

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) merupakan program pendidikan formal pada jenjang sekolah menengah tingkat atas sebagai lanjutan dari Sekolah Menengah Pertama (SMP) atau sederajat (Prabodo, dkk. 2021). Pendidikan kejuruan ini dimaksudkan untuk memberikan kesiapan memasuki dunia kerja pada peserta didik dalam bidang tertentu atau bidang pekerjaan ketika memasuki jenjang sekolah menengah (UU Nomor 20 Tahun 2013). Sekolah Menengah Kejuruan merupakan suatu jenjang pendidikan menengah dengan memfokuskan lulusannya untuk siap bekerja. Pendidikan kejuruan adalah bagian dari sistem pendidikan yang mempersiapkan siswa agar lebih siap bekerja pada suatu kelompok pekerjaan atau satu bidang pekerjaan daripada bidang-bidang pekerjaan lainnya (Ariyanto, 2018). Salah satu jurusan yang ada di SMKN 1 Panji Situbondo adalah Jurusan kecantikan yang bertujuan mencetak siswa agar kompeten dalam penataan rias, menjadikan para siswa yang ulet dan gigih dalam mengembangkan sikap profesional dalam bidang kecantikan rambut, dan menjadikan siswa memiliki motivasi dalam menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi dengan berpegangan teguh pada azas keimanan dan ketaqwaan kepada tuha yang maha Esa.

Sebelum memasuki dunia kerja, peserta didik diharapkan memiliki keterampilan dasar yang kemudian diasah dan diterapkan melalui program pembelajaran tersebut. Dengan keterampilan yang mumpuni, diharapkan peserta didik mampu bersaing di dunia kerja nantinya. Lingkungan sekolah yang sangat

berorientasi pada keterampilan ini memengaruhi pola pikir dan perilaku siswa. Mereka dituntut untuk bisa menunjukkan kemampuan secara nyata, sehingga persaingan di antara siswa untuk menjadi yang terbaik dalam bidangnya seringkali cukup ketat (Wijayanti, Rijanto & Hidayati, 2025). Jurusan Kecantikan di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) merupakan program kejuruan yang dikhususkan pada pengembangan keterampilan dan pengetahuan di bidang perawatan tubuh, tata rias, serta estetika siswa. Siswa yang mengambil jurusan ini akan mempelajari berbagai teknik kecantikan, seperti tata rias wajah (*make up*), perawatan kulit, perawatan rambut, manicure-pedicure, spa, dan teknik salon lainnya. Selain itu, mereka juga dibekali dengan pengetahuan tentang kebersihan, kesehatan kulit, penggunaan alat-alat kecantikan, serta kemampuan komunikasi dan pelayanan terhadap pelanggan (Ramadany dkk, 2021). Siswa jurusan kecantikan di SMKN 1 Panji Situbondo ketika sudah menuntaskan pendidikan akan memiliki prospek pekerjaan yaitu *Make up Artist, Hairdresser, Therapist, Usaha di bidang kecantikan, dan Beauty Vlogger*.

Dinamika psikologis siswa SMK jurusan kecantikan sebagian besar dipengaruhi oleh beberapa faktor internal dan eksternal (Fadila, Menerva, & Astuti, 2022). Sebagian besar siswa memilih jurusan ini karena minat pribadi terhadap dunia kecantikan, seperti perawatan wajah, rambut, dan make-up, yang memberikan mereka motivasi untuk belajar dan berkembang. Jurusan ini juga memungkinkan siswa untuk mengekspresikan diri melalui keterampilan yang mereka pelajari, sekaligus membentuk identitas diri mereka (Sari dkk, 2022). Namun, mereka juga seringkali menghadapi tekanan dari standar kecantikan yang tinggi, baik dalam penampilan fisik maupun dalam kualitas keterampilan, yang bisa

menimbulkan kecemasan atau perasaan tidak percaya diri. Selain itu, stigma terhadap profesi kecantikan yang memiliki pandangan sebelah mata oleh beberapa orang juga dapat mempengaruhi pandangan siswa terhadap karir mereka di masa depan (Ekiyani & Pradipta, 2024).

