

**PENGARUH *BODY SHAMING* TERHADAP *SELF BLAMING*
PADA SISWI SMP DI BANDA ACEH**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Derajat
Sarjana S-1 Psikologi



**Oleh :
NURFAIDAH
2009110059**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH
BANDA ACEH
2024**

PENGESAHAN

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

7.9 AUG 2024

MENGESAHKAN
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Aceh



Dewan Penguji

1. Endang Setianingsih, S. Psi., M.Pd., Psikolog
2. Ayu Safira, M.Psi., Psikolog
3. Devi Yanti, M.Psi., Psikolog
4. Julia Aridhona, M.Si

Tanda Tangan

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nurfaidah

NPM : 2009110059

Fakultas : Psikologi

Menyatakan skripsi yang saya susun dengan judul “Pengaruh *Body Shaming* Terhadap *Self Blaming* Pada Siswi SMPN 16 Banda Aceh” ini, secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya, kecuali pada bagian yang dirujuk sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika kemudian hari ternyata pernyataan saya tidak benar, maka saya akan menerima segala sanksi sesuai dengan peraturan dan undang undang yang berlaku.

Banda Aceh, 17 Agustus 2024

Yang menyatakan



Nurfaidah

2009110059

MOTTO

“Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan selanjutnya).

(QS. Al-Insyirah : 6-7)

“Orang lain ga akan bisa paham *struggle* dan masa sulit kita yang mereka ingin tahu hanya bagian *succes stories*, berjuanglah untuk diri sendiri walaupun gak ada yang tepuk tangan. Kelak diri kita dimasa depan akan sangat bangga dengan apa yang kita perjuangkan hari ini, tetap berjuang ya”

“Tidak ada kesuksesan tanpa kerja keras, percayalah masalah akan terus datang selama kita bernafas dan akan selalu ada masalah dalam menuju sebuah kesuksesan namun masalah tersebut justru akan membuat kita semakin tangguh. selalu ada harga dalam setiap proses, maka nikmati saja lelah-lelah dalam menghadapinya”

(Penulis)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah Rabbil 'Alamin, sujud dan syukur kepada Allah SWT atas nikmat berupa kesehatan, kekuatan, kemudahan dan kelancaran yang sangat banyak. Terimakasih ya Allah karena selalu mengiringi langkah hamba dengan kekuatan dan kesabaran selama proses membuat skripsi ini.

Skripsi ini saya persembahkan yang paling utama kepada diri saya sendiri, Nurfaidah. Terima kasih sudah berjuang dan bertahan sejauh ini. Terima kasih tetap berusaha dan memotivasi dirimu sendiri sampai titik ini, walaupun sering kali merasa takut dan putus asa atas apa yang diusahakan dan belum berhasil, namun terimakasih telah menjadi manusia yang selalu berusaha dan tidak kenal lelah dalam mencobanya. Terima kasih karena memutuskan untuk tidak menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dan telah menyelesaikannya sebaik dan semaksimal mungkin, Hal tersebut merupakan pencapaian yang sangat patut untuk dirayakan untuk diri sendiri. Terima kasih banyak untuk jiwa yang tak pantang menyerah ini.

Saya percaya dengan salah satu kata mutiara “ Tuhan tidak pernah kehabisan cara untuk menolong, oleh karena itu jangan menyerah.

Sebagai penutup persembahan ini saya persembahkan gelar sarjana ini kepada keluarga yang selalu mendukung saya.

KATA PENGANTAR



Puji syukur kita panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat serta karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul. “ **Pengaruh *Body Shaming* Terhadap *Self Blaming* Pada Siswi SMPN 16 Banda Aceh**” tepat pada waktunya. Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu guna memperoleh Sarjana Psikologi (S.Psi) di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh. Penulis menyadari dalam proses penelitian dan penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan, nasehat, bantuan, dan bimbingan berbagai pihak. Sehingga pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. H. Aslam Nur, M.A, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Aceh.
2. Bapak Barmawi, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh.
3. Ibu Endang Setyaningsih, S. Psi., M.Pd., Psikolog selaku dosen pembimbing penulis yang telah meluangkan waktu serta tenaga untuk memberikan bimbingan serta dukungan berupa semangat mulai dari awal hingga terselesainya skripsi ini. Terimakasih kepada ibu untuk waktu yang sudah diluangkan untuk membimbing dan memberikan motivasi kepada saya sehingga skripsi ini mampu terselesaikan dengan baik dan di waktu yang tepat.

4. Ibu Julia Aridhona, S. Psi., M. Si, selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu serta tenaga untuk memberikan bimbingan telah mendampingi, membimbing dan mengarahkan penulis dalam penyusunan skripsi ini.
5. Kepada seluruh Dosen dan Staf akademik Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh.
6. Kepada kepala sekolah SMPN 16 Banda Aceh dan beserta para guru-guru yang telah membantu dan meluangkan waktu untuk penelitian ini.
7. Kepada cinta pertama dan panutanku, ayahnda Ismail dan pintu surgaku Ibunda Yusnidar . Terimakasih atas segala pengorbanan dan tulus kasih yang di berikan. Terimakasih atas do'a yang tiada pernah lelah dipanjatkan, sehingga Allah selalu memudahkan langkah kaki saya dalam menghadapi proses yang sangat rumit ini.
8. Kepada nenek tercinta Ruhamah. Terima kasih telah membesarkan dan mendidik saya dari kecil sampai saat ini dengan penuh kasih sayang. Terima kasih untuk semua doa dan dukungannya. Sehat selalu dan hiduplah lebih lama lagi agar selalu ada disetiap perjalanan dan pencapaian hidup saya.
9. Kepada paman saya Abdullah dan Basri beserta istrinya yang telah memberikan dukungan maupun materi.
10. Kepada teman seperjuangan dari semester satu sampai detik ini Nura Fitriani yang memberikan segala sesuatu yang baik dalam keadaan

apapun dan tak pernah bosan mendengarkan keluh-kesahku selama ini. Terimakasih selalu memberikan semangat dan motivasi dalam mengerjakan penelitian ini.

11. Sahabat terbaikku dari SMA hingga sekarang Asmaul Husna, yang selalu ada untuk saya dan membantu dalam kondisi apapun. Terima kasih untuk tak pernah bosan mendengarkan keluh-kesahku selama ini.
12. Kakakku Nurhalimah yang selalu menyakini saya dan memberi semangat saya Kepada dalam proses penyusunan skripsi. Terimakasih atas do'a dan dukungannya.
13. Kepada seluruh teman-teman saya yang telah memberikan semangat kepada saya untuk menyelesaikan penelitian ini.
14. Terakhir, terimakasih untuk diri sendiri, karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar dan tak pernah memutuskan untuk menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih telah menyelesaikan dengan sabaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan suatu pencapaian yang sangat patut dibanggakan oleh diri sendiri.

Banda Aceh, 09 Agustus 2024

Tertanda,

Nurfaidah
NPM: 2009110059

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Keaslian Penelitian	7
D. Tujuan Penelitian	8
E. Manfaat Penelitian	8
BAB II LANDASAN TEORI	10
A. <i>Body Shaming</i>	10
1. Pengertian <i>Body Shaming</i>	10
2. Faktor-faktor <i>Body Shaming</i>	11
3. Aspek- aspek <i>Body Shaming</i>	14
B. <i>Self Blaming</i>	16
1. Pengertian <i>Self Blaming</i>	16
2. Faktor-faktor <i>Self Blaming</i>	17
3. Aspek- aspek <i>Self Blaming</i>	19
C. Remaja	20
1. Pengertian Remaja	20
2. Ciri-ciri Remaja	21
D. Pengaruh <i>Body Shaming</i> Terhadap <i>Self Blaming</i> Pada Siswi.....	22
E. Hipotesis.....	24
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	25
A. Identifikasi Variabel Penelitian	25
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	25
C. Populasi dan Sampel	26
1. Populasi.....	26
2. Sampel	26
D. Metode Pengumpulan Data	27
1. Uji Validitas	30
2. Uji Reabilitas	30
F. Teknik Analisis Data	31

BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	33
	A. Orientasi Kanchah	33
	B. Persiapan Penelitian	35
	1. Pengurusan Surat Izin Penelitian	36
	2. Penyusunan Alat Ukur Penelitian	36
	C. Pelaksanaan Penelitian.....	36
	D. Hasil Analisa Data Penelitian	37
	E. Pembahasan.....	45
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN.....	49
	A. Kesimpulan	49
	B. Saran	49
	DAFTAR PUSTAKA	51
	LAMPIRAN.....	54

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Empat alternative jawaban yang digunakan dalam skala <i>likert</i>	28
Tabel 2	Skala <i>Body Shaming</i>	29
Tabel 3	Blue print skala <i>Self Blaming</i>	30
Tabel 4	Diskriminasi Aitem Skala <i>Self Blaming</i> sebelum Aitem yang Tidak valid Dibuang	38
Tabel 5	Diskriminasi Aitem Skala <i>Self Blaming</i> setelah Aitem yang Tidak valid Dibuang	39
Tabel 6	Hasil Uji Reabilitas Sebelum Aitem Tidak Valid Dibuang.....	39
Tabel 7	Hasil Uji Reabilitas Sesudah Aitem Tidak Valid Dibuang	39
Tabel 8	Deskripsi Data Penelitian	40
Tabel 9	Katagori Data Penelitian.....	42
Tabel 10	Hasil Uji Normalitas	43
Tabel 11	Hasil Uji Linieritas	43
Tabel 12	Hasil Uji Regresi	44
Tabel 13	<i>Model Summary</i>	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I	Skala Penelitian.....	54
Lampiran II	Tabulasi Data Skala <i>Self Blaming Try Out</i>	60
Lampiran III	Reabilitas Skala <i>Self Blaming</i> Sebelum Aitem Gugur	62
Lampiran IV	Reabilitas Skala <i>Self Blaming</i> Sesudah Aitem Gugur	64
Lampiran V	Skala II Aitem <i>Self Blaming</i> Setelah Gugur	65
Lampiran VI	Tabulasi Skor Aitem Penelitian Skala <i>Body Shaming</i>	67
Lampiran VII	Tabulasi Skor Aitem Penelitian Skala <i>Self Blaming</i>	71
Lampiran VIII	Hasil Uji Normalitas	74
Lampiran IX	Hasil Uji Linieritas	75
Lampiran X	Hasil Uji Regresi	76
Lampiran XI	SK Pembimbing	77
Lampiran XII	Surat Izin Penelitian	78
Lampiran XIII	Surat Izin Mengumpulkan Data	79
Lampiran XIV	Surat Keterangan Penelitian.....	80
Lampiran XV	Biodata	81

PENGARUH *BODY SHAMING* TERHADAP *SELF BLAMING* PADA SISWI SMP NEGERI 16 BANDA ACEH

NURFAIDAH

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh Jl. Muhammadiyah No. 91,
Batoh, Lueng Bata, Banda Aceh
nur979501@gmail.com

ABSTRAK

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak-anak dengan masa dewasa yang ditandai dengan perubahan pertumbuhan secara biologis dan psikologis. Sehingga pada masa tersebut cenderung emosional remaja belum stabil. Remaja sering kali menjadi korban *body shaming* terhadap orang lain, remaja korban *body shaming* akan cenderung mengalami *self blaming*.

Body shaming merupakan *bullying* secara verbal yang mengkritik bentuk tubuh dan penampilan seseorang dengan kritikan yang negatif sedangkan *self blaming* merupakan perilaku menyalahkan diri sendiri yang diakibatkan oleh evaluasi negatif orang lain terhadap bentuk tubuhnya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *body shaming* terhadap *self blaming* pada siswi SMP Negeri 16 Banda Aceh.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 204 siswi. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan simple random sampling sehingga jumlah sampel 111 siswi yang mengalami *body shaming*. Pengambilan data menggunakan skala likert yaitu menyebarkan skala penelitian pada responden. Analisis data menggunakan uji regresi linier sederhana. Hasil dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa variabel *body shaming* memiliki pengaruh terhadap variabel *self blaming*. Yang artinya terdapat pengaruh *body shaming* terhadap *self blaming* pada siswi SMP Negeri 16 Banda Aceh. Bersarnya pengaruh *body shaming* terhadap *self blaming* sebesar 13,7%. Sementara itu siswanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak teridentifikasi didalam penelitian ini.

Kata Kunci : *Body Shaming, Remaja, Self Blaming*

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Saat ini, setiap orang ingin memiliki bentuk tubuh yang ideal dan warna kulit putih, bahkan setiap individu berusaha supaya penampilannya menjadi sempurna di lingkungan sosialnya. Menurut Amri (2020), penampilan fisik merupakan bagian yang paling sering dinilai oleh diri-sendiri bahkan orang lain disekitar. Mempunyai tubuh yang ideal seperti langsing, putih dan mulus merupakan impian bagi semua perempuan. Ketika orang disekitar membicarakan bentuk tubuh sering menjadi hal yang tidak menyenangkan bagi remaja. Hal tersebut disebabkan karena pada masa tumbuh remaja akan mengalami transisi untuk menuju dewasa awal yang dimana pada masa tersebut remaja mengalami banyak perubahan bentuk tubuh, berat badan, penampilannya, dan kulit wajah yang sensitif. Maka dari itu penampilan fisik menjadi salah satu hal yang banyak di bahas masyarakat terutama kalangan remaja yang ingin terlihat sempurna disekolah dll.

Muhsin (2018) menjelaskan bahwa tubuh merupakan bagian utama penampilan seseorang yang mudah terlihat dan mudah dinilai oleh orang lain. Memiliki berat tubuh yang ideal merupakan dambaan setiap perempuan. Saat orang lain membicarakan bentuk tubuh dengan mengkritik tubuhnya atau *body shaming* seringkali menjadi hal yang tidak nyaman bagi kalangan remaja putri terutama yang berkaitan dengan berat badan. Semua hal yang tidak ideal dianggap sebagai suatu kekurangan tubuh yang membuat remaja putri merasa malu. Remaja

putri menyadari bahwa daya tarik fisik berperan penting dalam hubungan sosial secara umum, dan berperan dalam penilaian lawan jenis.

Impian memiliki citra bentuk tubuh yang ideal banyak terjadi dikalangan wanita, Dolezal (2015) menyatakan bahwa impian memiliki bentuk tubuh yang ideal sering terjadi pada remaja perempuan. Oleh karena itu, remaja perempuan terobsesi untuk sering memeriksa penampilannya di depan cermin, memakai pakaian yang *trend*, rias wajah, dan menjaga penampilannya. *Body shaming* termasuk *bullying* secara verbal yang mungkin perlakuan tersebut tidak disadari oleh masyarakat terutama pada remaja. Saat ini *body shaming* sering kali dianggap sebagai hal yang biasa atau bahan candaan dikalangan remaja. Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa sehingga remaja akan memiliki emosi yang belum stabil dan masa remaja ini masih sulit membedakan mana yang benar dan salah. Oleh karena itu, perilaku *body shaming* pada kalangan remaja sangat sering dilakukan.

Fauzia dan Rahmiaji (2019), menyatakan bahwa *body shaming* termasuk kekerasan (*bullying*) secara verbal yang menyebabkan trauma psikis karena ucapan yang menyakitkan, seperti dipermalukan didepan umum sehingga membuat korban tidak hanya mengalami trauma psikis, tetapi juga akan berdampak pada perilaku dan tindakan seseorang. Selain itu, *body shaming* membuat seseorang tidak nyaman terhadap penampilan fisiknya sehingga akan mulai menutup dirinya dari lingkungannya.

Kasus *body shaming* yang terjadi didunia pendidikan mencapai 2,473 laporan dan diperkirakan kasus tersebut akan terus meningkat. Kasus *bullying* secara verbal yang terjadi di media sosial maupun langsung di Indonesia menduduki peringkat tertinggi dibandingkan Vietnam dan nepal, fakta tersebut di langsir dari Studi Fit Rated (2017). Selain itu, terdapat survei yang dilakukan oleh Long Island University tahun 2016 menunjukkan 94% perempuan mengalami *body shaming*, sedangkan laki-laki 64%. Hasil surver tersebut menunjukkan bahwa kasus *body shaming* sering terjadi dikalangan perempuan dibandingkan kalangan laki-laki.

Berdasarkan hassil wawancara dengan siswi yang mengalami *body shaming* yang berinisial AH, peneliti melakukan wawancara dirumah AH (14 tahun), pada hari minggu, pukul 15:34 WIB, 17 Desember 2023. Subjek menyatakan :

“Saya kan kak sering kali mendapatkan ejekan terhadap bentuk tubuh saya, ejekan fisik tersebut paling sering dilakukan oleh keluarga dan saudara-saudara terdekat saya. Sering kali waktu datang kerumah saat lebaran atau berkumpul keluarga pasti ada yang omongin fisik dulu sebagai basa-basi,yang sering menjadi omongan tersebut pasti saya kak seperti mengatakan masih smp tapi badannya besar. Dari komentar negatif tersebut sering kali membuat saya malu akan penampilan saya kak. Kesal sebenarnya kak, Cuma mau gimana lagi saya Cuma bisa senyum aja kak, karena juga gada yang belain saya. Biasanya kalau udah gitu suka bangtr kepikiran kak,kadang gara-gara tersebut juga kepikiran saat belajar. Saya sering mengatakan pada diriku sendiri kak “ kenapa ya tubuh saya sering jadi bahan ejekan, kenapa ya dulu saya makan banyak ya, apa salah ya bentuk tubuh saya yang seperti ini dimata orang lain”. Bukannya gak saya belajar diet kak, sudah saya coba kak sampai minum jamu pelagsing yang bikin mules banget, olahraga seperti jogging juga sudah pernah saya lakukan kak tetapi masih ada juga ejekan dari orang lain “kenapa gak kurangi makan dll”. Padahal saya sudah melakukannya”.

