

## Pengaruh Komunikasi Interpersonal terhadap Self- Esteem Korban Body Shaming: Studi Kasus

Sahrina<sup>1\*</sup>, Achmad Syarifudin<sup>1</sup>, Candra Darmawan<sup>1</sup>

<sup>1</sup> UIN Raden Fatah Palembang, Indonesia

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh komunikasi interpersonal terhadap *Self-Esteem* korban *body shaming*. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan menggunakan SPSS 25. Adapun sampel yang diambil adalah mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang angkatan 2017 berjumlah 77 Mahasiswa. Data diambil melalui analisis Regresi Linear Sederhana. Penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling* dengan membuat kuesioner melalui *google form* dan menggunakan *Whatsapp* sebagai media penelitian. Penelitian ini mengemukakan bahwa kondisi *self-esteem* korban *body shaming* sempat merasakan kesedihan yang mendalam, *down*, namun karena *support* dari orang-orang sekitar korban kembali bersyukur dengan bentuk tubuhnya, bangga, dan lebih mencintai dirinya. Korban berhasil melawan *body shaming* dengan cara mengabaikan cibiran dari orang lain, korban tetap percaya diri dengan berprestasi, menyibukkan diri melakukan hal-hal positif, dan mampu menginspirasi *plus size women* lainnya untuk tetap percaya diri dan bangga terhadap dirinya. Maka dari itu ada pengaruh komunikasi interpersonal yang signifikan terhadap *self-esteem* korban *body shaming* (studi pada konten Youtube kitabisa.com "curhat perempuan *plus size* melawan *body shaming*) dengan hasil uji t yang menunjukkan bahwa  $t_{hitung} > t_{tabel}$  atau  $5,487 > 2,000$  dengan signifikan 0,05 dengan tingkat korelasi dan kekuatan hubungan variabel X dan variabel Y maka didapatkan nilai  $R = 0,366$  dan termasuk dalam kategori lemah, sedangkan hasil analisis regresi linear sederhana  $Y = a + Bx = 21,855 + 0,290$ .

**Kata Kunci:** self-esteem, body shaming, komunikasi interpersonal

**Abstract:** This study aims to determine the effect of interpersonal communication on Self-Esteem victims of body shaming. The research method used is a quantitative method using SPSS 25. The samples taken are students of the Faculty of Da'wah and Communication at UIN Raden Fatah Palembang class of 2017 totaling 77 students. Data is taken through Simple Linear Regression analysis. This study uses a simple random sampling technique by making a questionnaire via google form and using Whatsapp as the research medium. This study suggests that the self-esteem condition of the body shaming victim had felt deep sadness, down, but because of the support from the people around the victim, he returned to be grateful for his body shape, proud, and loved himself more. The victim succeeded in fighting body shaming by ignoring the scorn from others, the victim remained confident in her achievements, kept herself busy doing positive things, and was able to inspire other plus size women to remain confident and proud of themselves. Therefore, there is a significant influence of interpersonal communication on the self-esteem of victims of body shaming (a study on the Youtube content of kitabisa.com "venting plus size women against body shaming) with the results of the t test which shows that  $t_{count} > t_{table}$  or  $5,487 > 2,000$  with a significant 0 0.05 with the correlation level and the strength of the relationship between variables X and Y, the value of R

\* Corresponding Author: Sahrina (sahrina257@gmail.com). UIN Raden Fatah Palembang, Indonesia

= 0.366 and is included in the weak category, while the results of simple linear regression analysis  $Y = a + Bx = 21.855 + 0.290$ .

**Keywords:** self-esteem, body shaming, interpersonal communication

## Pendahuluan

Kemajuan teknologi dan media komunikasi pada masa modern kini memunculkan berbagai tren yang berkembang pesat dimasyarakat. Terutama tren sepuar gaya hidup dikalangan masyarakat diantaranya mengenai kecantikan, perawatan tubuh, dan seputar kesehatan. Maraknya penggunaan media sosial dikalangan masyarakat turut memunculkan iklan seputar kecantikan, kesehatan, maupun perawatan tubuh. Hal tersebut tentunya mendorong masyarakat untuk mengikuti tren agar tidak ketinggalan. Konsep perawatan tubuh menjadi suatu kesadaran karena manusia yang mementingkan tubuh yang sempurna sehingga gaya hidup dijadikan komoditas dan dikonsumsi oleh manusia yang mementingkan gaya hidupnya (Fauzia & Rahmiaji, 2019).