Citra diri siswa jurusan SMK Kecantikan sering kali dikaitkan dengan anggapan bahwa mereka harus cantik, baik secara penampilan fisik maupun gaya berpakaian. Pandangan ini mencerminkan konstruksi sosial yang berkembang di masyarakat, di mana kecantikan dipersepsikan sebagai suatu hal yang mutlak dalam bidang tata rias. Namun, hal ini bisa menjadi tekanan psikologis bagi siswa dan memengaruhi citra diri mereka secara positif maupun negatif (Putri, Maspiyah & Sumbawati, 2025). Secara positif, siswa jurusan kecantikan cenderung memiliki kesadaran diri yang tinggi terhadap penampilan, kebersihan, dan grooming (perawatan diri), karena hal itu memang menjadi bagian dari kompetensi yang mereka pelajari. Mereka didorong untuk tampil rapi dan percaya diri, karena penampilan bisa menjadi bagian dari branding pribadi di bidang jasa kecantikan. Cantik adalah sebuah kata yang sangat identik dan melekat dengan wanita, “Cantik” sering kita dengar pada banyak tempat untuk merepresentasikan sebuah keindahan dan kesempurnaan. Dalam bahasa Latin “Cantik” disebut *bellus* yang digunakan untuk perempuan (Meiliana, 2018). Kecantikan pada perempuan di zaman Romawi dan Yunani ditandai dengan bentuk kelembutan dan feminitas, sementara pada laki-laki citra cantik didefinisikan dengan tubuh yang kekar sehingga terbentuklah sosok yang ideal (Purbayanti, 2020).

Siswa jurusan kecantikan juga belajar keterampilan sosial, seperti berkomunikasi dengan pelanggan dan bekerja dalam tim, yang dapat memudahkan mereka membangun rasa percaya diri dan menjadi mandiri, tantangan emosional seperti stres akibat tuntutan akademik dan praktikum yang intens bisa muncul, apalagi dengan adanya persaingan antara teman sekelas yang memperburuk perasaan cemas atau inferior (Amalia & Wahyumiani, 2022). Tingkat kepercayaan diri ini disebabkan oleh beberapa faktor bagaimana seseorang menanggapi kondisi fisik, etika, serta sosial individu tersebut (Jameel & Shamin, 2019). Penampilan fisik merupakan salah satu media yang dapat mempengaruhi rasa percaya diri pada individu. Faktor ini secara stabil memiliki hubungan kuat dengan rasa percaya diri secara umum, yang kemudian diikuti oleh penerimaan sosial. Menurut Santrock (2003) Penampilan fisik menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri, yang kemudian diikuti dengan penerimaan di lingkungan sosial. Perubahan yang terjadi pada kondisi fisik individu tidak sesuai dengan standart, dapat mengakibatkan sebuah persepsi dan gambaran pada penampilan fisik.

Dukungan dari keluarga dan lingkungan sekolah juga merupakan faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri yang berpengaruh pada dinamika psikologis mereka. Jika keluarga tidak mendukung pilihan karir siswa atau memiliki pandangan tradisional terhadap pendidikan, siswa bisa merasa tertekan. Sebaliknya, dukungan positif dari lingkungan sekolah dan teman sebaya bisa mendorong perkembangan mereka. Terlebih lagi, ketidakpastian mengenai prospek karir setelah lulus bisa menambah rasa cemas mereka, namun banyak juga yang merasa optimis dengan peluang yang ada di industri kecantikan, seperti membuka salon

pribadi atau bekerja di industri kosmetik (Losu, Punuh & Musa, 2022). Ketika siswa jurusan kecantikan tidak mendapatkan dukungan dari keluarga maupun lingkungan akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri, begitu juga dengan ketidak pastian pada prospek karir siswa jurusan kecantikan akan menyebabkan kepercayaan diri siswa turun. Oleh karena itu, dapat di imbangi dengan keterampilan sosial siswa di bidang kecantikan. Kepercayaan diri yang rendah dapat menyebabkan individu tidak mampu mengembangkan potensi diri serta meningkatkan bakatnya sehingga individu tidak mampu melakukan aktualisasi diri secara optimal. (Bisri, 2023)

