

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 *Body Shaming*

2.1.1 Pengertian *Body Shaming*

Body shaming merupakan tindakan memberikan kritik atau komentar negatif tentang penampilan fisik seseorang baik secara sengaja maupun tidak. Hal ini bisa membuat korban merasa tersinggung atau bahkan sakit hati yang dapat berakibat buruk pada kesehatan mentalnya (Nabila Erica Ristanti, 2022). *Body shaming* merupakan tindakan mengolok-olok atau mempermalukan seseorang karena penampilannya (Okoli *et al.*, 2023). *Body shaming* merupakan salah satu jenis kekerasan karena dapat menyebabkan gangguan psikis dan kehilangan rasa percaya diri pada korbannya (Aprilia Yolanda, 2021).

Menurut Evans (2020) dalam (Aprilia Yolanda, 2021) menjelaskan tentang *body shaming* sebagai kritikan terhadap diri sendiri atau orang lain. Mawaddah (2020) dalam (Haryati *et al.*, 2021) mengatakan *body shaming* adalah ketika seseorang menilai dirinya sendiri dan merasa tubuhnya memalukan. Hal ini terjadi karena persepsi individu terhadap tubuhnya sendiri dan pandangan orang lain mengenai bentuk tubuh yang ideal yang mungkin tidak sesuai dengan realita, tubuh mereka. Berdasarkan beberapa definisi diatas dapat di tarik kesimpulan bahwa *body shaming* adalah suatu bentuk komentar negatif terhadap fisik seseorang ataupun diri sendiri yang disengaja ataupun tidak yang dampaknya bisa menyebabkan gangguan psikis dan hilangnya rasa percaya diri seseorang.

2.1.2 Aspek-Aspek *Body Shaming*

Menurut Gilbert dan Miles dalam (Sari dan Rosyidah, 2020) aspek dari *body shaming* yaitu :

2.1.2.1 Komponen Kognitif Atau Eksternal

Keadaan ini merujuk pada individu yang menganggap dirinya kurang baik atau rendah. Mereka merasa bahwa orang lain menilai mereka rendah, yang menghasilkan penilaian rendah dirinya.

2.1.2.2 Komponen Mengenai Evaluasi Diri Yang Berasal Dari Dalam

Menggambarkan pandangan negatif tentang diri sendiri yang berasal dari kritik merendahkan, yang mengakibatkan mengakibatkan penurunan kepercayaan diri dan rasa malu pada individu.

2.1.2.3 Komponen Emosi

Perasaan malu melibatkan emosi kemarahan, kecemasan dan rasa tidak suka terhadap diri sendiri. Hal ini disebabkan oleh pemikiran negatif terhadap diri sendiri dan kesulitan untuk memenuhi standar yang ada dalam lingkungan.

2.1.2.4 Komponen Perilaku

Perasaan malu dapat menyebabkan seseorang untuk menghindari interaksi dengan lingkungan sekitar, ini disebabkan oleh ketidaknyamanan yang timbul dari persepsi negatif dari orang lain, yang membuat seseorang merasa terancam.

2.1.2.5 Komponen Psikologis

Rasa malu dapat menyebabkan seseorang tertekan karena adanya tekanan untuk mencapai standar yang ada. Selain itu juga *body shaming* dapat mengakibatkan gangguan makan karena keinginan untuk mencapai bentuk tubuh yang dianggap ideal oleh lingkungan.

2.1.3. Jenis *Body Shaming*

Body shaming memiliki 2 jenis menurut Dolazel (2018) dalam (Aprilia Yolanda, 2021) yaitu :

2.1.3.1 *Acute shame* disebabkan oleh perilaku tubuh, seperti gerakan atau tingkah laku, yang dikenal sebagai *embarrassment*, jenis *body shaming* ini terjadi karena situasi yang tak terduga atau tidak direncanakan, seperti gagap, kedipan mata, atau gemetar.

2.1.3.2 *Chronic body shame* disebabkan oleh penampilan atau bentuk tubuh yang bersifat permanen dan berkelanjutan, seperti tinggi badan yang sangat tinggi atau pendek. Selain itu, *body shaming* juga bisa timbul karena adanya stigma atau cacat fisik seperti kaki pincang, tangan bengkok, jari-jari yang berlebihan atau kurang, serta gangguan pendengaran dan penglihatan. Ada juga cacat psikologis seperti sifat cengeng, cerewet, dan agresif.

