

PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL DENGAN MEDIA AUDIO VISUAL TERHADAP PEMAHAMAN TENTANG *BODY SHAMING* PADA SISWA KELAS VIII SMPN 41 SEMARANG

Latifa Vivi Widayanti
Bimbingan dan Konseling
Universitas PGRI Semarang
Email: latifavivi1@gmail.com

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan klasikal dengan media audio visual terhadap pemahaman *body shaming* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 41 Semarang. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, metode *True Experimental Design* dengan model *Pre-Test Post-Test Control Grup Design*. Sampel dalam penelitian ini yaitu 32 siswa kelas VIII D dan 32 siswa kelas VIII E, diambil menggunakan teknik sampling *cluster random sampling*. Alat pengumpulan data yang dipergunakan adalah skala *body shaming*. Hasil uji hipotesis diperoleh hasil $t_{hitung} = 3,03$ $t_{tabel} = 2,04$ signifikansi 5% = $3,03 > 2,04$. Maka hipotesis alternatif (H_a) yang berbunyi “ada pengaruh layanan bimbingan klasikal dengan media audio visual terhadap pemahaman tentang *body shaming* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 41 Semarang” diterima pada taraf signifikansi 5%. Dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan klasikal dengan media audio visual berpengaruh terhadap pemahaman tentang *body shaming*.

Kata kunci: *body shaming*, bimbingan klasikal, media audio visual

Abstract

The purpose of this study was to determine the effect of classical guidance services with audio-visual media on the understanding of body shaming in class VIII students of 41 Semarang State Junior High School. This research uses quantitative research, True Experimental Design method with Pre-Test Post-Test Control Group Design model. The samples in this study were 32 students of class VIII D and 32 students of class VIII E, taken using cluster random sampling technique. The data collection tool used is the body shaming scale. The results of the hypothesis test obtained the results $t_{count} = 3.03$ $t_{table} = 2.04$ 5% significance = $3.03 > 2.04$. Then the alternative hypothesis (H_a) which reads "there is an influence of classical guidance services with audio-visual media on the understanding of body shaming in class VIII students of 41 Semarang State Junior High School" is accepted at a significance level of 5%. The key is that classical guidance services with audio-visual media affect the understanding of body shaming.

Keywords: *body shaming, classical guidance, audio-visual media*

Info Artikel

Diterima Oktober 2022, disetujui November 2022, diterbitkan Desember 2022



Dipublikasikan Oleh: Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas PGRI Yogyakarta

PENDAHULUAN

Perkembangan individu merupakan perubahan yang secara dinamis dimulai dari pembuahan dan terus berlanjut sepanjang siklus kehidupan manusia yang terjadi akibat dari kematangan dan pengalaman. Individu melewati beberapa perkembangan, salah satunya ialah masa perkembangan remaja, saat ini perubahan diri pada remaja salah satunya adalah perubahan fisik. Suryani (dalam Bestiana, 2012:4) mengatakan perubahan-perubahan fisik yang dialami oleh remaja menghasilkan persepsi yang berubah-ubah mengenai citra tubuh, namun semua itu hampir bersifat negatif dan menunjukkan penolakan terhadap fisiknya. Penolakan terhadap fisik dipengaruhi oleh pandangan negatif pada diri remaja, maka dari itu sebagian remaja memiliki perasaan kurang puas terhadap fisiknya.

Saat ini teknologi yang berkembang memudahkan masyarakat mencari informasi maupun mendapatkan berita dengan mudah diakses. Kondisi ini menyebabkan manusia semakin mudah dipengaruhi oleh iklan yang membahas tentang penilaian tubuh ideal di masyarakat. Namun saat ini, seringkali secara langsung teman sebaya menjadikan penampilan fisik sebagai bahan ejekan terhadap individu di dalam kelompoknya (Widiasti 2016:3). Perilaku ini dikenal dengan istilah "*Body Shaming*", yaitu menghina bentuk fisik orang lain yang tidak sesuai dengan standar ideal. *Body Shaming* dapat dikategorikan sebagai tindakan *bullying* karena dianggap sebagai kekerasan dalam bentuk verbal kepada orang lain.