Helmi, Muhazir, & Damanik, (2022) mengemukakan bahwa kepercayaan diri berpengaruh besar pada keberhasilan dalam menyelesaikan pekerjaan dan belajar. Selain itu, kepercayaan diri juga berpengaruh pada hubungan di lingkungan keluarga maupun interaksi sosial dengan orang lain. Jika individu mempunyai kepercayaan diri yang tinggi maka akan memiliki keberanian dan usaha untuk mengembangkan potensi diri, hal ini juga akan membuat individu menunjukan yang terbaik dari dirinya dibuktikan dengan sebuah prestasi. Namun, individu dengan kepercayaan diri yang rendah, mereka cenderung tidak mampu mengembangkan bakat, minat, dan potensi diri dan tidak ada pembuktian diri dengan maksimal sehingga bersifat pasif. Hal ini juga sejalan dengan teori kepercayaan diri dari Lauster (dalam Dianningrum & Satwika, 2021) yang mengatakan kepercayaan diri merupakan sebuah komponen dari kepribadian seseorang yang bisa berdampak pada keberlangsungan kehidupannya. (Lauster, 2006) Artinya sebuah kepercayaan diri diyakini sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya sendiri serta keteguhannya untuk tidak mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar. Karena

adanya rasa yakin itu, seseorang jadi lebih merasa tenang dan tidak terlalu cemas dan akan terasa lebih leluasa dalam melakukan hal-hal yang disukai, serta memiliki rasa tanggung jawab atas apapun yang dilakukannya. Selain itu, individu yang memiliki percaya diri biasanya juga memiliki perilaku sopan dan ramah saat berinteraksi dengan sosial (Safitri, dkk. 2023). Menurut Lauster 2003 (Dalam Retaa,2023) terbentuknya kepercayaan diri melalui suatu proses belajar bagaimana individu merepon berbagai rangsangan dari luar dirinya melalui interaksi dengan lingkungannya. Kepercayaan diri dapat berkembang melalui interaksi sosial dan dukungan yang di berikan oleh orang lain, seperti guru atau teman sebaya (Bintang,2025).

Akan tetapi, Helmi dkk. (2021) di penelitiannya yang berjudul “Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Perencanaan Karir Siswi Kelas XI SMK Tunas Pelita Binjai” sebanyak 241 subjek penelitian (49%) berketgori kepercayaan diri yang rendah. Kesimpulannya yaitu umumnya siswa perempuan tidak percaya pada potensi diri sendiri. Terdapat 200 subjek (20,7%) dalam kategori kepercayaan diri tinggi, 31 subjek (6,3%) memiliki kepercayaan diri sangat tinggi dan 20 subjek (4,1%) kategori sangat rendah. Dengan adanya kepercayaan diri yang cukup, individu maka lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan, mampu menghadapi tantangan, serta memiliki keyakinan positif terhadap dirinya sendiri, yang membantu mereka meraih kesuksesan dan menjadi modal utama dalam mewujudkan potensi serta keberhasilan dalam penyesuaian diri. Kepercayaan diri mempunyai dampak kuat terhadap penyesuaian diri seorang remaja (Hidayati & Savira, 2021). Berdasarkan penelitian Muhammad Aziz dkk,(2023) ditemukan

bahwa adanya beberapa hal yang dapat mempengaruhi turunnya rasa percaya diri pada mahasiswa. Komentar negatif terkait bentuk tubuh menyebabkan munculnya perasaan malu dan cemas menyebabkan ketidakpercayaan diri pada individu. Dari informasi dan komentar yang berkaitan dengan karakteristik tubuh yang ideal dapat menyebabkan individu melakukan perbandingan terhadap tubuhnya.

Dampak *body shame* bisa sangat merugikan harga diri seseorang, yang pada akhirnya mengurangi kepercayaan diri mereka seiring waktu. Pendapat yang diberikan merupakan pendapat yang merendahkan dan mempermalukan bentuk tubuh orang lain baik itu pria atau wanita hal ini yang dapat mengganggu rasa percaya diri seseorang. *Body shame* dapat membuat individu merasa bersalah, penurunan performa, dan merasa tidak aman pada dirinya ketika berada di lingkungan sosial. (Bisri dan Siti, 2023). Penelitian yang mendukung hal ini sebelumnya telah dilakukan oleh Vania Zelvia (2025) secara mendalam dengan judul “Pengaruh *Body Shame* terhadap *Self Esteem* pada Remaja di Kota Pariaman.” Penelitian tersebut menggunakan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode regresi linear. Hasil temuan menunjukkan bahwa *body shame* memiliki pengaruh negatif dalam peningkatan self-esteem. *Self-esteem* yang positif membantu remaja mengembangkan kepercayaan diri, membangun hubungan sosial yang sehat, serta mencapai prestasi akademik yang optimal. Fenomena ini menjadi masalah serius karena hubungan sosial yang baik penting dalam kehidupan, dan kepercayaan diri yang positif berkontribusi pada pencapaian prestasi akademik maupun non-akademik (Mawaddah, 2020).

