



Self-objection and body shame of women in early adulthood

Self-objection dan body shame pada perempuan dewasa awal

Article History

Accepted
December 12, 2024

Received
September 09, 2024

Published
December 31, 2024

Novia Ciutarno^{1*}, Heni Gerda Pesau¹

¹ Fakultas Psikologi, Universitas Atma Jaya Makassar, Indonesia

ABSTRACT

Changes in interest about appearance and social roles made women in early adulthood begin to feel anxious about living in a new environment and trigger the possibility of experiencing objectification from others. Women who internalize this objectification will experience self-objectification which can cause body shame when their body does not meet the ideal beauty standards. This research aims to analyze the relationship between self-objectification and body shame of women in early adulthood. This study involved 150 women in early adulthood aged 20 to 30 years and domiciled in Makassar City. This research used quantitative methods with self-objectification and body shame scales as research measurement tools and analyzed by Pearson Product Moment. The result of this research showed a significance value of 0.000 and a correlation value of 0.297, which means that there is a positive relationship between self-objectification and body shame of women in early adulthood.

KEY WORDS:

body shame; self-objectification; women in early adulthood

¹ Corresponding Author Heni Gerda Pesau email: heni_gerda@lecturer.uajm.ac.id Fakultas Psikologi, Universitas Atma Jaya Makassar, Jl. Tanjung Alang No.23, Maccini Sombala, Kec. Tamalate, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90224 Indonesia

ABSTRAK

Perubahan minat pada penampilan serta peran sosial membuat perempuan dewasa awal merasakan kekhawatiran karena berada di lingkungan yang baru dan memicu kemungkinan mengalami objektifikasi dari individu lain. Perempuan yang menginternalisasi pandangan tersebut akan mengalami *self-objectification* yang dapat memicu *body shame* ketika tubuh yang dimiliki tidak memenuhi standar kecantikan ideal. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *self-objectification* dengan *body shame* pada perempuan dewasa awal. Penelitian ini melibatkan 150 perempuan dewasa awal berusia 20 sampai 30 tahun dan berdomisili di Kota Makassar. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan skala *self-objectification* dan *body shame* sebagai alat ukur penelitian dengan teknik analisis data Pearson Product Moment. Hasil dari penelitian ini menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 dan nilai korelasi sebesar 0,297 yang berarti terdapat hubungan positif antara *self-objectification* dengan *body shame* pada perempuan dewasa awal.

KATA KUNCI

Body shame; objektifikasi diri; perempuan dewasa awal



Copyright ©2024. The Authors. Published by Journal of Indonesian Psychological Science (JIPS). This is an open access article under the CC BY-NC-SA. Link: [Creative Commons — Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International — CC BY-NC-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

Pendahuluan

Individu mengalami perubahan sejak lahir melalui interaksi sosial bersama keluarga. Individu bergantung pada orang dewasa seperti orangtua hingga mencapai masa remaja untuk memenuhi kebutuhan dasar, perawatan, dan perasaan aman. Individu akan mengembangkan kemandirian dan menjalani kehidupan tanpa bergantung kepada orangtua ketika memasuki masa dewasa (Jahja, 2015).

Masa dewasa awal merupakan masa penyesuaian diri individu yang dimulai pada usia 20 tahun dan berlangsung hingga usia 30 tahun (Santrock, 2011). Dariyo (2008) menjelaskan bahwa masa dewasa awal merupakan masa penyesuaian individu yang melibatkan transisi secara fisik, intelektual, dan peran sosial. Individu dewasa awal mengalami puncak efisiensi fisik pada usia pertengahan dua puluhan dan akan mengalami penurunan secara perlahan. Kemampuan fisik yang matang membuat individu mampu menghadapi masalah-masalah dalam penyesuaian yang dialami. Penampilan fisik yang matang juga menjadi indikasi bahwa individu telah siap melakukan tugas baru seperti menikah, bekerja, dan memiliki anak. Peran sosial tersebut menuntut

kemampuan intelektual yang kompleks, seperti berpikir secara abstrak, logis, dan rasional.

