

Hubungan *Body Image* dengan *Self Confidence* pada Remaja *Overweight* Yang Mengalami *Body Shaming*

Suchi Fadhilah Safitri¹, Gumi Langerya Rizal²

Psikologi, Universitas Negeri Padang

email: suchi.fadhilahsafitri@gmail.com, gumi.langerya@gmail.com

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini untuk melihat hubungan antara *body image* dengan *self confidence* pada remaja *overweight* yang mengalami *body shaming*. Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasi. Populasi pada penelitian ini adalah remaja *overweight* yang mengalami *body shaming*, dengan jumlah sampel sebanyak 125 orang yang dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan skala *body image* yang berjumlah 33 butir pertanyaan dengan nilai reliabilitas sebesar 0,953 dan skala *self confidence* yang berjumlah 29 butir pertanyaan dengan nilai reliabilitas sebesar 0,842. Teknik analisis data dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan uji *spearman*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *body image* dengan *self confidence* pada remaja *overweight* yang mengalami *body shaming*, dengan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,0225 dan $p=0,023$ ($p<0,05$). Remaja *overweight* yang mengalami *body shaming* memiliki *body image* yang negatif dan *self confidence* yang tinggi.

Kata Kunci: *Body Image, Self Confidence, Remaja, Overweight, Body Shaming.*

Abstact

The purpose of this study was to see the relationship between body image and self-confidence in overweight adolescents who experience body shaming. The research design used is quantitative correlation. The population in this study were overweight adolescents who experienced body shaming, with a total sample of 125 people who were selected using purposive sampling technique. This study used a body image scale totaling 33 questions with a reliability value of 0.953 and a self-confidence scale totaling 29 questions with a reliability value of 0.842. The data analysis technique in this study is to use the Spearman test. The results showed that there was a relationship between body image and self-confidence in overweighed adolescents who experienced body shaming, with a correlation coefficient (r) of 0.0225 and $p = 0.023$ ($p < 0.05$). Overweight adolescents who experience body shaming have a negative body image and high self-confidence.

Keywords: *Body Image, Self Confidence, Adolescent, Overweight, Body Shaming.*

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa peralihan individu dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa awal, artinya pada masa ini terjadi banyak perubahan yang dialami oleh individu seperti pertumbuhan berat badan, tinggi badan, perubahan dalam proporsi dan bentuk tubuh, bahkan pencapaian baru dalam kematangan seksual (Papalia, Old, & Feldmand, 2008). Menurut Rahmadhani dan Putrianti, (2014) masa remaja merupakan masa dimana terjadinya peralihan dari masa anak-anak menuju pada masa desawa, hal ini dapat diketahui dari perubahan aspek-aspek fisik, psikis maupun keadaan sosial yang terjadi pada rentang usia 12 tahu hingga usia 21 tahun.

Tantangan yang signifikan yang harus dihadapi oleh remaja dalam menjalani relasi dengan lawan jenis untuk pertama kali adalah evaluasi diri terhadap daya tarik fisik. Hal ini akan dijadikan faktor utama dalam fokus perhatian terhadap bentuk untuk mendapatkan hubungan yang baik, serta hal inilah yang dijadikan bahan evaluasi dan perbandingan terhadap penampilan, bentuk tubuh teman sebaya dan norma sosial (Nanu, Taut, & Babanl,