Fenomena adanya sikap perasan malu atau *body shame* mulai marak terdengar di kalangan remaja. Di masa remaja akan sering terjadi sebuah perundungan fisik disebabkan karena masa remaja adalah fase pencarian jati diri, dimana nilai-nilai atau standar yang berasal dari lingkungan yaitu masyarakat luar akan lebih mudah dipahami oleh remaja (Mamonto dkk, 2025). Penilaian negatif terhadap fisik remaja muncul sebagai pengalaman negatif remaja hasil dari evaluasi fisik yang tidak menguntungkan yang dapat mengakibatkan adanya perasaan malu atau *body shame*. Reaksi sosial terhadap bentuk tubuh menyebabkan remaja akan pertumbuhan tubuh yang tidak sesuai dengan standar budaya yang berlaku di lingkungan. *Body shame* muncul ketika individu merasa bahwa penampilannya tidak sesuai dengan standar sosial yang berlaku, yang menimbulkan rasa inferior dan keinginan untuk menarik diri Gillbert & Miles (DalamVania, 2025). Awalnya, *body shaming* atau komentar negatif terkait bentuk tubuh dilakukan sekadar untuk bercanda, tetapi lama-kelamaan berubah menjadi tindakan yang lebih serius, bertujuan merendahkan orang lain, dan menyebabkan ketidaknyamanan pada korban (Sahdiri, 2022). Dari adanya pengalaman negatif terkait bentuk tubuh inilah yang mengakibatkan munculnya perasaan malu atau *body shame* di remaja.

Menurut Gillbert (2002) *body shame* ini merupakan perasaan malu yang di dapat dari pengalaman negatif terkait penampilan dan fungsi tubuh diri sendiri maupun orang lain. *Body shame* merupakan konsep yang dipakai untuk orang yang sadar diri akan respon negatif tentang penilaian bentuk bagian diri sendiri (Ressy, 2021). Riananda (2019) *Body shame* dipengaruhi pola pikir individu, karena adanya evaluasi negatif terhadap dirinya. Berdasarkan pandangan non kognitif,berpikir

bahwa orang merasa malu dan rendah diri karena emosi. Era modern seperti saat ini masyarakat akan dapat dengan mudah mengakses media sosial dan akan menimbulkan ketidaksesuaian standar kecantikan ideal yang diterapkan masyarakat pada siswa yang memilih jurusan kecantikan (Lestari, 2020). Dari wawancara dan observasi peneliti kepada siswa di SMKN 1 Panji Situbondo dengan melihat aspek kepercayaan diri menurut Lautser, peneliti menemukan fenomena yang terjadi yaitu terkait dengan adanya kasus *Body Shame*. Pada aspek cinta diri siswa menyatakan bahwa merasa kurangnya penerimaan diri seperti ketidakpuasan terhadap fisik mereka dan adanya kecenderungan untuk membandingkan diri secara negatif dengan orang lain. Sikap siswa yang membantah aspek ini dengan tetap rutin menggunakan *skincare* pada tubuh, berpaakaian rapi, dan berolahraga untuk menjaga kesehatan jasmani dan rohani, hal ini akan membantu mempertahankan rasa percaya diri. Aspek kedua mengenai pemahaman diri dimana siswa merasa kurangnya kesadaran akan kebutuhan fisiknya, siswa mengatakan sering mendapatkan pengalaman negatif tentang fisiknya yang memiliki kantong mata hitam karena tidak beristirahat dengan cukup. Hal ini karena adanya ketidakmampuan mereka dalam pemahaman diri. Pada aspek pemahaman diri, sikap siswa ditunjukkan dengan terus mengevaluasi hasil belajar di kelas kecantikan dengan tetap mau belajar walaupun hasilnya belum maksimal. Pada aspek tujuan hidup yang jelas siswa mengatakan bahwa mereka sering terlihat tidak bersemangat terlihat saat melakukan kegiatan praktikum siswa menunjukkan sikap yang pasif, hal ini dikarenakan siswa kurang memahami tujuan hidup yang jelas dan hanya cenderung mengikuti kata orang lain. Pada aspek tujuan hidup siswa tetap