Individu dewasa awal juga mengalami perubahan pada minat pribadi, terutama pada penampilan. Perempuan dewasa awal menyadari peran penampilan fisik yang menarik dalam usaha mengembangkan karir dan relasi dengan individu lain. Penampilan fisik yang menarik sering dipandang sebagai hal penting untuk mencapai status sosial yang tinggi, seperti dalam lingkup pekerjaan. Penyesuaian dalam dunia kerja juga dapat memicu kekhawatiran tertentu karena terdapat kemungkinan memperoleh pandangan objektif dari individu yang baru dikenal (Hurlock, 2011).

Penampilan yang ideal merupakan impian sebagian besar perempuan Indonesia. Penampilan fisik yang menarik menjadi dasar perempuan merasa bahagia, mudah berteman, memiliki keberanian, serta kepercayaan diri (Hurlock, 2011). Ningsih, Hudaniah, dan Rokhmah (2023) mengungkapkan bahwa perempuan berusaha mengikuti standar yang terbentuk dari media sosial dan lingkungan. Perempuan meyakini bahwa dengan memiliki penampilan yang ideal akan membuat dirinya bisa diterima oleh masyarakat. Bisri dan Savira (2023) mengungkapkan bahwa media yang menunjukkan karakteristik tubuh ideal serta komentar yang berkaitan dengan penampilan dapat menyebabkan perempuan memberi penilaian negatif terhadap tubuhnya.

Reaksi sosial mengenai bentuk tubuh individu dapat terjadi dalam bentuk kritikan dan hinaan yang dikenal dengan istilah *body shaming* (Mardiyanti dan Purwaningtyas, 2021). Kamus Cambridge (Cambridge, 2022) mendefinisikan *body shaming* sebagai kritik yang berkaitan dengan ukuran, bentuk, dan penampilan fisik yang dimiliki individu. Perilaku *body shaming* sendiri sering terjadi di Indonesia. Kepolisian Republik Indonesia melaporkan 966 kasus penghinaan secara fisik atau *body shaming* yang terjadi sepanjang tahun 2018 (Santoso, 2018).

Rizaty (2021) mengungkapkan perilaku *body shaming* sering terjadi di media sosial. Survei yang dilakukan ZAP Beauty Index 2020 terhadap 6.460 perempuan di Indonesia menunjukkan sebanyak 47% perempuan mengalami *body shaming* karena tubuh yang dianggap berisi. Survei tersebut juga menunjukkan alasan yang lain seperti kulit yang berjerawat, bentuk wajah yang tembem, warna kulit yang gelap, dan tubuh yang terlalu kurus.

Perlakuan *body shaming* seperti hinaan dan kritikan terhadap penampilan fisik dapat menyebabkan individu merasa khawatir dan cemas karena penampilan fisik yang dimiliki tidak sesuai dengan persepsi sosial mengenai

standar kecantikan. Perasaan negatif, menyakitkan, serta perasaan inferior tersebut merupakan ciri dari *body shame*. *Body shame* yang dialami membuat responden merasa malu dan tidak senang dengan penampilannya karena sering mendapat ejekan dan kritikan yang membuat beberapa responden memiliki keinginan untuk mengubah bagian tubuh tertentu. Gilbert dan Miles (2002) mengemukakan bahwa perasaan malu terhadap tubuh yang dialami individu memicu individu untuk berpikir mengenai pandangan negatif dari individu lain, menilai diri tidak pantas berada di lingkungan sosial, merasa cemas dan sedih, serta memiliki perilaku menghindar.

Body shame merupakan rasa malu terhadap tubuh yang melibatkan serangkaian perasaan, proses kognitif, dan tindakan yang kompleks. *Body shame* dipandang sebagai bentuk perasaan yang menyakitkan, dimana melibatkan penilaian diri yang negatif serta perasaan inferior. Perasaan malu akan penampilan fisik dapat mengakibatkan stres dan gangguan psikologis. Individu cenderung mengalami kecemasan sosial, cenderung rendah diri, rentan mengalami depresi, serta mengalami gangguan makan seperti bulimia nervosa dan anoreksia nervosa karena berusaha menurunkan berat badan untuk mencapai standar kecantikan yang diyakini (Gilbert & Miles, 2002; Karyanti & Aminudin, 2019).

