Maximum, Skor minimum Kepercayaan Diri

N	N Valid	21
	Missing	
Mean		76,77
Median		77,00
Mode		70
Std. Deviation		11,008
Range		53
Minimum		40
Maximum		93

Berdasarkan Tabel 4.5 Peneliti menggolongkan sampel kedalam lima kategori tingkat kepercayaan diri yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, sangat rendah. Penentuan norma penelitian didasarkan pada nilai mean (M) dan nilai standar deviasi (SD). Nilai mean dan standar deviasi dari skala *body shaming* adalah sebagai berikut:

Tabel 4.6 Rumus Distribusi Variabel Kepercayaan Diri

Kategori	Rumus	Hitungan	Skor
Sangat Tinggi	$M + 1,5 SD < Y$	$63 + 18 < Y$	$81 < Y$

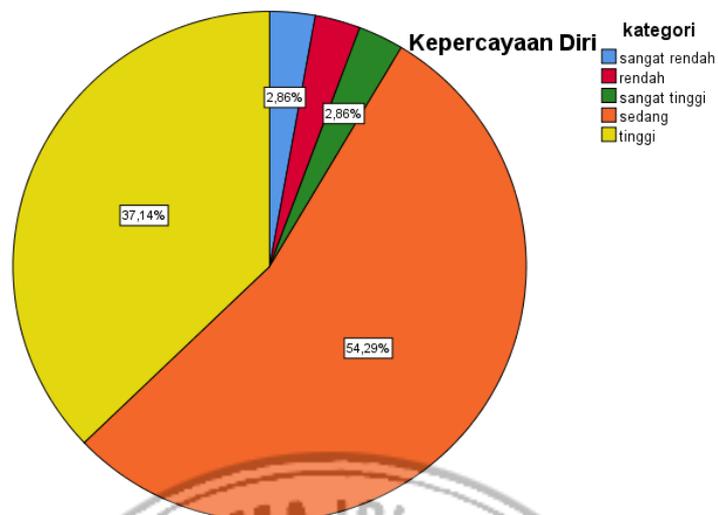
Tinggi	$M + 0,5 SD < Y \leq M + 1,5 SD$	$63 + 6 < Y \leq 63 + 18$	$69 < Y \leq 81$
Sedang	$M - 0,5 SD < Y \leq M + 0,5 SD$	$63 - 6 < Y \leq 63 + 6$	$57 < Y \leq 69$
Rendah	$M - 1,5 SD < Y \leq M - 0,5 SD$	$63 - 18 < Y \leq 63 - 6$	$45 < Y \leq 57$
Sangat rendah	$Y \leq M - 1,5 SD$	$Y \leq 63 - 18$	$Y \leq 45$

Berdasarkan Tabel 4.6 hasil rumus perhitungan tersebut akan digunakan untuk mengkategorikan kepercayaan diri santri P3DS menjadi lima kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah.

Tabel 4.7 Distribusi Variabel Kepercayaan Diri

No	Skor	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	Skor $81 <$	Sangat Tinggi	1	2,9%
2	Skor $69 - \leq 81$	Tinggi	13	37,14%
3	Skor $57 - \leq 69$	Sedang	19	54,3%
4	Skor $45 - \leq 57$	Rendah	1	2,9%
5	Skor ≤ 45	Sangat Rendah	1	2,9%

Berdasarkan Tabel 4.7 hasil perhitungan diatas presentase tertinggi pada kategori yakni sedang terdapat 19 responden atau sebesar 54,3%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kepercayaan diri santri P3DS Lirboyo Kota Kediri terdapat pada kategori sedang. Hasil tersebut juga dapat digambarkan dengan diagram. Berikut ini gambar diagram kepercayaan diri santri P3DS Lirboyo, Kota Kediri.



Gambar 4.3 Grafik Variabel Kepercayaan Diri

3. Uji Persyaratan Analisis

a. Uji normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dari penelitian di lapangan ini berdistribusi normal atau tidak normal. Untuk menguji normalitas pada penelitian ini dilakukan dengan bantuan software IBM SPSS 25 dengan menggunakan teknik kolmogorof smirnov. Data bisa dikatakan apabila hasil uji signifikansi diperoleh sig > 0,05 dan dikatakan tidak normal apabila diperoleh sig < 0,05.³⁶

Tabel 4.8 Uji normalitas

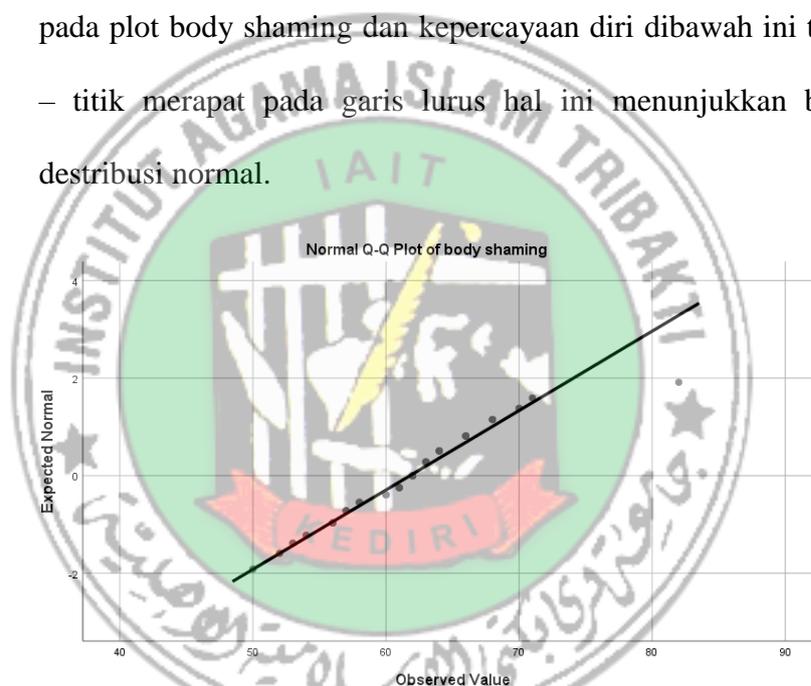
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Body shaming	,104	35	,200*	,951	35	,126

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

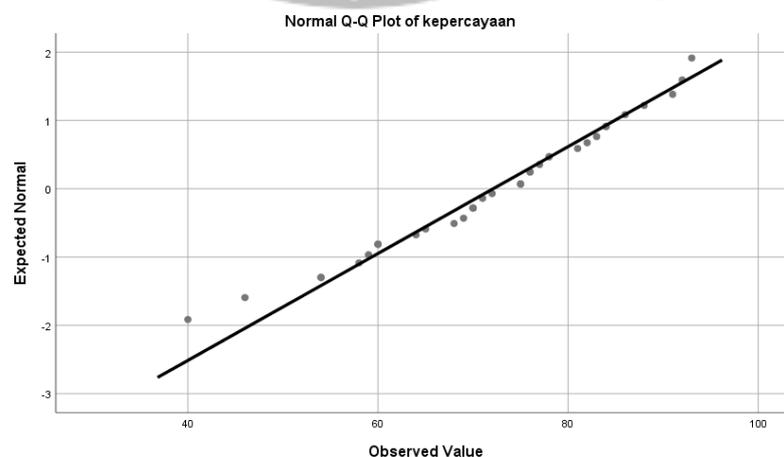
a. Lilliefors Significance Correction

³⁶ A Jauhar Fuad dan Agus Eko Sujianto, *Analisis Statistik Dengan Program SPSS*, (Tulungagung: Penerbit Cahaya Abadi, 2014), h. 56