2004). Namun, sayangnya pada remaja pola makan yang terlalu berlebihan, asupan yang tidak sehat serta kurangnya aktifitas fisik menjadi pemicu utama dalam perubahan bentuk fisik dan peningkatan berat badan atau dikenal dengan istilah *overweight*. *Overweight* adalah kondisi dimana berat badan seseorang melebihi berat badan ideal yang disebabkan karena terjadinya penimbunan jumlah lemak tubuh atau massa otot (Fairudz & Nisa, 2015).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (dalam Safitri, 2016) pada tahun 2013, secara nasional prevalensi *overweight* pada rentang usia 16-18 tahun sebesar 5,7% dan di Provinsi Jawa Tengah merupakan provinsi yang memiliki prevalensi *overweight* tergolong tinggi secara nasional sebesar 5,4%. Remaja yang memiliki berat badan berlebih seringkali merasa berbeda dan mengalami peristiwa-peristiwa yang sama sekali tidak mereka inginkan seperti, dikomentari, dibanding-bandingkan dengan bentuk fisik orang lain dan lain sebagainya yang memberikan pengaruh buruk pada remaja tersebut. Kondisi dimana seseorang memermalukan, mengomentari dan membuat kritikan yang kurang pantas terkait berat badan, ukuran dan bentuk tubuh seseorang yang membuat orang tersebut merasa tidak nyaman disebut dengan istilah *body shaming* YourDictionary (dalam Rahayu, 2019). Pada tahun 2018 polisi seluruh Indonesia menangani sebanyak 966 kasus penghinaan fisik dimana 347 kasus diantaranya selesai secara hukum dan mediasi antara korban dan pelaku (Santoso,2018).

Memasuki tahapan pubertas, remaja menjadi sangat sensitif dimana salah satunya terhadap bentuk tubuh. Masa remaja merupakan masa yang dianggap paling penting, karena pada masa inilah remaja berada dalam proses peralihan, menemukan identitas, serta jati diri mereka yang cenderung membuat remaja itu berfikir egosentrisme, maka dengan hal ini pelaku yang ditampilkanpun biasanya mengarahpada sudut pandang pribadi tanpa mempertimbangkan kondisi dan pendapat orang lain Hurlock (dalam Henggaryadi & Fakhurrozi, 2008). Kejadian ini dapat menyebabkan munculnya beberapa penyakit degeneratif dan masalah sosial yang secara tidak langsung akan dirasakan oleh remaja itu sendiri seperti menurunnya kepercayaan diri (*self confidence*) (Safitri,2016). Menurut Rahmadhani dan Putrianti (2014) *self confidence* adalah suatu kepercayaan, keyakinan serta perilaku seseorang yang ditunjukkan terhadap kemampuan yang dimiliki dengan cara menerima apa adanya secara positif maupun negatif dan diperoleh melalui hasil belajar dimana hal ini bertujuan untuk kebahagiaan diri mereka sendiri.

Self confidence dikalangan remaja salah satunya dipengaruhi oleh faktor penampilan fisik seperti kenaikan berat badan. Adanya kecenderungan mengalami kenaikan berat badan menyebabkan berkurangnya *self confidence* remaja, ditambah lagi dengan remaja yang selalu membandingkan bentuk tubuh ideal. Sehingga hal ini menyebabkan remaja lebih peduli dengan bentuk fisik yang dimiliki (Wahyu, Opod, David, 2016). Menurut Ratnawati dan Sofiah (2012) munculnya persepsi dikalangan remaja bahwasannya standar penampilan fisik yang kurus membuat remaja pada saat ini memiliki *self confidence* yang rendah. Remaja selalu menilai dirinya berdasarkan penilaian orang lain seperti teman-teman dilingkungan sehari-hari, mereka beranggapan seseorang yang menarik adalah mereka yang memiliki bentuk tubuh yang kurus, tinggi dan langsing.

Penelitian yang dilakukan di Amerika menyatakan bahwa *overweight* dan obesitas dikalangan remaja memiliki konsekuensi yang sangat serius, dimana hal ini akan menyebabkan terjadinya ketidakpuasan terhadap tubuh yang secara umum terjadi pada kalangan wanita. Ketidakpuasan ini juga terbukti meningkatkan resiko yang sangat merugikan seperti perilaku makan yang tidak teratur, gejala depresi, berkurangnya kepercayaan diri dan lainnya (Todd, Street, Ziviani, byrne, Hills, 2015). Mengutip dalam Hallo Gigles (dalam CNN Indonesia, 2018) bagian tubuh yang paling sering dikritik adalah bagian perut dan kaki, sebanyak 93% wanita dan 83% pria merasa tidak percaya diri saat kondisi tubuhnya dikritik oleh orang-orang yang berada di lingkungannya.