Kesimpulan dari hasil wawancara diatas, bahwa AH menjadi korban *body shaming* dari kalangan keluarga terdekatnya. Dampak yang ditimbulkan akibat komentar negatif tentang fisik tersebut cukup membuat pertahanan diri AH

menjadi kurang baik. Hal tersebut dapat dilihat bahwa subjek AH tidak mendapatkan dukungan positif dari keluarganya. Sehingga terbentuknya tidak percaya diri dan rasa menyalahkan dirinya sendiri terhadap bentuk tubuh yang subjek miliki.

Selanjutnya adalah hasil wawancara dengan subjek yang mengalami *body shaming*, subjek berinisial NH (13 tahun), peneliti melakukan wawancara di rumah NH, pada hari minggu, pukul 17.00 WIB, 17 Desember 2023. Subjek menyatakan:

“ saya sering dikomentari fisik sama teman-teman di sekolah biasanya kak, saya di sekolah sering di ejek kurus, kempeng, kurang jajan padahal uangnya banyak. Saya selalu di bilang sama teman-teman makan yang banyak biar berisi dikit. Sebenarnya ejekan tersebut tidak terlalu saya hiraukan, bahkan ejekan tersebut saya jadikan untuk memperbaiki diri dengan makan yang bernutrisi untuk membuat badan saya ideal. Cuma saya ada sedikit kepikiran kak kalau terlalu kurus susah juga cari baju yang cocok buat saya. Kadang-kadang mencoba untuk makan banyak dan minum susu untuk naikin berat badan. Tapi ya gitulah kak susah buat naikin berat badan karena udah dari sananya kurus mungkin ada waktunya nanti berat badan saya akan naik kak”.

Kesimpulan dari hasil wawancara NH yang menjadi korban *body shaming* yang di lakukan oleh teman sebayanya. Ejekan negatif membuat NH menjadikan dirinya lebih baik. Karena pertahanan diri NH kuat.

Hasil dari wawancara kedua subjek yaitu AH dan NH, menunjukkan bahwa kedua subjek pernah mengalami *body shaming* yang dilakukan oleh orang terdekat korban. Dimana kedua subjek mengalami *body shaming* masalah pada berat badannya, akan tetapi pertahanan diri antara dua subjek berbeda, akibat dari *body shaming* tersebut membuat subjek AH melakukan sesuatu yang membuat subjek tidak nyaman terhadap tubuhnya. Hasil wawancara subjek AH juga sering menyalahkan dirinya sendiri dimasa lalu, sedangkan subjek NH pertahanan

dirinya cukup kuat, yang dimana subjek NH menjadikan komentar orang terhadap tubuhnya sebagai motivasi untuk memperbaiki diri.

Menurut penelitian Lamont (2018) *body shaming* dapat menyebabkan seseorang mengalami infeksi tubuh bagian dalam. Hal tersebut diakibatkan korban *body shaming* kehilangan percaya diri terhadap tubuhnya. Sehingga melakukan diet dan menaikkan berat badannya secara ekstrem, serta mengalami gejala penyakit yang banyak seperti gangguan makan, sering mengalami diare dan sakit kepala. Perlakuan *body shaming* sering dilakukan oleh orang terdekat korban seperti keluarga, lingkungannya, bahkan *bullying* verbal sangat sering juga dilakukan oleh teman sebayanya. Biasanya hinaan fisik yang dilakukan oleh orang terdekat korban akan mengatakan kata-kata “ Cuma bercanda aja kok jangan baperan jadi orang ya”. Sering kali beberapa orang menganggap hinaan terhadap bentuk tubuh sebagai basa-basi atau hanya candaan, padahal komentar negatif yang diberikan terhadap tubuh seseorang cenderung berdampak pada mental korban dan akan merasa sakit hati dan menyalahkan dirinya sendiri terhadap kritikan tersebut.

Fatmawati (2021) mengungkapkan bahwa adanya hubungan yang sangat kuat antar *body shaming* dan kepercayaan diri seseorang. Sehingga seseorang yang mengalami *body shaming* cenderung akan memiliki harga diri yang rendah, ketika korban *body shaming* memiliki harga diri yang rendah dapat mengakibatkan tidak percaya diri saat berada di luar dan akan menyebabkan korban *body shaming* mengalami *self blaming*.

Nonthtrop (dalam Cahyani,2018), menyatakan bahwa terdapat faktor penyebab dari *body shaming* yaitu pandangan negatif. Pemikiran mengenai evaluasi negatif dari orang lain yang menimbulkan perasaan malu terhadap keadaan tubuhnya. Pandangan negatif seseorang terkait dengan penampilan fisik seseorang yang diamati, dievaluasi dan dinilai oleh orang lain dan dirinya sendiri secara terus-menerus. Dalam situasi yang sering terjadi, korban *body shaming* akan menarik diri secara sosial, bahkan memicu perasaan membenci terhadap diri-sendiri dan orang lain. Ketika *korban body shaming* menyalahkan diri-sendiri hal tersebut seringkali akan menyebabkan emosi negatif. Rasa bersalah pada diri-sendiri adalah serangkaian pikiran dan perasaan negatif, perilaku tersebut sering membuat korban *body shaming* akan mengalami *self blaming*.

Self blaming merupakan reaksi yang umum terjadi pada korban *body shaming*. *Self blaming* tersebut dapat muncul dari peristiwa yang disebabkan oleh kelalaian yang terjadi dimasa lalu, kemudian rasa bersalah muncul diakibatkan adanya asumsi yang bisa muncul dari dalam dirinya atau asumsi dari orang lain tentang diri mereka sendiri. Pada akhirnya, hal tersebut mengarah pada kesalahan berpikir dan emosional yang sering disertai perasaan sedih dan takut untuk bersosialisasi yang tentunya akan membuat individu sulit beradaptasi. Hal tersebut tentunya akan membuat individu cenderung merasa malu atau bersalah, karena kedua emosi tersebut termasuk dalam perasaan menyalahkan dirinya sendiri.

Self blaming adalah salah satu bentuk pelecehan psikologis terhadap diri-sendiri. Ketika individu merasakan perasaan malu, maka akan memungkinkan individu memunculkan emosi negatif terhadap diri-sendiri. Emosi negatif pada

korban *body shaming* biasanya menyalahkan diri-sendiri. Pendapat tersebut dikemukakan oleh Kaur-kaur (2016). Sedangkan Zuama (2011), menyatakan bahwa menyalahkan diri sendiri (*self blaming*) adalah cara seseorang dalam menghadapi masalah dengan menyalahkan serta menghukum diri sendiri dengan menyesali tentang apa yang terjadi terhadap dirinya sendiri.

Berdasarkan paparan diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Pengaruh *Body Shaming* Terhadap *Self Blaming* Pada Siswi SMP N 16 Banda Aceh”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Apakah ada pengaruh *Body Shaming* Terhadap *Self Blaming* Pada Siswi SMP N 16 Banda Aceh.

C. Keaslian Penelitian

1. Menurut Irma Ni'matul Wakhidah (2021) tentang pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri santri pondok putri unit Darussalam Lirboyo kota Kediri. Terhadap nilai $0,003 < 0,5$. Oleh karena itu H_a diterima dan H_0 ditolak. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh *body shaming* terhadap kepercayaan diri.
2. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Binti Jannah (2022) tentang pengaruh *body shaming* terhadap *self esteem* siswa keperawatan kelas 10 SMK Darussalah Blokagung. Hasil dari penelitian ini adalah H_a : adanya pengaruh *body shaming* terhadap *self esteem* siswa keperawatan kelas 10

SMK Darussalam Blokagung dengan menghitung koefisien korelasinya yaitu $r_{hitung} > r_{tabel}$ ($0,870 > 0,61$).

Yang membedakan penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan adalah, penelitian yang di atas lebih terfokus terhadap kenapa pelaku melakukan tindakan tersebut. Sedangkan penelitian ini terfokus pada dampak yang terjadi pada korban tindakan tersebut. Dan terdapat perbedaan variabel self blaming, tempat, waktu, dan kondisi yang akan peneliti gunakan akan berbeda dengan penelitian sebelumnya.

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan berdasarkan dari rumusan masalah di atas dapat di ambil antara lain sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui adakah *Body Shaming* memberikan pengaruh terhadap *Self Blaming* pada siswi SMP N 16 Banda Aceh.

E. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini yang dapat pembaca ambil dalam tujuan penelitian diatas antara lain sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis

Dengan penelitian ini, peneliti berharap hasil dari penelitian ini mampu memberi wawasan terkait tindakan perilaku *Body Shaming* yang mempengaruhi psikologis seseorang.

2. Manfaat praktis

a. Remaja

Dengan melakukan penelitian ini, penelitian berharap remaja siswi SMP N 16 Banda Aceh dapat menyadari apa perilaku *Body Shaming* dan efek dari tindakan tersebut.

b. Sekolah

Dengan hasil penelitian ini, peneliti mengharapkan dapat menambah wawasan pihak sekolah tentang *Body Shaming* yang sering terjadi di lingkungan sekolah.

c. Masyarakat / lingkungan

Hasil penelitian ini, peneliti berharap dapat memberikan sisi pandang yang positif kepada masyarakat luas terkait tentang bahayanya *Body Shaming* yang bisa mengakibatkan korban mentalnya lemah. Sehingga lingkungan dapat menjaga lisan dalam menyampaikan pendapat yang menyangkut penampilan atau fisik seseorang terutama pada remaja.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Body Shaming

1. Pengertian *Body Shaming*

Sakinah (2018), menyatakan bahwa *body shaming* merupakan perilaku yang dikategorikan sebagai tindakan *bullying* dikarenakan perilaku *body shaming* ini dianggap sebagai kekerasan verbal yang diucapkan untuk menghina orang lain. Menurut Duarte, Gilbert, Morries (2017), *body shaming* merupakan bentuk kritikan yang negatif yang dilakukan oleh orang lain melalui kata-kata menghina terhadap tubuh seseorang baik diucapkan sengaja maupun tidak sengaja. Lisyia (2018), *body shaming* adalah istilah yang merujuk pada perilaku mengkritik dan mengomentari fisik (bentuk tubuh maupun ukuran tubuh) dan penampilan seseorang dengan mengejek / menghina.

Sern, Harmin dan Amin (2020), mengemukakan bahwa *body shaming* merupakan bentuk perudungan verbal yang bertujuan untuk menghina atau memermalukan orang lain melalui mengkritik dengan mengomentari bentuk tubuh atau ukuran tubuh. Seperti berkomentar terlalu gendut, terlalu kurus, ataupun menghina muka seseorang terlalu jelek, jerawat, flek hitam, dan hinaan lain yang berhubungan dengan tubuh korban. Brigitta, dkk (2018). Menyatakan bahwa *body shaming* sebagai bentuk kekerasan verbal-emosional, yang dimana tindakan ini sering kali tidak disadari oleh pelaku karena dianggap hal yang wajar

Pengertian *body shaming* dari beberapa pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa *body shaming* merupakan komentar negatif yang dilakukan

seseorang secara verbal yang memberi penilaian negatif terhadap fisik seseorang tanpa memikirkan perasaan orang lain.

2. Faktor-faktor *Body Shaming*

Banyak hal menjadi pengaruh terjadinya *body shaming*. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi *body shaming* menurut Cash dan Prunziky (dalam Sari, 2020), meliputi :

a. Jenis kelamin

Jenis kelamin merupakan faktor yang mempengaruhi dalam perkembangan *body shaming* seseorang. Ketidakpuasan terhadap tubuh lebih sering dialami kalangan wanita dibandingkan laki-laki. Pada umumnya wanita, lebih kurang puas dengan tubuhnya dan sering mengalami *body shaming*.

b. Media massa

Media massa memberikan gambaran ideal mengenai *figure* perempuan dan laki-laki yang dapat mempengaruhi gambaran bentuk tubuh seseorang. Survey menunjukkan bahwa media massa 83% majalah fashion khususnya dibaca oleh mayoritas perempuan maupun anak perempuan. Konsumsi media yang tinggi dapat mempengaruhi penggunaanya ketika melihat foto model yang memiliki tubuh ideal dapat membuat perempuan merasa buruk tentang tubuh mereka atau istilah lain *insencure*.

c. Hubungan interpersonal

Hubungan interpersonal dapat membuat seseorang cenderung membandingkan diri dengan orang lain dan *feedback* yang diterima mempengaruhi konsep diri termasuk dapat mempengaruhi konsep diri termasuk dapat mempengaruhi bagaimana perasaan seseorang terhadap penampilan fisiknya. Dari hal inilah sering membuat seseorang merasa gugup ketika berada dilingkungannya dan cemas akan penampilannya.

Selanjutnya Menurut Riandi (dalam Cahyani,2018), terdapat 3 faktor yang dapat dipengaruhi *body shaming* yaitu :

a. Gangguan makan

Body shaming salah satu penyebab harga diri seseorang rendah dan hal tersebut berkaitan dengan pola makan. Seseorang cenderung melakukan perubahan pada tubuhnya dengan melakukan diet cara tersebut dilakukan untuk menurunkan berat badan ataupun mengonsumsi banyak makanan untuk menaikkan berat badan. Dapat dikatakan bahwa ketika seseorang mengalami *body shaming* yang tinggi maka cenderung memberikan kontribusi yang ideal terhadap perilaku makannya. Selain melakukan diet mati-matian, minum obat pelangsing, *skincare* abal-abal tanpa memikirkan masalah kesehatan yang akan di alaminya.

b. Gangguan kesehatan fisik

Akibat *body shaming* akan cenderung membuat seseorang rentan terhadap penyakit fisiknya. Hal tersebut terjadi karena orang tersebut kurang perhatian terhadap kesehatannya.

c. Depresi

Depresi dialami karena adanya pandangan negatif terhadap dirinya yang terus menerus menghantui seseorang, kurangnya kepuasan terhadap bentuk tubuh atau keadaan tubuh yang menjadi pemicu seseorang depresi. Depresi tidak hanya perempuannya yang mengalaminya tetapi laku-laku juga ada, namun tidak sebanyak perempuan.

Selanjutnya menurut Rachman dan Baharuddin (2019). Terdapat beberapa Faktor yang menjadi penyebab *body shaming* yaitu :

- a. Kultur Patron Klien, yaitu orang yang memiliki suatu kekuasaan, kekayaan dan kepopuleran, untuk melakukan apa saja yang menimbulkan permasalahan seperti *body shaming*, yang mereka sebarkan melalui media sosial dengan memermalukan orang lain.
- b. *Patriaki*, yaitu anggapan perempuan cenderung menjadi sasaran *body shaming* seperti bahan ejekam dan lelucon yang menyakitkan dibandingkan laki-laki.
- c. Minimnya pengetahuan tentang *body shaming*. Yang dimana belum ada undang-undang atau hukuman bagi pelaku tindakan *body shaming*.
- d. Postkriolonial, yaitu pandangan orang Indonesia cenderung melihat sesuatu dari sudut pandang budaya luar atau barat, yang merupakan standar ideal bentuk tubuh ialah putih, tinggi, hidung mancung, dan sempurna.

3. Aspek- aspek *Body Shaming*

Aspek dari *body shaming* menurut Gilbert dan Miles (2002) meliputi :

- a. Komponen kognitif sosial dan eksternal Kondisi ini mengacu pada pemikiran dari individu lain yang menilai dirinya sebagai seorang yang kurang baik maupun rendah. Individu juga beranggapan bahwa orang lain melihat dengan rendah dirinya sehingga mengakibatkan penilaian terhadap diri sendiri rendah.
- b. Komponen mengenai evaluasi diri yang berasal dari dalam diri sendiri Kondisi ini mengacu pada pandangan terhadap diri sendiri yang kurang baik. Yang didasari karena adanya pikiran negatif mengenai diri sendiri. Hal ini terjadi disebabkan adanya kritikan yang menyerang diri sendiri dengan kata-kata merendahkan diri sehingga mengakibatkan menurunnya tingkat kepercayaan diri individu dan individu tersebut akan menanamkan pemikiran rasa malu dalam dirinya.

Selanjutnya aspek-aspek *body shaming* menurut Chairani (2018), tindakan *body shaming* ditandai dengan beberapa aspek, antara lain sebagai berikut :

- a. Mengomentari diri sendiri serta membandingkan diri dengan orang lain yang dianggap memiliki tubuh yang ideal.
- b. Mengomentari penampilan fisik orang lain dengan membandingkan orang disekitarnya dengan orang lainnya.
- c. Mengomentari penampilan atau fisik orang lain tanpa sepengetahuan orang tersebut.