Dari tabel 4.8 hasil yang diperoleh dari uji normalitas dengan teknik komogorof smirnov didapat signifikasi body shaming adalah 0,126 dan signifikasi kepercayaan diri adalah 0,494. Dengan pengambilan kesimpulan jika nilai sig $>$ 0,05 dan dikatakan tidak normal apabila diperoleh sig $<$ 0,05. Jika data normal maka analisis datanya menggunakan statistic parametik. Lebih jelasnya dapat dilihat pada plot body shaming dan kepercayaan diri dibawah ini terlihat titik – titik merapat pada garis lurus hal ini menunjukkan bahwa data destribusi normal.

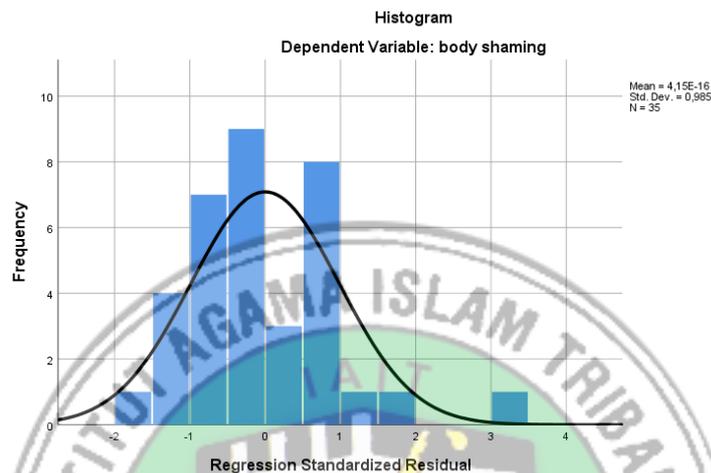


Gambar 4.4 Normalitas Body Shaming

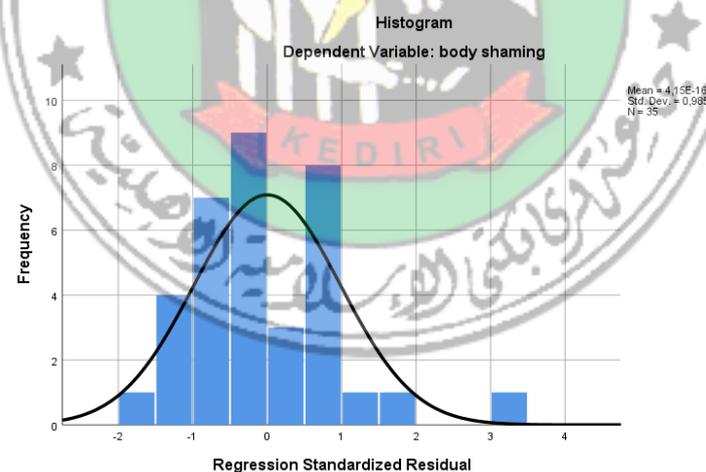


Gambar 4.5 Normalitas Kepercayaan Diri

Berdasarkan Gambar 4.3 dapat dilihat bahwa titik-titik mengikuti garis tengah, dan dapat disimpulkan bahwa data variabel *body shaming* dan variabel kepercayaan diri berdistribusi normal.



Gambar 4.6 Histogram Uji Normalitas *body shaming*



Gambar 4.6 Histogram Uji Normalitas *body shaming*

Berdasarkan Gambar 4.5 data bisa dikatakan ada pengaruh adalah jika data yang histogramnya berada tidak jauh dengan kurva normal. Gambar diatas menunjukkan dari interval pertama sampai

interval terakhir tidak berada begitu jauh dengan kurva normal. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah dua variabel memiliki hubungan yang linier. Variabel dikatakan linier apabila diperoleh nilai sig. *Linearity* > dari 0,05 dan dikatakan linier apabila sig < dari 0,05. Diketahui bahwa nilai signifikan pada *linearity* sebesar 0,504. Karena signifikansi lebih dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa antara variabel body shaming dan kepercayaan diri terdapat hubungan yang linier.

4. Uji Regresi Linier Sederhana

Analisis regresi sederhana dilakukan apabila variabel yang dianalisis sedikit. Variabel bebas (X) dan variabel (Y) masing – masing hanya satu kelompok sampel. Berikut disajikan hasil pengaruh body shaming terhadap kepercayaan diri dengan menggunakan uji Regresi Linier Sederhana:

Tabel 4.9 Uji Linier Sederhana

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,414 ^a	,171	,146	11,807

a. Predictors: (Constant), body shaming

b. Dependent Variable: kepercayaan

Berdasarkan Tabel 4.9 R square (koefisien determinasi) sebesar 0,171 atau 17,1%. Koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui

persentase besarnya kontribusi variabel bebas terhadap perubahan variabel terikat, sedangkan besarnya kesalahan standar (Se) sebesar 11,807. Hal ini dapat diartikan besarnya kontribusi variabel bebas terhadap variabel terikat adalah 17,1% sedangkan sisanya 82,3% disebabkan oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Tabel 4.10 Anova

ANOVA ^a					
Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	950,906	1	950,906	6,821	,013 ^b
Residual	4600,637	33	139,413		
Total	5551,543	34			

a. Dependent Variable: kepercayaan

b. Predictors: (Constant), body shaming

Berdasarkan Tabel 4.11 menunjukkan nilai F hitung sebesar 6,821 dengan df_1 = derajat kebebasan pembilang dan df_2 = derajat kebebasan penyebut 33, pada kolom signifikan sebesar 0,013 yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak.

Ketentuan pengambilan kesimpulan penerimaan dan penolakan hipotesis apabila $sig. \leq 0,05$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Dengan demikian santri yang memiliki pengalaman *body shaming* berhubungan dengan kepercayaan diri santri tersebut.