Salah satu faktor yang mempengaruhi *body shame* yaitu *self-objectification*. Penelitian yang dilakukan oleh Masrifah (2020) menemukan bahwa perempuan yang memiliki kebiasaan mengobservasi dan mengawasi tubuhnya memicu perasaan malu terhadap tubuhnya. Penelitiannya menemukan bahwa *self-objectification* secara signifikan memengaruhi *body shame* pada perempuan. *Self-objectification* merupakan kebiasaan perempuan dalam memandang dan mengobservasi tubuhnya sebagai objek. Pandangan tersebut merupakan hasil internalisasi perspektif individu lain terhadap tubuhnya. Kebiasaan mengobservasi diri dapat memberikan dampak-dampak tertentu bagi perempuan, dimana meningkatkan kecenderungan merasa cemas, malu, menurunkan motivasi, dan berkurangnya kesadaran terhadap kondisi internal tubuh (Fredrickson & Roberts, 1997).

Gilbert dan Miles (2002) mengungkapkan bahwa perlakuan *body shaming* berupa kritik terhadap penampilan fisik dapat memberikan dampak negatif terhadap individu. Hasil internalisasi kritikan tersebut membuat individu mengalami *self-objectification*. Individu akan memandang dan mengobservasi tubuhnya secara berulang dan meyakini bahwa tubuhnya layak dipandang sebagai objek oleh individu lain. Hal tersebut membuat individu memiliki

perasaan negatif seperti khawatir, cemas, dan rendah diri yang disebut dengan *body shame*. Di sisi lain, individu yang mengalami *body shaming* tidak selalu mengalami *body shame*. Hal tersebut bergantung pada diri individu untuk menginternalisasi opini objektif yang diterima atau tidak. Individu memiliki pilihan untuk meyakini dirinya layak dipandang sebagai objek atau tidak (Fredrickson & Roberts, 1997).

Individu dapat merasakan dampak-dampak negatif dari *body shame* yang dimiliki. Individu dengan *body shame* dapat memicu kecemasan sosial yang ekstrim dan terjadi berulang kali yang dapat menyebabkan individu menghindari kegiatan sosial atau situasi yang dipandang menakutkan. Perasaan malu yang dialami juga dapat memicu perasaan depresi yang melibatkan perasaan tidak bahagia, tidak puas, sedih, pesimis, dan putus asa yang ekstrim (American Psychological Association, 2015). Perasaan negatif tersebut dapat memicu gangguan pola makan, seperti *anorexia nervosa*, *bulimia nervosa*, dan *binge-eating disorder* (Nevid, Rathus, & Greene, 2018). *Self-objectification* dapat memengaruhi *body shame* yang dialami individu. Kebiasaan individu memandang dan menilai tubuh sebagai objek dapat memicu perasaan malu yang dimiliki individu terhadap tubuhnya. Kebiasaan tersebut dapat disebabkan oleh komentar negatif dari individu lain terhadap tubuh serta pengaruh media sosial dan iklan. Media sosial yang semakin mudah diakses membuat perempuan tidak terlepas dari komentar-komentar negatif terhadap tubuh. Hal tersebut dapat membuat perempuan semakin rentan mengalami *body shame*. Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara *self-objectification* dan *body shame* pada perempuan dewasa awal, dengan tujuan penelitian untuk menganalisis hubungan antara *self-objectification* dengan *body shame* pada perempuan dewasa awal

Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini terdiri dari 126.844 perempuan dewasa awal di Kota Makassar. Sampel dalam penelitian ini dihitung menggunakan rumus Slovin dan menghasilkan jumlah sampel sebanyak 150 perempuan berusia 20-30 tahun. Metode pengambilan sampel menggunakan random sampling. Metode random sampling digunakan sehingga populasi mendapat kesempatan yang sama untuk menjadi sampel. Selain itu, kriteria khusus tidak digunakan dalam penelitian ini karena peneliti mempertimbangkan kemungkinan faktor lain selain *body shaming* yang dialami perempuan dewasa awal sehingga tidak membatasi pada kriteria tersebut.