Salah satu faktor yang mempengaruhi *self confidence* seseorang adalah bentuk tubuh atau penampilan fisiknya, kondisi ini didasarkan pada cara pandang individu terhadap fisiknya yang dapat berupa bentuk serta ukuran tubuh yang dimiliki. Kondisi ini juga berkaitan dengan bagaimana individu memberi penilaian terhadap kondisi fisik yang

dimilikinya dan bentuk tubuh yang didambakan, bagaimana individu menilai kondisi fisiknya ini disebut dengan istilah *body image*, Surya (dalam Ildil,dkk 2017). Hovey, Foland, Fokey, Kniffin, dan Bailey (2016) menyatakan bahwa *body image* atau citra tubuh merupakan sikap diri dan persepsi diri yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya, hal ini biasanya berhubungan dengan penampilan fisik, serta setiap individu menganggap hal ini merupakan sesuatu yang unik. Penelitian mengenai hubungan *body image* dan *self confidence* sendiri pernah dilakukan Ildil,dkk(2017) dimana penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi *self confidence* dan *body image* pada remaja putri dan untuk mengidentifikasi hubungan *body image* dengan *self confidence* remaja putri itu sendiri. Dari hasil penelitian didapatkan data bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan *self confidence* remaja putri. Dalam penelitian ini menunjukkan kondisi *self confidence* remaja putri berada pada kategori sedang, artinya masih banyak diantara remaja putri yang belum mampu bersikap positif dan terbuka terhadap kemampuan yang ada pada diri mereka sendiri.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang berhubungan dengan kedua variabel yang akan diteliti membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini guna mendapatkan data dan hasil yang lebih baik lagi. Selain itu perbedaan dalam pemilihan subjek juga merupakan faktor pendukung mengapa peneliti tertarik melakukan penelitian ini. Penelitian ini juga dilihat dari sisi remaja *overweight* tersebut yang mengalami *body shaming*, dimana fenomena *body shaming* ini sudah menjadi kebiasaan buruk yang tidak disadari oleh beberapa orang bahwasannya *body shaming* tidak semua orang bisa menerimanya dengan baik dan secara tidak langsung mengganggu kenyamanan termasuk *self confident* seseorang.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif merupakan suatu metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme dimana analisis datanya berupa angka dan menggunakan statistik, metode penelitian kuantitatif merupakan metode ilmiah karena didalamnya terdapat kaidah-kaidah yang empiris, objektif, rasional, terukur dan sistematis (Sugiono, 2013).

Teknik sampling yang digunakan adalah teknik *purposive sampling*. Teknik ini dipilih karena teknik ini menentukan sample dengan melakukan pertimbangan tertentu (Sugiono,2013). Kriteria sampling diantaranya remaja berusia antara 14-22 tahun, dan remaja *overweight* yang mengalami *body shaming* minimal sebanyak tiga kali dari lingkungannya, baik secara langsung maupun tidak langsung. Pengumpulan data dilakukan dengan cara menyebarkan angket di beberapa tempat di kota Padang Panjang dan menyebarkan *form online* melalui *google form*. Data yang terkumpul kemudian dilakukan uji normalitas, linieritas, dan kemudian dilakukan uji korelasi dan uji regresi.

Subjek pada penelitian ini adalah 125 remaja yang sesuai dengan kriteria penelitian, yaitu berusia 14-22 tahun dan pernah mengalami tindakan *body shaming* paling sedikit sebanyak tiga kali.

Dalam penelitian ini menggunakan dua variabel, yaitu *body image* sebagai variabel X atau variabel bebas dan *self confidence* sebagai variabel Y atau variabel terikat.

Defenisi operasional untuk variabel *body image* adalah total skor jawaban terhadap skala *body image* oleh Kurniawan, (2017) yang mengacu pada skala yang disusun oleh Cash yang dikenal dengan skala MBRSQ-AS disusun berdasarkan beberapa aspek yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan individu terhadap tubuh, kecemasan menjadi gemuk dan pengkategorian ukuran tubuh.