Banyak definisi mengenai perempuan dan laki-laki yang ideal. Menurut studi tahun 2012 *PloS One* dalam jurnalnya yang diterbitkannya perempuan yang memiliki bentuk pinggul dan pinggang yang kecil dengan bentuk tubuh yang ramping seperti jam pasir serta indeks masa tubuhnya hanya sebesar 18,82. Sedangkan laki-laki yang ideal memiliki bentuk bahu yang lebar, pinggang yang kecil seperti piramida terbalik dengan indeks masa tubuh yang hanya sebesar 24,5 (Wahyuni, 2015). Penilaian yang dibentuk media tersebut memicu ketidakpuasan terhadap tubuh seseorang. Dari berbagai tren seputar gaya hidup yang banyak berkembang dimasyarakat, tidak sedikit yang kemudian memunculkan tindak perundungan bagi masyarakat yang tidak mengikuti tren atau dianggap tidak sesuai dengan tren. Tindakan perundungan yang terjadi dalam hal ini terkait dengan tampilan fisik seseorang, namun

penilaian tersebut bukan terbatas pada fisik saja, penilaian juga bisa berhubungan dengan harga diri seseorang yang bisa mengurangi kepercayaan diri.

Ketidakpuasan dalam diri seseorang akan semakin meningkat apabila seseorang menanggapi penilaian negatif dari orang lain sehingga muncullah rasa tidak bersyukur terhadap diri sendiri. Individu akan semakin merasa tidak puas terhadap tubuhnya jika individu menginternalisasi penilaian yang disampaikan lingkungan tentang tubuhnya. Seseorang akan merasakan ketidakpuasan yang semakin besar terhadap dirinya ketika menerima ejekan atau penilaian tentang tubuh melalui media ataupun iklan yang sangat mudah untuk di akses di era teknologi modern saat ini (Knauss et al., 2008). Konten yang ditampilkan melalui iklan di media tentang tubuh ideal, semakin membuat masyarakat menanggapi konten tersebut sebagai penilaian terhadap tubuh ideal. Konten Iklan kecantikan yang ditampilkan melalui media dapat mempengaruhi masyarakat yang menonton konten iklan tersebut.

Cara pandang terhadap tubuh seperti ini dapat mempengaruhi *self-esteem* seseorang. *Self-esteem* merupakan suatu hal yang penting dan dibutuhkan oleh seseorang untuk memenuhi kepuasan yang ada dari dirinya sehingga bisa mewujudkan kebutuhannya yang lebih tinggi lagi. Adapun yang dibutuhkan *self-esteem* yaitu penghargaan (*reward*) dari diri sendiri dan penghargaan (*reward*) dari orang lain. Sekali seseorang sangat merasa dihargai dan dicintai maka ia akan lebih percaya diri ketika memenuhi kebutuhannya. Oleh karena itu penilaian tubuh yang ada di iklan ataupun media sangat mempengaruhi *self-esteem* seseorang sehingga bisa

menyebabkan *self-esteem* menjadi rendah dan kepercayaan diri yang menurun (Dolezal, 2015).

Kemajuan teknologi pada masa modern sangat mempermudah untuk proses mengakses informasi. Karena kemajuan teknologi, tren seputar gaya hidup selalu menjadi pembahasan dalam mempengaruhi penilaian tubuh ideal di kalangan manusia. Hal ini membuat banyak masyarakat yang menjadi korban *body shaming*. Banyak definisi mengenai *body shaming* menurut beberapa ahli. Didalam kamus *Oxford* dijelaskan bahwa *body shaming* merupakan suatu tindakan yang menghina, mengejek, mengkritik seseorang melalui bentuk tubuh dan ukuran tubuhnya dan tindakan tersebut dilakukan secara langsung ataupun tidak langsung (NurSafira, 2019).