Selanjutnya aspek-aspek *body shaming* Frederiscon dan robert (dalam Cash dan Smolak,2011), yaitu :

- a. *subjective satisfaction* (kepuasan subjektif global), yaitu yang berkaitan dengan persepsi individu yang berkaitan dalam melukan evaluasi atau penilaian terhadap ukuran, bentuk, dan berat badan. Hal tersebut menjadi pertanyaan bagi individu, apakah individu tersebut menilai dirinya memuaskan atau tidak, nyaman atau tidak nyaman.
- b. *Affective distress regarding appearance* (perasaan mengenai penampilan), yaitu berkaitan dengan emosi atau perasaan individu mengenai tentang penampilan. Adapun hal-hal yang dapat berkaitan dengan komponen ini bisa dari tekanan, kecemasan, dan perasaan individu dengan penampilan dan bentuk tubuh.
- c. *Cognitive aspect of body image* (aspek kognitif *body image*), yaitu suatu komponen yang berkaitan dengan citra tubuh,kepercayaan atau suatu pemikiran yang menyimpang terhadap bentuk tubuhnya, serta berpikiran negatif dalam penampilan.
- d. *Behavioral aspect of body image* (aspek prilaku citra tubuh). Komponen perilaku merupakan hasil ketidakpuasan seseorang terhadap bentuk tubuh. Hal ini sering dilakukan oleh seseorang dengan cara menghindari perilaku tersebut. Sehingga muncul prilaku baru yang negatif seperti berolahraga yang berlebihan.

B. Self Blaming

1. Pengertian Self Blaming

Schater dan Juvonen (2015), *self blaming* merupakan persepsi yang negatif terhadap diri sendiri (internal) yang terjadi terus-menerus. Hal ini diakibatkan karena miskonsepsi pada diri sendiri atau akibat yang ditimbulkan dari luar seperti bullying. Menurut Green (2012), perilaku *self blaming* merupakan suatu hal yang melibatkan perasaan yang tidak stabil ketika mengalami peristiwa negatif. Perilaku tersebut terkontrol sendiri dan dikaitkan dengan perasaan bersalah dan rasa malu. Wijastuti (2013), *self blaming* merupakan emosi yang dimulai dari peristiwa-peristiwa positif hingga peristiwa negatif, seperti mengalami kegagalan, pelanggaran moral, dan pelanggaran interpersonal. Ketika individu menyalahkan diri sendiri maka, individu tersebut akan cenderung merasa malu (*shame*) atau bersalah (*guilt*). Rasa bersalah adalah keadaan emosi yang dihasilkan ketika individu mengevaluasi perilaku mereka sebagai suatu kegagalan tetapi, individu tersebut hanya fokus pada penyebab yang membuat ia kegagalan.

Menurut Tangney (2014), *self blaming* merupakan reaksi umum yang dialami seseorang ketika menghadapi peristiwa yang membuat stress, terutama yang berhubungan dengan cara individu berinteraksi. Ketika individu menyalahkan diri sendiri, maka individu akan cenderung merasa malu (*shame*) dan bersalah (*guilt*) karena kedua emosi tersebut termasuk dalam perasaan menyalahkan diri sendiri. Rasa menyalahkan diri sendiri termasuk emosi yang negatif disebabkan oleh evaluasi buruk terhadap diri sendiri (Istiqomah, 2018).

Dari berbagai definisi di atas dapat disimpulkan bahwa *self blaming* merupakan keadaan yang dimana kesadaran emosional individu yang dimana dirinya merasa tidak mampu mencapai tujuan yang diinginkannya. Keadaan tersebut akan mengevaluasi secara negatif terhadap diri sendiri yang akan membuat membuat individu tersebut tidak bisa mengontrol emosionalnya.

2. Faktor-faktor *Self Blaming*

Faktor-faktor yang mempengaruhi *self blaming* menurut Stillar (2016), meliputi:

a. Faktor eksternal

Faktor eksternal disebut juga faktor luar yang dapat memunculkan serta meningkatkan *self blaming*.

b. Faktor internal

Faktor internal dapat meningkatkan korban melakukan *self blaming* salah satunya efikasi diri. Efikasi diri adalah keyakinan diri seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu kontrol terhadap fungsi dirinya dan kejadian dalam lingkungan.

Selanjutnya menurut Coleman (dalam Iman, 2009) ada 2 faktor yang dapat mempengaruhi *self blaming*.

a. Rendah diri

Banyak kemungkinan *self blaming* yang dapat mempengaruhi seseorang. *Self blaming* tidak hanya bisa membuat individu merasa rendah diri, rasa tidak aman, rasa malu, merasa kacau, rasa takut, kegagalan, dan sedih. Tetapi *self blaming* juga menjadi sumber berkembangnya persoalan

emosional, hal tersebut akan mengakibatkan individu mengasihani diri sendiri.

b. Gangguan fisik

Gangguan fisik yang dapat ditimbulkan akibat *self blaming* adalah ketika individu saat remaja mengalami *body shaming* kemudian menetapkan diri sebagai sumber atau penyebab dari perilaku itu muncul, maka remaja tersebut akan melakukan perubahan yang ekstrim terhadap kondisi tubuhnya tanpa memikirkan dampak dari yang di lakukannya. Contoh dari tindakan tersebut ialah melakukan diet yang sangat ketat sehingga mempengaruhi keadaan fisiknya dan mengakibatkan individu tersebut sakit.

Selanjutnya faktor-faktor yang menyebabkan *self blaming* menurut R Janof-Bulman (2010), yaitu :

- a. *Bullying* yaitu tindakan penindasan yang meninggalkan bekas luka secara fisik. Hal tersebut dapat membuat seseorang menyalahkan diri sendiri.
- b. Suka mengkritik diri sendiri

Penyebab *self blaming* yang sering muncul diakibatkan kebiasaan mengkritik diri sendiri. Kondisi ini terus akan berlanjut, terutama ketika seseorang mengalami sesuatu yang tidak sesuai dengan ekspektasinya.

3. Aspek- aspek *Self Blaming*

Andrew (dalam Widjast,2011), menyatakan bahwa aspek-aspek *self blaming* yaitu :

- a. *Moddeling* adalah memperlakukan diri sendiri sama seperti yang diperlakukan orang lain terhadapnya.
- b. Strategi berperilaku aman
yaitu berperilaku aman dengan orang lain dengan bersikap bermusuhan.
- c. Rasa malu
Rasa malu yang timbul diakibatkan karena adanya perasaan berbeda dari kebanyakan individu yang berada pada suatu lingkungan.
- d. perasaan negatif adalah ketidakmampuan untuk menentramkan diri
Pada saat individu merasakan stimulus yang timbul kerena kritikan orang lain terkait dengan penampilan fisiknya, individu tersebut kemudian hanya akan berfokus pada kritikan negatif tersebut.
- e. Rasa takut adalah ketidakmampuan untuk menghibur diri sendiri ketika berada dalam suatu ancaman dilingkungannya.
- f. Emosional adalah ketidakmampuan untuk memproses emosi marah
Ketika individu tidak mampu untuk mengungkapkan apa yang mereka rasakan, mereka akan cenderung menyalahkan diri sendiri dan hal tersebut tentunya dapat membahayakan diri sendiri.

Selanjutnya aspek *self blaming* menurut Coleman (dalam Lontowa, 2016), yaitu:

- a. Rasa bersalah yang muncul dari hubungan Interpersonal, terutama yang akrab, misalnya hubungan antara anggota keluarga.

- b. Rasa bersalah timbul dari hubungan intrapersonal, terutama yang berada di lingkungan seperti teman sebayanya.

Selanjutnya aspek-aspek *self blaming* menurut Cohen (2011), yaitu :

- a. Evaluasi perilaku negatif ialah yang dimana seseorang menyadari dan mengevaluasi terhadap tindakan yang menurutnya salah atau menggambarkan perasaan yang buruk.
- b. Perbaikan diri (*repair*). Hubungan yang terjadi antara aspek evaluasi terhadap perilaku negatif dan perbaikan diri menjelaskan bahwa individu dengan kecenderungan untuk mengevaluasi perilaku yang negatif akan memiliki kecenderungan untuk melakukan perbaikan diri.

C. Remaja

1. Pengertian Remaja

Subjek penelitian ini merupakan remaja siswi SMP Negeri 16 Banda Aceh. Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak-anak dengan masa dewasa yang ditandai dengan perubahan pertumbuhan secara biologis dan psikologis. Menurut Santrok (2013) remaja merupakan tahap dimana individu berusia 11-18 tahun.. Pada masa remaja perubahan fisik menimbulkan dampak psikologis yang tidak diinginkan. Mayoritas anak muda lebih banyak memperhatikan penampilan mereka ketimbang aspek lain dalam diri mereka, dan banyak di antara mereka yang tidak suka melihat apa yang mereka lihat di cermin. Anak perempuan memiliki perasaan tidak suka yang lebih tinggi dibandingkan anak laki-laki, mencerminkan penekanan kultural yang lebih besar terhadap atribut fisik wanita (Papalia, 2011).

Munculnya penilaian dikalangan remaja putri standar tubuh saat ini yang mementingkan penampilan fisik dengan bentuk tubuh yang proposional, telah membuat remaja putri saat ini menjadi kurang percaya diri, remaja putri selalu menilai dirinya melalui kaca mata oranglain yaitu teman-teman sepergaulannya (Ratnawati, 2012:1). Berawal dari penampilan fisik, remaja mulai memberikan gambaran dan persepsi tentang bentuk fisik yang dimiliki, kemudian beranjak pada penampilan fisik yang dimiliki orang lain hingga standar tubuh yang harus dimiliki setiap perempuan.

2. Ciri-ciri Remaja

Ciri-ciri remaja menurut Hurlock (dalam Lusita, 2016), yaitu:

- a. Masa remaja sebagai periode yang penting dikarenakan akan terjadi perubahan-perubahan yang akan memberikan dampak langsung pada perkembangan remaja.
- b. Masa remaja sebagai periode peralihan, Pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak dan juga bukan pula orang dewasa. Status remaja yang tidak jelas ini memberi waktu kepadanya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai dan sifat yang paling sesuai bagi dirinya.
- c. Masa remaja sebagai periode perubahan, yaitu perubahan pada emosi perubahan tubuh, minat dan peran (menjadi dewasa yang mandiri), perubahan pada nilai-nilai yang dianut, serta keinginan akan kebebasan.
- d. Masa remaja sebagai masa mencari identitas diri yang dicari remaja berupa usaha untuk menjelaskan siapa dirinya dan apa peranannya dalam masyarakat.

D. Pengaruh *Body Shaming* Terhadap *Self Blaming* Pada Siswi

Kasus *body shaming* dikalangan remaja saat ini sangat sering terjadi. *Body shaming* bisa terjadi kapan saja dan dimana saja. Baik perilaku tersebut dilakukan secara langsung maupun tidak langsung, secara tidak langsung sering terjadi di sosial media. Dari tindakan tersebut tanpa disadari akan memberikan dampak negatif terhadap korban *body shaming* seperti rendahnya kepercayaan diri, tekanan batin dan psikologisnya. Perilaku *body shaming* sekarang bukan hanya dilakukan oleh kalangan dewasa tetapi juga banyak terjadi pada kalangan remaja. Karena pada masa remaja masa mencari jati diri yang dimana haru menampilkan diri dengan sempurna terutama pada remaja putri. Menurut Papalia & Olds (dalam Burdiargo, 2015), menyatakan bahwa masa remaja adalah masa dimana ada perubahan atau transisi dari anak-anak dan dewasa yang diawali pada usia 12 tahun dan akan berakhir pada usia 20 tahun. Yang dimana pada masa ini banyak terjadi perubahan fisik dan akan membuat remaja kurang percaya diri. Ketika remaja dipermalukan akan penampilan fisiknya maka remaja tersebut cenderung membandingkan diri mereka dengan orang lain dan remaja tersebut cenderung akan menyalahkan diri sendiri karena tidak memiliki tubuh yang memnuhi standar lingkungannya.

Menurut Buhrmester dan Chong (2009), menyatakan bahwa bergosip mengenai teman sebaya sering kali mendominasi percakapan di antara remaja. Kebanyakan gosip tersebut dicirikan dengan komentar negatif tentang rema lain. Seperti membicarakan penampilan temannya yang lain di belakangnya. Maka dari remaja yang mengalami tindakan *body shaming* berawal dari faktor lingkungan,

apabila dilingkungannya tidak menerima atau mengomentari bahwa bentuk tubuhnya tidak ideal dilingkungannya tersebut, dan bahkan menjadikan hal tersebut sebagai lelucon. Fatmawati (2021) mengungkapkan bahwa adanya hubungan yang sangat kuat antar *body shaming* dan kepercayaan diri seseorang. Sehingga seseorang yang mengalami *body shaming* cenderung akan memiliki harga diri yang rendah, ketika korban *body shaming* memiliki harga diri yang rendah dapat mengakibatkan tidak percaya diri saat berada di luar dan akan menyebabkan korban *body shaming* mengalami *self blaming* .

Dari uraian di atas terdapat adanya pengaruh *body shaming* terhadap *self blaming* pada remaja terutama pada remaja siswi. Karena ketika remaja tersebut mendapatkan tindakan *body shaming* maka cenderung akan merasakan malu dan melakukan berbagai macam hal seperti diet. Oleh karena itu kesimpulan dari uraian di atas adalah semakin tinggi pengaruh *body shaming*, maka semakin tinggi *self blaming* yang di alami remaja siswi.

E. Hipotesis

Hipotesis yang akan diuji dalam penelitian ini yaitu adanya Pengaruh *Body Shaming* Terhadap *Self Blaming* Pada Siswi SMPN 16 Banda Aceh. Semakin tinggi tingkat *body shaming* maka semakin tinggi tingkat *self blaming* pada siswi SMPN 16 tersebut, begitu juga sebaliknya semakin rendah perilaku *body shaming* maka semakin rendah tingkat *self blaming* pada siswi SMP Negeri 16 tersebut.

1. H_a = terdapat adanya Pengaruh *Body Shaming* Terhadap *Self Blaming* Pada Siswi SMPN 16 Banda Aceh.
2. H_o = tidak terdapat adanya Pengaruh *Body Shaming* Terhadap *Self Blaming* Pada Siswi SMPN 16 Banda Aceh.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Berikut ini merupakan identifikasi variabel penelitian :

- a. Variabel bebas (X) : *Body Shaming*
- b. Variable terikat (Y) : *Self Blaming*

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2015), definisi operasional adalah penentuan kontruk sehingga menjadi variabel yang dapat di ukur, variabel adalah segala sesuatu yang dapat diberi berbagai macam nilai. Definisi operasional dari variabel penelitian ini adalah :

1. *Body Shaming*

Sern, Harmin & Amin (2020), mengemukakan bahwa *body shaming* merupakan bentuk perudungan verbal yang bertujuan untuk menghina atau memermalukan orang lain melalui mengkritik dengan mengomentari bentuk tubih atau ukuran tubuh. Seperti berkomentar terlalu gendut,terlalu kurus, ataupun menghina muka seseorang terlalu jelek, jerawat, flek hitam, dan hinaan lain yang berhubungan dengan tubuh korban.

2. *Self blaming*

Menurut Tangney (2014), *self blaming* merupakan reaksi umum yang dialami seseorang ketika menghadapi peristiwa yang membuat stress, terutama yang berhubungan dengan cara individu berinteraksi. Ketika

individu menyalahkan diri sendiri, maka individu akan cenderung merasa malu (*shame*) dan bersalah (*guilt*) karena kedua emosi tersebut termasuk dalam perasaan menyalahkan diri sendiri.

C. Populasi dan Sampel

Berikut ini merupakan populasi dan sampel yang telah ditentukan dari penelitian ini.

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2015), populasi adalah objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang akan menentukan kesimpulan pada sebuah penelitian. Pada penelitian ini populasinya adalah seluruh siswi SMPN 16 Banda Aceh. Populasi pada penelitian ini berjumlah 153 siswi.

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2015), sampel merupakan sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Pada penelitian ini menggunakan teknik *probabilty sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang memeberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel.

Metode yang digunakanyaitu *simple random sampling*,dimana *simple random sampling* merupakan pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Jumlah sampel pada penelitian ini didapat berdasarkan dari hasil rumus *slovin*. Menurut Sugiyono (2015), rumus slovin digunakan pada penarikan untuk mencari

besaran sampel yang dinilai mampu mewakili populasi, adapun rumus *slovin* untuk menentukan sampel adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

$$n = \frac{153}{1 + 153(0,05)^2}$$

$$n = \frac{153}{1 + 153(0,0025)}$$

$$n = \frac{153}{1 + 0,3825}$$

$$n = \frac{153}{1,3825}$$

$$n = 110,6$$

Keterangan:

n = Ukuran sampel atau jumlah responden

N = Ukuran populasi

e = Kesalahan pengambilan sampel yang masih ditolerir; 0,05

Berdasarkan rumus *slovin* di atas, jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini berjumlah 111 siswi.