Defenisi operasional skala *self confidence* adalah total skor jawaban responden terhadap skala *self confidence* yang dikembangkan berdasarkan aspek-aspek *self confidence* yang disampaikan oleh Lauster, yaitu terdiri dari kemampuan diri, optimis, objektif, tanggung jawab, rasional dan realistis. Skala yang digunakan adalah skala *likert* dengan rentang skor 1 sampai 6 untuk variabel *body image* dan 1 sampai 4 untuk variabel *self confidence*. Sebelum melakukan penelitian, terlebih dahulu peneliti melakukan uji coba

terhadap 42 item *self confidence* pada 105 orang subjek. Setelah dilakukan pengolahan data, sebanyak 13 item dinyatakan gugur dan didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. uji coba self confidence

Variabel	Indeks item	Koefisien reliabilitas
<i>Self confidence</i>	-0,126 - 0,710	0,842
<i>Body image</i>	0,121 - 0,805	0,953

Terdapat tiga tahapan yang dilakukan pada penelitian ini. Tahap pertama merupakan tahap persiapan, pada tahapan ini peneliti mempersiapkan fenomena dan teori yang mendukung terkait penelitian ini, kemudian peneliti menyiapkan alat ukur untuk kedua variabel yang akan diteliti.

Tahapan yang kedua yaitu tahapan percobaan (*try out*), alat ukur yang sudah disiapkan selanjutnya diujikan kepada subjek melalui angket online *google form*, untuk bisa mendapatkan beberapa subjek uji coba, peneliti membagikan *link* angket tersebut melalui beberapa *platform* media sosial. Kemudian selanjutnya setelah data terkumpul peneliti mengolah data tersebut dengan bantuan program analisis data *SPSS for windows*.

Tahapan ketiga yaitu tahapan pelaksanaan penelitian, pada tahapan ini peneliti membagikan abgket yang berisikan item-item yang akan mengukur kedua variabel penelitian kepada subjek. Tahapan penelitian dilakukan dari tanggal 27 Juli 2020 sampai pada tanggal 24 Agustus 2020. Semua data yang diperoleh diperiksa apakah memenuhi syarat untuk dijadikan sebagai sample dalam penelitian ini atau tidak dan selanjutnya data yang didapatkan dianalisis menggunakan program analisis data *SPSS for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan dengan menyebarkan angket di beberapa tempat di kota Padang Panjang dan menyebarkan *link google form* melalui sosial media agar dapat menjangkau subjek lebih banyak lagi. Dari seluruh data yang didapatkan, total 125 remaja *overweight* yang mengalami *body shaming* dianalisis. Berikut deskripsi subjek secara umum.

Tabel. Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia

Deskripsi	N	%
Jenis Kelamin		
Perempuan	65 orang	52%
Laki-laki	60 orang	48%
Usia		
14-16 tahun	39 orang	31,5%
17-19 tahun	43 orang	34,4%
20-22 tahun	43 orang	34,4%

Berdasarkan tabel diatas, terlihat bahwa subjek perempuan dalam penelitian ini lebih banyak bila dibandingkan dengan subjek laki-laki dengan jumlah 65 orang atau sebanyak 52% dari total subjek. Sementara subjek laki-laki berjumlah 60 orang atau sebanyak 48% dari total subjek. Kemudian mayoritas subjek dalam penelitian ini berada pada rentang usia 17-22 tahun, yaitu sebanyak 86 orang dengan persentas 68%.

Kategori	<i>Body image</i>		<i>Self confidence</i>	
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
Sangat tinggi	6	4,8%	32	25,6%
Tinggi	34	27,2%	59	47,2%
Sedang	42	33,6%	14	11,2%
Rendah	41	32,8%	8	6,4%
Sangat rendah	2	1,6%	12	9,6%

Total	125	100%	125	100%
--------------	------------	-------------	------------	-------------

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa subjek *body image* paling banyak berada pada kategori sedang, yakni sebanyak 42 orang (33,6%). Pada variabel *self confidence* subjek memiliki skor dalam kategori tinggi, yakni sebanyak 59 orang (47,2%).