Fenomena *body shaming* bukanlah fenomena yang baru terjadi. Manusia yang berada di belahan bumi barat sejak lama mempunyai penilaian tersendiri mengenai tubuh yang termasuk kategori ideal ataupun tubuh yang tidak termasuk kategori ideal. Menurut survei yang diperoleh melalui majalah *BLISS* dari 5053 remaja, 90% remaja tidak mencintai bentuk tubuhnya. Dalam data yang diperoleh 19% kelebihan bobot tubuh, 67% remaja beranggapan harus melakukan diet menurunkan berat badan, dan 64% yang melakukan program diet (NurSafira, 2019).

*Body shaming* berhubungan dengan harga diri (*self-esteem*), diet, dan gejala gangguan makan. *Body shaming* bisa meningkatkan kecemasan terhadap diri seseorang. Seseorang yang mengalami *body shaming* akan rentan terkena gangguan dismorfik tubuh (*Body Dismorphic Disorder/BDD*) yang apabila seseorang telah mengalami gangguan dismorfik tubuh, ia akan selalu merasa tidak percaya diri dan selalu merasa kurang terhadap dirinya. Namun kekurangan yang dirasakannya bukanlah kekurangan yang benar

terjadi, melainkan hanya dalam bayangannya saja. Pikiran negatif dan kacau yang membuat seseorang merasakan kekurangan yang ada di dalam dirinya (NurSafira, 2019).

*Body shaming* memiliki dampak negatif pada korban yang bisa menyebabkan korban mengalami menurunnya kesehatan fisik dan *insomnia*. Dalam penjelasan psikologis, seseorang yang menjadi korban *body shaming* dapat menderita gangguan depresi, kecemasan yang berlebihan dan bahkan memiliki pemikiran untuk melakukan tindakan bunuh diri. Korban yang mengalami hal itu disebut mengalami *psychological distress*. Oleh karena itu dampak *body shaming* menyebabkan banyaknya kerugian yang dialami oleh korban. Dalam menanganinya diperlukan suatu tindakan keberanian yang dapat membuat pihak yang berkaitan tidak melakukan tindakan *body shaming* kembali (Adhichandra, 2019).

Gambar 1. Curhat Perempuan Plus Size Melawan Body Shaming



Dalam sebuah konten Youtube kitabisa.com “curhat perempuan *plus size* melawan *body shaming*”, menceritakan pengalamannya melawan *body shaming*. Perempuan yang bernama Angel ini dengan profesi sebagai *plus size dancer*. Banyak yang melakukan *body shaming* kepada Angel karena tubuhnya yang *plus size* dan dianggap tidak pantas untuk berprofesi sebagai *dancer*. Angel pernah sempat *down* karena mengalami *body*

*shaming*, namun ia mengungkapkan bahwa kecantikan bukanlah dari fisik melainkan dari hati, dan Angel membalas tindakan *body shaming* yang dialaminya dengan prestasi yang dia peroleh. Angel menyampaikan pesan kepada seluruh *plus size woman* untuk mencintai diri sendiri, lebih mengeksplor diri, lebih bangga, dan lebih percaya diri, dengan adanya cibiran-cibiran yang dialami ia mengungkapkan untuk tetap “*with or without them, you’re supposed to go on*”. Angel juga mengungkapkan bahwa *support* dari orang-orang sangat membantunya untuk bangkit kembali.

Fenomena *body shaming* tersebut menyebabkan peneliti melakukan penelitian tentang Pengaruh Komunikasi Interpersonal Terhadap *Self-Esteem* Korban *Body Shaming* (Studi Pada Konten Youtube Kitabisa.com “Curhat Perempuan *Plus Size* Melawan *Body Shaming*). Maka dari itu pemantapan judul dalam penelitian ini didasarkan pada tiga alasan, yaitu:

1. Banyak kasus *body shaming* di Indonesia. Salah satu contohnya yang pernah dialami oleh Artis Indonesia Maudy Ayunda. Ia mengungkapkan tindakan *body shaming* dapat merusak kesehatan mental dan memiliki dampak yang negatif sehingga membuat apa yang seharusnya dibanggakan menjadi suatu ketidaknyamanan (Kangsaputra, 2019).
2. Kasus *body shaming* berpengaruh pada *self-esteem* hingga dapat menyebabkan tindakan bunuh diri. Seperti yang dialami Artis Korea Sulli yang depresi karena dikritik jelek dan tidak mempunyai lekuk tubuh sama sekali di media sosial sehingga Sulli mengakhiri hidupnya dengan gantung diri di apartemennya (Resmisari, 2019).
3. Tindakan *body shaming* dapat memberikan dampak positif dan dampak negatif bagi korbannya. Dampak positifnya seperti yang

dialami Angel yang lebih mencintai diri sendiri, lebih mengeksplor diri, lebih bangga, dan lebih percaya diri. Sedangkan dampak negatifnya korban *body shaming* merasakan kesedihan yang mendalam, depresi, hingga melakukan tindakan bunuh diri seperti yang dialami oleh Sulli.