D. Metode Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik skala. Menurut Arikunto (2021), skala merupakan suatu alat ukur subjektif yang di buat dalam bentuk berskala. Skala cukup memberikan informasi tertentu tentang seseorang. Subjek diminta untuk merespon sejumlah pernyataan yang sesuai dengan keadaan yang dialaminya. Bentuk skala yang dipakai dalam

penelitian ini adalah skala likert yang sudah dirancang menjadi empat pilihan *alternative* jawaban, pilihan jawaban yang diberikan tidak bersifat ragu-ragu atau netral. Menurut Sugiyono (2015), skala *likert* adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Skala yang disajikan dalam bentuk pernyataan negatif dan positif (*favorable dan unfavorable*). Penelitian ini juga menggunakan bantuan aplikasi *SPPS (Statistical Product and Service Solution)*.

Tabel 1
Empat alternative jawaban yang digunakan dalam skala *likert*

No.	Alternatif Jawaban	Pernyataan	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1.	Sangat Setuju (SS)	4	1
2.	Setuju (S)	3	2
3.	Tidak Setuju (TS)	2	3
4.	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Skala ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *Body Shaming* dan *Self Blaming*.

a. Skala *Body Shaming*

Menurut Duarte, Gilbert, Morries (2017), *body shaming* merupakan bentuk kritikan yang negatif yang dilakukan oleh orang lain melalui kata-kata menghina terhadap tubuh seseorang baik di ucapan sengaja maupun tidak sengaja. Berdasarkan definisi *body shaming* tersebut terdapat aspek-aspek mengenai *body shaming* menurut Gilbert dan Milles (2002) yaitu : mengenai komponen kognitif sosial atau eksternal dan komponen mengenai evaluasi diri yang berasa dari diri sendiri. Terdiri dari 22 aitem dan telah diadaptasi

oleh Nur Izzatul Masrifah (2022), dengan nilai *reliabilitas alpha* 0,851.

Tabel 2
Skala *Body Shaming*

Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Komponen negatif sosial atau eksternal	1,6,8,10,12, 14,17,20	-	8
Komponen mengenai evaluasi diri dari dalam	2,3,4,5,7,9,11, 13,15,16,19,22	18,21	14
			22

b. Skala *Self Blaming*

Wijastuti (2013), *self blaming* merupakan emosi yang dimulai dari peristiwa-peristiwa positif hingga peristiwa negatif, seperti mengalami kegagalan, pelanggaran moral, dan pelanggaran interpersonal. Ketika individu menyalahkan diri sendiri maka, individu tersebut akan cenderung merasa malu (*shame*) atau bersalah (*guilt*). Rasa bersalah adalah keadaan emosi yang dihasilkan ketika individu mengevaluasi perilaku mereka sebagai suatu kegagalan tetapi, individu tersebut hanya fokus pada penyebab yang membuat ia kegagalan. Variabel *self blaming* dalam penelitian ini akan diukur berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Andrew (dalam Widjast, 2011), yaitu *modeling* (memperlakukan

diri sendiri sama seperti yang diperlakukan orang lain, strategi berperilaku aman, rasa malu, perasaan negatif, rasa takut dan emosional.

Tabel 3
Blue print skala *Self Blaming*

Aspek	Aitem		Jumlah	Bobot
	Favorable	Unfavorable		
Moddeling (memperlakukan diri sendiri sama seperti yang diperlakukan oleh orang lain).	1, 4, 6, 7	3, 2, 5, 8	8	15%
Strategi berperilaku aman	10 , 11 , 14	9, 12, 13	6	15%
Rasa malu	15, 18, 19	16, 17, 20	6	15%
Perasaan negatif	21, 22, 26	23, 24, 25	6	15%
Rasa takut	27, 28, 31, 35, 36	29, 30, 32, 33, 34	10	25%
Emosional	37,38, 39	40, 41, 42	6	15%
Jumlah	21	21	42	100%

E. Validitas dan Reabilitas

1. Uji Validitas

Pengujian validitas dilakukan untuk mengetahui item-item instrumen yang valid dan item-item instrumen yang tidak valid. Rumus statistik yang digunakan untuk pengujian validitas dalam penelitian ini adalah Statistik Koefisien Korelasi *Product Moment*. Fungsi rumus ini untuk mengetahui validitas pada setiap item-item angket pada penelitian ini.

2. Uji Reliabilitas

Menurut Azwar (2014), salah satu ciri instrumen yang berkualitas baik adalah yang reliabilitasnya tinggi. Reliabilitas merupakan suatu pengukuran yang diukur dan dapat dipercaya akan hasilnya. Hasil pengukuran dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap sebagian siswi atau subjek penelitian ini memperoleh hasil yang *relative* sama. Pada penelitian ini menggunakan teknik analisis *Alpa Cronbach* dalam uji reliabilitas dengan menggunakan *IBM SPSS versi 22.0 for window*. Dapat dinyatakan hasil yang realibel apabila nilainya mendekati 1.00 dan apabila hasilnya jauh dari nilai 1.00 maka nilai yang diukur semakin rendah dan tidak dapat dikatakan *realibil*.

F. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah langkah yang digunakan untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian ini. Tujuannya untuk mendapatkan kesimpulan dari penelitian ini. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode analisis data kuantitatif, dalam pengukuran variabelnya menggunakan skala likert. Dimana seorang responden diberikan pernyataan dan dimintai mengisi angket tersebut yang akan diberikan terhadap subjek penelitian di SMP N 16 Banda Aceh. Sesuai dengan hipotesis dan tujuan penelitian yaitu mencari pengaruh, maka data yang diperoleh akan diuji dengan uji data sebagai berikut.

a. Normalitas

Uji normalitas dirancang untuk menguji variabel pengganggu atau residual memiliki kontribusi normal atau tidak. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan teknik uji *Kolmogrov Smirnov test* dan akan diolah menggunakan

SPSS versi 22.0 for window. Dari hasil pengujian mendapatkan hasil nilai signifikan $> 0,05$ maka data tersebut berdistribusi normal, jika sebaliknya nilai signifikan $< 0,05$ maka data tersebut tidak berdistribusi normal (Siregar, 2015).

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara kedua variabel bebas dan variabel terikat linier atau tidak. Pengujian linieritas pada penelitian ini menggunakan teknik *Test For Linierity* yang diolah menggunakan *SPSS versi 22.0 for window*. Jika nilai $p < 0,05$ maka kedua variabel mempunyai hubungan linier, namun jika nilai $p > 0,05$ maka kedua variabel dikatakan tidak mempunyai hubungan linier (Gunawan, 2015).

c. Uji Regresi

Analisis data yang digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen dan dependen adalah regresi linier sederhana. Regresi linier sederhana merupakan alat pengukuran yang digunakan untuk mengukur besarnya pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen, yang kemudian diolah dengan menggunakan *SPSS 22.0 for window*. Uji regresi pada penelitian ini disebut juga uji hipotesis. Uji hipotesis ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh *Body Shaming* terhadap *Self Blaming* pada Siswi SMP Negeri 16 Banda Aceh. Uji regresi sederhana ditinjau pada taraf signifikansi 0,000 atau $p < 0,05$ maka H_a diterima dan H_o ditolak (Gunawan, 2015).

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kanchah

Penelitian dilakukan di SMPN 16 Banda Aceh yang beralamat di Jln. Makam Pahlawan, Gampong Peuniti, Kec. Baiturrahman, Kota Banda Aceh. SMPN 16 Banda Aceh memiliki visi dan misi sebagai berikut:

1. Visi

Berakhlak mulia, mandiri, berprestasi (menguasai iptek) dan peduli lingkungan.

2. Misi

- a. Melaksanakan pembelajaran diniyah dan tahfidz
- b. Menumbuhkan kepedulian sosial dan lingkungan, cinta tanah air, semangat dan mempertahankan hidup demokratis sebagai perwujudan budipekerti luhur.
- c. Mengembangkan budaya literasi, rasa ingin tahu, bertoleransi, bekerja keras, saling menghargai, disiplin, jujur, kerja keras, kreatif dan mandiri.
- d. Melaksanakan pendidikan yang berorientasi pada peningkatan mutu, efisien dan efektif, serta mempunyai kepribadian berkarakter dan berakhlak mulia, mandiri, gotong royong, dan nasionalisme.
- e. Mengembangkan kinerja professional guru dan karyawan (berdisiplin, memiliki komitmen, memiliki pemahaman dan kemampuan dalam melaksanakan tugas).

- f. Meningkatkan kinerja sekolah (prestasi akademis dan non akademis) melalui kreatif, critical thinking, colaboratif, komunikatif dalam proses pembelajaran.
- g. Menciptakan persaingan antara siswa secara positif dan sportif.
- h. Melaksanakan proses bimbingan konseling yang efektif, efisien dan berkualitas.
- i. Melaksanakan manajemen berbasis sekolah untuk memberdayakan sekolah secara kemandirian, keterbukaan, akuntabilitas, partisipasi stakeholder, fleksibilitas, dan keberlanjutan.
- j. Menciptakan lingkungan sekolah yang kondusif untuk pelaksanaan kegiatan pembelajaran.

3.Tujuan

- 1) Mampu menampilkan kebiasaan sopan santun dan berbudi pekerti sebagai cerminan akhlak mulia, iman dan taqwa.
- 2) Mampu mengaktualisasikan diri dalam berbagai seni dan olahraga sesuai pilihannya.
- 3) Mampu mengoperasikan computer aktif untuk program microsof word, excel, dan desain grafis.
- 4) Mampu melanjutkan ke SMA/SMK terbaik sesuai pilihannya melalui pencapaian target pilihan yang ditentukan sendiri.
- 5) Mampu bersaing dalam mengikuti berbagai kompetisi akademik dan non akademik di tingkat kecamatan, kabupaten, provinsi dan nasional.

- 6) Mampu mewujudkan kebiasaan hidup bersih, sehat dan disiplin pada semua warga sekolah sehingga tercegah dari berbagai pandemi.
- 7) Mampu mewujudkan kebiasaan beribadah sesuai ajaran agama sebagai dasar pembentukan akhlak mulia.
- 8) Memiliki jiwa cinta tanah air yang diinternalisasikan melalui kegiatan pramuka, baik dilingkungan sekolah maupun di luar sekolah.
- 9) Mampu mewujudkan pengelolaan sekolah secara demokratis, transparan, dan akuntabelsesuai standar pengelolaan.
- 10) Mampu mewujudkan kegiatan pelestarian lingkungan hidup berbasis kemitraan dan partisipatif sehingga terwujudnya lingkungan sekolah yang kondusif (ADIWIYATA) bagi peningkatan kualitas proses dan hasil pembelajaran.

B. Persiapan Penelitian

Persiapan penelitian mencakup yang harus peneliti lakukan adalah memastikan persiapan-persiapan penelitian secara matang agar terhindar dari kesalahan yang tidak dapat diinginkan. Persiapan dimulai dari peneliti mengambil data awal di tempat penelitian, penyusunan alat ukur, perizinan penelitian, sampai proses penelitian. Persiapan penelitian ini juga berguna untuk memudahkan peneliti dalam menerapkan dan menyebarkan instrument penelitian.

1. Pengurusan Surat Izin Penelitian

Peneliti memperoleh surat izin penelitian yang dikeluarkan oleh Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh dengan nomor surat 391/UM.M6/F/2024 pada tanggal 27 Juli 2024 yang ditujukan kepada Kepala Dinas Pendidikan Kota Banda Aceh setelah itu kepala mengeluarkan surat rekomendasi yang ditujukan kepada sekolah SMPN 16 Banda Aceh. Selanjutnya kepala Sekolah SMPN 16 Banda Aceh mengeluarkan surat keterangan telah selesai melaksanakan penelitian pada tanggal 06 Agustus 2024 dengan nomor 074/133/2024.

2. Penyusunan Alat Ukur Penelitian

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *body shaming* dan *self blaming*. Aitem dari skala *body shaming* diukur dengan BISS (*body image shame scale*) yang disusun berdasarkan dari aspek-aspek yang dikembangkan oleh Gilbert dan Milles (2002) yang terdiri Terdiri dari 22 aitem dan telah diadaptasi oleh Nur Izzatul Masrifah (2020). Dengan nilai reabilitas alpha 0,851. Sedangkan dari skala *self blaming* disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Andrew (dalam Widjast,2011), yang terdiri dari 42 aitem.

C. Pelaksanaan Penelitian

Peneliti melakukan screning terlebih dahulu pada 204 siswi tingkat menengah pertama SMPN 16 Banda Aceh untuk mengetahui berapa yang mengalami body shaming dengan menggunakan skala body shaming yang sudah baku. Dikarenakan nilai validitas dan reliabilitas skala tersebut tinggi maka,

peneliti tidak melakukan uji coba (*try out*) pada skala *body shaming*. Peneliti melakukan uji coba (*try out*) skala *self blaming* terlebih dahulu kepada 30 siswi untuk mengetahui validitas dan reliabilitas. Setelah data tersebut dianalisis melalui program *SPSS*, maka diperoleh hasil dari skala *self blaming* dari 42 aitem untuk uji coba hanya 14 aitem yang valid untuk penelitian.

D. Hasil Analisa Data Penelitian

1. Uji Instrumen

a. Validitas

Penelitian ini menggunakan validitas isi untuk melihat keakuratan dari skala yang digunakan. Pengujian validitas isi tidak melalui analisis statistika tetapi menggunakan analisis rasional oleh ahli yang berkompeten atau *expert judgement* yaitu dosen pembimbing. Jika dosen pembimbing menyatakan semua item dari kedua variabel sudah tepat, maka baru bisa dilakukan penelitian.

b. Diskriminasi Aitem Skala *Body Shaming* dan *Self Blaming*

Aitem dari skala *body shaming* diukur dengan BISS (*body image shame scale*) yang disusun berdasarkan dari aspek-aspek yang dikembangkan oleh Gilbert dan Milles (2002) yang terdiri Terdiri dari 22 aitem dan telah diadaptasi oleh Nur Izzatul Masrifah (2020). Dengan nilai reabilitas alpha 0,851.

Tabel 4
Diskriminasi Aitem Skala *Self Blaming* sebelum Aitem yang Tidak valid Dibuang

Aspek	Aitem		Jumlah	Bobot
	Favorable	Unfavorable		
Moddeling (memperlakukan diri sendiri sama seperti yang diperlakukan oleh orang lain	1, 4, 6, 7	3, 2, 5, 8	8	15%
Strategi berperilaku aman	10, 11, 14	9, 12, 13	6	15%
Rasa malu	15, 18, 19	16, 17, 20	6	15%
Perasaan negatif	21, 22, 26	23, 24, 25	6	15%
Rasa takut	27, 28, 31, 35, 36	29, 30, 32, 33, 34	10	25%
Emosional	37,38, 39	40, 41, 42	6	15%
Jumlah	21	21	42	100%

Ket : Dihitamkan : Tidak Valid

Sedangkan untuk skala *self blaming*, aitem yang valid sebanyak 14 aitem dan yang gugur sebanyak 28 aitem yaitu :

2,5,6,7,10,11,12,13,14,15,17,18,19,20,21,22,24,26,28,29,30,31,32,35,36,40,41

dan 42. seperti yang dijabarkan dalam tabel tabel diatas.