menunjukkan sikap percaya diri dengan menyusun rencana karir yaitu magang di salon premium, membuka usaha sendiri di bidang kecantikan, dan menjadi make up artist profesional. Dan aspek yang terakhir berpikir positif, dimana siswa mengatakan bahwa mereka murung atau cemas mengakibatkan cenderung untuk menarik diri hal ini karena kurangnya pemikiran yang positif pada diri mereka. Siswa tetap menunjukkan sikap optimise dengan memiliki pola fikir bahwa saat ini adalah proses belajar dan akan terus lebih baik kedepannya.

Body shame juga sering dialami oleh perempuan dari pada laki-laki di Indonesia. 62,2% perempuan Indonesia pernah menjadi korban *body shame*. 47% diantaranya mengalami *body shame* karena bentuk tubuh mereka yang terlalu berisi, 36,4% diantaranya mengalami *body shame* karena kulit mereka yang berjerawat, dan 28,1% lainnya mengalami pengalaman negatif karena bentuk wajah yang lebih besar dari standar ideal. Siswa mengatakan bahwa dampak *body shame* atau perasaan malu dapat menyebabkan gangguan makan di kalangan remaja. Penghinaan bentuk tubuh tidak hanya terjadi di kehidupan sehari-hari, tetapi juga marak ditemukan di media sosial (Renatalia, dkk. 2024). *Body shaming* atau komentar negatif terait bentuk tubuh bisa berasal dari lingkungan terdekat, biasanya ada di lingkungan pertemanan dan keluarga, namun sering sekali di temukan di media sosial, bahkan orang yang tidak dikenal pun dapat dengan mudah melakukannya. Sejalan dengan teori Maslow (Dalam Bisri,dkk 20203) yang mengatakan bahwa individu akan memenuhi penampilan sesuai identitas dan budaya yang ada, sehingga merasa puas dengan terlihat sesuai di lingkungan sekitarnya. Individu sering menghabiskan waktu untuk mengakses media sosial

mereka dengan tujuan untuk mencari informasi-informasi yang menurut mereka menarik dan perlu untuk diikuti, salah satunya adalah informasi berkaitan dengan karakteristik tubuh (Bisri, 2023). Hal seperti ini bisa terjadi karena sifat media sosial yang terbuka dan tanpa batas, sehingga memudahkan siapa pun untuk bertindak semaunya (Numayani, 2025). Penghinaan terhadap citra tubuh dapat dilakukan secara sadar maupun tidak sadar, misalnya melalui komentar seperti “badan terlalu besar”, “hidung tidak mancung”, “kulit terlalu gelap”, atau “mata terlihat aneh” (Thenu, Gisella & Shaputri, 2023). Secara hukum, mengomentari bentuk tubuh dikategorikan menjadi dua bentuk. Pertama, penghinaan dalam bentuk narasi atau komentar yang merendahkan penampilan seseorang di media sosial termasuk dalam UU ITE Pasal 27 ayat (3) juncto Pasal 45 ayat (1), dengan ancaman pidana hingga 6 tahun penjara. Kedua, penghinaan secara lisan yang ditujukan langsung kepada seseorang dapat dijerat dengan Pasal 310 KUHP, dengan ancaman hukuman hingga 9 bulan penjara. Sementara itu, penghinaan yang dilakukan secara tertulis dan disebarakan melalui media sosial dapat dikenakan Pasal 311 KUHP, dengan ancaman 4 tahun penjara. Sayangnya, instrumen hukum yang ada saat ini masih dianggap kurang tegas dan cenderung multitafsir, sehingga belum sepenuhnya memberikan perlindungan yang jelas bagi korban. Akibatnya, penanganan kasus-kasus semacam ini kerap tidak maksimal dan belum menjadi perhatian serius dalam penegakan hukum. Seiring berkembangnya teknologi informasi dan perbedaan sistem sosial, tindakan memperlakukan tubuh justru semakin meluas dan dianggap sebagai sebuah hal yang biasa. Oleh sebab itu, penegakan hukum diharapkan dapat menjadi efek jera bagi pelaku dan sekaligus

mengurangi potensi korban di masa depan. Masyarakat pun diharapkan semakin bijak dalam berkomentar dan lebih menghargai perbedaan fisik setiap individu.