### Metode Penelitian

Dalam penelitian ini, metode penelitian yang digunakan yaitu metode deskriptif, historis, dan eksperimen. Metode deskriptif dalam penelitian ini yaitu melakukan survei kepada objek penelitian dengan menggunakan kuesioner (angket) sebagai teknik dalam pengumpulan data. Metode historis dalam penelitian ini yaitu data yang diperoleh dari konten Youtube kitabisa.com “curhat perempuan melawan *body shaming*” dianalisis sesuai dengan keadaan saat ini ataupun di masa yang akan datang. Sedangkan metode eksperimen dalam penelitian ini yaitu data dan percobaan yang diperoleh dibuktikan dengan hipotesis penelitian, apakah ada atau tidak ada pengaruh komunikasi interpersonal yang signifikan terhadap *self-esteem* korban *body shaming* (studi pada konten Youtube kitabisa.com “curhat perempuan *plus size* melawan *body shaming*) sehingga bisa memperoleh kesimpulan dari penelitian ini. Data primer yang digunakan dalam penelitian ini merupakan mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang angkatan 2017. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket atau kuisisioner melalui *google form* yang disebarakan melalui WhatsApp. Dalam penelitian ini, teknik analisis data yang digunakan yaitu uji regresi sederhana, yang mana regresi sederhana digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel X terhadap variabel Y dengan menggunakan *software* SPSS versi 25.00.

**Hasil dan Pembahasan**

**Pandangan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Angkatan 2017 terhadap Kondisi *Self-Esteem* Korban *Body Shaming***



Gambar 2 Kondisi Self-Esteem Korban Body Shaming

Dalam konten Youtube kitabisa.com “curhat perempuan *plus size* melawan *body shaming*” mengungkapkan bahwa ia sempat *down* ketika mengalami di *body shaming* dan diremehkan orang lain karena tubuh yang *plus size*, ia juga sempat *down* karena di *body shaming* melalui sosial media. *Body shaming* tentu saja bisa membuat kondisi *self-esteem* korban *body shaming* rendah sehingga bisa menyebabkan turunnya tingkat kepercayaan diri seseorang.

Untuk melihat seberapa kuat persentase dari Pandangan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Angkatan 2017 Terhadap Kondisi *Self-Esteem* Korban *Body Shaming* maka akan dilakukan perhitungan TSR (Tinggi, Sedang, Rendah) menggunakan SPSS 25. Dari jumlah total jawaban responden diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Variabel X

	Frequency	Percent	Valid Percent	Commulative Percent
Valid	36	1	1.3	1.3

38	1	1.3	1.3	2.6
39	3	3.9	3.9	6.5
41	8	10.4	10.4	16.9
42	3	3.9	3.9	20.8
43	2	2.6	2.6	23.4
44	6	7.8	7.8	31.2
45	8	10.4	10.4	41.6
46	8	10.4	10.4	51.9
47	7	9.1	9.1	61.0
48	3	3.9	3.9	64.9
49	6	7.8	7.8	72.7
50	6	7.8	7.8	80.5
51	3	3.9	3.9	84.4
52	4	5.2	5.2	89.6
53	2	2.6	2.6	92.2
54	1	1.3	1.3	93.5
55	2	2.6	2.6	96.1
56	1	1.3	1.3	97.4
57	1	1.3	1.3	98.7
58	1	1.3	1.3	100.0
Total	77	100.0	100.0	

Sumber: Diolah dengan menggunakan SPSS 25

Setelah mengetahui skor total peritem beserta frekuensinya diatas, maka hal yang akan dilakukan berikutnya yaitumembuat tabel deskripsi statistik menggunakan SPSS 25, sehingga diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 2. Deskripsi Statistik Variabel X

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
	statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic
Variabel X	77	36	58	46.65	4.664
Valid N (listwise)	77				

Sumber: Diolah dengan menggunakan SPSS 25

Dari hasil pengolahan data diatas maka diperoleh hasil nilai mean variabel X yaitu 46.65 dan nilai standar devansi yaitu 4.65. Selanjutnya

untuk menghitung nilai TSR dengan rumus Pandangan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Angkatan 2017 Terhadap Kondisi *Self-Esteem* Korban *Body Shaming* dikategorikan tinggi (T) sebesar 51.3, 42 sampai 51.3 sedang (S), dan 42 ke bawah dikategorikan rendah (R).