Tabel 5
Diskriminasi Aitem Skala *Self Blaming* setelah Aitem yang Tidak valid Dibuang

Aspek	Aitem		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Moddeling (memperlakukan diri sendiri sama seperti yang diperlakukan oleh orang lain.	1,4	3,8	4
Strategi berperilaku aman		9	1
Rasa malu		16	1
Perasaan negatif		23,25	2
Rasa takut	27	33,34	3
Emosional	37,38,39		3
Jumlah	6	8	14

c. Reliabilitas

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan Formula *Alpha Cronbach*. Hasil uji reliabilitas skala *body shaming* yang sudah baku menunjukkan nilai 0,851 dari 22 aitem. Sedangkan hasil uji reliabilitas skala *self blaming* menunjukkan nilai sebesar 0,717 dari 42 aitem. Setelah aitem yang tidak valid dibuang, nilai reliabilitasnya menjadi 0,795 dari 14 aitem. Untuk lebih jelasnya, peneliti menjabarkannya dalam tabel berikut:

Tabel 6
Hasil Uji Reabilitas Sebelum Aitem Tidak Valid Dibuang

Skala	Formula Alpa Cronbach	Jumlah Aitem
<i>Self Blaming</i>	0,717	42

Sumber: Olah data SPSS 22 for Window, tahun 2024

Tabel 7
Hasil Uji Reabilitas Sesudah Aitem Tidak Valid Dibuang

Skala	Formula Alpha Cronbac	Jumlah Aitem
Self Blaming	0,795	14

Sumber: Olah data SPSS 22 for Window, tahun 2024

2. Deskripsi Subjek dan Data Penelitian

a. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini siswa yang bersekolah di SMP Negeri 16 Banda Aceh berjenis kelamin perempuan dipilih berdasarkan karakteristik sampel. Karena jumlah populasi 153 orang dan dilakukan pengambilan sampel menggunakan rumus slovin dengan tingkat kesalahan sebesar 5% , maka mendapatkan jumlah sampel yang diperoleh dalam penelitian ini sebanyak 111 siswi.

b. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian disajikan untuk mengetahui karakteristik data pokok yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan. Deskripsi data penelitian dapat dilihat dibawah ini:

Tabel 8
Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi Data	<i>Body Shaming</i>	<i>Self Blaming</i>
N	111	111
Mean	57,14	34,32
Std. Deviation	8.370	4.061
Minimum	42	24
Maximum	79	48

Sumber : Olah data SPSS 22 for Window, tahun 2024

Kategori data skala *body shaming* dan *self blaming* dibagi dalam ke dalam

tiga katagori, yaitu rendah, sedang dan tinggi. Untuk menentukan ketiga katagori tersebut, peneliti menggunakan rumus yang dikemukakan oleh Azwar (2010) yang dijelaskan sebagai berikut :

$$\text{Rendah} = X < (\bar{X} - 1.SD)$$

$$\text{Sedang} = X < (\bar{X} - 1.SD) \leq X (\bar{X} + 1.SD)$$

$$\text{Tinggi} = (\bar{X} + 1.SD) \leq X$$

1. *Body Shaming*

$$\text{Rendah} = X < (57,14 - 8,37)$$

$$= X < 49$$

$$\text{Sedang} = (57,14 - 8,37) \leq X (57,14 + 8,37)$$

$$= 49 \leq X 65$$

$$\text{Tinggi} = (57,14 + 8,37) \leq X$$

$$= 65 \leq X$$

2. *Self Blaming*

$$\text{Rendah} = X < (34,32 - 4,06)$$

$$= X < 30$$

$$\text{Sedang} = (34,32 - 4,06) \leq X (34,32 + 4,06)$$

$$= 30 \leq X 38$$

$$\text{Tinggi} = (34,32 + 4,06) \leq X$$

$$= 38 \leq X$$

Berdasarkan deskripsi diatas, maka rentang frekuensi pada variabel *body shaming* menunjukkan bahwa subjek penelitian di dominasi oleh subjek yang memiliki *body shaming* katagori rendah (42-48) atau 16,2% berjumlah 18 siswi, sedang (49-64) atau 64,0% berjumlah 71 siswi dan katagori tinggi (65-79) atau 19,8% berjumlah 22 siswi. Hal ini menunjukkan bahwa *body shaming* pada siswi di SMP Negeri 16 Banda Aceh dalah katagori sedang dengan presentase 64,0%. Sedangkan pada variabel *self blaming* yang diperoleh untuk katagori rendah (24-29) atau 9,9% berjumlah 11 siswi, sedang (30-37) atau 86,5% pada katagori ini berjumlah 96 siswi dan pada katagori tinggi diperoleh (38-48) atau 3,8% berjumlah 4 siswi. Hal ini menunjukkan bahwa *self blaming* pada siswi SMP Neger 16 Banda Aceh adalah katagori sedang dengan presentase 86,5%. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel ini.

Tabel 9
Katagori Data Penelitian

Variabel	Rentang Frekuensi Persentase Data Penelitian			Total
	Rendah (42-48)	Sedang (49-64)	Tinggi (65-79)	
Body Shaming	18 (16.2%)	71 (64.0%)	22(19.8%)	111 (100%)
Self Blaming	11 (9.9%)	96 (86.5%)	4 (3.8%)	111 (100%)

3. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui data yang telah terkumpul berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dilihat melalui teknik *Kolmogorov smimov Test* dengan bantuan fasilitas computer yaitu program SPSS 22.0 for Windows. Data disebut berdistribusi normal jika nilai signifikansi $p > 0,05$. Tetapi jika nilai $p < 0,05$, maka data yang diperoleh tidak berdistribusi normal. Hasil uji normalitas dijabarkan di dalam tabel berikut ini:

Tabel 10
Hasil Uji Normalitas

Variabel	<i>Kolmogorov Smirnov Test</i>	Sig (P)	Ket
<i>Body Shaming</i>	0,070	0,200	Normal
<i>Self Blaming</i>			

Sumber: Olah data SPSS 22.00 for Window, Tahun 2024

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa hasil uji normalitas variabel kebutuhan afeksi menunjukkan nilai *Kolmogorov Smimov Test* $p > 0,05$ yang artinya data berdistribusi normal. Begitu juga dengan hasil uji normalitas variabel perilaku perundungan dengan nilai *Kolmogorov Smimov Test* $p > 0,05$ yang artinya data berdistribusi normal.

4. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat memiliki hubungan yang linier atau tidak. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang linier apabila nilai $p < 0,05$, tetapi jika nilai $p > 0,05$ maka hubungan antara variabel bebas dan variabel

terikat tidak linier. Untuk melihat uji linieritas, peneliti menggunakan *Test for Linearity* dengan bantuan fasilitas computer yaitu program SPSS 22.0 *for Windows*. Peneliti menjabarkan hasil uji linieritas dalam tabel berikut:

Tabel 11
Hasil Uji Linieritas

Variabel	F	P	Ket
<i>Body Shaming</i>	16,281	0,000	Linier
<i>Self Blaming</i>			

Sumber: Olah Data SPSS *for Window*, Tahun 2024

Berdasarkan hasil uji linieritas, nilai signifikan (P) berada pada angka 0,000 yang berarti lebih kecil $< 0,05$, hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel *body shaming* (X) dan variabel *Self Blaming*.

5. Uji Regresi

Uji regresi yang digunakan di dalam penelitian ini adalah uji regresi sederhana. Uji regresi bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari variabel bebas terhadap variabel terikat. Dengan ketentuan jika nilai $p < 0,05$, Maka H_a diterima dan H_o ditolak. Sebaliknya, jika nilai $> 0,05$, maka H_a ditolak dan H_o diterima.

Tabel 12
Hasil Uji Regresi

Model		Sum of Squares	Df	Mean Squares	F	Sig
1	Regression	247,791	1	247,791	17,241	0,000
	Residual	1566,533	109	14.372		
	Total	1814,324	110			

Sumber: Olah Data SPSS for Window, Tahun 2024

Berdasarkan hasil uji regresi menunjukkan nilai $f = 17,241$ dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa variabel *body shaming* memiliki pengaruh terhadap variabel *self blaming*. Hal ini menunjukkan hipotesis dalam penelitian ini terbukti diterima, adanya hubungan positif signifikan antara *body shaming* dengan *self blaming*. Hasil tabel di atas. hasil uji regresi menunjukkan bahwa adanya pengaruh *body shaming* terhadap *self blaming* pada siswi SMP Negeri 16 Banda Aceh. Dengan kata lain H_a di terima dan H_o di tolak maka, semakin tinggi *body shaming* semakin tinggi *self blaming*. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah *body shaming* semakin rendah juga *self blaming*.

Tabel 13
Model Summary

Model	R	R Squares	Adjusted R Squares	Std. Error of the Estimate
1	0,370	0,137	0,129	3,791

Sumber: Olah Data SPSS for Window, Tahun 20

Besarnya pengaruh variabel *body shaming* (X) terhadap variabel *self blaming* (Y) ditunjukkan pada tabel model summary di atas. Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan besarnya nilai regresi atau pengaruh yaitu sebesar 0,137, yang mengandung pengertian bahwa pengaruh *body shaming* (X) terhadap *self blaming* (Y) sebesar 13,7%. Sementara untuk sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak teridentifikasi didalam penelitian ini.

E. Pembahasan

Berdasarkan hasil uji regresi menunjukkan bahwa adanya pengaruh antara variabel *body shaming* terhadap *self blaming* pada siswi SMP Negeri 16 Banda Aceh. Hal ini dilihat dari nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ yang artinya *body shaming* sebagai variabel bebas memiliki pengaruh terhadap *self blaming* sebagai variabel terikat. Dengan kata lain H_a di terima H_0 di tolak maka, semakin tinggi *body shaming* semakin tinggi pula *self blaming* dan begitu juga sebaliknya dengan *self blaming* semakin rendah maka semakin rendah pula *body shaming*. Besar pengaruh *body shaming* terhadap *self blaming* berdasarkan koefisien determinasi (R Squares) sebesar 0,137 atau sekitar 13,7%. Sementara sekitar 86,3% sisanya dipengaruhi oleh variabel lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Beberapa variabel lainnya yang mungkin mempengaruhi *self blaming* seperti keadaan yang dimana subjek merasa malu (*shame*) dan berasal (*guilt*).

Penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat *body shaming* pada siswi SMP Negeri 16 Banda Aceh yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan oleh peneliti memiliki tingkat *body shaming* untuk katagori rendah(42-48) sebanyak 18 siswi dari total 111 subjek atau jika dipresentasikan 16,2% , sedang (49-64) sebanyak 71 siswi atau dipresentasikan 64,0% sementara jumlah siswi yang memiliki tingkat *body shaming* dengan katagori tinggi (65-79) sebanyak 22 siswi) atau dipresentasikan 19,8%. Hal ini menunjukkan bahwa *body shaming* pada siswi di SMP Negeri 16 Banda Aceh dalam katagori sedang dengan presentase 64,0%.

Sedangkan untuk variabel *self blaming* , mayoritas siswi SMP Negeri 16 Banda Aceh yang mengalami *self blaming* dalam katagori rendah (24-29) yaitu

sebanyak 11 siswi atau dipresentasikan 9,9%, sementara jumlah responden yang berada dalam katagori sedang (30-41) berjumlah 96 siswi atau dipresentasikan 86,5%, sementara pada katagori tinggi (42-48) berjumlah 4 siswi atau dipresentasikan 3,8%. Hal ini menunjukkan bahwa *self blaming* pada siswi SMP Negeri 16 Banda Aceh adalah katagori sedang dengan presentase 86,5%

Nontrop (2018) menyatakan bahwa faktor penyebab dari *body shaming* yaitu pandangan negatif, pemikiran mengenai evaluasi negatif dari orang lain dapat menyebabkan perasaan malu dan rasa bersalah terhadap keadaan tubuhnya. Grogan (2018) menyatakan ketidakpuasan tubuh dapat membuat *body shaming* meningkat. Evaluasi dari orang lain dan perasaan negatif akan tubuhnya dapat membentuk ketidakpuasan tubuh seseorang. Bentuk yang tidak ideal dianggap suatu kekurangan tubuh yang membuat remaja putri merasakan malu (*shame*) dan bersalah (*guilt*). Perasaan malu dan bersalah biasanya akan timbul karena adanya peristiwa yang memalukan bagi seorang remaja, salah satunya adalah perasaan malu mengenai ketika kondisi fisiknya sering menjadi ejekan dari orang lain atau menjadi korban *body shaming* dan Perasaan malu sangat berkaitan erat dengan perilaku *self blaming* hal tersebut didapatkan karena adanya penilaian buruk tentang dirinya (Green, 2012).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Eka Sucy Nurlaily (2020) yang menunjukkan bahwa remaja yang mengalami tindakan *body shaming* secara signifikan cenderung akan mengalami perilaku *self blaming* yang akan dialami oleh remaja tersebut. Dalam hal ini, bagi siswi di SMP Negeri 16 Banda Aceh terdapat pengaruh terhadap *self blaming* yang artinya

semakin tinggi tindakan *body shaming* yang dialami maka semakin tinggi pula *self blaming* pada siswi tersebut.

Berdasarkan hasil uraian diatas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa *body shaming* dapat memberi pengaruh terhadap *self blaming*. ketika seorang siswi mengalami korban tindakan *body shaming*, siswi tersebut akan cenderung merasakan malu (*shame*) dan bersalah (*guilt*) terhadap diri sendiri. Hal tersebut sejalan dengan (Hayaki,2002) yang meyakini bahwa dari hasil studi menjelaskan seorang remaja yang memiliki bentuk tubuh yang tidak idela atau ketidakpuasan terhadap tubuh akan memberikan dampak yang akan menimbulkan perasaan malu pada diri sendiri, hal tersebut diakibatkan karena adanya tindakan *body shaming*. *Self blaming* merupakan reaksi yang umum terjadi pada korban *body shaming*.

Kelemahan dari penelitian ini adalah subjek yang digunakan dalam penelitian ini tidak dibagikan secara langsung oleh peneliti oleh sebab itu, peneliti tidak dapat memantau subjeknya secara langsung. penelitian ini hanya dilakukan pada SMP Negeri 16 Banda Aceh dan hanya pada remaja siswi. Sehingga hasil yang didapatkan mungkin akan menimbulkan perbedaan apabila dilakukan pada sekolah lainnya dan pada seluruh siswa-siswi lainnya .

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh *body shaming* terhadap *self blaming* pada siswi SMP Negeri 16 Banda Aceh. Pada bagian akhir akan dikemukakan kesimpulan dan saran-saran yang mungkin dapat berguna bagi penelitian yang akan datang dengan pembahasan topik yang sama.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada BAB sebelumnya menunjukkan bahwa terdapat signifikansi $0,000 < 0,05$ artinya *body shaming* berpengaruh signifikan terhadap *self blaming* pada siswi SMP Negeri 16 Banda Aceh, Hasil penelitian ini juga menunjukkan hubungan yang positif antara kedua variabel. dengan kata lain semakin tinggi *body shaming* maka semakin tinggi pula *self blaming* dan begitupun sebaliknya, semakin rendah *body shaming* semakin rendah juga *self blaming*. Yang artinya H_a diterima dan H_0 ditolak.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, maka saran yang dapat diberikan adalah :

Bagi pihak sekolah, diharapkan dapat membantu mencegah tindakan *body shaming* dengan melakukan edukasi *body shaming* kepada siswi agar tidak terjadi perilaku *self blaming* pada siswi.

Bagi siswi, diharapkan ketika bercanda tidak menggunakan ejekan yang mengarah kepada bentuk tubuh dan penampilan teman, karena belum tentu teman

yang di ajak bercanda mengenai tubuhnya dapat menerima dengan kata-kata yang diucapkan dan diharapkan menghargai teman satu sama lain.

Bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti variabel dan subjek yang sama agar penelitian selanjutnya memperluas subjek penelitian dan meneliti alasan pelaku melakukan tindakan *body shaming* terhadap orang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Amri, D. T. S. . (2020). Kecenderungan perilaku body shaming dalam serial Netflix Insatiable. *Jurnal Audiens*, 1(1), 100-106.
- Arikunto,S. (2021). Dasar-dasar evaluasi pendidikan edisi 3. Bumi Aksara.
- Azwar S. (2014). *Sikap Manusia : Teori dan pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Brigitta., P. A. (2018). Hubungan antara body shaming dan happiness dengan konsep diri sebagai variabel mediator. *Jurnal Penelitian Psikologi*.
- Cahyani, R. (2019). Efektivitas kognitif behavior therapy untuk menurunkan body shame. *jurnal intervensi psikologi*, 11(2), 91-100.
- Cash, T. F. (2011). *Citra tubuh : Buku pegangan sains. latihan dan pencegahan* (2 ed.). new york: Pers Guildford.
- Chairani,L. (2018). Body shame dan gangguan makan kajian meta-analisis. *Buletin Psikologi*, 26(1), 12-27.
- Chong, B. &. (2009). Perilaku pembulian pada Siswa SMA di Surabaya. *Indonesian Psychological Journal*.
- Cohen, Taya R., Scott T. Wolf, A. T. Panter, & Chester A. Insko. (2011). Introducing the gasp scale: A new measure of guilt and shame proneness. *Journal of Personality and Social Psychology*,, 100(5), 947-966.
- Dolezal, L. (2015). *Tubuh dan rasa malu: fenomologi, femimisme, dan Tubuh yang dibentuk secara sosial*. (Soedjarwo, Penerj.)
- Duarte, C., Matos, M., Stubbs, R. J., Gale, C., Morris, L., Gouveia, J. P., & Gilbert, P. (2017). Dampak rasa malu, kritik diri, dan peringkat sosial terhadap perilaku makan pada wanita obesitas yang berpartisipasi dalam program pengelolaan berat badan. *Jurnal Plos one*, 12(1).
- Fatmawati, F., Afrizawati, A., Miftahuddin, M., Suhaimi, S., Zatrachadi, M. F., Darmawati, D., & Nurjanah, A. S. (2021). Fatmawati, F.Fatmawati, F., Afrizawati, A., Miftahuddin, M., Suhaimi, S., Zatrachadi, M. F., Hubungan body shaming terhadap keadaan self confidence remaja Al-Ittizaan. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(1), 13-17.
- Fauziah,T. F & Rahmiaji, L.R. (2019). Memahami pengalaman body shaming pada remaja perempuan. *Interaksi Sosial*, 7(3), 238-248.

Febriati, Y & Fitria, K. (2020). Pemaknaan dan sikap perilaku body shaming di media sosial (sebuah studi entografi digital di instagram). *Jurnal media dan komunikasi*, 3(1).

Gillbert, P. & Jeremy Milles. (2002). Body Shame Conceptualisation,. *Research and Treatment*.

Green, S., Moll, J., William, J. F., Hulleman, J., & Zahn, R. (2012). Pronesess to Decreased negative emotions in major disorder when blaming others rather than oneself. *Jurnal Psyhopatology*.

Harmin, S., Amin, H.,. (2020). Dampak body shaming siswa SMP N 7 Kendari terhadap prilaku komunikasi. *Jurnal Ilmu Komunikasi*.