2.1.4. Bentuk *Body Shaming*

Bentuk *body shaming* (Nabila Erica Ristanti, 2022) yaitu :

2.1.4.1 *Fat shaming*

Merupakan bentuk mengomentari seseorang berdasarkan bentuk tubuhnya terkait dengan kelebihan berat badan, seperti gemuk dan obesitas.

2.1.4.2 *Skinny shaming*

Merupakan bentuk mengomentari seseorang dengan tubuh kecil yang dianggap tidak sesuai dengan standar ideal. Contohnya memanggil mereka kurus atau mengatakan bahwa mereka kurang gizi.

2.1.4.3 Tubuh berbulu

Merupakan bentuk mengomentari seseorang karena pertumbuhan rambut di tubuhnya, entah itu sedikit dengan menyebutnya tuyul atau banyak menyebutnya kera.

2.1.4.4 Warna kulit

Merupakan bentuk mengomentari seseorang karena warna kulitnya yang cenderung gelap dengan menyebutnya “black”.

2.1.5. Ciri-Ciri *Body Shaming*

Ciri-ciri *body shaming* menurut Vargas (2015) dalam (Gani dan Jalal, 2021) yaitu :

2.1.5.1 Membandingkan fisik diri sendiri dengan orang lain.

Seperti menyadari bahwa tubuhnya lebih gendut dari orang lain.

2.1.5.2 Mengkritik fisik orang lain didepan orang tersebut.

Misalnya mengomentari bahwa kulit orang tersebut lebih gelap dan harus dirawat.

2.1.5.3 Mengkritik penampilan orang lain didepan orang tersebut.

Contohnya mengkritik penampilan teman yang dianggap tidak cocok atau tidak pantas dengan orang tersebut.

2.1.6. Faktor Yang Mempengaruhi *Body Shaming*

Penyebab terjadinya *body shaming* berawal dari adanya kemajuan teknologi dan globalisasi menyebabkan terciptanya standar kecantikan menurut pandangan masyarakat. Adapun menurut sakinah standar kecantikan di Indonesia sering kali mengacu pada bentuk tubuh ideal seperti wajah yang menarik dan keseimbangan antara berat badan dan tinggi badan. Disebabkan oleh sifat-sifat ini seseorang mungkin mulai membandingkan dirinya dengan orang lain, baik secara sadar maupun tidak. Akibatnya, seseorang mungkin

merasa malu karena keadaan dirinya yang dianggap tidak ideal, yang dikenal sebagai *body shaming* (Haryati *et al.*, 2021)

2.1.7. Dampak *Body Shaming*

Menurut Chairani (2020) yang dikutip dalam penelitian (Haryati *et al.*, 2021) *body shaming* dapat menyebabkan dampak psikologis yang serius pada korban, termasuk gangguan makan seperti *bulimia nervosa*, *anoreksia nervosa*, *binge eating*, dan gangguan lainnya. Adapun menurut Wiyaya (2020) dalam (Daerang *et al.*, 2023) gangguan yang lain yang akan dialami adalah mengalami perasaan malu hingga timbulnya ketidakpercayaan diri dalam interaksi sosial. Hal ini akan menyebabkan korban mengalami kesulitan dalam hal berinteraksi dengan orang lain. Selain itu, *body shaming* juga dapat menyebabkan depresi, tekanan psikologis, dan stres karena merasa tidak diterima oleh lingkungan akibat perbedaan atau karena tidak memenuhi standar masyarakat yang ideal.

2.1.8. Pengukuran *Body Shaming*

Skala pengukuran *body shaming* ini dibuat oleh (Sari, 2020) skala *body shaming* berjumlah 26 pertanyaan berdasarkan *body shaming* menurut Vargas dalam (Gani dan Jalal, 2021) Adapun ciri-cirinya sebagai berikut :

2.1.8.1 Membandingkan fisik diri sendiri dengan orang lain

2.1.8.2 Mengkritik fisik orang lain di depan orang tersebut

2.1.8.3 Mengkritik penampilan orang lain di depan orang tersebut

Subjek diminta memilih salah satu dari empat opsi yaitu tidak pernah, jarang, kadang-kadang, sering, dan selalu. Pertanyaan terdiri dari *favorable* atau pertanyaan yang mendukung variabel penelitian dan pertanyaan *unfavourable* adalah pertanyaan yang tidak mendukung variabel penelitian. Setiap pertanyaan memiliki skor 1-5. Skor pertanyaan *favorable* yaitu: tidak pernah (1), jarang (2),

kadang-kadang (3), sering (4) selalu (5). Sementara itu apabila subjek merespons pertanyaan *unfavorable* tidak pernah (5), jarang (2), kadang-kadang (3), sering (2), selalu (1).