Tabel 4.11 Uji Coefficients

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	18,923	20,464		,925	,362
body shaming	,861	,330	,414	2,612	,013

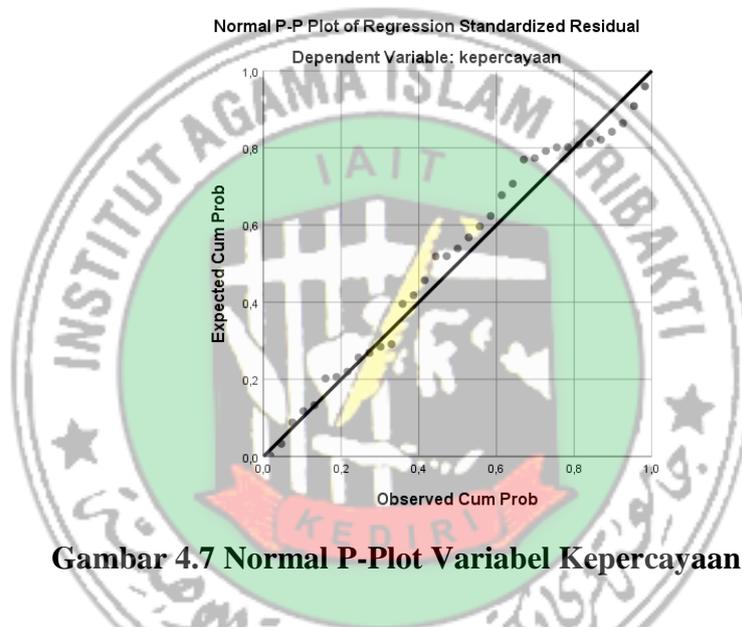
a. Dependent Variable: kepercayaan

Berdasarkan Tabel 4.11 diatas dapat dilihat bahwa nilai beta nol adalah 18,923 (a) dan nilai beta satu (b) adalah 0,861 maka persamaan garis regresi antara *body shaming* dengan kepercayaan diri dapat disusun sebagai berikut: $Y = 18,923 + 0,861X_1$. Nilai konstan sebesar 18,923, hal ini berarti bahwa kepercayaan diri akan sebesar 18,923 jika *body shaming* sama dengan nol. Hal ini dapat dijelaskan bahwa kepercayaan diri tidak akan menurun jika tidak ada *body shaming*.

Variabel Body Shaming (X_1) mempunyai pengaruh negative terhadap kepercayaan diri, dengan koefisien regresi sebesar 0,861 menunjukkan bahwa apabila *body shaming* meningkat sebesar 1 persen maka kepercayaan diri akan meningkat sebesar 0,861 persen dengan asumsi variabel bebas yang lain konstan. Berdasarkan nilai signifikansi dari tabel diatas diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,013 lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri

5. Uji Hipotesis *Body Shaming*

Pada tabel sebelumnya menunjukkan untuk menguji hipotesis yang diajukan apakah diterima atau ditolak dengan melihat signifikansi. Pada tabel tersebut juga didapat signifikansi sebesar 0,013, yang artinya H_a diterima dan H_0 ditolak. Terdapat kontribusi signifikan antara *body shaming* dengan kepercayaan diri santri P3DS, Lirboyo Kota Kediri.



Gambar 4.7 Normal P-Plot Variabel Kepercayaan Diri

Pada gambar di atas terlihat titik-titik berkumpul di sekitar garis tengah. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *body shaming* dengan kepercayaan diri.

B. Pembahasan Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka ada beberapa hasil yang akan dipaparkan:

1. Tingkat *Body Shaming* Santri Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo

Berdasarkan hasil dari distribusi variabel *Body Shaming*, menunjukkan bahwa tingkat *body shaming* pada santri P3DS berada pada kategori tinggi yakni terdapat 23 responden atau sebesar 65,7%. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar dari santri pernah mengalami *body shaming*.

Pada hasil penelitian ini ada beberapa tingkat *body shaming* pada santri P3DS, dari 35 responden 1 responden memiliki tingkat *body shaming* sangat tinggi (2,9%), 23 responden memiliki tingkat *body shaming* tinggi (65,7%), 13 responden memiliki tingkat *body shaming* sedang (31,4%), sedangkan tidak ada yang memiliki tingkat *body shaming* rendah maupun sangat rendah

Gilbert menyatakan bahwa *body shaming* adalah sikap atau perilaku yang menuju kepada berat badan, bentuk fisik dan penampilan diri maupun orang lain yang menjadikan perasaan malu, tingkah laku, *perceived personality traits*, ataupun keadaan pikiran. Adanya pengalaman memalukan dahulu menjadi identitas diri dan menjadi kenangan traumatis yang terkait dengan perasaan malu di masa depan. Dinamika psikologis perempuan yang mengalami *body shaming* pada usia dewasa awal dan menunjukkan bahwa mereka yang mengalami *body shaming* akan lebih memerhatikan tubuh dan akan menjadikan tubuh mereka sebagai objek

(*self-objectification*). Hal ini menyebabkan rasa cemas dan rasa malu terhadap diri sendiri, kajian Damanik (2018).³⁷

Menurut asumsi peneliti seseorang yang mendapat perlakuan body shaming lebih banyak yang mengarah yang buruk. Perlakuan body shaming merupakan pengalaman emosi yang dialami individu ketika individu tersebut merasa bahwa yang dilakukannya tidak sesuai dengan yang diharapkan diri sendiri maupun lingkungan dan individu tersebut menganggap bahwa orang lain mengetahui keadaan itu. Sehingga membuat menyebabkan rasa tidak percaya diri, menyebabkan rasa malu, ketidakpuasan terhadap tubuhnya sendiri. Walaupun ada sisi baiknya dari perlakuan body shaming yaitu menyebabkan rasa ingin memperbaiki tubuhnya lagi. Tetapi perlakuan body shaming ini tetap sesuatu tindakan yang tidak baik.

Dalam penelitian sebelumnya dilakukan oleh Rita Fajhriani Nasrul, Rinaldi, Mahasiswa Universitas Negeri Padang yang meneliti tentang Hubungan *Body Shame* dengan Kepercayaan Diri pada Siswa SMAN 5 Pariaman, menyebutkan bahwa dari 79 responden , 44 responden (56,96%) memiliki body shame yang tinggi. Disimpulkan bahwa sebagian dari siswa pernah menerima perlakuan *body shaming* .³⁸ Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Syarifah Amalia mahasiswa Program studi Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel yang meneliti tentang Hubungan antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri pada Korban *Body Shaming*,

³⁷ Sakinah, "Body Shaming, Citra tubuh, Dampak dan Cara mengatasinya", *Jurnal of Psychology*, Vol, 1, 1 (Desember, 2018) h, 55.

³⁸ Fajriani, "Hubungan *Body Shame*", h. 1.

menyebutkan bahwa dari 56 responden mayoritas yang pernah menerima perlakuan *body shaming* adalah mahasiswa usia 21 tahun yang terdapat 44 responden dengan nilai presentase 53,3% dengan tingkat tinggi.³⁹ Dari hal tersebut bisa disimpulkan semakin banyak populasi semakin banyak perlakuan *body shaming*.

2. Tingkat Kepercayaan Diri Santri Pondok Pesantren Putri unit Darussalam, Lirboyo Kediri

Berdasarkan Hasil dari variabel distribusi kepercayaan diri santri P3DS menunjukkan bahwa dari 35 responden mayoritas memiliki tingkat kepercayaan diri yang sedang yakni 19 responden atau sebesar 54,3%. Untuk kategori lain, 1 responden memiliki tingkat kepercayaan diri yang sangat tinggi (2,9%), 13 responden memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi (37,14%), 19 responden memiliki tingkat kepercayaan diri yang sedang (54,3%), 1 responden memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah (2,9%), 1 responden memiliki tingkat kepercayaan yang sangat rendah (2,9%).