Hayaki, J., Friedman, M. A., & Brownell, K. D. (2002). Shame and severity of bulimic symptoms. *Jurnal Eating Behaviors*. 3(1), 73-83.

Iman. W, . (2009). Hubungan antara perilaku seksual dengan rasa bersalah (guilt feeling) pada remaja dikelurahan Bojong Sari Sawangan Depok. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 1(1), 9-17.

Imelda Derang, O., Novitarum, L., Lestari Hasibuan, Y., & Santa Elisabeth. (2023). Hubungan body shaming dengan harga diri pada mahasiswa ners Stikes Santa Elisabeth Medan. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*.

Istiqomah, D. (2018). Pengaruh rasa salah, rasa malu, dan tipe kepribadian big five terhadap self-forgiveness pada residen narkoba. *Jurnal Neo Konseling*. Vol.04. No.02. Hal 21-29.

R Janoff-Bulman. (2010). Characterological versus behavioral self-blame: Inquiries into depression and rape. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(10), 1798-1809. [doi:doi:10.1037/0022-3514.37.10.1798](https://doi.org/10.1037/0022-3514.37.10.1798)

John W.S. (2011). *Psikologi Perkembangan masa-hidup*. (B. Widyansinta, Penerj.) Jakarta: Erlangga.

Kaur, M., & Kaur, I. . (2016). Dysfunctional attitude and self-blame : effect on self esteem and self-conscious emotions among adolescents.

Lamont, J. (2018). The relationship of mindfulness to body shame, body responsiveness, and health outcomes. *Springer science*.10, 639-649. [doi:https://doi.org/10.1007/s12671-018-1020-2](https://doi.org/10.1007/s12671-018-1020-2).

Lisya,Chairani. (2018). Body shame dan gangguan makan kajian meta analisis. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 21(1), 12-17.

Lontowa,S. N. (2016). Rasa bersalah dan strategi coping pada mahasiswa yang putus hubungan setelah melakukan seks pranikah. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(4).

- Muhsin, A. (2014). Studi kasus ketidakpuasan remaja putri terhadap keadaan tubuhnya (Body negative pada remaja putri). *Jurnal Bimbingan dan Konseling*.
- Rachmah, E. N., & Baharuddin, F. (2019). Faktor pembentuk perilaku body shaming di media sosial. *Psikologi Sosial*.
- Ramahardhila, D., & Supriyono, S. (2022). Dampak body shaming pada citra diri remaja akhir. *Jurnal Pendidikan, Sosial dan Budaya*, 8(3), 961. [doi:https://doi.org/10.32884/ideas.v8i3.952](https://doi.org/10.32884/ideas.v8i3.952)
- Riadi,M. (2022). Body shaming (pengertian, aspek, jenis, dampak dan penyebab). <https://www.kajianpustaka.com/2022/06/bodyshaming.html>. Diakses pada 01/13/2024.
- Sakinah. (2018). "ini bukan lelucon" : Body shaming, citra tubuh,dampak dan cara mengatasinya. *Jurnal Emik*, 1.
- Sari, T. & Rosyidah, R. (2020). Pengaruh body shaming terhadap kecenderungan anorexia pada remaja perempuan di Surabaya. *11(2)*.
- Schater, H,L., & Juvonen,. J. (2015). The effects of schoo-level victimization on self blame: evidence for contextualized social cognitif. *Develoment Psychology*, 51(6).
- Siregar,S. (2015). *Statistik parametrik untuk penelitian kuantitatif*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Santrock, J. W. (2013). *Life-span development* (perkembangan masa hidup edisi 13 Jilid I. Penerjemah; Widayasinta, B). Jakarta: Erlangga.
- Stillar, A. S. (2016). he influence of carer fear and self-blame when supporting a loved one with an eating disorder. In *Innovations in Family Therapy for Eating Disorders*. 211-222.
- Sugiyono . (2015). *Metode penelitian kuantitatif,kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tangney, J. P., & Dearing, R. L. (2014). . Shame and guilt. Guilford Press.
- Wijastuti, W. (2013). Gambaran kenderungan shame dan kecenderungan guilt pada mahasiswa fakulta Psikologi Universitas Padjajaran. *Jurnal Psikologi(2)*, 22-23.
- Zuama, H. . S. N. . (2011). Hubungan antara konsep diri dengan strategi coping pada mahasiswa angkatan 2009 program studi PG PAUD Fkip Universitas Tadulako. *Journal of Education*. 41-51.

LAMPIRAN

LAMPIRAN I

SKALA PENELITIAN

IDENTITAS SUBJEK

Nama :
 Jenis Kelamin :
 Usia :
 Alamat :
 Kelas :

SKALA 1

Petunjuk Pengisian

Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan. Silahkan dibaca dan dipahami setiap pernyataan yang disediakan. Tidak terdapat jawaban yang salah dan kerahasiaan anda dalam pengisian skala ini akan dijaga dengan sebaik-baiknya. Berikan tanda (✓) pada salah satu jawaban yang dianggap paling tepat

Pilihan jawaban berupa:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya terkadang tidak nyaman dalam keramaian, karena saya takut bentuk tubuh dan penampilan saya dikritik orang lain.				
2.	Saya menghindari sosialisasi (pergi ke pesta atau jalan-jalan) karena tidak puas dengan penampilan fisik saya.				
3.	Penampilan fisik dan tubuh saya mempengaruhi				

	saya dalam berhubungan sosial.				
4.	Saya tidak menyukai olahraga di depan umum, karena takut orang lain akan mengamati bentuk tubuh saya				
5.	Penampilan fisik saya terkadang membuat saya merasa kurang percaya saat berhubungan dengan orang lain.				
6.	Penampilan dan bentuk tubuh saya dapat mempengaruhi saya dalam berhubungan dengan lawan jenis.				
7.	ketika orang lain mengetahui berat badan saya, maka saya akan malu.				
8.	Saya menghindari menggerakkan bentuk tubuh saya (seperti menari) ditempat umum karena saya takut dikritik oleh orang lain.				
9.	ada bagian tubuh saya yang saya sembuhkan kekurangannya dari orang lain.				
10.	Sa Saya sangat menghindari mengenakan pakaian ketat yang dapat memperlihatkan lekukan bentuk tubuh saya.				
11.	Ke ketika saya merasa belum terlihat sempurna, saya merasa malu.				
12.	Ketika tidak menggunakan pakaian sama sekali saat bercermin maka, saya akan merasa malu				
13.	Sa saya merasa tidak percaya diri ketika saya menggunakan pakaian yang menunjukkan bentuk tubuh saya.				
14.	Saya memperhatikan gerakan dan postur tubuh saya agar dapat menyembunyikan bagian tubuh yang tidak saya sukai.				
15.	ketika tidak bisa mengendalikan berat badan maka, saya akan merasa bersalah dengan diri sendiri.				
16.	Ketika penampilan saya tidak dapat terlihat sempurna, saya akan merasa ingin menjadi orang jahat.				
17.	Sa saya merasa ada yang membuat saya kurang				

	puas ketika melihat bentuk tubuh saya di cermin.				
18	ketika saya tidak melakukan olahraga yang cukup maka, saya akan merasa rugi terhadap diri saya.				
19	Sa saya memilih pakaian yang dapat membuat tubuh saya terlihat proposional dan ideal. Sdd				
20	K Saya malu ketika ukuran bentuk tubuh saya tidak sesuai dengan yang saya inginkan.				
21	Ketika saya tidak melakukan olahraga saya merasa tidak khawatir.				
22	meskipun saya tidap dapat mengontrol berat badan. saya merasa baik-baik saja,				

SKALA II

Nama :
 Jenis Kelamin :
 Usia :
 Alamat :
 Kelas :

Petunjuk Pengisian

Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan. Silahkan dibaca dan dipahami setiap pernyataan yang disediakan. Tidak terdapat jawaban yang salah dan kerahasiaan anda dalam pengisian skala ini akan dijaga dengan sebaik-baiknya. Berikan tanda (✓) pada salah satu jawaban yang dianggap paling tepat

Pilihan jawaban berupa:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	SS	S	ST	STS
1.	saya menggunakan pakaian yang sederhana saat berkumpul dengan teman-teman				
2.	penampilan saya cenderung terlihat menarik dimata orang lain.				
3.	saya selalu tampil maksimal ketika bertemu dengan teman saya .				
4.	saya berusaha tampil biasa saja di depan orang lain. Walaupun sering dipuji.				
5.	setiap kali saya berpenampilan saya akan merasakan bahwa penampilan saya terlihat menarik.				
6.	saya merasa tidak ada yang mengikuti penampilan saya.				
7.	saya merasa penampilan saya tidak terlalu buruk.				

8.	gaya penampilan saya di ikutin oleh lingkungan saya.				
9.	saya menerima pendapat buruk yang diberikan orang lain				
10.	saya tidak menerima pendapat buruk yang di berikan oleh orang lain terhadap saya.				
11.	saya tidak terlalu memikirkan perkataan orang lain tentang penampilan saya.				
12.	saat diejek oleh teman saya hanya menerima saja.				
13.	ketika orang lain mengkritik penampilan saya, saya kepikiran.				
14.	ketika saya diejek oleh teman tentang fisik saya, saya akan mengejeknya balik.				
15.	saat maju didepan kelas saya merasa sangat gugup.				
16.	saya senang dengan penampilan saya sekarang.				
17.	ketika maju didepan kelas saya tidak gugup sama sekali.				
18.	saya merasa tidak nyaman dengan apapun pakaian yang saya pakai.				
19.	saya tidak senang dengan penampilan saya sekarang.				
20.	saya nyaman dengan model baju apapun yang saya pakai.				
21.	Perasaan saya kacau ketika dijauhi teman karena penampilan saya.				
22.	ketika ada yang mengritik penampilan saya, saya akan tersinggung.				
23.	saya tidak merasa sedih dengan penampilan saya yang sekarang.				
24.	Perasaan saya tidak kacau ketika dijauhi teman karena penampilan saya.				
25.	saya tidak tersinggung ketika ada yang mengkritik penampilan saya.				
26.	Saya merasa sedih ketika penampilan saya tidak yang seperti saya inginkan.				

27.	saya mudah kepikiran dengan perkataan orang lain mengenai bentuk atau penampilan saya.				
28	ketika diejek mengenai tubuh saya, saya hanya diam saja.				
29.	perkataan orang mengenai penampilah saya tidak membuat fokus belajar saya hilang.				
30.	saat diejek mengenai tubuh saya, saya tidak hanya diam saja.				
31.	. saat diejek mengenai tubuh saya, saya tidak hanya diam saja.				
32.	perkataan orang mengenai penampilah saya tidak membuat fokus belajar saya hilang.				
33.	bentuk badan saya tidak menghambat saya dalam bersosialisi.				
34.	bentuk tubuh saya yang sekarang tidak membuat saya menghambat dalam mengikuti kelas nari,olahraga dll.				
35.	bentuk tubuh saya yang sekarang menghambat saya mengikuti kelas seni (olahraga dll).				
36.	. perkataan teman atau orang lain mengenai penampilan saya dapat mengganggu fokus belajar saya .				
37.	saya diam saja ketika tubuh saya dihina orang lain				
38.	Saya tidak menampakkan kecewa karena tidak bisa mengontrol bentuk badan saya.				
39.	saya menyembuyikan kesedihan di depan orang lain ketika mengkritik bentuk tubuh saya .				
40.	saya kecewa ketika saya tidak bisa mengontrol bentuk badan saya.				
41.	saya tidak biasa saja ketika tubuh saya dihina orang lain.				
42.	. ketika orang lain mengkrtik tubuh saya ,saya akan tersenyum.				

LAMPIRAN II

Tabulasi Data Skala *Self Blaming Try Out*

Nama Siswa	Umur Siswa	Kelas																																													
			a1	a2	a3	a4	a5	a6	a7	a8	a9	a10	a11	a12	a13	a14	a15	a16	a17	a18	a19	a20	a21	a22	a23	a24	a25	a26	a27	a28	a29	a30	a31	a32	a33	a34	a35	a36	a37	a38	a39	a40	a41	a42			
Nita Syarinna	14 - 15 Tahun	VIII SMP	1	2	3	2	4	2	2	1	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3		
Safira	12 -13 Tahun	VIII SMP	4	3	4	4	2	3	3	2	4	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	1	3	4	4	2	3	3	4	4	2	2	3	3	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	2	3	
Asyifa Azura	14 - 15 Tahun	VIII SMP	2	2	1	2	2	2	3	2	3	3	3	4	2	2	4	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	4	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	
Atikah Adelia	14 - 15 Tahun	VIII SMP	1	1	2	1	1	1	4	1	3	2	3	3	4	2	2	1	3	3	4	3	3	2	1	4	3	3	4	2	1	4	1	2	3	2	2	2	3	4	2	4	2	4	2	3	
Aisyah Zahira	12 -13 Tahun	VII SMP	2	2	2	2	2	4	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	1	2	3	2	3	2	3	1	
Asmaul Husna	14 - 15 Tahun	IX SMP	2	2	3	3	2	2	4	2	3	2	2	2	1	3	3	3	1	2	2	3	3	4	2	3	4	4	4	3	3	2	3	1	2	2	2	4	3	3	4	3	1	1			
Nazira	12 -13 Tahun	VII SMP	3	3	2	2	2	4	3	2	3	1	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	2	3	2		
Alisya	12 -13 Tahun	VIII SMP	2	2	2	3	2	1	2	2	2	3	4	1	1	2	4	1	4	2	2	1	2	1	1	1	1	2	3	4	2	3	2	4	1	1	3	1	2	4	4	4	1	3			
Zahratulmahfuzah	16 Tahun	IX SMP	3	3	1	3	2	4	3	3	3	3	3	4	2	2	4	4	3	3	3	2	4	3	4	2	3	1	1	2	2	1	2	3	3	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	
Intan Syakira	12 -13 Tahun	VII SMP	2	2	1	2	4	2	2	2	2	2	2	3	1	4	3	2	1	2	2	1	4	3	1	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	1	2	2	2	3	3	3	
Nita Syarina	14 - 15 Tahun	VIII SMP	1	1	3	1	4	2	1	2	3	1	2	4	2	2	1	2	3	4	3	1	2	1	2	4	1	4	2	1	3	4	3	3	4	2	1	3	1	3	2	3	1	2			
Maulida	16 Tahun	IX SMP	3	3	2	2	2	3	4	2	2	4	2	3	4	1	2	4	2	4	1	2	2	1	2	2	4	2	4	1	4	3	1	3	3	4	1	2	2	4	2	4	3	3			
Nurfadilah	14 - 15 Tahun	VIII SMP	2	2	3	2	2	4	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	1	1	3	3	3	2	1	3	4	2	2	3	3	3	2	1	2	2	3	2	1	1			
Fitri Rahmadana	12 -13 Tahun	VII SMP	1	1	1	3	3	2	1	2	4	4	2	3	3	3	3	2	2	1	1	3	1	4	1	3	4	2	2	4	1	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	4	3
Gita Fitrah	14 - 15 Tahun	VIII SMP	2	2	2	2	2	2	2	4	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	1	2	2	2	2	2	3	1		

Naila Vandanu	14 - 15 Tahun	IX SMP	1	2	2	1	2	1	1	2	3	1	2	3	2	3	1	1	1	2	4	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	4	2	1	3	2	4	2	3			
Syanila Farah	14 - 15 Tahun	VIII SMP	2	1	2	2	4	3	3	2	4	4	1	2	4	1	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	4	4	2	3	2	2	2	2	3	4	3	2	2	2			
Hilda Selvi	16 Tahun	IX SMP	2	2	2	2	2	3	3	1	3	3	3	2	2	2	2	1	1	4	3	1	3	3	2	4	2	1	3	2	3	3	3	3	2	2	1	1	4	3	3	1	4	1	2		
Raudhatun Nazrah	16 Tahun	IX SMP	2	2	3	3	2	4	3	2	4	4	2	2	2	3	4	4	3	2	2	1	1	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	1	3	2	1	3	2	1	3	1
Syifatul Ula	14 - 15 Tahun	VIII SMP	2	2	2	2	1	2	1	2	3	4	2	3	2	4	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	4	4	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	1	1	4	1	1	4	1	1
Putri Salsabila	16 Tahun	IX SMP	4	2	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	1	3	4	1	3	1	4	1	3	3	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	2	2	1	4	1	1	2	2	3		
Rina	14 - 15 Tahun	VIII SMP	1	3	2	2	2	4	3	4	2	3	2	4	2	3	1	2	4	3	2	2	3	3	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	4	3	4		
Putri Maghfirah	16 Tahun	IX SMP	1	4	2	1	2	3	4	2	3	2	1	3	3	3	1	2	4	1	2	3	4	3	2	2	1	4	2	2	1	1	4	2	2	1	2	3	3	3	2	2	1	4			
Alfina	12 -13 Tahun	VII SMP	2	2	1	2	1	4	2	2	3	3	2	1	2	2	2	4	2	3	4	1	3	2	3	4	2	4	3	2	2	2	2	3	4	1	4	2	3	1	2	4	3	1			
Aisyah Fonna	16 Tahun	IX SMP	1	1	2	2	3	2	4	3	2	1	2	4	3	2	1	2	3	2	3	1	4	3	4	2	2	1	1	2	3	3	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1		
Savera Muskila	14 - 15 Tahun	VIII SMP	2	3	2	1	3	1	1	2	3	3	2	3	4	3	3	2	2	2	3	2	2	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	2	3	3	4	3	1	
Riva Rahmadhani	14 - 15 Tahun	VIII SMP	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	4	2	3	2	3	4	2			
Wildatun Hasanah	12 -13 Tahun	VII SMP	2	2	2	2	1	4	3	2	2	2	2	4	4	4	2	2	3	3	3	1	3	4	2	2	1	4	3	1	1	3	3	2	1	1	2	3	4	2	3	4	3	1			
Husnul Farina	14 - 15 Tahun	VIII SMP	1	1	2	1	2	1	4	1	3	3	3	3	2	2	1	4	3	1	2	1	1	2	4	4	1	3	3	4	4	4	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3		
Afifah Azzuhra	16 Tahun	IX SMP	2	2	4	2	2	3	3	2	4	3	2	3	3	3	2	3	4	1	4	3	1	1	4	3	3	4	4	3	2	3	2	2	2	4	2	2	4	4	4	4	3	3	2		