Teknik pengumpulan data menggunakan skala *self-objectification* dan skala *body shame* yang disusun dalam bentuk skala Likert dan disebar secara daring. Data yang telah dikumpulkan kemudian digunakan untuk melakukan uji prasyarat sebelum melakukan analisis data. Setelah lolos uji prasyarat, data penelitian diolah menggunakan analisis korelasi Pearson Product Moment.

Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *self-objectification* dengan *body shame* pada perempuan dewasa awal. Penelitian dilakukan dengan melibatkan 150 perempuan dewasa awal di Kota Makassar dengan rentang usia 20-30 tahun seperti pada tabel 1.

Tabel 1

Demografi Partisipan Penelitian Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah (N)	Persentase (%)
20-21	27	18%
22-23	75	50%
24-25	21	14%
26-27	11	7,3%
28-29	8	4,7%
30-31	9	6%
Total	150	100%

Selanjutnya, dilakukan analisis kategorisasi partisipan penelitian yang dihitung berdasarkan hasil uji statistik deskriptif dari skala *self-objectification* dan *body shame* yang ditunjukkan Tabel 2.

Tabel 2

Hasil Uji Statistik Deskriptif

Variabel	Max	Min	Mean	SD	Max	Min	Mean	SD
<i>Self-objectification</i>	56	14	35	7	42	21	30,29	4,58
<i>Body shame</i>	84	21	52,5	10,5	75	21	50,65	9,81

Tabel 3

Kategorisasi Self-objectification dan Body shame partisipan

Variabel	Rendah	Sedang	Tinggi
<i>Self-objectification</i>	26%	72,67%	1,33%
<i>Body shame</i>	16%	72%	12%

Kategorisasi partisipan penelitian berdasarkan tingkat *self-objectification*

dan *body shame* seperti pada tabel 3. Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa partisipan penelitian memiliki tingkat *self-objectification* yang sedang (72,67%) dan tingkat *body shame* yang sedang (72%).

Hasil Uji Asumsi dan Hipotesis

Uji asumsi dilakukan sebelum melakukan uji hipotesis. Hasil uji normalitas dan linearitas dapat dilihat pada Tabel 4 dan 5.

Tabel 4

Hasil Uji Normalitas

Variabel	Nilai Signifikansi	Keterangan
<i>Self-objectification</i>	0,061	Normal
<i>Body shame</i>	0,036	Normal

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa variabel *self-objectification* dan *body shame* berdistribusi normal karena menunjukkan nilai signifikansi yang lebih besar dari 0,01 ($p > 0,01$).

Tabel 5

Hasil Uji Linearitas

Variabel	Nilai Signifikansi	Keterangan
<i>Self-objectification</i>	0,000	Linear
<i>Body shame</i>		

Hasil uji linearitas pada tabel 5 menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000, dimana $p < 0,05$ sehingga kedua variabel dinyatakan berhubungan secara linear. Selanjutnya dilakukan uji hipotesis menggunakan korelasi Pearson Product Moment yang ditunjukkan pada Tabel 6.

Tabel 6

Hasil Uji Korelasi

Variabel	Koefisien Korelasi	Signifikansi	Keterangan
<i>Self-objectification</i>	0,297	0,000	Signifikan
<i>Body shame</i>			

Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan positif lemah antara *self-objectification* dengan *body shame* pada perempuan dewasa awal.

Diskusi

Hasil uji korelasi pearson product moment menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai koefisien korelasi sebesar 0,297. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-objectification* dengan *body shame* yang tergolong lemah dan bersifat positif. Hal tersebut

menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat self-objectification maka semakin tinggi tingkat *body shame* dan semakin rendah tingkat *self-objectification* maka semakin rendah tingkat *body shame*. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Masrifah (2020) dimana terdapat hubungan positif antara *self-objectification* dengan *body shame*. Perempuan yang memandang tubuh sebagai objek yang disebabkan hasil internalisasi objektifikasi individu lain akan mempengaruhi perasaan malu dan cemas terhadap tubuhnya.