Hasil perhitungan ini sejalan dengan penelitian Rita Fajhriani Nasrul, dan Rinaldi, dan Syarifah Amalia. Hasil penelitiannya menyebutkan mayoritas kepercayaan diri siswa SMAN 5 Pariaman berada pada tingkat sedang yakni 39 (49,3%) dari 79 responden.⁴⁰ Sedangkan

³⁹ Amalia, "Hubungan Antara Body", h. 79.

⁴⁰ Fajriani, "Hubungan *Body Shame*", h. 10

penelitian dari Syarifah Amalia menyebutkan sebagian besar kepercayaan diri berada pada tingkat sedang yaitu 36 (45,39) dari 65 responden.⁴¹

Menurut Maslow, kepercayaan diri termasuk dalam *basic need* atau kebutuhan dasar dan merupakan kebutuhan yang ke-empat yaitu kebutuhan harga diri atau *self-esteem*, kebutuhan seseorang akan harga diri dapat datang dari diri sendiri maupun orang lain. Kepercayaan diri merupakan keyakinan seseorang terhadap segala kelebihan aspek yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan didalam hidupnya. Individu yang percaya diri akan merasa yakin terhadap dirinya sendiri, Hakim (2005).⁴²

3. Pengaruh Body Shaming Terhadap Kepercayaan Diri.

Dalam penelitian ini menyatakan berdasarkan uji hipotesis sederhana menggunakan program *SPSS IBM 25* yang telah dilakukan, maka kesimpulannya nilai signifikansi sebesar $0,013 < 0,05$ maka hasil dari uji hipotesis alternative (H_a) diterima dan Hipotesis Nol (H_0) ditolak, Terdapat kontribusi signifikan antara *body shaming* dengan kepercayaan diri santri P3DS, Lirboyo Kota Kediri. Variabel Body Shaming (X_1) mempunyai pengaruh negative terhadap kepercayaan diri, dengan koefisien regresi sebesar 0,861 menunjukkan bahwa apabila *body shaming* meningkat sebesar 1 persen maka kepercayaan diri akan meningkat sebesar 0,861 persen dengan asumsi variabel bebas yang lain konstan. Berdasarkan nilai signifikansi dari tabel diatas diperoleh nilai signifikansi

⁴¹ Amalia, "Hubungan Antara Body", h. 80.

⁴² Danti Marta Dewi, "Kepercayaan Diri Ditinjau Dari Pola Asuh Orang Tua Pada Siswa Kelas VII", *Jurnal of Bimbingan dan Konseling*, Vol, 2, 1(November 2015), h. 22.

sebesar 0,013 lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri

Lauster mengungkapkan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri pada seseorang diantaranya adalah kondisi fisik, cita – cita, sikap hati – hati, lingkungan. Salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri pada penelitian ini adalah faktor lingkungan yang mana penilaian dan perlakuan yang negative maupun positif akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang.⁴³

Hasil penelitian ini sama seperti penelitian yang dilakukan oleh yang membahas tentang “Hubungan *Body Shame* dengan Kepercayaan Diri pada Siswa SMAN 5 Pariaman”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa adanya hubungan antara *Body Shaming* dengan kepercayaan diri sebesar 30%. Dengan demikian hipotesis dalam penelitian diterima yang berarti terdapat hubungan yang negative antara *body shaming* dengan kepercayaan diri. Bisa dikatakan bahwa semakin besar tingkat *body shaming* maka semakin menurun tingkat kepercayaan diri.⁴⁴

Hasil dari penelitian ini, menunjukkan ada pengaruh negative signifikan *body shaming* terhadap kepercayaan diri santri Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo. Semakin tinggi tingkat *body shaming* maka semakin rendah tingkat kepercayaan diri, begitu juga

⁴³ Deni, “Konsep Kepercayaan Diri”, h.25

⁴⁴ Fajriani, “Hubungan *Body Shame*”, h. 10

sebaliknya, *body shaming* yang semakin rendah, maka semakin tinggi tingkat kepercayaan diri.

C. Kendala-kendala Dalam Pengumpulan Data

Pelaksanaan penelitian ini telah dilakukan dan di upayakan agar maksimal dan sesuai dengan prosedur penelitian ilmiah, namun masih terdapat beberapa keterbatasan sehingga tidak bisa dicapai seluruhnya pada kegiatan penelitian ini. Keterbatasan tersebut antara lain:

1. Pengambilan data berupa pengisian kuesioner dilakukan ketika keadaan responden sedang tidak sepenuhnya kondusif, karena sebagian responden merasa lelah setelah kegiatan di pondok pesantren dan kegiatan kuliah daring. Hal tersebut menjadi salah satu faktor pemicu terjadinya kemungkinan ketidaktepatan pengisian angket oleh responden dan menjadikan kurang maksimalnya hasil penelitian.
2. Sering adanya tugas mendadak dari pondok sehingga dapat sering menunda waktu untuk menggali data.
3. Dalam proses pengumpulan data, instrumen yang digunakan terbatas pada hasil angket dan pengamatan peneliti dalam proses penelitian. Hal tersebut memungkinkan adanya data penting yang terlewat dari perhatian peneliti yang membuat penelitian ini masih jauh dari kata sempurna.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah didapat, maka kesimpulannya adalah:

1. Rata-rata Santri Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kota Kediri memiliki tingkat *body shaming* yang tinggi.
2. Rata-rata Santri Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kota Kediri memiliki tingkat kepercayaan diri yang sedang.
3. Terdapat pengaruh negatif signifikan *body shaming* terhadap kepercayaan diri santri Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kota Kediri. Terbukti bahwa semakin tinggi *body shaming* maka semakin rendah kepercayaan diri, begitu sebaliknya jika tingkat *body shaming* semakin rendah maka tingkat kepercayaan diri akan semakin tinggi.

B. Saran

1. Bagi subjek yang diteliti
 - a. Untuk responden yang pernah mengalami *body shaming* lebih baik melihat potensi apa yang ada dan bisa dilakukan oleh diri sendiri, mengolah perilaku negative dari orang lain sebagai motivasi hidup, dan berhenti membandingkan diri sendiri dengan orang lain yang justru akan membuat lebih tidak percaya diri.

- b. Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai perilaku body shaming sehingga dapat menjadikan hal tersebut menjadi sebuah hal yang positif dalam kehidupan sehari-hari.
 - c. Diharapkan dapat memperhatikan setiap perkataan dan perilaku, karena setiap hal yang sepele bisa menjadi sebuah faktor negative untuk seorang individu.
2. Bagi lembaga
- Untuk dapat lebih memperhatikan kembali terkait perilaku body shaming. Diharapkan dapat membuat kebijakan dan program yang berkaitan dengan peningkatan kepercayaan diri seperti mengadakan pelatihan maupun pembelajaran mengenai pengembangan dalam berperilaku positif sehingga dapat lebih meningkatkan kepercayaan diri pada santri.
3. Bagi peneliti selanjutnya
- a. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik melakukan penelitian dengan topik yang sama disarankan untuk memperluas ruang lingkup penelitian lebih lanjut sehingga diharapkan dapat dapat meningkatkan kualitas penelitian .
 - b. Diharapkan dapat menambahkan variabel – variabel yang lainnya yang bisa mempengaruhi kepercayaan diri .