LAMPIRAN III

Reabilitas Skala *Self Blaming* Sebelum Aitem Gugur**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	30	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,717	42

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	101,0667	104,478	,490	,707
VAR00002	100,9000	106,507	,191	,712
VAR00003	100,8000	102,372	,433	,700
VAR00004	100,9333	105,168	,387	,708
VAR00005	100,7333	107,168	,119	,716
VAR00006	100,2667	107,168	,154	,714
VAR00007	99,9667	107,551	,192	,713
VAR00008	100,7667	103,357	,307	,706
VAR00009	100,0333	104,240	,394	,704
VAR00010	100,3000	105,114	,219	,711
VAR00011	100,6667	104,713	,233	,706
VAR00012	100,1333	111,499	-,119	,728
VAR00013	100,4333	105,220	,220	,711
VAR00014	100,4333	107,426	,117	,716
VAR00015	100,7000	104,355	,224	,711
VAR00016	100,6000	102,179	,355	,703
VAR00017	100,4333	105,909	,152	,715
VAR00018	100,7333	111,030	-,094	,727
VAR00019	100,4667	106,189	,166	,714

VAR00020	101,1000	105,541	,235	,710
VAR00021	100,5000	109,017	-,002	,724
VAR00022	100,4667	103,844	,232	,710
VAR00023	100,6333	104,102	,381	,702
VAR00024	100,3667	108,930	,029	,720
VAR00025	100,5333	101,982	,381	,702
VAR00026	100,3333	104,989	,201	,712
VAR00027	100,2333	103,151	,318	,705
VAR00028	100,4333	104,047	,285	,707
VAR00029	100,6000	107,490	,088	,718
VAR00030	100,3667	110,585	-,069	,725
VAR00031	100,5333	106,051	,198	,712
VAR00032	100,5333	107,844	,140	,715
VAR00033	100,6000	102,800	,357	,703
VAR00034	100,7000	100,976	,449	,698
VAR00035	100,5667	109,220	,002	,722
VAR00036	100,7333	106,754	,133	,715
VAR00037	100,4667	101,499	,407	,700
VAR00038	100,3000	102,838	,327	,705
VAR00039	100,6000	102,524	,354	,703
VAR00040	100,5333	109,844	-,037	,726
VAR00041	100,6333	101,895	,272	,702
VAR00042	100,8667	108,257	,043	,721

LAMPIRAN IV

Reabilitas Skala *Self Blaming* Sesudah Aitem Gugur**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	30	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,795	14

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	32,0000	36,345	,498	,776
VAR00003	31,7333	36,340	,516	,775
VAR00004	31,8667	36,809	,517	,776
VAR00008	31,7000	37,183	,345	,789
VAR00009	30,9667	37,344	,514	,777
VAR00016	31,5333	37,775	,376	,795
VAR00023	31,3667	36,999	,384	,785
VAR00025	31,4667	36,430	,510	,774
VAR00027	31,1667	36,764	,384	,785
VAR00033	31,5333	37,430	,344	,788
VAR00034	31,6333	35,137	,555	,770
VAR00037	31,4000	37,214	,341	,789
VAR00038	31,2333	37,495	,308	,792
VAR00039	31,5333	36,671	,395	,784

LAMPIRAN V

SKALA II

Aitem Self Blaming Setelah Gugur

Nama :

Jenis Kelamin :

Usia :

Alamat :

Kelas :

SKALA II

Petunjuk Pengisian

Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan. Silahkan dibaca dan dipahami setiap pernyataan yang disediakan. Tidak terdapat jawaban yang salah dan kerahasiaan anda dalam pengisian skala ini akan dijaga dengan sebaik-baiknya. Berikan tanda (✓) pada salah satu jawaban yang dianggap paling tepat

Pilihan jawaban berupa:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No	Penyataan	SS	S	TS	STS
1	saya menggunakan pakaian yang sederhana saat berkumpul dengan teman-teman.				
2	saya selalu tampil maksimal ketika bertemu dengan teman saya .				
3	saya berusaha tampil biasa saja di depan orang lain. Walaupun sering dipuji.				
4	gaya penampilan saya di ikutin oleh lingkungan saya.				
5	saya menerima pendapat buruk yang diberikan orang lain				

6	saya senang dengan penampilan saya sekarang				
7	saya tidak merasa sedih dengan penampilan saya yang sekarang.				
8	saya tidak tersinggung ketika ada yang mengkritik penampilan saya.				
9	saya mudah kepiran dengan perkataan orang lain mengenai bentuk atau penampilan saya.				
10	bentuk badan saya tidak menghambat saya dalam bersosialisi.				
11	bentuk tubuh saya yang sekarang tidak membuat saya menghambat dalam mengikuti kelas nari,olahraga dll.				
12	saya diam saja ketika tubuh saya dihina orang lain				
13	Saya tidak menampakkan kecewa karena tidak bisa mengontrol bentuk badan saya.				
14	saya menyembuyikan kesedihan di depan orang lain ketika mengkritik bentuk tubuh saya				

LAMPIRAN VI

Tabulasi Skor Aitem Penelitian
Skala *Body Shaming*

Inisial	Usia	Kelas	A 1	A 2	A 3	A 4	A 5	A 6	A 7	A 8	A 9	A 10	A 11	A 12	A 13	A 14	A 15	A 16	A 17	A 18	A 19	A 20	A 21	A 22	Total
J	14	IX-1	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	4	3	4	2	2	3	4	2	3	3	64
P	15	IX.1	2	2	2	2	1	1	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	55
R	14	IX.1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	1	4	2	4	3	2	3	4	63
K	14	IX.1	2	2	1	2	2	3	2	2	3	4	2	3	3	3	3	2	4	2	4	2	3	3	57
S	14	IX.1	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	48
Z	14	9	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	53
S	14	IX.1	2	1	2	2	1	1	3	2	1	3	3	4	4	1	3	1	3	2	3	3	4	1	50
M	14	IX.1	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	4	2	3	3	52
S	14	IX.1	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	4	1	2	2	4	3	3	3	64
J	14	IX.1	3	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	1	3	4	3	3	4	2	55
P	13	08:03	3	3	1	2	1	1	1	1	1	4	2	3	1	2	3	1	1	1	1	1	4	4	42
AYN	13	08:03	2	2	2	4	2	2	2	2	3	3	3	2	4	2	2	2	4	3	2	2	4	2	56
ANC	12	VIII.3	1	1	1	4	1	1	2	4	2	4	2	4	2	3	3	1	1	2	3	2	3	3	50
SN	13	VIII.3	3	2	2	1	3	2	2	3	2	4	2	4	4	3	2	2	2	2	3	2	3	2	55
CAA	13	VIII.3	1	1	1	3	1	1	1	4	1	4	1	4	4	1	4	1	1	1	1	1	3	2	42
PR	13	VIII.3	3	3	2	1	3	2	1	3	2	3	3	4	4	2	1	1	1	3	3	3	1	4	53
AT	13	VIII.3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	1	1	3	2	1	1	2	3	2	2	3	3	46
SU	14	VIII.4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	2	3	66
AA	13	VII.3	1	1	1	4	1	1	1	4	1	4	1	4	4	1	4	1	1	1	1	1	3	2	43
RCB	13	VIII.3	2	2	2	3	2	1	1	2	2	3	2	3	3	1	4	1	1	1	4	2	3	3	48
AA	14	VII.3	2	2	2	4	2	2	2	2	3	3	3	2	4	2	2	2	4	3	2	2	1	2	53
NZ	14	VII.3	2	1	2	2	2	1	1	2	1	4	1	4	4	2	1	1	1	3	2	1	3	3	44
NA	14	IX3	2	1	2	2	3	2	2	3	1	4	2	4	3	2	1	1	2	3	3	2	2	3	50

AA	15	IX.3	2	1	1	2	3	2	1	3	1	4	2	3	3	2	2	1	1	3	3	2	2	3	47
RM	14	IX.3	2	1	2	2	2	1	2	2	1	3	3	3	2	2	3	1	2	3	2	2	3	2	46
HM	12	07:05	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	1	2	2	3	2	3	1	47
AM	12	VII.5	2	2	3	2	3	1	2	3	3	3	3	3	3	2	2	1	4	1	3	1	4	4	55
NJ	12	VII.5	4	3	2	3	3	3	3	3	4	4	2	4	4	2	4	2	2	1	3	3	2	2	63
ZO	12	VII.5	3	2	2	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	59
AF	12	VII.5	2	2	2	3	2	2	3	2	1	1	2	2	1	2	2	3	2	3	3	2	3	3	48
NA	14	08:04	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	59
SH	14	VIII.4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	4	3	3	2	2	3	3	3	2	2	54
A	13	08:04	2	3	2	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	2	3	2	3	2	2	1	58
ZSP	13	08:04	2	2	2	3	2	2	3	4	3	4	3	2	4	3	3	1	3	2	3	4	2	2	59
P	13	08:04	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	53
A	14	IX	2	2	2	2	1	1	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	4	2	1	3	2	42
AB	13	VIII-4	2	2	2	3	3	3	2	3	2	4	4	3	3	2	2	1	3	2	4	2	2	3	57
SNA	14	08:03	2	2	2	4	2	2	2	2	4	4	4	2	4	2	2	2	4	3	2	2	1	2	56
MFA	13	VIII-3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	1	1	4	3	3	1	2	2	3	2	4	1	49
RTS	13	08:03	2	2	2	4	2	2	2	2	4	4	4	2	4	2	2	2	4	3	2	2	1	2	56
ZF	13	VIII-4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	65
NQA	13	VIII-4	3	2	3	2	2	2	1	1	4	3	1	2	3	3	1	1	3	1	3	1	1	4	47
SPZ	12	VIII-5	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	4	2	2	3	3	2	3	3	3	66
TS	13	VIII-5	3	2	3	2	3	2	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	67
M	12	VII-5	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	52
HZW	12	VII-5	2	2	1	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	1	2	3	3	2	3	3	60
N	12	VII-5	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	56
SLS	15	IX-3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	63
DAS	14	IX-3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	62
DS	15	IX-3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	61
CZV	14	IX-3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	4	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	54
PA	14	IX3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	1	2	2	3	3	2	2	3	52
DAR	14	IX-3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	1	2	2	3	3	2	2	3	52
SA	A4	IX-3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	1	2	2	3	3	2	3	2	52
A	13	IX-3	4	2	2	4	2	2	1	2	4	4	3	4	3	2	3	2	3	2	4	3	3	3	62
T	14	IX-3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	51

A	14	IX-3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	4	2	2	66
AM	13	VII-4	2	2	3	1	4	3	1	2	3	4	4	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	58	
CSAB	13	VIII-4	3	1	2	2	1	2	4	2	3	4	2	4	4	4	4	2	4	3	2	4	1	4	62	
CA	13	VIII-4	3	2	3	3	3	3	2	3	4	4	3	2	4	2	2	2	3	2	4	1	2	4	61	
J	13	VIII-4	2	2	3	1	3	3	4	2	3	3	4	4	3	3	3	2	2	2	4	4	4	3	64	
RNM	13	VIII-4	3	2	3	4	3	3	2	2	2	4	3	2	4	2	2	2	3	3	3	4	2	1	59	
AKF	13	VIII-4	3	2	3	3	3	3	2	3	4	4	3	4	3	4	3	4	2	4	3	3	2	4	69	
NPN	13	8	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	3	2	3	4	2	75	
SRW	13	VIII	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	2	3	2	3	3	3	3	71	
SA	13	VII-4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	2	3	3	4	4	3	2	74	
K	14	IX-4	4	3	2	3	2	2	3	3	2	4	2	2	4	2	4	2	2	1	4	2	2	2	57	
AL	14	IX-4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	2	2	4	3	2	2	73	
M	14	IX-4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	2	2	4	3	2	2	72	
KA	14	IX-4	3	1	1	3	3	1	2	1	2	3	3	3	2	3	4	1	3	2	3	2	2	3	51	
IR	14	IX-4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	2	4	2	1	3	73	
S	13	IX-4	4	3	2	3	4	3	2	1	2	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	1	58	
RZ	16	IX	4	3	2	4	3	1	2	1	2	4	3	2	4	2	3	4	3	3	4	3	4	3	64	
A	14	IX	4	3	4	3	4	4	2	3	3	4	2	4	3	3	2	2	2	2	4	4	2	3	67	
H	14	IX-4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	4	2	4	3	3	2	2	2	3	4	4	2	3	69	
DS	14	IX	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	2	3	3	4	3	4	3	3	76	
ATS	14	IX-4	4	3	4	4	4	4	4	3	1	4	3	4	3	3	4	1	3	1	4	2	3	3	69	
W	14	IX-2	3	2	3	3	4	2	2	2	2	1	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	57	
PK	14	IX-2	2	2	2	4	2	2	3	4	3	3	2	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	2	60	
S	14	IX-2	2	1	2	3	1	1	1	2	2	1	3	3	3	2	1	1	3	2	3	3	3	2	45	
N	15	IX-2	2	2	2	3	2	2	1	3	2	1	3	3	3	2	3	1	3	2	3	3	3	2	51	
H	14	IX-2	2	3	3	2	3	2	1	3	3	4	2	4	4	2	2	2	3	1	3	2	4	3	58	
A	13	IX-3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	51	
S	15	IX-2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	50	
W	14	IX-2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	4	2	3	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	42	
IK	14	IX-2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	4	2	3	1	2	1	1	2	2	2	2	2	3	42	
A	15	IX-2	3	3	3	4	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	58	
S	14	IX-2	3	2	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3	3	3	2	65	
U	12	VII-5	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	55	

DQ	13	VII-5	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	55
N	12	VII-5	2	2	3	2	3	2	2	2	2	4	4	4	2	3	4	1	1	1	3	1	2	4	54
I	12	07:05	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	2	3	1	3	4	2	3	67
N	12	VII-5	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	54
A	14	IX-2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	4	2	3	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	45
I	14	IX-2	3	2	2	3	2	2	1	3	3	4	3	4	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	58
S	14	IX-2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	4	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	55
N	14	IX-2	2	2	1	2	2	1	1	1	3	2	2	3	4	2	3	2	2	1	1	2	3	3	45
S	14	IX-2	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	1	4	79
F	14	09:02	3	2	2	3	1	2	2	3	1	4	3	3	4	4	3	1	2	1	4	4	4	2	58
LA	13	VII-4	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	4	2	3	2	2	3	3	2	2	3	54
ANP	13	VII-4	2	2	2	3	3	3	2	3	1	4	3	3	3	2	1	2	2	3	4	2	2	3	55
A	15	IX-1	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	51
R	14	IX	3	2	3	4	2	3	2	4	2	4	3	2	4	3	3	4	3	3	3	4	2	3	66
M	14	IX	4	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	4	3	4	2	4	2	3	60
Z	14	IX	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	66
P	14	IX	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	63
A	14	IX	3	2	1	3	2	3	2	3	3	4	3	4	4	2	3	2	3	2	4	3	3	2	61
MFA	14	IX	2	2	3	4	3	2	3	4	2	4	4	3	4	2	4	4	4	1	4	4	3	1	67
IRP	13	IX	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	54
MS	17	IX-4	2	1	1	1	2	4	4	1	3	3	2	2	3	1	4	1	3	1	4	4	4	4	55
A	14	IX-1	3	3	2	2	2	3	2	2	2	4	3	3	4	2	3	2	4	3	3	3	2	3	60