Selain itu, hasil penelitian juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rollero dan Piccoli (2017) yang menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-objectification* maka semakin tinggi tingkat *body shame* yang dialami perempuan. Perempuan meyakini bahwa penampilan fisik merupakan indikator harga diri dan menjadi dasar yang penting dalam relasi sosial. Hasil penelitian juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Carley (2021) yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-objectification* perempuan yang melakukan yoga dan pilates maka semakin tinggi *body shame* yang dirasakan.

Analisis kategorisasi yang dilakukan menunjukkan bahwa 72% subjek penelitian mengalami *body shame* pada tingkat sedang. Penelitian yang dilakukan oleh Raspovic, dkk (2023) menunjukkan bahwa sebanyak 29,83% partisipan menunjukkan tingkat *body shame* yang sedang. Hal tersebut berarti bahwa perempuan dengan tingkat *body shame* yang sedang melakukan pembatasan pola makan dan berolahraga sebagai strategi untuk mengurangi tingkat *body shame*. *Body shame* merupakan rasa malu terhadap tubuh yang melibatkan serangkaian perasaan, proses kognitif, serta tindakan yang kompleks (Gilbert dan Miles, 2002). *Body shame* merupakan rasa malu yang sangat kuat dan dapat mempengaruhi individu. *Body shame* dapat terjadi pada perempuan yang membandingkan tubuh yang dimiliki dengan standar kecantikan sosial yang diyakini sebagai tubuh ideal yang ditunjukkan oleh media secara terus menerus.

Perempuan dewasa awal yang mengalami *body shame* pada tingkat sedang berarti perempuan dewasa awal memiliki rasa malu serta inferior terhadap tubuh dan tidak berlebihan. Hal tersebut menandakan bahwa perempuan dewasa awal memiliki kemampuan dalam mengendalikan respon yang muncul dari rasa malu yang dimiliki agar tidak berlebihan dan tidak mempengaruhi performa yang dimiliki. Tingkat *body shame* yang sedang juga dapat menunjukkan bahwa terdapat kemungkinan perempuan dewasa awal memiliki tanda-tanda yang menunjukkan kesulitan dalam mengendalikan respon yang muncul dari rasa malu, sehingga cenderung menunjukkan respon emosi serta perilaku seperti merendahkan dan menarik diri dari lingkungan (Masrifah,

2020).

Tingkat *body shame* yang dialami individu juga dapat dipengaruhi oleh self-objectification. *Self-objectification* merupakan kebiasaan perempuan memandang dan mengobservasi tubuh sebagai objek yang didasari hasil internalisasi perspektif individu lain terhadap tubuhnya (Frederickson & Roberts, 1997). Perempuan dengan *self-objectification* yaitu success. Aspek success memandang tubuh sebagai hal penting untuk mencapai atau memperoleh manfaat tertentu, seperti mendapatkan relasi sosial. Kebiasaan tersebut memicu perasaan cemas, malu, dan takut pada perempuan ketika penampilan yang dimiliki tidak memenuhi standar kecantikan yang diyakini. Perempuan yang mengobjektifikasi diri dan meyakini penampilan yang dimiliki tidak menarik akan merasa kesulitan untuk mencapai manfaat yang diinginkan.

Hasil kategorisasi *self-objectification* menunjukkan 72,67% subjek mengalami *self-objectification* pada tingkat sedang. Zulfiyah dan Nuqul (2019) mengungkapkan bahwa perempuan dengan tingkat *self-objectification* yang sedang menunjukkan bahwa perempuan memandang dan menjadikan tubuh sebagai hal yang penting, namun tubuh tidak menjadi fokus utama perempuan untuk menilai diri.

Hasil penelitian juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Dwivedi, dkk. (2021) yang menunjukkan bahwa perempuan dengan tingkat *self-objectification* yang sedang memiliki kebiasaan memandang diri sebagai objek dan berada pada keadaan yang tidak terlalu buruk. Hal tersebut menunjukkan bahwa perempuan yang memilih langkah yang tepat dapat menyadari kemampuan dan kekuatan yang dimiliki daripada mengobjektifikasi diri.