Tabel Uji Normalitas Sebaran Variabel Body Image dan Self Confidence

Variabel	KS-Z	Asymp. Sig (2-tailed)	Keterangan
<i>Body image</i>	1,034	0,235	Normal
<i>Self confidence</i>	1,748	0,04	Tidak normal

Selanjutnya dilakukan uji normalitas untuk melihat apakah subjek dalam penelitian mewakili populasi yang ada. Pada uji normalitas ditemukan nilai KS-Z sebesar 1,034 dan nilai *Asimp. Sig (2tailed)* sebesar 0,235 ($p > 0,05$) pada variabel *body image*. Kemudian pada variabel *self confidence* diperoleh nilai KS-Z sebesar 1,748 dan nilai *Asimp. Sig (2tailed)* sebesar 0,04 ($p > 0,05$). Berdasarkan keterangan tersebut, uji normalitas menunjukkan variabel *body image* berdistribusi normal dan variabel *self confidence* berdistribusi tidak normal.

Analisis selanjutnya dilakukan uji linearitas untuk membuktikan hubungan antara kedua variabel, menggunakan model statistik *linearity*. Berdasarkan uji linearitas yang dilakukan kaidah yang digunakan untuk mengetahui linearitas adalah jika $p < 0,05$ maka sebaran dianggap linear, atau jika $p > 0,05$ maka sebaran dikatakan tidak linear, dari analisis yang dilakukan didapatkan nilai linearitas pada *body image* dan *self confidence* sebesar $F = 7,7007$ yang memiliki nilai $p = 0.007$ ($p < 0.05$), dengan demikian dapat dikatakan bahwa asumsi linear dalam penelitian ini terpenuhi.

Setelah dilakukan uji normalitas dan uji linearitas selanjutnya dilakukan uji hipotesis untuk melihat apakah hipotesis dalam penelitian ini diterima atau ditolak. Hipotesis dalam penelitian ini adalah "Terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan *self confidence* pada remaja *overweight* yang mengalami *body shaming*". Hasil uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan teknik statistik korelasi *spearman* dan dianalisis menggunakan SPSS 20. Analisis regresi ditambahkan untuk melihat berapa besar kontribusi variabel bebas (*body image*) terhadap variabel terikat (*self confidence*). Hasil uji hipotesis dan analisis regresi ditunjukkan dalam tabel berikut:

Tabel 5. Uji Hipotesis dan Analisis Regresi

Hubungan <i>body image</i> dan <i>self confidence</i>	r	r ²	p
	0,225	0,051	0,023

Berdasarkan hasil uji korelasi tentang hubungan *body image* dengan *self confidence* diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,225 dan nilai $p = 0,023$ ($p < 0,05$) yang menandakan H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel. Koefisien korelasi dalam penelitian ini bernilai negatif, hal ini menunjukkan hubungan antara kedua variabel adalah negatif. Artinya, semakin positif *body image* remaja *overweight* yang mengalami *body shaming* maka akan semakin rendah *self confidence* remaja tersebut, begitupun sebaliknya. Semakin negatif remaja *overweight* yang mengalami *body shaming* menilai *body image*nya, maka semakin tinggi pula *self confidence* yang dimiliki oleh remaja tersebut. Kemudian untuk hasil uji regresi ditemukan kontribusi variabel x terhadap variabel y sebesar 0,051 yang dapat dilihat pada kolom R Square (r^2), yang artinya *body image* mempengaruhi *self confidence* sebesar 0,51% pada subjek penelitian.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran hubungan antara *body image* dengan *self confidence* pada remaja *overweight* yang mengalami *body shaming*. Penelitian dilakukan kepada 125 orang remaja *overweight* yang mengalami *body shaming*, dengan rentang usia 14-22 tahun. Hasil analisis korelasi mengenai hubungan antara *body image* dengan *self confidence* menggunakan teknik analisis korelasi *spearman* dengan bantuan *SPSS for windows versi 20* ditemukan nilai P sebesar 0,023 dan nilai koefisien korelasi yang bernilai sebesar 0,225. Nilai P yang lebih kecil dari 0,05 menunjukkan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak, artinya terdapat hubungan yang signifikan dengan arah negatif antara *body image* dengan *self confidence* pada remaja *overweight* yang mengalami *body shaming*. Koefisien korelasi yang ditemukan juga menunjukkan jika hubungan antara kedua variabel kuat. Hasil penelitian menunjukkan secara umum subjek memiliki tingkat *body image* yang sedang cenderung rendah dan *self confidence* yang tinggi. Korelasi hubungan antara kedua variabel penelitian berada pada kategori tinggi. Sehingga hubungan antara kedua variabel penelitian bisa dikatakan sangat kuat.