2.2 Kepercayaan Diri

2.2.1 Pengertian Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan keyakinan terhadap kemampuan pribadi yang membuat seseorang merasa lebih tenang, memberikan kebebasan untuk mengejar tujuan mereka, bertanggung jawab terhadap tindakan mereka, berinteraksi dengan orang lain dengan sopan, memiliki dorongan untuk mencapai prestasi, serta mampu mengenali baik dan buruk dalam diri mereka sendiri (Haryati *et al.*, 2021).

Menurut Kumara dalam (Haryati *et al.*, 2021) kepercayaan diri merupakan bagian dari kepribadian yang mencakup keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Kepercayaan diri didefinisikan sebagai sikap dan keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya sendiri, yang dibentuk dan dipelajari dengan tujuan mencapai kebahagiaan diri. Menurut Iswikharmanjaya dan agung dalam (Dyas *et al.*, 2023) kepercayaan diri merupakan karakteristik kepribadian yang didefinisikan sebagai keyakinan positif terhadap kemampuan diri sendiri, sehingga tidak mudah dipengaruhi oleh orang lain. Menurut Lutfia dalam (Rahmawati dan Zuhdi, 2022) kepercayaan diri dibentuk melalui interaksi, seseorang dengan lingkungannya.

Adapun menurut Hakim (2016) dalam (Aprilia Yolanda, 2021) mengatakan orang dengan kepercayaan diri tinggi memiliki ciri-ciri sebagai berikut : selalu tenang dalam melakukan berbagai hal, memiliki potensi dan kemampuan yang memadai, mampu mengatasi

ketegangan dalam berbagai situasi, dapat menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi, memiliki kesehatan mental dan fisik yang cukup baik yang mendukung penampilannya, cerdas, mempunyai tingkat pendidikan formal yang memadai, memiliki keterampilan tambahan seperti keterampilan berbahasa asing, mampu bersosialisasi, memiliki latar belakang pendidikan yang baik, memiliki pengalaman hidup yang membuatnya kuat dan tahan terhadap berbagai tantangan, selalu bersikap positif terhadap masalah.

Berdasarkan beberapa definisi diatas disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah sikap positif yang didasarkan pada keyakinan bahwa seseorang memiliki kemampuan untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginannya dan bertanggung jawab atas tindakannya. Ciri-ciri kepercayaan diri mencakup sikap tenang, berani, mampu mengatasi ketegangan, kemampuan menyesuaikan diri, kondisi mental dan fisik mendukung, cerdas, memiliki pendidikan formal, mampu bersosialisasi, latar belakang pendidikan, pengalaman hidup serta bersikap positif.

2.2.2 Aspek-Aspek Kepercayaan Diri

Menurut Lauster (2014) dalam (Haryati *et al.*, 2021) aspek-aspek yang mempengaruhi kepercayaan diri yaitu :

2.2.2.1 Keyakinan terhadap kemampuan diri

Individu yang memiliki sikap positif terhadap kemampuan dirinya sendiri serta kesungguhan terhadap apa yang sedang dikerjakannya.

2.2.2.2 Optimis

Individu yang selalu berpikir positif tentang kemampuan mereka untuk melakukan sesuatu.

2.2.2.3 Objektif

Individu yang melihat masalah berdasarkan kebenaran yang ada, bukan hanya berdasarkan apa yang didengar atau dilihat semata.

2.2.2.4 Bertanggung jawab

Individu yang siap untuk menghadapi semua resiko yang timbul dari tanggung jawabnya.

2.2.2.5 Rasional dan realistis

Individu yang menilai suatu masalah atau kejadian berdasarkan pertimbangan rasional yang sesuai dengan realitas dan dapat diterima akal.

2.2.3 Faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Menurut Lauster dalam (Nabila Erica Ristanti, 2022) kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu :

2.2.3.1 Konsep diri

Anthony berpendapat, proses pengembangan kepercayaan diri dimulai dengan pembentukan konsep diri yang didapatkan melalui interaksi sosial.

2.2.3.2 Harga diri

Santoso mengemukakan bahwa tingkat kepercayaan diri mempengaruhi harga diri seseorang. Konsep diri yang positif akan menghasilkan penilaian positif terhadap harga diri seseorang.