Salah satu faktor yang kemungkinan menyebabkan *self-objectification* berada pada tingkat sedang yaitu usia. Penelitian yang dilakukan melibatkan perempuan dewasa awal dengan rentang usia 20-30 tahun. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Masrifah (2020) yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang berusia 18-25 tahun memiliki tingkat *self-objectification* yang sedang. Hal tersebut menandakan bahwa mahasiswa memiliki kebiasaan mengawasi penampilan fisik yang dimiliki namun tidak menjadikan penilaian fisik menjadi hal utama. Penelitian yang dilakukan oleh Dwivedi, dkk. (2021) juga menunjukkan bahwa perempuan pada usia remaja cenderung memiliki fokus terhadap fisik yang lebih besar daripada usia dewasa. Masa remaja membuat perempuan cenderung berfokus pada kecantikan fisik daripada kemampuan internal diri.

Penelitian yang dilakukan memiliki kekuatan korelasi yang lemah. Hal

tersebut dapat disebabkan beberapa faktor lain, seperti *self-acceptance*. Perempuan yang kurang mampu menghargai kelebihan dan kekurangan dirinya akan kesulitan untuk menerima diri sehingga menyebabkan munculnya rasa malu terhadap tubuh. Faktor lain yang dapat mempengaruhi kekuatan korelasi dalam penelitian ini yaitu *self-compassion*. Perempuan yang kurang memahami keadaan dirinya akan kesulitan untuk menyayangi diri apa adanya sehingga dapat meningkatkan rasa malu terhadap tubuh.

Simpulan

Penelitian yang dilakukan menunjukkan terdapat hubungan antara *self-objectification* dengan *body shame* pada perempuan dewasa awal, atau dapat disimpulkan semakin tinggi tingkat *self-objectification* maka semakin tinggi tingkat *body shame* yang dialami dan sebaliknya.

Adapun beberapa saran berdasarkan penelitian ini yaitu diharapkan perempuan dewasa awal dapat memahami bahwa manusia merupakan pribadi yang utuh dan tidak pantas untuk dipandang serta dinilai sebagai objek. Perempuan yang mampu memahami dan menyadari keberadaan dirinya sebagai manusia cenderung tidak menginternalisasi pandangan objektif dari individu lain sehingga terhindar dari kecenderungan mengalami *body shame*.

Saran berikutnya yaitu diharapkan peneliti selanjutnya dapat meneliti faktor lain yang memengaruhi *body shame* selain dari salah satu faktor yang telah diteliti. Selain itu, diharapkan juga mempertimbangkan variabel *body shame* diteliti lebih lanjut untuk memperluas literatur tentang *body shame* di Indonesia.

Referensi

- American Psychological Association. (2015). *APA dictionary of psychology*. (G. R. VandenBos, Ed.) American Psychological Association.
- Amruddin, Priyanda, R., Agustina, T. S., Ariantini, N. S., Rusmayani, N. G., Aslindar, D. A., Wicaksono, D. (2022). *Metodologi penelitian kuantitatif*. Pradina Pustaka.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2018). *Metode penelitian psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Bahri, S., & Zamzam, F. (2021). *Model penelitian kuantitatif berbasis SEM-AMOS*. Deepublish.
- Bailey, K. A., Lamarche, L., Gammage, K. L., & Sullivan, P. J. (2016). *Self-objectification and the use of body image coping strategies: The role of*