Berdasarkan analisis regresi, ditemukan bahwasannya *body image* menjadi 0,51% faktor yang mempengaruhi *self confidence*, seperti yang dikatakan Amma, (2017) *self confidence* yang positif didasarkan oleh adanya *body image* yang positif pula, sehingga mereka mampu bersosialisasi dengan baik dan dapat menciptakan suasana pergaulan yang positif artinya *body image* menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *self confidence*, dalam penelitiannya ini *body image* berkontribusi sebesar 84% terhadap *self confidence* dan yang lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya seperti pola asuh orang tua, kematangan usia dan lain sebagainya.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Wiranatha & Supriyadi (2015) yang dilakukan pada 492 responden remaja putri. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa adanya hubungan antara *body image* dengan *self confidence*, hubungan antara kedua variabel ini merupakan hubungan yang positif pada nilai r nya yang menunjukkan hubungan kedua variabel ini searah. Artinya semakin positif/tinggi *body image* maka akan semakin tinggi pula *self confidence* pada subjek dan demikian pula sebaliknya semakin negatif/rendah *body image* maka semakin rendah pula *self confidence* yang dimiliki. Individu yang mampu menilai kondisi tubuhnya dengan baik maka akan memiliki *self confidence* yang tinggi dan rasa nyaman dengan kondisi tubuh yang dimilikinya sehingga individu tidak akan melakukan perbandingan dengan orang-orang yang ada disekitarnya. Penelitian yang dilakukan oleh Amma, Widiani & Trishinta (2017) juga menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *body image* dengan *self confidence*, dimana ia menyatakan semakin positif *body image* remaja akan membuat *self confidence*nya juga semakin tinggi sehingga mereka dapat bertindak dan berinteraksi dengan teman serta masyarakat secara baik. Remaja yang memiliki *body image* yang baik akan merasa penampilannya tidak ada kekurangan secara fisik, merasa lebih baik, ideal, serta memandang nilai, etika dan moral dirinya dengan berpanggang teguh atas kejujuran serta tanggung jawab atas semua kegagalan yang dialaminya.

Berdasarkan skor yang diperoleh masing-masing responden, menunjukkan bahwa sebagian besar remaja *overweight* yang mengalami *body shaming* memiliki citra tubuh yang berada pada kategori sedang, sebagian besar lainnya berada dalam kategori citra tubuh yang rendah. Demikian pula dengan kepercayaan diri yang dimiliki oleh responden umumnya berada dalam kategori tinggi dan sebagian besar lainnya berada dalam kategori yang sangat tinggi. Meskipun hasil penelitian yang sebelumnya memiliki kesamaan dengan penelitian ini, yaitu sama-sama menunjukkan adanya hubungan antara *body image* dengan *self confidence*. Namun dalam penelitian ini terdapat perbedaan dimana secara umum menunjukkan bahwa subjek penelitian memiliki *body image* dalam kategori sedang dan *self confidence* yang masuk dalam kategori tinggi. Perbedaan pada hasil ini dapat disebabkan oleh beberapa alasan, salah satunya oleh karakter masing-masing individu yang berbeda (Gibbons & Buunk, 1999), kejelasan konsep diri (Lee,2014) kemudian menyatakan adanya perbedaan konten yang bisa menjadi sebagai pembanding oleh individu (Vogel ,dkk 2014)

kemudian adanya perbedaan latar belakang budaya yang dimiliki oleh setiap subjek penelitian (Gibbons & Buunk, 1999; Baron & Byrne, 2003).