2.2.3.3 Pengalaman

Pengalaman berperan penting dalam membangun kepercayaan diri. Menurut Anthony pengalaman masa lalu sangat berpengaruh dalam mengembangkan kepribadian dan kepercayaan diri.

2.2.3.4 Pendidikan

Kepercayaan diri individu memiliki pengaruh dengan tingkat pendidikan, individu dengan pendidikan rendah akan bergantung pada orang lain yang lebih pintar darinya, sementara individu dengan Pendidikan tinggi cenderung lebih percaya diri.

2.2.4 Pengukuran Kepercayaan Diri

Skala pengukuran kepercayaan diri ini dibuat oleh (Ulfa, 2022). Skala kepercayaan diri berjumlah 20 pertanyaan, dan aspek-aspeknya mengacu dari teori Lauster dalam (Safitri dan Rizal, 2020). Adapun aspek-aspeknya sebagai berikut :

2.2.4.1 Keyakinan pada diri sendiri

2.2.4.2 Sikap optimis

2.2.4.3 Cara pandang objektif

2.2.4.4 Tanggung jawab

2.2.4.5 Rasional dan realistis

Subjek diminta memilih salah satu dari empat opsi yaitu sangat tidak setuju, tidak setuju, setuju dan sangat setuju. Pertanyaan terdiri dari *favorable* atau pertanyaan yang mendukung variabel penelitian dan pertanyaan *unfavourable* adalah pertanyaan yang tidak mendukung variabel penelitian. Skor pertanyaan *favorable* yaitu : sangat tidak setuju (1), tidak setuju (2), setuju (3), sangat setuju (4). Sementara itu apabila subjek merespons pertanyaan *unfavorable* sangat tidak setuju (4), tidak setuju (3), setuju (2), sangat setuju (1).

2.2.5 Penelitian Sebelumnya

Studi yang dilakukan oleh Rahmawati (Rahmawati dan Zuhdi, 2022) dan Ristianti (Nabila Erica Ristianti, 2022) menggambarkan fenomena yang umum ditemui dalam Masyarakat, yaitu prevelensi *body shaming* terutama terhadap kelompok remaja dan mahasiswa.

Dalam konteks ini, kritik terhadap penampilan fisik seseorang terutama pada masa transisi menuju dewasa, mempunyai efek yang signifikan terhadap tingkat kepercayaan diri individu. Kedua penelitian ini menjelaskan bahwa tindakan *body shaming* mampu memicu penurunan kepercayaan diri bahkan dapat mengakibatkan isolasi dan perilaku *bullying*.

Dari kedua studi tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara *body shaming* dan penurunan tingkat kepercayaan diri terutama pada konteks pendidikan seperti di sekolah SMK Sunan Kalijogo Jabung. Oleh sebab itu strategi yang perlu dilakukan untuk mengurangi prevalensi budaya *body shaming* adalah dengan menghindari penilaian negatif terhadap fisik individu. Sehingga dapat mencegah terjadinya dampak psikologis yang merugikan.

2.3 Remaja

2.3.1. Pengertian Remaja

Remaja merupakan fase perkembangan individu yang mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang membawa perubahan karakteristik yang beragam antara satu remaja dengan remaja lainnya (Daerang *et al.*, 2023). Remaja adalah fase peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang melibatkan perubahan dalam aspek biologi, kognitif dan sosio- emosional. Secara agama remaja sering diidentifikasi sebagai individu yang berusia 14-24 tahun. Menurut World Health Organization (WHO) remaja adalah orang yang berusia antara 10-19 tahun, sementara perserikatan bangsa-bangsa (PBB) mengacu pada kelompok usia 15 hingga 25 tahun sebagai kaum muda (Isroani *et al.*, 2023).

Menurut World Health Organization (WHO) mengatakan tiga karakteristik digunakan untuk mendefinisikan remaja: biologis, psikologis, dan sosial-ekonomi. Dengan demikian, remaja merupakan fase dimana individu mengalami perkembangan dari munculnya tanda-tanda seksual sekunder hingga mencapai kematangan sosial. Pada masa ini, individu mengalami perkembangan psikologis dan perubahan pola identifikasi dari anak-anak menuju dewasa. Mereka juga mengalami transisi dari ketergantungan menjadi lebih mandiri (Isroani *et al.*, 2023). Berdasarkan beberapa definisi diatas dapat disimpulkan remaja merupakan seseorang yang mengalami fase transisi dari kanak-kanak ke menuju dewasa dengan ditandai perubahan emosional, sosial dan fisik.