- shame in highly physically active women. *The American Journal of Psychology*, 129(1), 81-90. <https://doi.org/10.5406/amerjpsyc.129.1.0081>
- BPS. (2022). Kota Makassar dalam angka: Makassar municipality in figures 2022. BPS Kota Makassar.
- Burns, M. (2018). Self-objectification, *body shame* and instagram use, and the moderating effect of active commitment to feminism. Thesis, Dublin Business School.
https://esource.dbs.ie/bitstream/handle/10788/3474/ba_burns_m_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Calogero, R. M. (2012). Objectification theory, self-objectification, and body image. In T. F. Cash (Ed), *Encyclopedia of body image and human appearance* (pp. 574-580). Academic Press.
<https://kar.kent.ac.uk/33425/1/ENCY.OBJTHEORY.CASH.pdf>
- Cambridge. (n.d.). Body-shame. Cambridge Dictionary:
<https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/body-shame>
- Carley, S. G. (2021). *Self-objectification* as predictor of body surveillance and *body shame*. *Experiment Findings*, 1-12.
<https://doi.org/10.13140/RG.2.2.16443.34083/1>
- Czepczoe-Bernat, K. (2022). The role of *body shame* and age on appearance-based exercise and positive body image in women from Poland: Preliminary results of cluster analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(15741), 1-10.
<https://doi.org/10.3390/ijerph192315741>
- Dahl, S. (2014). The *self-objectification* scale: A new measure for assessing self-objectification. Theses and Dissertations, University of North Dakota.
<https://commons.und.edu/theses/1639/>
- Dariyo, A. (2008). Psikologi perkembangan dewasa muda. Grasindo.
<https://www.pdfdrive.com/psikologi-perkembangan-dewasa-muda-e147495811.html>
- Dolezal, L. (2015). *The body and shame: Phenomenology, feminism, and the socially shaped body*. Lexington Books.
- Dwivedi, M., Sharma, S., & Vajpeyi, L. (2021). Level of self objectification in teenage school girls: Causes, consequences and concerns. *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education*, 12(9), 2189-2199.

- Evans, M. A. (2010). Unattainable beauty: An analysis of the role of *body shame* and *self-objectification* in hopelessness depression among college-age women. Graduate Doctoral Dissertations, Paper 8. <https://core.ac.uk/download/pdf/229319977.pdf>
- Feist, J., Feist, G. J., & Roberts, T.-A. (2017). Teori kepribadian. Salemba Humanika.
- Fredrickson, B. L., & Roberts, T.-A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21, 173-206. <https://doi.org/10.1111/j.147-6402.1997.tb00108.x>
- Ghufron, M. N., & Suminta, R. R. (2017). Teori-teori psikologi. Ar-ruzz Media.
- Gilbert, P., & Miles, J. (2002). *Body shame: Conceptualisation, research and treatment*. Brunner-Routledge.
- Hurlock, E. B. (2011). Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan. Penerbit Erlangga.
- Jahja, Y. (2015). Psikologi perkembangan. Prenadamedia.
- Karyanti, & Aminudin. (2019). Cyberbullying & body shaming. (Ngalimun, Ed.) Penerbit K-Media. <https://fkip.umpr.ac.id/wp-content/uploads/2021/03/8F4-4.pdf>
- 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>
- Ko, N. (2010). The role of *body shame*, social appearance anxiety, and body checking behavior on body dissatisfaction and disordered eating behaviors: A cross-cultural study in Germany and Korea. Dissertation.
- Kuang, J. (2021). Self-esteem and *body shame*: Paths from appearance pressures to disordered eating. 1-27. <https://our.unc.edu/wp-content/uploads/sites/1148/2022/02/SelfEsteem-and-Body-Shame-Path.pdf>
- Mardiyanti, R., & Purwaningtyas, F. D. (2021). Kecenderungan perilaku *body shame* ditinjau dari self acceptance pada remaja awal putri di SMP Y Surabaya. *Jurnal Psikodidaktika: Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan & Konseling*, 6(1), 155-171. ISSN: 2615-3297.