SIMPULAN

Berdasarkan temuan dalam penelitian ini, sebagian besar remaja *overweight* yang mengalami *body shaming* memiliki *body image* yang cenderung rendah. Sebagian remaja *overweight* yang mengalami *body shaming* memiliki *self confidence* yang tinggi, namun tidak sedikit pula remaja memiliki *self confidence* yang cenderung sangat tinggi. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa *body image* memiliki hubungan yang negatif dengan *self confidence*, yang berarti bahwa semakin tinggi *body image* maka semakin rendah *self confidence*. Sebaliknya, jika semakin rendah *body image* maka semakin tinggi *self confidence* yang dimiliki oleh remaja *overweight* yang mengalami *body shaming*, hal ini menunjukkan hubungan terbalik antara kedua variabel. Hal diterima yaitu terdapat hubungan antara *body image* dengan *self confidence* pada remaja *overweight* yang mengalami *body shaming*. Penelitian ini membuktikan bahwasannya kedua variabel memiliki hubungan yang saling mempengaruhi.

DAFTAR PUSTAKA

- Amma, D, S, R., Widiani, E., Trishinta, S, M. (2017). Hubungan citra diri dengan kepercayaan diri remaja di SMK N 11 Malang kelas XI. *Nurshing News*. Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang, 2(3).
- Baron, R, A., Donn, B. (2003). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Body shaming, 'hantu' yang timbulkan krisis kepercayaan diri. (2018). CNN Indonesia. Retrieved November 21, 2019 from <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20181121182737-284-348197/body-shaming-hantu-yang-timbulkan-krisis-kepercayaan-diri>
- Cash, T, F., Fleming, E, C., Alindogan, J., Steadman, L., &Whitehead, A. (2002). *Beyond body image as a trait: the development and validation of the body image states scale*, 10. 103–113.
- Damay, D. (2019). *Lima dampak buruk ini terjadi pada korban body shaming*. Retrieved from <https://www.idntimes.com/life/inspiration/daysdesy/wajib-stop-5-dampak-buruk-ini-bisa-terjadi-pada-korban-body-shaming-c1c2/full>.
- Denich, A, U., Ildil. (2015). Konsep body image remaja putri. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. Universitas Negeri Padang, 3(2).
- Fairudz, A & Nisa, K. (2015). Pengaruh serat pangan terhadap kadar kolesterol penderita overweight. *Jurnal Fakultas Kedokteran*. Universitas Lampung, 4(8).
- Fountoulakis, C., Grogan, S. (2014). An investigation of the links between body image and exercise participation. *Sport & Exercise Review*. The British Psychological Society, 10(3).
- Ghufron, M, N., &Risnawati, R. S., (2010). *Teori-teori psikologi*. Jilid 1. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gibbon, F., Buunk, B, P. (1999). Individual Differences in Social Comparison: Development Scale of Social Comparison Orientation. *Journal of Personality and Social psychology*. Vol. 76. No. 1, 129-142.
- Habut, M, Y., Nurmawan, I, P, S., &Wiryanthini, I, A, D. (2015). Hubungan indeks masa tubuh dan aktivitas fisik terhadap keseimbangan dinamis pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Fakultas Kedokteran*. Universitas Udayana.
- Hapsari, M. J. (2011). Upaya Meningkatkan Self-Confidence siswa dalam pembelajaran matematika melalui model inkuiri terbimbing. *Jurnal Prosiding ISBN*, 978-979.
- Henggaryadi, G, & Fakhurrozi, M. (2008). The relationship between body image and self-esteem in adolescent men taking exercise. *Skripsi Fakultas Psikologi*. Universitas Gunadarma.