2.3.2 Tahap Perkembangan Remaja

Menurut Sa'id (2015) (Isroani *et al.*, 2023) ada tiga fase perkembangan remaja, antara lain :

2.3.2.1 Remaja Awal

Remaja pada fase ini berusia 12-15 tahun. Biasanya berada di masa sekolah menengah pertama. Fase ini ditandai oleh perubahan fisik yang cepat. Selain itu, remaja mulai tertarik pada lawan jenis dan secara teoritis lebih mudah terangsang.

2.3.2.2 Remaja Madya

Remaja pada fase ini berusia 15-18 tahun. Biasanya berada di masa sekolah menengah atas. Keistimewahan dari fase ini adalah perubahan fisik remaja yang mulai sempurna, sehingga tubuh remaja mulai menyerupai orang dewasa. Pada tahap ini remaja sangat memerlukan kehadiran teman dan merasa senang jika banyak yang menyukainya.

2.3.2.3 Remaja Akhir

Remaja pada fase ini berusia 18-21 tahun. Biasanya sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi, bekerja dan mulai membantu memenuhi kebutuhan keluarga. Keistimewahan pada tahap ini adalah selain sudah memiliki fisik yang menyerupai orang dewasa, mereka juga menganut nilai-nilai dan sikap yang sesuai dengan orang dewasa.

2.3.3 Ciri-Ciri Remaja Awal

Menurut Jahja (2011) dalam (Karlina, 2020) remaja adalah periode perubahan, dimana terjadi perkembangan fisik dan psikologis yang cepat. Beberapa perubahan yang terjadi selama masa remaja sekaligus menjadi ciri-ciri dari fase ini yaitu:

2.3.3.1 Masa remaja awal, sering disebut sebagai “badai dan stress”, adalah masa di mana peningkatan emosi yang cepat terjadi. Pada tahap ini remaja menghadapi banyak tekanan dan tuntutan, seperti harapan untuk berhenti bersikap kekanak-kanakan dan menjadi lebih bertanggung jawab dan mandiri.

2.3.3.2 Tubuh remaja berubah dengan cepat seiring dengan kematangan seksual, perubahan fisik ini meliputi perubahan internal seperti system sirkulasi, pencernaan dan pernapasan, dan perubahan eksternal seperti peningkatan tinggi badan dan perubahan proporsi tubuh. Perubahan ini sangat mempengaruhi cara remaja melihat diri mereka.

2.3.3.3 Pada masa remaja terjadi perubahan dimana uang menjadi hal yang menarik dan mempengaruhi hubungannya dengan orang lain. Karena bertambahnya tanggung jawab di masa ini, remaja diharapkan untuk lebih memfokuskan minat mereka pada hal-hal yang penting. Pada fase ini, remaja

tidak hanya terlibat dengan teman sejenis, tetapi juga mulai berinteraksi dengan lawan jenis dan orang dewasa.

2.3.3.4 Perubahan nilai-nilai terjadi saat apa yang dianggap penting oleh remaja ketika masih kanak-kanak dianggap menjadi kurang penting.

2.3.3.5 Dalam menghadapi perubahan, Sebagian besar remaja bersikap ambiven, mereka menginginkan kebebasan di satu sisi, tetapi juga merasa takut terhadap tanggung jawab yang dating bersama kebebasan itu. Mereka juga ragu terhadap kemampuan mereka sendiri untuk menghadapi tanggung jawab tersebut.

2.3.4 Tugas-Tugas Perkemangan Remaja Awal

Tugas perkembangan remaja adalah tanggung jawab yang muncul pada fase tertentu dalam kehidupan seseorang. Keberhasilan menyelesaikan tersebut dianggap membawa kebahagiaan dan kesuksesan bagi individu. Adapun tugas-tugas perkembangan menurut Hurlock (1991) dalam (Latifah *et al.*, 2023)

2.3.4.1 Berusaha untuk bisa menerima kondisi fisiknya

2.3.4.2 Berusaha untuk dapat menerima dan memahami peran seksualitas pada usia dewasa

2.3.4.3 Berusaha untuk menjalin interaksi yang baik dengan anggota kelompok lawan jenis

2.3.4.4 Berusaha mampu mencapai kemandirian emosional

2.3.4.5 Berusaha mampu mencapai kemandirian finansial

2.3.4.6 Berusaha mengembangkan konsep dan keterampilan-keterampilan intelektual yang diperlukan untuk menjalankan peran sebagai anggota masyarakat

2.3.4.7 Berusaha memahami dan mengitemalisasikan nilai-nilai yang dianut orang dewasa dan orang tua.

2.4 Hubungan *Body Shaming* Dengan Kepercayaan Diri Remaja

Body shaming merupakan segala bentuk komentar atau kritik terhadap bentuk atau bagian tubuh seseorang. Perilaku ini sering dilakukan tanpa disadari oleh orang-orang dan termasuk jenis perundungan verbal ataupun ucapan. Kadang-kadang dalam komunikasi sehari-hari terkadang terdapat candaan yang pada akhirnya berujung pada *body shaming* (Nabila Erica Ristanti, 2022).