DAFTAR PUSTAKA

- L Zulkifli, *Psikologi Perkembangan* Bandung: PT Remaja Rosdakarya. 2018.
- Hanafi, Imam .Perkembangan Manusia Dalam Tinjauan Psikologi dan Al-qur'an,
Jurnal of Pendidikan Islam, Vol. 1, 01 Januari, 2018.
- Yudrik, Jahja, *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Kencana,2019.
- Lestari, Sumi Bullying or Body Shaming?Young Women Patient Body
Dhysmophic Disorder, *Journal of Psychlogy*, Vol 3, 1 .2019.
- Sakinah, Ini Bukan Lelucon, Body Shaming, Citra Tubuh, Dampak dan Cara
Mengatasinya, *Jurnal Emik*, Vol1 No.1 ,Desember 2018.
- Puspita, Ayu, Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri Di
SMA Kolombo Yogyakarta”,(Skripsi Program Sarjana Stikes Jenderal
Achmad Yani, Yogyakarta, 2016
- Observasi, Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kota Kediri, 2
Februari 2021.
- Retno, DewiPerancangan Kampanye Sosial Body Shaming di Masyarakat Melalui
Media Poster Other Di Universitas Komputer Indonesia, Skripsi Program
Sarjana Universitas Komputer Indonesia,2020
- Ghufron, Nur dan Rismawati,Rini *Teori-Teori Psikologi* Jogjakarta: Ar-Ruzz
Media, 2011.

- Amalia, Syarifah Hubungan Antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri pada Korban Body Shaming, Skripsi, Program Sarjana Universitas Islam Negeri Sunan Ampel , Surabaya,2020
- Fajriani, Rita Rinaldi,Hubungan *Body Shame* dengan Kepercayaan Diri pada Siswa SMAN 5 Pariaman”, *Jurnal of Psikologi*, Vol. 1, 2 2019
- Hidayat, Rahma Eka Malfasari, Rina Herniati, Hubungan Perlakuan *Body Shaming* dengan Citra Diri Mahasiswa , *Jurnal Of Keperawatan*, Vol. 7, 1 2019
- Dyah, Anggoro Hubungan antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMA Negeri 2 Bantul”, Skripsi, Program Sarjana Universitas Negeri , Yogyakarta,2016
- Ramadhani, Merlin, Hubungan *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Peserta Didik Putri di MTs Muhammadiyah Lakitan, Pesisir selatan, Skripsi, Program Sarjana Sekolah Tinggi dan Ilmu Pendidikan PGRI, Sumatra Barat, 2017
- Sari, Tri Indah, Rezkiyah Rosyidah, Pengaruh *Body Shaming* terhadap Kecenderungan *Anorexia Nervosa* Pada Remaja Perempuan Surabaya ,*Jurnal Of Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya*, Vol. 11, 2 November, 2020
- Regita, Riananda Efektivitas *Cognitif Behavior Therapy* Untuk Menurunkan Tingkat Body Shame, Skripsi, Program Sarjana Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim, Malang, 2018

Aida Masithoh, Nurul ,Body Shame Pada Mahasiswa Generasi Milenial, Skripsi, Program Sarjana, Universitas Negeri Semarang, 2020.

Suci, EkaPengaruh *Body Shaming* terhadap *Self Blaming* pada Remaja di Karang Taruna Perumnas Asri Gemolong, Skripsi, Program Sarjana, Institut Agama Islam Negeri Surakarta,2020

Hapasari, Aulia Emiliana Primastuti, Kepercayaan Diri Mahasiswi Papua Ditinjau Dari Dukungan Teman Sebaya, *Journal of Psikodimensi*, Vol. 13, 1 Januari-Juni, 2014

Syam Asrullah, Amri, Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) berbasis Kaderisasi IMM Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa, *Jurnal Of Biotek*, Vol.5, 1 Parepare:2017.

Deni, Amanda Unziilla, Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri” *Jurnal Of Pendidikan Indonesia*, Vol 2, 2 Juli, 2016

De Barbara Angelis, *Self Confident: Percaya Diri Sumber Kesuksesan dan Kemandirian*, Jakarta, Gramedia Pustaka, 2001

Arikunto, Suharsimi *Prosedur Penelitian Suatu Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta, 1998

Sugiono, *Metode penelitian pedidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D* Bandung, CV Alfabeta, 2016

Suryabrata, Sumardi *Metodologi Penelitian*, Jakarta: Rajawali, 1992.

Suharsaputra, Uhar *Metode Penelitian Kuantitatif, kualittatif, dan Tindakan*
Bandung:Refika Aditama, 2014.

Riyanto Slamet, *Metode Riset Penenlitan Kuantitatif Penelitian di Bidang*
Manajemen, Teknik, Pendidikan dan Eksperimen Yogyakarta: CV BUDY
UTAMA, 2012

Dessy Wulandari, Aditya *Penelitian Pendidikan: Suatu Pendekatan Praktik*
dengan Menggunakan SPSS,Ponorogo: STAIN Po Pres, 2012.

W Creswell, John *RESEARCH DESIGN pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan*
Mixed, terj. Achmad Fawaid Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012

Fuad A Jauhar dan Agus Eko Sujianto, *Analisis Statistik Dengan Program SPSS*,
Tulungagung: Penerbit Cahaya Abadi,2014

Sakinah, Body Shaming, Citra tubuh,Dampak dan Cara mengatasinya”, *Jurnal of*
Psicology, Vol, 1, X, Februari 2018

Dewi danti Marta, Kepercayaan Diri Ditinjau Dari Pola Asuh Orang Tua Pada
Siswa Kelas VII, *Jurnal of Bimbingan dan Konseling*, Vol, 2, 1 November
2015



**INSTITUT AGAMA ISLAM TRIBAKTI
(IAIT) KEDIRI
Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (P3M)**

Alamat : Jl. KH. Wahid Hasyim 62 ☎ (0354) 772 879 Kediri 64114

Nomor : 180/B/P3M-IAIT/III/2021

Lamp. : 1 Berkas Proposal Skripsi

Perihal : PERMOHONAN BIMBINGAN SKRIPSI

Kepada Yth

Wahyu Utami, M.Si

di-

TEMPAT

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Kami atas nama Kepala Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (P3M) Institut Agama Islam Tribakti (IAIT) Kediri selaku Panitia Seminar Skripsi tahun 2021 dengan ini memohon kepada Bapak/Ibu untuk membimbing proses penyusunan skripsi mahasiswa sebagai berikut :

Nama : IRMA NI'MATUL WAKHIDAH
NPM : 170600214.
Prodi/Fak : Psikologi Islam/Dakwah
Judul Penelitian : PENGARUH BODY SHAMING TERHADAP
KEPERCAYAAN DIRI SANTRI PONDOK PESANTREN
PUTRI DARUSSALAM LIRBOYO KEDIRI

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas partisipasi dan kesediaannya kami haturkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Kediri, 3 Maret 2021