Santrock (dalam Nabila & Ridra, 2022) memberikan pendapatnya terkait dengan kepercayaan diri merupakan sebuah aspek yang bersifat evaluasi diri. Ketika seseorang menilai diri mereka secara positif, maka mereka akan merasa percaya diri mengenai hal apapun yang dikerjakan dan akan menghasilkan sebuah hasil yang juga positif. Seperti halnya yang dialami oleh para siswa, dimana mereka yang mendapatkan komentar buruk/ negatif akan menghasilkan energi negatif. Kepercayaan diri inilah yang akan mengganggu setiap proses pembelajaran. Walgito, (dalam Nabila dan Rindra 2022) mengatakan jika kepercayaan diri merupakan salah satu dimensi yang penting dalam diri disebuah tahap perkembangan remaja, oleh karena itu kepercayaan diri memengaruhi masa remaja, adapun di era digital sering kali terjadi ketidakpercayaan diri. Rendahnya kepercayaan diri sering menjadi hal yang menyieramkan pada setiap individu, terlebih lagi pada usia remaja, yang sering merasakan ketidakpercayaan kepada diri sendiri (Sari, Huda & Isnatul, 2023).

Urgensi pada penelitian ini ialah *Body shame* dapat menurunkan sebuah kepercayaan diri seseorang, terutama pada remaja yang sedang berada dalam tahap pencarian jati diri. Siswa jurusan Kecantikan dan Spa sangat rentan terhadap *body shame* karena tuntutan terhadap penampilan fisik cukup tinggi di bidang tersebut. Jika hal ini tidak diteliti, maka dampaknya bisa berupa menurunnya rasa percaya diri, gangguan psikologis, hingga penurunan prestasi belajar. Penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *body shame* dan

kepercayaan diri siswa jurusan Kecantikan dan Spa di SMKN 1 Panji Situbondo. Hasilnya diharapkan dapat menjadi dasar bagi pihak sekolah dan guru dalam memberikan dukungan serta menciptakan lingkungan belajar yang lebih sehat dan suportif.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara *Body Shame* dengan kepercayaan diri pada siswa jurusan kecantikan dan SPA di SMKN 1 Panji Situbondo ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini ialah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *Body Shame* dengan kepercayaan diri pada siswa jurusan kecantikan dan SPA SMKN 1 Panji Situbondo yang mengalami *Body Shame*.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai, penelitian ini diharapkan dapat memberikan berbagai manfaat, baik secara langsung maupun tidak langsung. Berikut adalah manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini:

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan akan menjadi sebuah ilmu yang dapat bermanfaat untuk banyak orang yang membaca dan khususnya untuk bidang keilmuan Psikologi Klinis dan Psikologi Pendidikan, sebagai masukan empiris terkait hubungan antara *Body Shame* dengan kepercayaan diri pada siswa.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Siswa

Siswa sebagai subjek pada penelitian, yang dapat memberikan pandangan lebih luas mengenai kepercayaan diri dan *body shame* serta menambahkan sikap kepercayaan diri terhadap penampilan fisik serta menghilangkan sikap rendah diri terhadap penampilan fisik dengan cara menghargai diri sendiri, tidak membandingkan dirinya dengan orang lain serta selalu bersyukur.

b. Bagi Guru

Menambah wawasan guru dalam menangani dan memotivasi siswa agar lebih percaya diri dengan lebih menilai positif penampilannya.

c. Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan pengetahuan dan acuan bagi orang tua dalam memantau perilaku siswa, termasuk dalam memberikan perlakuan di rumah yang mendukung pembentukan kepercayaan diri anak

E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini didasarkan pada kajian-kajian sebelumnya yang memiliki karakteristik dan tema yang serupa. Berikut beberapa penelitian yang berkaitan :