Perlakuan *body shaming* memiliki dampak negatif pada individu salah satunya adalah menurunkan tingkat kepercayaan diri (Rahmawati dan Zuhdi, 2022). Kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam semua hal, yang memberinya keyakinan bahwa ia mampu menggapai tujuan mereka.

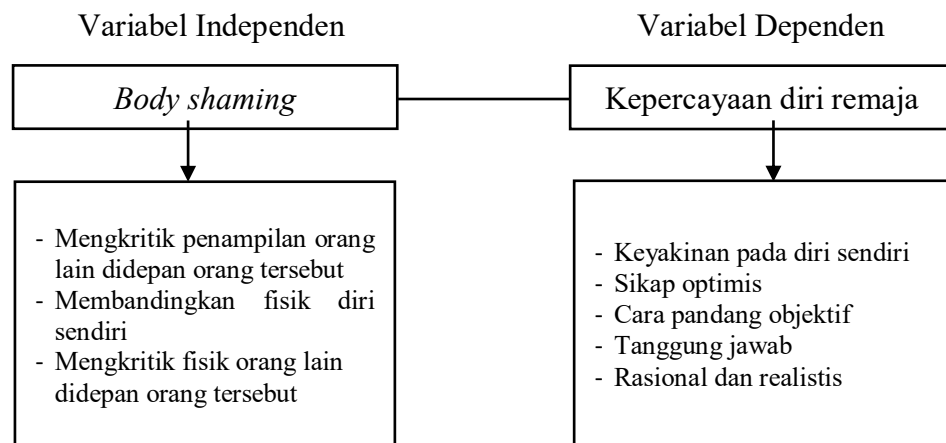
Rendahnya kepercayaan diri pada remaja dapat disebabkan oleh berbagai faktor. Diantaranya adalah penampilan fisik (Dianningrum dan Satwika, 2021). Mayoritas kaum muda lebih fokus pada penampilan fisik mereka daripada aspek-aspek internal dalam diri mereka (Aprilia Yolanda, 2021). Adapun menurut Ardial (2016) dalam (Dianningrum dan Satwika, 2021).

Perempuan sering kali lebih memperhatikan penampilan fisik dibandingkan dengan laki-laki. Pada penampilan fisik mencakup perhatian terhadap bentuk tubuh dan penilaian dari orang lain terhadap dirinya sendiri. Pada usia remaja, remaja perempuan cenderung merasa kurang puas dengan penampilan fisiknya dibandingkan dengan remaja laki-laki.

Dari penjelasan diatas dapat diambil kesimpulan bahwa *body shaming* memiliki hubungan dengan kepercayaan diri. Artinya semakin tinggi *body shaming*, semakin rendah kepercayaan diri remaja. Sebaliknya semakin rendah *body shaming*, semakin tinggi pula kepercayaan diri pada remaja.

2.5 Kerangka Konsep

Kerangka konsep merupakan diagram yang memberikan gambaran umum tentang alur logika yang mendasari pelaksanaan suatu penelitian (Ramadhan, 2021).



Skema 2. 1 Kerangka Konsep

2.6 Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara atas pertanyaan yang diajukan dalam rumusan masalah penelitian, yang telah dinyatakan dalam bentuk kalimat tanya (Sugiyono, 2022)

Ha : terdapat hubungan yang signifikan antara *body shaming* dengan tingkat kepercayaan diri pada siswi di SMP Negeri 6 Banjarmasin.

Ho : tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *body shaming* dengan tingkat kepercayaan diri pada siswi di SMP Negeri 6 Banjarmasin.

Berdasarkan uraian diatas adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah apabila Ha diterima artinya terdapat hubungan yang signifikan antara *body shaming* dengan tingkat kepercayaan diri. Apabila Ho ditolak artinya tidak terdapat hubungan *body shaming* dengan tingkat kepercayaan diri pada siswi di SMP Negeri 6 Banjarmasin.