Sesuai dengan data yang dilakukan di atas, maka persentase Pandangan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Angkatan 2017 Terhadap Kondisi *Self-Esteem* Korban *Body Shaming* adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi dan Persentase Tentang Pandangan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Angkatan 2017 Terhadap Kondisi *Self-Esteem* Korban *Body Shaming*

	Frekuensi	Persentase
Tinggi	25	32.5%
Sedang	52	67.5%
	n = 77	100%

Berdasarkan tabel di atas, Pandangan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Angkatan 2017 Terhadap Kondisi *Self-Esteem* Korban *Body Shaming* dikategorikan sedang. Hal ini terbukti dari hasil analisis data yang dilakukan menggunakan rumus Mean, Standar Deviasi, dan TSR (Tinggi, Sedang, Rendah).

Pandangan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Angkatan 2017 Terhadap Kondisi *Self-Esteem* Korban *Body Shaming* dikategorikan tinggi sebanyak 25 orang atau 32.5% dari seluruh data yang ada. Pandangan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Angkatan 2017 Terhadap Kondisi *Self-Esteem* Korban *Body Shaming* dikategorikan sedang sebanyak 52 orang atau 67.5% dari seluruh data yang ada. Sedangkan Pandangan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden

Fatah Angkatan 2017 Terhadap Kondisi *Self-Esteem* Korban *Body Shaming* dikategorikan rendah tidak ada.

### Pandangan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Angkatan 2017 Terhadap Korban Melawan *Body Shaming*



Gambar 3. Korban Melawan *Body Shaming*

Dalam konten Youtube kitabisa.com “curhat perempuan *plus size* melawan *body shaming*”, banyak hal yang dilakukannya untuk melawan *body shaming* diantaranya membalas cacian dengan prestasi, memotivasi *plus size women* lainnya, berani untuk mencintai diri sendiri, mengeksplor kemampuan diri, lebih bangga, percaya diri dan masih banyak lagi.

Untuk melihat seberapa kuat persentase dari Pandangan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Angkatan 2017 Terhadap Korban Melawan *Body Shaming* maka akan dilakukan perhitungan TSR (Tinggi, Sedang, Rendah) menggunakan SPSS 25. Dari jumlah total jawaban responden diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Variabel Y

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	29	1	1.3	1.3
	30	13	16.9	18.2
	31	4	5.2	23.4
	32	2	2.6	26.0
	33	7	9.1	35.1
	34	4	5.2	40.3



35	6	7.8	7.8	48.1
36	6	7.8	7.8	55.8
37	5	6.5	6.5	62.3
38	8	10.4	10.4	72.7
39	6	7.8	7.8	80.5
40	15	19.5	19.5	100.0
Total	77	100.0	100.0	

Sumber: Diolah dengan menggunakan SPSS 25

Setelah mengetahui skor total peritem beserta frekuensinya diatas, maka hal yang akan dilakukan berikutnya yaitu membuat tabel deskripsi statistik menggunakan SPSS 25, sehingga diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 5. Deskripsi Statistik Variabel Y

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic
Variabel X	77	29	40	35.36	3.688
Valid N (listwise)	77				

Sumber: Diolah dengan menggunakan SPSS 25

Dari hasil pengolahan data diatas maka diperoleh hasil nilai mean variabel Y yaitu 35.36 dan nilai standar deviansi yaitu 3.69. Selanjutnya untuk menghitung nilai TSR dengan rumus Pandangan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Angkatan 2017 Terhadap Korban Melawan *Body Shaming* dikategorikan tinggi (T) sebesar 39 ke atas, 32 sampai 39 dikategorikan sedang (S), dan 32 ke bawah dikategorikan rendah (R).