P3M IAIT Kediri

Kepala,

ZAENAL ARIFIN, M.Pd.I

NIDN: 2125058501



**INSTITUT AGAMA ISLAM TRIBAKTI
(IAIT) KEDIRI
Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (P3M)**

Alamat : Jl. KH. Wahid Hasyim 62 ☎ (0354) 772 879 Kediri 64114

Nomor: 180/B/P3M-IAIT/III/2021

Lamp. : 1 Berkas Proposal Skripsi

Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth

Ketua pondok pesantren Putri Darussalam Lirboyo Kota Kediri

di-

TEMPAT

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Kami atas nama Kepala Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (P3M) Institut Agama Islam Tribakti (IAIT) Kediri dengan ini memohon kepada Bapak/Ibu untuk berkenan memberikan izin kepada mahasiswa kami untuk melaksanakan pengumpulan data terkait dengan proses penyusunan skripsi mahasiswa sebagai berikut :

Nama : IRMA NI'MATUL WAKHIDAH

NPM : 170600214

Prodi/Fak : Psikologi Islam/Dakwah

Judul Penelitian : Pengaruh Body Shaming Terhadap Kepercayaan Diri Santri Putri Pondok Pesantren Putri Darussalam

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas partisipasi dan kesediaannya kami haturkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Kediri, 2 Maret 2021
P3M IAIT Kediri
Kepala,

ZAENAL ARIFIN, M.Pd.I
NIDN: 2125058501



المعهد الاسلامي للبنات دارالسلام

PONDOK PESANTREN PUTRI UNIT DARUSSALAM LIRBOYO KOTA KEDIRI

Jl. HM. Winarto RT/RW. 03/01 Kel. Lirboyo Kec. Mojoarjo Kota Kediri Jawa Timur 64117
Hp. 0858 0610 3831, Email: ponpesputridarussalam@gmail.com

SURAT BALASAN PENELITIAN

Nomor: 004/S.BP/P3DS/VII/2021

Berdasarkan surat dengan Nomor: 180/B/P3M-IAIT/III/2021, perihal permohonan izin melakukan penelitian di Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kediri maka bersamaan dengan ini kami sampaikan yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nopi Nur Padilah

Jabatan : Ketua II Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kediri

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Irma Ni matul Wakhidah

NPM : 170600214

Fak / Prodi : Dakwah / Psikologi Islam

Instansi : Institut Agama Islam Tribaskti Kediri

Benar telah melakukan penelitian dalam rangka penulisan skripsinya dengan judul: **"Pengaruh Body Shaming Terhadap Kepercayaan Diri Pada Santri di Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kediri"** terhitung sejak tanggal 31 Maret 2021 - sampai dengan tanggal 10 April 2021, dan telah pula membahas materi hasil penelitiannya dengan kami.

Demikian surat ini kami buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya, dan atas perhatiannya diucapkan terimakasih.

Lirboyo, 26 Juli 2021

Ketua Pondok



Nopi Nur Padilah



KARTU BIMBINGAN SKRIPSI
Nama : IRMA NI'MATUL WAHIDAH
NIM : 170600214
Program Studi : PSIKOLOGI ISLAM
Dosen Pembimbing : WAHYU UTAMI, M.Si., M.Psi
Judul Skripsi : PENGARUH BODY SHAMING TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI PADA SANTRI PONDOK PESANTREN PUTRI UNIK DARUSSALAM, LERBOYO, KOTA KEDIRI.

No.	Tanggal	Materi Bimbingan	Tanda Tangan Pembimbing
1.	9 / 4 / 21	Revisi latar belakang masalah Revisi kata kunci	
2.	16 / 4 / 21	Revisi Skala Revisi metode	
3.	24 / 6 / 21	Revisi kata kunci Perbaiki Revisi jurnal penelitian try out	
4.	10 / 7 / 21	Perbaiki Hasil try out. Siap penelitian	
5.	27 / 7 / 21	perbaiki hasil penelitian perbaiki pembahasan	
6.	29 / 07 / 21	Revisi kata kunci, daftar isi Acc. mendaftar munaqosah	

Catatan : Kartu ini harap dibawa pada saat bimbingan dan diisi oleh Dosen Pembimbing

Kediri, 29 Juli 2021
Pembimbing

Wahyu Utami, M.Si., M.Psi.
NIDN. 2106128901

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Irma Ni'matul Wakhidah
NPM : 170600214
NIRM : 2017.4.008.0425.1.000175
Progam Studi : Psikologi Islam
Fakultas : Dakwah

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya aku sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

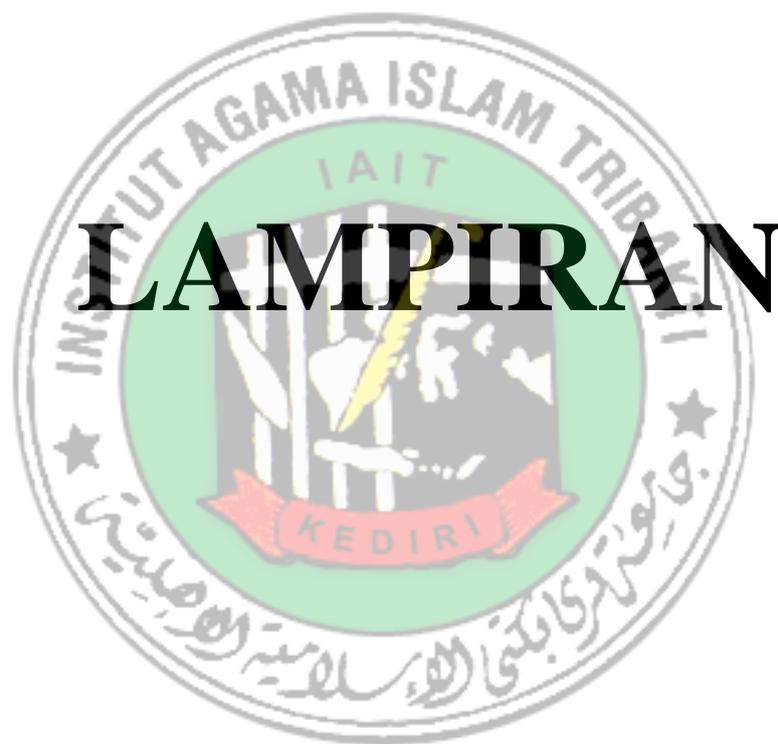
Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi akan perbuatan tersebut.

Kediri, 28 Juli 2021

Yang membuat pernyataan


Tertanda

Irma Ni'matul Wakhidah



Lampiran 1. Skala Body Shaming

Identitas

Namal/inisial :

Jenis kelamin :

Usia :

Tempat tinggal :

Petunjuk cara pengisian kuesioner

1. Berilah tanda ceklist (✓) pada jawaban paling sesuai dengan apa yang kamu rasakan.
2. Jawablah pertanyaan dengan sejujur-jujurnya.
3. Terdapat lima pilihan jawaban yang tersedia, sebagai berikut:

Jawaban		Favourable	Unfavourable
SS	Sangat Setuju	1	5
S	Setuju	2	4
N	Netral	3	3
TS	Tidak Setuju	4	2
STS	Sangat tidak Setuju	5	1

Contoh penilaian

Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
Saya bersyukur dengan keadaan fisik saya	✓				