- Masrifah, N. I. (2020). Pengaruh *self-objectification* dan *body shame* terhadap kepercayaan diri pada mahasiswi fakultas ekonomi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Skripsi, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
<http://etheses.uin-malang.ac.id/22077/1/16410129.pdf>
- Mubarak, A. Z. (2021). Penelitian kuantitatif dan statistik pendidikan. Pustaka Turats Press.
- Nabilla, F., & Rachmawati, D. (2024, August 12). Dikomentari soal tubuh usai melahirkan, ariel hermansyah buktikan bisa langsing usai azura berusia 9 bulan. *Suara*.
<https://www.suara.com/lifestyle/2024/08/12/165951/dikomentari-soal-tubuh-usai-melahirkan-ariel-hermansyah-buktikan-bisa-langsing-usai-azura-berusia-9-bulan>
- Nasrul, R. F., & Rinaldi. (2020). Hubungan *body shame* dengan kepercayaan diri pada siswa SMA N 5 Pariaman. *Jurnal Riset Psikologi*, 1-14.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2018). Psikologi abnormal: DI dunia yang terus berubah. Penerbit Erlangga.
- Periantalo, J. (2017). Penelitian kuantitatif untuk psikologi. Pustaka Pelajar.
- Raspovic, A., Prichard, I., Salim, A., Yager, Z., & Hart, L. (2023). Body image profiles combining *body shame*, body appreciation and body mass index differentiate dietary restraint and exercise amount in women. *Body Image*, 46, 117-122. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2023.05.007>
- Rollero, C., & Piccoli, N. D. (2017). *Self-objectification* and personal values: An exploratory study. *Frontiers in Psychology*, 8(1055), 1-8.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01055>
- Saifuddin, A. (2020). Penyusunan skala psikologi. Kencana.
- Sandhu, T., & Sandhu, S. (2021). Body consciousness and *self-objectification* in gen Z adolescent girls. *Current Research in Psychology*, 9, 1-13.
<https://doi.org/10.3844/crpsp.2021.1.13>
- Santoso, A. (2018, November 28). Polisi tangani 966 kasus *body shaming* selama 2018. *Detik*.<https://news.detik.com/berita/d-4321990/polisi-tangani-966-kasus-body-shaming-selama-2018>
- Santrock, J. W. (2011). Life-span development (13th ed.). McGraw-Hill.
- Sari, R. P. (2020). Hubungan *body shaming* dengan interaksi sosial teman sebaya

- di SMKN 7 Tangerang Selatan. Skripsi, Jakarta. Fakultas Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Sari, T. I., & Rosyidah, R. (2020, November). Pengaruh *body shaming* terhadap kecenderungan anorexia nervosa pada remaja perempuan di Surabaya. *Personifikasi*, 11(2), 202-217. <https://doi.org/10.21107/personifikasi>
- Schaefer, L. M., Burke, N. L., Calogero, R. M., Menzel, J. E., Krawczyk, R., & Thompson, J. K. (2017). Self-objectification, *body shame*, and disordered eating: Testing a core mediational model of objectification theory among white, black, and hispanic women. *Body Image*, 21(24), 5-12. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.10.005>
- Setiyawan, A. (2014). Faktor-faktor yang mempengaruhi reliabilitas tes. *Jurnal An Nûr*, 6(2), 341-354.
- Sugiyono. (2022). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta.
- Tiggemann, M., & Boundy, M. (2008). Effect of environment and appearance compliment on college women's self-objectification, mood, *body shame*, and cognitive performance. *Psychology of Women Quarterly*, 32(4), 399-405. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2008.00453.x>
- Winarni, R. W. (2010). Representasi kecantikan perempuan dalam iklan. *Deiksis*, 2(2), 134-152.
- Wollast, R., Riemer, A. R., Sarda, E., Wiernik, B. M., & Klein, O. (2020). How *self-compassion* moderates the relation between body surveillance and *body shame* among men and women. *Mindfulness*, 11(10), 2298-2313. <https://doi.org/10.1007/s12671-020-01488-w>
- Worotitjan, H. G. (2014). Konstruksi kecantikan dalam iklan kosmetik wardah. *Jurnal E-Komunikasi*, 2(2), 1-10.
- Zulfiyah, W., & Nuqul, F. L. (2019). Pengaruh sexism dan self esteem terhadap self objectification pada mahasiswi. *Proyeksi*, 14(1), 1-11. <https://doi.org/10.30659/jp.14.1.1-11>
- Zurbriggen, E. L. (2013). Objectification, self-objectification, and societal change. *Journal of Social and Political Psychology*, 1(1), 188-215. <https://doi.org/10.5964/jspp.v1i1.94>
- Zurbriggen, E. L., Collins, R. L., Lamb, S., Roberts, T.-A., Tolman, D. L., Ward, L. M., & Blake, J. (2007). Report of the APA task force on the sexualization

of girls. American Psychological Association.

<http://www.apa.org/pi/women/programs/girls/report-full.pdf>

This page is intentionally left blank