Sesuai dengan data yang dilakukan di atas, maka persentase Pandangan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Angkatan 2017 Terhadap Korban Melawan *Body Shaming* adalah sebagai berikut:

Tabel 6. Distribusi Frekuensi dan Persentase Tentang Pandangan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Angkatan 2017 terhadap Korban Melawan *Body Shaming*

	Frekuensi	Persentase
Tinggi	15	19.5%
Sedang	44	57.1%
Rendah	18	23.4%
	n = 77	100%

Berdasarkan tabel di atas, Pandangan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Angkatan 2017 Terhadap Korban Melawan *Body Shaming* dikategorikan sedang. Hal ini terbukti dari hasil analisis data yang dilakukan menggunakan rumus Mean, Standar Deviasi, dan TSR (Tinggi, Sedang, Rendah) pada SPSS 25.

Pandangan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Angkatan 2017 Terhadap Korban Melawan *Body Shaming* dikategorikan tinggi sebanyak 15 orang atau 19.5% dari seluruh data yang ada. Pandangan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Angkatan 2017 Terhadap Korban Melawan *Body Shaming* dikategorikan sedang sebanyak 44 orang atau 57.1% dari seluruh data yang ada. Sedangkan Pandangan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Angkatan 2017 Terhadap Korban Melawan *Body Shaming* dikategorikan rendah sebanyak 18 orang atau 23.4%.

**Pengaruh Komunikasi Interpersonal Terhadap Self-Esteem Korban *Body Shaming* Pada Konten Youtube Kitabisa.com “Curhat Perempuan Plus Size Melawan *Body Shaming*”**

Untuk melihat ada atau tidaknya pengaruh komunikasi interpersonal terhadap *self-esteem* korban *body shaming* pada konten Youtube kitabisa.com “curhat perempuan *plus size* melawan *body shaming*” dilakukan uji regresi linier sederhana. Pengolahan data uji regresi linier sederhana menggunakan SPSS 25. Namun sebelum menguji regresi linier sederhana, data yang diperoleh harus dilakukan uji asumsi dasar untuk melihat apakah analisis yang dipakai sudah memenuhi kriteria prasyarat yang ditentukan. Uji asumsi dasar meliputi uji normalitas, uji linieritas, dan uji homogenitas.

Berikut ini tabel untuk menguji seberapa kuat pengaruh variabel X terhadap variabel Y sesuai dengan interpretasi koefisien korelasi :

Tabel 7. Tingkat Korelasi dan Kekuatan Hubungan

Nilai Korelasi (r)	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Lemah
0,20 – 0,399	Lemah
0,40 – 0,599	Cukup
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat Kuat

Berdasarkan tabel tingkat korelasi dan kekuatan hubungan diatas, maka nilai  $R = 0,366$  termasuk dalam kategori lemah, sehingga dapat disimpulkan bahwa Dampak Komunikasi Pada Mahasiswa Setelah Melihat Konten Youtube Kitabisa.com “Curhat Perempuan *Plus Size* Melawan *Body Shaming*” dikategorikan lemah.

Setelah mengetahui tingkat korelasi dan kekuatan hubungan sesuai dengan tabel diatas, langkah selanjutnya yaitu mengetahui hasil analisis regresi linear sederhana. Adapun hasilnya yaitu sebagai berikut:

Tabel 8. Hasil Analisis Regresi Linear Sederhana

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	21.855	3.983		5.487	.000
	X		.085	.366	3.408	.001

a. Dependent Variable: Y

Sumber: Diolah dengan menggunakan SPSS 25

Berdasarkan hasil analisis regresi linear sederhana di atas, diketahui nilai  $t = 5.487$  sedangkan nilai signifikan sebesar 0,001 lebih kecil dari 0,05 sehingga nilai tersebut signifikan. Jadi, dapat disimpulkan bahwa ada korelasi antara variabel X. Dalam tabel diatas terdapat kolom B (*constant*) dengan nilai sebesar 21,855 sedangkan untuk nilai X sebesar 0,290.