No	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS	Ket
1.	Saya selalu membenahi gaya berbicara saya jika mendapatkan kritikan dari orang lain.						Fav
2.	Saya Marah jika teman saya mengkritik cara berpakaian						Unfav
3.	Ketika saya dihina oleh teman, maka saya akan membalasnya						Unfav
4.	Jika ada yang mengkritik tingkah laku saya, itu adalah evaluasi untuk saya						Fav

5.	Temannya menyebarkan gosip tentang saya, saya tidak marah						Fav
6.	Saya merasa tidak disukai oleh teman saya sehingga mereka melakukan tindakan yang tidak menyenangkan						Unfav
7.	Saya selalu membalas kelakuan mereka yang suka menggosipkan saya						Unfav
8.	Menurut saya ejekan adalah hal yang wajar terjadi pada semua orang						Fav
9.	Saya selalu menangis jika mendapat ejekan tentang fisik						Unfav
10.	Saya tidak terima ketika di ejek orang lain						Unfav
11.	Saya selalu lapor dengan orang tua jika sering diejek						Unfav
12.	Saya tidak suka kepada orang yang suka mengkritik tingkah laku saya						Unfav
12.	Saya tidak suka kepada orang yang suka mengkritik tingkah laku saya						Unfav
13.	Saya benci kepada orang yang memberi panggilan buruk kepada saya						Unfav
14.	Di banding-bandingkan dengan orang lain bisa membuat saya introspeksi diri						Fav
15.	Saya merasa orang yang paling jelek dari pada orang lain						Unfav
16.	Saya tidak suka dibanding-bandingkan dengan orang lain.						Unfav

Lampiran 2. Skala Kepercayaan Diri

Petunjuk cara pengisian kuesioner

1. Berilah tanda ceklist (√) pada jawaban paling sesuai dengan apa yang kamu rasakan.
2. Jawablah pertanyaan dengan sejujur-jujurnya.
3. Terdapat lima pilihan jawaban yang tersedia, sebagai berikut:

Jawaban		Favourable	Unfavourable
SS	Sangat Setuju	1	5
S	Setuju	2	4
N	Netral	3	3
TS	Tidak Setuju	4	2
STS	Sangat Tidak Setuju	5	1

Contoh penilaian :

Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
Saya adalah orang yang rajin	√				

No	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS	KET
1.	Saya selalu bersemangat untuk melakukan aktifitas sehari – hari						Fav
2.	Saya merasa mampu bersaing secara sehat dengan orang lain						Fav
3.	Saya merasa orang lain lebih mampu dari pada saya						Unfav
4.	Jika ada kesulitan ,saya mudah putus asa						Unfav
5.	Saya merasa mampu mengerjakan sesuatu dengan baik						Fav
6.	Saya selalu berani mencoba hal – hal yang baru						Fav
7.	Saya tidak yakin dalam mengambil keputusan						Unfav
8.	Saya malu jika berpenampilan yang tidak sesuai						Unfav
9.	Saya adalah orang yang mandiri						Fav
10.	Saya tidak memiliki kelebihan						Unfav

11.	Saya sudah merencanakan sesuatu jika sudah menjadi orang yang sukses						Fav
12.	Saya merasa tidak mempunyai tujuan hidup yang jelas						Unfav
13.	Saya merasa tidak mampu menggapai cita-cita saya						Unfav
14.	Saya menyukai tantangan karena tantangan adalah pengalaman						Fav
15.	Saya berusaha bersikap dewasa setiap menghadapi masalah						Fav
16.	Saya mampu menetralsir keadaan jika terjadi ketegangan dalam berbagai kondisi						Fav
17.	Jika orang lain mengalami kesulitan, saya berusaha memberikan bantuan						Fav
18.	Saya selalu menggunakan pendapat saya sendiri tanpa mendengarkan pendapat orang lain						Unfav
19.	Saya berani mengambil resiko atas apa yang saya lakukan						Fav
20.	Saya kurang bisa menerima konsekuensi atas apa yang saya lakukan						Unfav
21.	Dalam berteman saya tidak pilih-pilih						Fav
22.	Saya tidak mudah akrab dengan orang yang tidak saya kenal						Unfav

Lampiran 3. Skor hasil kuesioner *body shaming*

X	X	X	X	X	X	X
2	4	2	4	2	4	2
4	3	3	4	3	4	4
3	3	4	4	3	5	3
4	3	5	4	1	4	4
5	2	3	4	2	2	3
5	3	1	5	1	4	3
4	3	4	4	4	3	4
3	4	4	5	2	4	4
5	1	5	4	2	4	4
5	4	5	5	5	3	5
5	4	3	5	2	5	3
4	3	3	5	3	3	3
4	4	5	5	3	2	4
4	1	4	1	2	4	5
4	3	4	4	4	5	3
3	4	5	4	3	4	4
4	2	4	5	2	3	4
4	3	5	5	3	4	4
4	3	4	3	4	5	3
5	3	4	4	4	3	3
3	3	4	3	3	4	4
3	3	5	3	3	3	4
5	3	4	5	2	2	4
3	3	4	2	4	1	4
4	4	4	4	4	2	4
5	4	4	4	2	5	4
4	3	1	5	5	4	1
3	4	4	5	3	2	5
4	4	4	4	4	3	5
3	3	4	4	4	5	5
4	4	3	4	2	4	3
4	4	4	4	2	4	4
5	5	5	5	5	5	5
4	2	4	5	2	3	4

X	X	X	X	X	X	X	X	total
5	3	4	5	4	4	2	4	64
4	4	3	3	4	5	2	2	63
5	5	4	3	3	4	5	1	66
4	4	4	4	5	3	4	1	52
4	1	3	3	4	5	3	1	56
5	3	1	3	2	5	4	1	58
4	3	2	2	3	4	4	2	62
4	4	2	2	4	5	4	2	56
5	2	1	3	4	3	3	1	64
5	3	5	1	1	5	1	1	60
4	4	3	3	3	4	4	1	56
4	3	3	2	4	3	3	1	66
5	3	3	3	4	3	4	1	57
4	1	2	4	5	5	4	2	60
4	5	3	4	4	4	3	3	71
4	4	3	3	2	4	3	2	62
5	3	2	1	5	4	3	1	53
4	1	3	3	4	5	4	2	62
5	4	2	2	5	5	2	1	58
5	1	3	3	4	4	4	2	63
4	4	4	4	1	4	5	2	62
5	5	3	3	2	5	4	2	64
4	4	1	1	4	4	4	1	61
4	4	1	4	1	4	2	1	50
4	4	4	4	4	5	4	2	70
5	4	3	4	4	3	4	2	68
5	5	3	1	2	3	3	1	57
4	4	3	2	3	4	4	3	60
5	5	3	5	3	3	2	3	71
5	4	3	3	2	3	4	1	62