LAMPIRAN VII

Tabulasi Skor Aitem Penelitian
Skala *Self Blaming*

Inisial	Usia	Kelas	A 1	A 2	A 3	A 4	A 5	A 6	A 7	A 8	A 9	A 10	A 11	A 12	A 13	A 14	Total
J	14	IX-1	4	2	3	4	2	1	3	2	4	2	2	4	4	4	41
P	15	IX.1	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	36
R	14	IX.1	3	2	4	1	1	1	1	1	4	3	3	3	3	4	34
K	14	IX.1	3	1	3	2	2	1	1	2	3	2	1	2	3	3	29
S	14	IX.1	2	3	2	4	2	2	3	4	2	3	3	2	3	2	37
Z	14	9	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	33
S	14	IX.1	3	2	3	3	4	2	4	4	3	2	3	1	2	2	38
M	14	IX.1	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	33
S	14	IX.1	4	2	2	3	1	1	1	1	4	1	1	3	2	4	30
J	14	IX.1	3	2	3	1	1	1	1	1	4	1	1	1	2	2	24
P	13	08:03	3	2	3	4	4	2	2	2	1	1	4	3	3	3	37
AYN	13	08:03	4	1	4	3	3	1	1	3	4	1	1	2	4	4	36
ANC	12	VIII.3	4	1	3	3	3	2	1	1	1	1	1	1	2	1	25
SN	13	VIII.3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	34
KA	13	VIII.3	4	2	4	4	4	1	1	1	3	1	1	1	2	1	30
PR	13	VIII.3	2	3	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	25
AT	13	VIII.3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	33
SU	14	VIII.4	3	2	3	2	2	2	2	2	4	2	3	1	3	3	34
AA	13	VII.3	4	2	4	4	4	1	1	1	3	1	1	1	2	2	31
RCB	13	VIII.3	3	2	3	3	2	1	1	2	3	2	2	3	3	3	33
AA	14	VII.3	4	1	4	3	3	1	1	3	4	1	1	2	4	4	36
NZ	14	VII.3	3	3	2	3	3	2	1	1	3	1	1	4	2	2	31
NA	14	IX3	3	3	3	3	3	2	1	3	2	4	2	2	2	2	35
AA	15	IX.3	3	2	3	2	3	2	2	2	1	3	3	1	2	2	31
RM	14	IX.3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	35
HM	12	07:05	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	35
AM	12	VII.5	3	4	3	3	4	1	1	1	1	2	2	3	1	4	33
NJ	12	VII.5	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	38
ZO	12	VII.5	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	36
AF	12	VII.5	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	1	33
NA	14	08:04	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	3	3	3	32
SH	14	VIII.4	4	2	3	3	4	1	1	3	2	3	2	2	2	2	34
A	13	08:04	3	2	2	4	2	1	2	2	3	2	1	2	3	3	32
ZSP	13	08:04	3	2	3	3	2	2	2	2	2		3	3	2	2	31
P	13	08:04	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	34
A	14	IX	2	2	3	3	3	3	4	3	1	3	4	2	2	1	36
AB	13	VIII-4	4	1	4	3	2	2	2	4	4	2	2	2	3	4	39
SNA	14	08:03	4	1	4	3	3	1	1	3	4	1	1	2	4	4	36
MFA	13	VIII-3	4	3	2	3	3	2	1	1	3	1	1	4	1	1	30

RTS	13	08:03	4	1	4	3	3	1	1	3	4	1	1	2	4	4	36
ZF	13	VIII-4	3	2	3	2	2	2	2	2	4	2	3	2	3	3	35
NQA	13	VIII-4	3	1	4	1	1	2	2	2	3	2	1	2	1	2	27
SPZ	12	VIII-5	4	2	3	2	2	1	3	2	4	3	2	4	4	4	40
TS	13	VIII-5	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	34
M	12	VII-5	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	35
HZW	12	VII-5	3	2	3	3	3	2	2	3	4	1	3	3	2	4	38
N	12	VII-5	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	1	3	2	33
SLS	15	IX-3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	37
DAS	14	IX-3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	32
DS	15	IX-3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
CZV	14	IX-3	4	1	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	36
PA	14	IX3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	34
DAR	14	IX-3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	34
SA	14	IX-3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	34
A	13	IX-3	3	2	2	2	3	1	2	3	3	3	3	2	3	3	35
T	14	IX-3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	38
A	14	IX-3	3	1	3	1	2	3	2	1	4	2	2	3	3	4	34
AM	13	VII-4	3	2	4	3	4	1	2	2	3	2	2	4	3	4	39
CSAB	13	VIII-4	4	2	3	3	3	2	1	4	4	2	1	2	2	4	37
CA	13	VIII-4	3	2	3	1	2	1	1	1	4	3	3	2	4	3	33
J	13	VIII-4	3	2	4	4	3	1	2	2	4	2	2	3	3	4	39
RNM	13	VIII-4	3	3	3	2	2	3	3	4	4	4	2	4	4	4	45
AKF	13	VIII-4	3	2	3	3	1	2	2	2	1	2	1	4	4	3	33
NPN	13	08:04	4	2	3	3	1	3	3	1	3	3	3	4	4	4	41
SRW	13	VIII	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	1	2	4	35
SA	13	VII-4	4	2	3	3	3	2	2	3	4	1	3	4	3	4	41
K	14	IX-4	3	2	4	3	3	1	2	3	4	2	2	2	2	1	34
AL	14	IX-4	4	1	4	2	3	1	1	4	3	2	3	1	2	1	32
M	14	IX-4	4	1	4	2	3	1	1	1	3	2	3	1	2	1	29
KA	14	IX-4	3	2	3	3	2	2	2	4	1	1	1	4	3	3	34
IR	14	IX-4	4	4	3	4	1	3	4	3	4	3	4	3	4	4	48
S	13	IX-4	4	2	3	3	1	1	2	2	4	2	1	3	3	4	35
RZ	16	IX	4	1	3	2	1	1	1	2	4	1	1	3	4	4	32
A	14	IX	3	1	3	2	4	2	1	3	2	2	2	2	3	3	33
H	14	IX-4	3	1	2	2	1	2	2	3	1	2	2	1	2	2	26
DS	14	IX	3	2	3	1	2	3	3	3	4	2	2	4	4	4	40
ATS	14	IX-4	3	2	4	2	4	1	2	2	2	2	2	2	3	3	34
W	14	IX-2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	34
PK	14	IX-2	4	2	3	3	3	2	2	4	2	2	2	1	1	2	33
S	14	IX-2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	36
N	15	IX-2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	37
H	14	IX-2	2	2	3	3	3	1	1	2	2	3	4	4	3	4	37
A	13	IX-3	3	1	4	2	3	1	1	1	2	2	2	3	3	3	31
S	15	IX-2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	30
W	14	IX-2	4	3	2	3	2	1	1	2	1	2	1	3	3	1	29
IK	14	IX-2	4	4	2	3	2	1	1	2	1	2	1	3	3	1	30
A	15	IX-2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	35

S	14	IX-2	4	1	4	2	2	2	2	2	4	1	1	2	4	4	35
U	12	VII-5	4	1	4	1	3	1	1	1	4	2	3	2	3	3	33
DQ	13	VII-5	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	36
N	12	VII-5	3	4	3	3	4	1	1	1	3	1	2	1	3	4	34
I	12	07:05	4	2	3	2	2	1	1	3	4	3	2	2	3	4	36
N	12	VII-5	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	35
A	14	IX-2	3	3	2	3	2	1	1	1	1	2	4	2	4	1	30
I	14	IX-2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	1	2	3	3	2	32
S	14	IX-2	3	2	3	2	2	1	1	2	3	2	2	3	3	4	33
N	14	IX-2	3	1	3	2	2	1	1	3	3	1	1	1	3	3	28
S	14	IX-2	4	1	4	1	1	4	4	4	4	3	1	4	4	4	43
F	14	09:02	3	2	3	3	4	2	2	3	4	2	2	4	4	4	42
LA	13	VII-4	3	2	3	2	2	1	1	2	2	2	3	2	2	2	29
ANP	13	VII-4	4	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	4	37
A	15	IX-1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	37
R	14	IX	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	35
M	14	IX	3	2	3	2	2	2	1	2	3	3	2	2	3	3	33
Z	14	IX	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	37
P	14	IX	4	3	3	4	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	40
A	14	IX	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	36
MFA	14	IX	3	1	2	3	3	2	2	1	4	1	4	1	2	4	33
IRP	13	IX	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	30
MS	17	IX-4	4	1	4	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	25
A	14	IX-1	3	3	3	3	2	2	2	2	4	2	1	4	3	4	38

LAMPIRAN VIII

Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		x	y
N		111	111
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	57,14	34,32
	Std. Deviation	8,370	4,061
Most Extreme Differences	Absolute	,070	,111
	Positive	,070	,088
	Negative	-,035	-,111
Test Statistic		,070	,111
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}	,002 ^c

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

LAMPIRAN IX

Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Self blaming * Body shaming	Between Groups	(Combined)	642,424	33	19,467	1,279	,188
		Linearity	247,791	1	247,791	16,281	,000
		Deviation from Linearity	394,633	32	12,332	,810	,743
Within Groups			1171,900	77	15,219		
Total			1814,324	110			

LAMPIRAN X

Hasil Uji Regresi

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	247,791	1	247,791	17,241	,000 ^b
	Residual	1566,533	109	14,372		
	Total	1814,324	110			

a. Dependent Variable: y

b. Predictors: (Constant), x

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,370 ^a	,137	,129	3,791

a. Predictors: (Constant), x

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	24,077	2,494		9,654	,000
	X	,179	,043	,370	4,152	,000

a. Dependent Variable: y

LAMPIRAN XI

SK Pembimbing



**SURAT KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH
NOMOR: 041/UM.M6/KEP/F/2024**

TENTANG

**PENUNJUKAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI TAHUN AKADEMIK 2023-2024
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH**

DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI

- Menimbang** : 1. Bahwa untuk kelancaran bimbingan skripsi mahasiswa pada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh, maka dipandang perlu menunjuk pembimbing Skripsi Mahasiswa Tahun Akademik 2023-2024;
2. Bahwa namanya yang tercantum dalam surat keputusan ini dianggap cakap dan mampu serta memenuhi syarat untuk diangkat dalam jabatan pembimbing Skripsi Mahasiswa.
- Mengingat** : 1. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012, Tentang Pendidikan Tinggi;
2. Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2012 Tentang Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia;
3. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2015, Tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi;
4. Surat Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional Republik Indonesia No. 6007/SK/BAN-PT/Ak-PPJ/S/VI/2021 Menyatakan Bahwa Program Studi Sarjana Psikologi Unmuha Terakreditasi Dengan Peringkat B;
5. Surat Keputusan Rektor Unmuha Nomor : 494/UM.M/KEP/D/2020 Tanggal 29 Rabiul Akhir 1442 H/ 14 Desember 2020 M Tentang Pengangkatan Dekan Fakultas Psikologi Unmuha Masa Jabatan 2020-2024.
- Memperhatikan** Keputusan tim penguji proposal skripsi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh pada bulan Januari 2024

MEMUTUSKAN

- Menetapkan Pertama** : **Menunjuk Saudara;**
Endang Setyaningsih, S.Psi., M.Pd., Psikolog
Julia Aridhona, M.Si
 Untuk Membimbing Skripsi:
 Nama : Nurfaidah
 NPM : 2009110059
 Prodi : Psikologi
 Judul : Pengaruh *Body Shaming* terhadap *Self Blaming* pada Siswi SMP Negeri 16 Banda Aceh
- Kedua** : Kepada pembimbing yang tercantum di atas berwenang untuk membimbing Skripsi Mahasiswa dan diberi honorarium sesuai dengan ketentuan yang berlaku;
- Ketiga** : Surat Keputusan pembimbing ini berlaku hanya satu tahun, terhitung sejak tanggal ditetapkan.
- Keempat** : Segala sesuatu akan diperbaiki dan ditetapkan kembali apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan di dalam keputusan ini.

Ditetapkan di : Banda Aceh,
 Pada Tanggal : 17 Sya'ban 1445 H
 27 Februari 2024 M

Dekan,

Bar Mawi, M.Si
 NIK: 19700103 200609 1 001

Tembusan:
 1. Biro Keuangan & Bendahara
 2. Mahasiswa yang bersangkutan
 3. Arsip

LAMPIRAN XII

Surat Izin Penelitian



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH
FAKULTAS PSIKOLOGI

Status Akreditasi "B" No. 6007/SK/BAN-PT/Ak-PPJ/S/VI/2021

Jl. Muhammadiyah No. 91 Batoh, Lueng Bata

Telp. 085225961113, Banda Aceh - 23245

Email : psikologi@unmuha.ac.id | Homepage : www.psikologi.unmuha.ac.id

Nomor : 391/UM.M6/F/2024
 Lampiran : -
 Hal : Izin Penelitian

Kepada Yth,
 Kepala Dinas Pendidikan Kota Banda Aceh
 Di –
 Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat,

Berdasarkan surat permohonan tanggal 27 Juli 2024, atas nama :

Nama : Nurfaidah
 NPM : 2009110059
 Semester : VIII (delapan)
 Judul Skripsi : Pengaruh *Body Shaming* Terhadap *Self Blaming* pada SMPN 16 Banda Aceh

Dengan ini kami sampaikan bahwa yang bersangkutan benar sedang dalam proses penyusunan Skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh. Untuk itu, melalui surat ini kami mohon agar diberikan kesempatan kepada mahasiswa yang bersangkutan untuk memperoleh data di SMPN 16 Banda Aceh Instansi yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian surat permohonan ini kami buat, atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Banda Aceh, 23 Muharram 1446 H
 29 Juli 2024 M

Wakil Dekan,

 Sukri Karim, M.Si

LAMPIRAN XIII

Surat Izin Mengumpulkan Data

PEMERINTAH KOTA BANDA ACEH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
 Jalan Panglima Nyak Makam No. 23 Gp. Kota Baru, Banda Aceh, 23125
 Pos-el :dikbud@bandaacehkota.go.id laman:www.dikbud.bandaacehkota.go.id

SURAT IZIN
 NOMOR :074/A4/3470/2024
 TENTANG

IZIN MENGUMPULKAN DATA

Berdasarkan surat Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh, Nomor: 391/UM.M6/F/2024 tanggal 29 Juli 2024, perihal Izin Penelitian, Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Banda Aceh memberikan izin kepada.

nama : Nurfaidah
 NPM : 2009110059
 jurusan/prodi : Psikologi
 untuk : Melakukan pengumpulan data penelitian pada SMP Negeri 16 Banda Aceh dalam rangka penyusunan skripsi dengan judul "Pengaruh Body Shaming Terhadap Self Blaming pada SMP Negeri 16 Banda Aceh".

Dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Harus berkonsultasi langsung dengan Kepala Sekolah yang bersangkutan dan sepanjang tidak mengganggu proses belajar mengajar.
2. Bagi yang bersangkutan supaya menyampaikan fotokopi hasil pengumpulan data sebanyak 1 (satu) eksemplar kepada pihak sekolah.
3. Surat ini berlaku sejak tanggal 30 Juli s.d 30 Agustus 2024.
4. Diharapkan kepada yang bersangkutan agar dapat menyelesaikan pengumpulan data tepat pada waktu yang telah ditetapkan.
5. Kepala Sekolah dibenarkan mengeluarkan surat keterangan hanya untuk yang benar-benar telah melakukan pengumpulan data.

Surat izin pengumpulan data ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

30 Juli 2024 M/25 Muharram 1446 H
 a.n. Kepala Dinas Pendidikan dan
 Kebudayaan Kota Banda Aceh
 Kabid Pembinaan SMP,

Evi Susanti, S. Pd., M. Si.
 NIP. 19760113 200604 2 003

Tembusan:

1. Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh
2. Koordinator Pengawas Sekolah Banda Aceh
3. Kepala SMP Negeri 16 Banda Aceh

LAMPIRAN XIV

Surat Keterangan Penelitian



PEMERINTAH KOTA BANDA ACEH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMP NEGERI 16

Jl. Taman Makam Pahlawan, Gp. Peuniti, Kec. Baiturrahman Kota Banda Aceh
E-mail: smpn16@disdikporabna.com Website: www.disdikporabna.com

Kode Pos: 23241

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor : 074 / 133 / 2024

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 16 Banda Aceh menerangkan bahwa :

Nama : Nurfaidah
NIM : 2009110059
Jurusan : Psikologi
Jenjang : S1

Sesuai dengan isi surat Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Banda Aceh Nomor : 074 / A4 / 3470 / 2024 Tanggal 30 Juli 2024.

Benar yang tersebut namanya diatas telah melaksanakan Pengumpulan Data pada SMP Negeri 16 Banda Aceh mulai tanggal 01 s/d 05 Agustus 2024 dengan judul “ **PENGARUH BODY SHAMING TERHADAP SELF BLAMING PADA SMP NEGERI 16 BANDA ACEH** “.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Banda Aceh, 06 Agustus 2024

~~KEPALA SEKOLAH~~

TIRABIDAH, S.Pd., M.Pd

Pembina Utama Muda

Nip. 19661231 199103 2 026

LAMPIRAN XIV

BIODATA PENULIS**A. PENULIS**

Nama : Nurfaidah
Tempat dan Tanggal Lahir : Gampoeng Mesjid, 10 – Juni - 2002
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Kebangsaan / Suku : Indonesia/Aceh
Alamat : Lamtemen Barat
Pekerjaan : Mahasiswi

B. ORANG TUA / WALI

Nama Ayah : Ismail
Pekerjaan : Petani
Nama Ibu : Yusnidar
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga (IRT)
Alamat : Moen Geudong

C. RIWAYAT PENDIDIKAN

SD Negeri 2 Nurussalam : 2008 - 2014
SMP Negeri 2 Nurussalam : 2014 -2017
SMA Negeri 15 Banda Aceh : 2017-2020