Setelah mengetahui persamaan regresi linear sederhana, langkah selanjutnya yaitu melakukan uji hipotesis. Diketahui nilai  $t = 5.487$  maka rumusan hipotesisnya sebagai berikut:

a. Hipotesis yang dirumuskan:

$H_a$  = Ada Pengaruh Komunikasi Interpersonal Yang Signifikan Terhadap *Self-Esteem* Korban *Body Shaming* (Studi Pada Konten Youtube Kitabisa.com “Curhat Perempuan *Plus Size* Melawan *Body Shaming*).

$H_o$  = Tidak Ada Pengaruh Komunikasi Interpersonal Yang Signifikan Terhadap *Self-Esteem* Korban *Body Shaming* (Studi Pada Konten Youtube Kitabisa.com “Curhat Perempuan *Plus Size* Melawan *Body Shaming*).

b. Jika nilai  $t$  hitung  $< t$  tabel 0,05 maka  $H_o$  diterima dan  $H_a$  ditolak



- c. Jika nilai  $t$  hitung  $>$   $t$  tabel 0,05 maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima

Untuk menentukan  $t$  tabel menggunakan rumus *degree of freedom*, yaitu:  $n - 2 = 77 - 2 = 75$  sehingga nilai  $t$  tabel adalah 2.000 dan  $t$  hitung = 5.487. Jadi  $t$  hitung lebih besar dari  $t$  tabel sehingga artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa Ada Pengaruh Komunikasi Interpersonal Yang Signifikan Terhadap *Self-Esteem* Korban Body Shaming (Studi Pada Konten Youtube Kitabisa.com “Curhat Perempuan *Plus Size* Melawan *Body Shaming*”).

### Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa pertama, kondisi *self-esteem* korban *body shaming* pada konten Youtube kitabisa.com “curhat perempuan *plus size* melawan *body shaming*” sempat merasakan kesedihan yang mendalam, *down*, namun karena *support* dari orang-orang sekitar korban kembali bersyukur dengan bentuk tubuhnya, bangga, dan lebih mencintai dirinya. Kedua, korban *body shaming* pada konten Youtube kitabisa.com “curhat perempuan *plus size* melawan *body shaming*” berhasil melawan *body shaming* dengan cara mengabaikan cibiran dari orang lain, korban tetap percaya diri dengan berprestasi, menyibukkan diri melakukan hal-hal positif, dan mampu menginspirasi *plus size women* lainnya untuk tetap percaya diri dan bangga terhadap dirinya. Dan ketiga, ada pengaruh komunikasi interpersonal yang signifikan terhadap *self-esteem* korban *body shaming* (studi pada konten Youtube kitabisa.com “curhat perempuan *plus size* melawan *body shaming*”).

### Daftar Pustaka

Adhichandra, R. (2019). *PERILAKU BODY SHAMING TERHADAP WANITA DI KOTA BANDUNG*. PERPUSTAKAAN.

- Dolezal. (2015). *Fenomenologi, Feminisme, dan Bentuk Tubuh Sosial*.
- Fauzia, T. F., & Rahmiaji, L. R. (2019). Memahami pengalaman *body shaming* pada remaja Perempuan. *Interaksi Online*, 7(3), 238–248.
- Kangsaputra, L. S. (2019). Cerita Maudy Ayunda yang Jadi Korban Beauty Shaming. *Okezone*. <https://lifestyle.okezone.com/read/2019/08/09/611/2090036/cerita-maudy-ayunda-yang-jadi-korban-beauty-shaming>
- Knauss, C., Paxton, S. J., & Alsaker, F. D. (2008). Body dissatisfaction in adolescent boys and girls: Objectified body consciousness, internalization of the media body ideal and perceived pressure from media. *Sex Roles*, 59(9–10), 633–643. <https://doi.org/10.1007/s11199-008-9474-7>
- NurSafira, I. (2019). *Tentang Body Shaming*. Kompasiana. <https://www.kompasiana.com/izzatiddiena/5d69ff190d823059603e3032/tentang-body-shaming-i?page=all>
- Resmisari, Y. (2019). *Hujatan Berujung Maut*. Kompasiana. <https://www.kompasiana.com/yukir/5dc813d5097f3641316907b2/hujatan-berujung-maut>
- Wahyuni, T. (2015). *Wanita Menarik di Mata Lelaki Berdasarkan Penelitian Ilmiah*. CNN Indonesia. <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20150907144359-277-77111/wanita-menarik-di-mata-lelaki-berdasarkan-penelitian-ilmiah>