Lampiran 4. Skor kuesioner skala kepercayaan diri

Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y
1	1	1	2	1	2	1	2	1	1
3	4	1	4	3	2	4	3	4	2
3	5	4	4	4	5	4	3	4	4
4	4	4	4	4	4	3	2	4	4
3	4	3	3	4	4	3	5	2	2
4	3	3	4	4	3	4	3	5	3
3	4	2	3	4	3	2	2	4	4
4	4	3	4	4	4	2	2	3	4
5	3	4	5	4	5	4	2	5	4
5	5	1	1	5	5	4	1	5	4
3	5	4	3	5	5	3	3	3	5
3	4	2	3	3	4	4	3	4	2
3	3	3	3	3	3	4	3	4	4
2	4	4	1	4	4	5	2	4	4
3	3	3	4	3	4	3	1	3	4
4	4	3	4	3	3	3	1	3	4
4	4	2	4	4	4	3	1	4	3
5	5	3	4	5	5	4	2	5	4
3	3	2	3	3	4	1	1	2	4
4	4	2	4	4	4	4	2	4	4
3	5	4	4	4	4	4	2	2	5
5	4	4	4	5	4	5	3	5	4
5	5	2	4	5	5	4	2	5	4
4	2	2	1	2	1	1	4	2	1
5	5	4	4	5	5	4	4	5	4
3	4	3	5	3	4	3	3	3	3
5	4	3	5	4	4	4	3	3	3
3	3	4	3	4	3	3	2	3	4
5	5	1	5	5	5	4	3	4	2
4	4	3	4	4	5	4	3	4	4
3	4	4	4	4	4	4	3	4	5
4	4	2	2	2	4	4	2	2	4
5	3	2	5	3	5	3	3	3	2
4	4	2	4	4	4	3	1	4	3
3	4	3	3	4	4	2	2	5	3

Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	total
1	1	4	3	2	1	3	4	2	2	66
4	4	4	4	3	3	4	4	4	2	84
4	4	5	5	5	4	3	4	5	5	76
4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	68
3	2	4	4	4	4	3	5	5	1	74
3	5	3	4	3	4	5	4	4	3	68
4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	72
4	4	5	4	2	4	4	5	4	2	85
5	5	5	5	4	4	3	4	5	4	81
3	5	5	5	5	5	5	5	5	2	73
4	5	3	4	4	3	3	4	3	1	66
1	3	5	4	3	4	4	4	4	2	82
5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	68
4	1	5	5	4	5	2	2	2	4	72
4	4	4	5	4	5	3	3	5	4	70
4	4	3	4	3	5	4	5	3	3	72
4	4	4	5	4	5	5	4	3	1	84
5	5	5	5	5	5	1	5	5	1	65
5	5	3	4	5	4	4	5	3	1	80
4	4	5	5	5	4	4	5	4	4	72
5	4	2	4	3	4	4	4	4	1	81
4	5	3	4	4	4	3	3	4	4	87
5	5	5	5	5	5	5	5	4	2	44
1	1	2	3	3	4	2	3	4	1	67
4	4	5	5	5	4	4	4	5	2	74
4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	74
5	5	5	3	3	4	3	3	3	2	75
5	5	4	4	4	5	3	5	4	4	88
5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	77
4	4	5	4	3	4	3	4	5	2	79
5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	66
4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	78

Lampiran 5. Distribusi Kategorisasi Variabel *Body Shaming*

No	Responden	Skor	Klasifikasi
1.	X1	64	Tinggi
2.	X2	63	Tinggi
3.	X3	66	Tinggi
4.	X4	66	Tinggi
5.	X5	52	Sedang
6.	X6	56	Sedang
7.	X7	58	Sedang
8.	X8	62	Tinggi
9.	X9	56	Sedang
10.	X10	64	Tinggi
11.	X11	60	Tinggi
12.	X12	56	Sedang
13.	X13	66	Tinggi
14.	X14	57	Sedang
15.	X15	68	Tinggi
16.	X16	61	Tinggi
17.	X17	53	Sedang
18.	X18	62	Tinggi
19.	X19	58	Sedang
20.	X20	63	Tinggi
21.	X21	62	Tinggi
22.	X22	64	Tinggi
23.	X23	61	Tinggi
24.	X24	50	Sedang
25.	X25	70	Tinggi
26.	X26	68	Tinggi
27.	X27	57	Sedang
28.	X28	60	Tinggi
29.	X29	71	Tinggi
30.	X30	62	Tinggi
31.	X31	63	Tinggi
32.	X32	66	Tinggi
33.	X33	82	Sangat Tinggi
34.	X34	54	Sedang
35.	X35	62	Tinggi

Lampiran 6. Distribusi Kategorisasi kepercayaan diri

No	Responden	Skor	Klarifikasi
1.	Y1	40	Sangat rendah
2.	Y2	60	sedang
3.	Y3	69	Sangat Tinggi
4.	Y4	54	Sedang
5.	Y5	54	Sedang
6.	Y6	58	Sedang
7.	Y7	59	Sedang
8.	Y8	65	Tinggi
9.	Y9	64	tinggi
10.	Y10	60	Tinggi
11.	Y11	76	Tinggi
12.	Y12	70	Tinggi
13.	Y13	86	Sangat Tinggi
14.	Y14	70	Tinggi
15.	Y15	75	Tinggi
16.	Y16	72	Tinggi
17.	Y17	75	Tinggi
18.	Y18	88	Sangat Tinggi
19.	Y19	70	Tinggi
20.	Y20	84	Sangat Tinggi
21.	Y21	76	Tinggi
22.	Y22	84	Sangat Tinggi
23.	Y23	92	Sangat Tinggi
24.	Y24	46	Rendah
25.	Y25	91	Sangat Tinggi
26.	Y26	78	Tinggi
27.	Y27	78	Tinggi
28.	Y28	77	Tinggi
29.	Y29	93	Sangat Tinggi
30.	Y30	81	Sangat Tinggi
31.	Y31	82	Sangat Tinggi
32.	Y32	68	Sedang
33.	Y33	83	Sangat Tinggi
34.	Y34	75	Tinggi
35.	Y35	71	Tinggi

Lampiran. 7. Skor validitas dan reliabilitas skala *Body shaming*

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,843	,843	26

Lampiran 8. Skor validitas dan Relibialitas skala kepercayaan diri

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,862	,862	30

RIWAYAT HIDUP

Irma Ni'matul Wakhidah lahir di Pacitan, pada tanggal 01 Agustus 1998, anak pertama dari tiga bersaudara dari pasangan Bapak Ahmad Bahrudin dan Ibu Umi Hasanah, yang beralamatkan RT 01 RW 10 Dusun Jedtis, Desa Sanggrahan Kec. Kebonagung, Kab. Pacitan, Provinsi Jawa Timur.

Riwayat pendidikan penulis dimulai dari Madrasah Ibtidaiyah Muhammadiyah (MIM) Sanggrahan dan selesai pada tahun 2011, selanjutnya meneruskan pendidikan di Madrasah Tsanawiyah Muhammadiyah 03 Ketro (MTS) dan selesai pada tahun 2014. Kemudian untuk tingkat selanjutnya penulis meneruskan jenjang pendidikan di Pondok Pesantren Al-Fattah Kikil Arjosari, Kab. Pacitan yang diasuh oleh KH. Burhanudin .HB, sekaligus sekolah formal MA Pembangunan Al-Fattah Kikil dan selesai pada tahun 2017.

Pendidikan selanjutnya penulis melanjutkan di Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kota Kediri, yang diasuh oleh KH. Ahmad Mahin Thoha. Sekaligus melanjutkan kuliah di Kampus Institut Agama Islam Tribakti (IAIT) Kediri Jawa Timur.