- Hovey, K., Foland, J., Foley, J. T., Kniffin, M., & Bailey, J. (2016). Predictors of change in body image in female participants of an outdoor education program. *Journal of Outdoor Recreation, Education, and Leadership*, 8(2), 200-208.
- Ildil, I., Unzilla, A. D., & Ilyas, A. (2017). Hubungan body image dengan kepercayaan diri remaja putri. *jurnal kajian bimbingan dan konseling*. Universitas Negeri Padang, 2(3).
- Kurniawan, A. (2017). Hubungan antara *body image* dengan *self esteem* pada remaja ditinjau dari motif mengikuti latihan *fitness*. *Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan*. Universitas Negeri Padang.
- Lauster, P. (2003). *Tes kepribadian (alih bahasa: D.H Gulo)*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Lee, S. Y. (2014). How do people compare themselves with others on social network sites?: The case of *Facebook*. *Computers in human behavior*, 32, 253-260.
- Nanu, C., Taut, D., & Baban, A. (2014). Why adolescents are not happy with their *body image*?. *Journal of Gender and Feminist Studies*. Babes Bolyai University, Cluj-Napoca, 2.
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human development*. Kencana. Jakarta.
- Pelegri, A., Sacomori, C., Santos, M. C., Sperandio, F. F., & Cardoso, F. L. (2013). Body image perception in women: prevalence and association with anthropometric indicators.
- Pratiwi, H. S., (2019). Hubungan empati dengan penghinaan fisik pada remaja SMP Al-khairiyah di Samarinda. *Ejournal Psikologi*. Universitas Mulawarman, 7(2), 506-516.
- Putri, T. A. (2015). Hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa yang mengalami *obesitas*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rahayu, E. P. (2019). Dampak penerimaan pesan berisi "Body Shaming" terhadap self confidence remaja perempuan di media sosial instagram. *Jurnal Ilmu Komunikasi*. Universitas Negeri Surabaya, 2.
- Ratnawati, V., & Sofiah, D. (2012). Percaya diri, *body image*, dan kecenderungan *anorexia nervosa* pada remaja putri. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(3), 130-142.
- Rombe, S. (2013). Hubungan *body image* dan self confidence dengan perilaku konsumtif pada remaja putri di SMA N 5 Samarinda. *Psikoborneo*, 1(4), 228-236.
- Safitri, N., R., D. (2016). Pengaruh edukasi gizi dengan ceramah dan booklet terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap gizi remaja *overweight*. *Artikel Penelitian*. Universitas Diponegoro.
- Santoso, A. (2018). Polisi tangani 966 kasus *body shaming* selama 2018. Detik News. Retrieved November 21, 2019 from <https://news.detik.com/berita/d-4321990/polisi-tangani-966-kasus-body-shaming-selama-2018>
- Santrock. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. Edisi 6. Jakarta. Erlangga.
- Sugiono. 2013. *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Todd, A. S., Street, S. J., Ziviani, J., Byrne, N. M., & Hills, A. P. (2015). Overweight and Obese Adolescent Girls: The Importance of Promoting Sensible Eating and Activity Behaviors from the Start of the Adolescent Period. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12.
- Vogel, E. A., Jason, P. R., Lindsay, R. R., & Katheryn, E. (2014). *Social Comparison, Social Media, and Self-Esteem: Psychology Of Popula Media Culture*, 3(4), 206-222.
- Wahyuni, F., Opod, H., David. (2016). Hubungan tingkat kepercayaan diri dengan obesitas pada siswa-siswi di SMA Negeri 7 Manado. *Jurnal e-Biomedik*, 4(1).
- Wang, Y & Chang, Y. (2018). How specific and general self-confidence affect assortment decisions. *Journal Publishers Limited*, 46.
- Wiranatha. F. D., & Supriyadi. (2015). Hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja pelajar putri di kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*. Universitas Udayana, 2(1).