1. Peneliti mengenai *Body Shame* telah dilakukan sebelumnya. Yaitu oleh Ressay dan Fifi. (2021) mengenai “Kecenderungan Perilaku *body Shame* Ditinjau Dari Selfacceptance Pada Remaja Awal Putri Di Smp Y Surabaya”. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa adanya hubungan antara *body shame* dengan *self acceptance* pada remaja. Persamaan pada penelitian Ressay dan penelitian ini adalah keduanya sama- sama menyoroti perasaan malu atau *body shame* yang nampak pada remaja. Penelitian ini menggunakan

pendekatan kuantitatif. Perbedaan penelitian terletak pada metode pengambilan data penelitian, pada penelitian Ressi menggunakan teknik total sampling. Dimana diambil secara keseluruhan sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan, ada 73 remaja putri yang menjadi responden untuk mengikuti penelitian ini.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Aziz dan Siti Ina (2023). Berjudul “ Hubungan antara *Body Shame* dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *body shame* memiliki pengaruh positif dalam meningkatkan kepercayaan diri pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan. Persamaan pada penelitian terletak pada metode penelitian yang di gunakan dan tujuan penelitian yaitu ingin mengetahui hubungan antara *body shame* dengan kepercayaan diri. Perbedaan pada penelitian Aziz dan penelitian ini jelas terdapat pada subjek penelitian. Metode digunakan dalam studi ini adalah kuantitatif yang menggunakan korelasi antar dua variabel. Subjek pada penelitian ini terdiri 90 mahasiswa yang merantau sebagai try-out dan 150 mahasiswa. uji korelasi Rank Spearman, dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,463, menunjukkan hubungan positif dan signifikan antara kohesi keluarga dan resiliensi pada mahasiswa. Berdasarkan uji hipotesis dengan menggunakan sampel (N) sebanyak 150 mahasiswa maka ditemukan bahwa Nilai koefisien korelasi menunjukkan nilai koefisien korelasi pada rho table sebesar 0,463 ($r=0,463$) yang menunjukkan terdapat hubungan cukup kuat antara variabel independen dan dependen.

3. Penelitian oleh Rokhania (2022) dengan penelitiannya yang berjudul “Hubungan antara kepercayaan diri dengan *body shame* pada siswa”. Hasil penelitian adalah terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan *body shame* pada mahasiswa. Persamaan penelitian Rokhania dengan penelitian ini adalah sama-sama ingin mengetahui hubungan antara *body shame* dengan kepercayaan diri. Keduanya sama-sama melihat perasaan *body shame* yang nampak pada subjek dan juga meneliti terkait dampak *body shame*. Perbedaan penelitian terdapat jelas pada subjek penelitian yang digunakan yaitu mahasiswa dan siswa SMK.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Putri Amelia (2022). Penelitian yang berjudul “ Hubungan Antara *Body Shame* Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana”. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *body shame* dengan kepercayaan diri dengan nilai $r = -0,641$; $p = 0,000$. Persamaan penelitian Putri dan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan skala kepercayaan diri sebagai alat ukur. Perbedaan dari keduanya terletak pada subjek yang digunakan; pada penelitian putri menggunakan subjek mahasiswa dengan kriteria laki-laki dan perempuan. Namun pada penelitian ini subjek siswa jurusan kecantikan dengan kriteria seluruh perempuan. Perbedaan selanjutnya terdapat pada penelitian Putri menggunakan alat ukur skala *internalized shame scale*, sedangkan pada penelitian ini menggunakan skala *body shame* dari Gillbert.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Ulfa (2022), mengenai “Hubungan *Body Shaming* Dengan Kepercayaan Diri Pada Siswa Man 3 Indrapuri Kabupaten Aceh Besar”. Hasil penelitian Persamaan penelitian dalam menunjukkan ada hubungan negatif sangat signifikan antara *body shaming* dengan kepercayaan diri pada siswa MAN 3 Indrapuri Kabupaten Aceh Besar. Bahwa semakin tinggi *Body Shaming* maka semakin rendah kepercayaan diri pada siswa MAN 3 Indrapuri Kabupaten Aceh Besar, sebaliknya semakin rendah *body shaming* maka semakin tinggi kepercayaan diri pada siswa.

Persamaan penelitian Ulfa dengan penelitian ini terletak pada skala kepercayaan diri yaitu sama -sama menggunakan teori Lauster. Dan keduanya nya sama-sama menggunakan subjek penelitian siswa yang termasuk dalam remaja. Metode penelitian yang digunakan juga menggunakan kuantitatif. Perbedaan penelitian terletak pada skala *body shaming* dari teori Duarte dkk, (2017) dan tehnik menentukan sampel berdasarkan teknik proportionste stratified random sampling.