Body shame merupakan penilaian individu akan tubuhnya yang memunculkan perasaan bahwa tubuhnya memalukan yang disebabkan penilaian dirinya dan orang lain terhadap bentuk tubuh ideal tidak sesuai dengan tubuhnya (Damanik, 2018:14). *Body Shaming* adalah bentuk dari tindakan mengomentari fisik, penampilan, atau citra diri seseorang (Chaplin, 2005:129). *Body Shaming* atau mengomentari kekurangan fisik orang lain tanpa disadari sering dilakukan orang-orang. Meski bukan kontak fisik yang merugikan, namun *Body Shaming* sudah termasuk jenis perundungan secara verbal atau lewat kata-kata. Bahkan dalam komunikasi sehari-hari tidak jarang terselip kalimat candaan yang berujung pada *Body Shaming*. Perilaku *Body Shaming* dapat menjadikan seseorang semakin merasa tidak aman dan tidak nyaman terhadap penampilan fisiknya dan mulai menutup diri baik di lingkungan sekolah maupun masyarakat.

Data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), sejak tahun 2011 hingga 2016 ditemukan sekitar 253 kasus *bullying*, terdiri dari 122 anak yang menjadi korban dan 131 anak menjadi pelaku. Hingga Juni 2017, Kementerian Sosial menerima laporan sebanyak 967 kasus; 117 kasus diantaranya adalah kasus *bullying*. Jumlah ini di luar kasus *bullying* yang tidak dilaporkan. Pada tahun 2018 data KPAI menyebutkan dari total 455 kasus pada data bidang pendidikan bahwa kasus *bullying* atau perundungan terdapat 161 kasus dan di antaranya 41 kasus adalah kasus anak pelaku kekerasan dan *bullying*, sekitar 228 kasus kekerasan dan selebihnya kasus tawuran pelajar dan kasus anak korban kebijakan. Kondisi ini bahkan semakin mengkhawatirkan saat mengetahui jika pelaku perundungan, baik perundungan tradisional (verbal dan fisik) maupun *cyber bullying* didominasi oleh remaja. (Sumber <https://kumparan.com/@kumparanstyle/kasus-bullying-meningkat-pelaku-didominasi-oleh-remaja>.)

Penelitian dari Sakinah (2018) menuliskan bahwa *Body Shaming* bukanlah sebuah lelucon yang digunakan untuk bahan bercandaan. Hal ini menyebabkan rasa cemas dan meningkatkan rasa malu terhadap diri sendiri. Siswa juga melakukan usaha untuk mengurangi rasa malu, sesuatu yang membuat mereka menjadi objek *Body Shaming*. Ini karena citra tubuh berhubungan dengan persepsi seseorang, perasaan dan pikirannya



tentang dirinya atau tubuhnya dan biasanya dikonseptualisasikan memiliki tubuh yang dinilai dari estimasi ukuran, evaluasi daya tarik tubuh dan emosi yang terkait dengan bentuk tubuh dan ukurannya (Grogan, dalam Sakinah, 2018:56).

Berdasarkan hasil wawancara pada tahun 2020 dengan salah satu siswa dari SMPN 41 Semarang, peneliti memperoleh data dari individu di sekolah yang mengalami *Body Shaming* oleh teman sekelasnya. Bentuk atau wujud *Body Shaming* yang dilakukan oleh temannya tersebut berupa ucapan yang bermaksud untuk mengomentari bentuk fisiknya. Selain itu berdasarkan dari hasil penyebaran skala psikologis pada tanggal 24 Maret 2021 mengenai *Body Shaming* menunjukkan pada siswa kelas VIII sebanyak 98 responden mengalami sedikit pemahaman tentang *Body Shaming*. Selain itu peneliti melakukan wawancara dengan guru BK di sekolah tersebut yang mengatakan bahwa belum adanya penelitian mengenai bimbingan klasikal tentang *body shaming*, lalu guru BK mengatakan kalau beliau belum pernah menjelaskan materi tentang *body shaming* kepada siswa di kelas.

Untuk dapat meningkatkan pemahaman tentang *Body Shaming*, maka tindakan preventif pada siswa dapat dilakukan dengan cara mengoptimalkan program bimbingan dan konseling salah satunya dengan pemberian layanan bimbingan klasikal dengan media audio visual. Lebih lanjut dengan hal ini bimbingan klasikal dengan media audio visual merupakan proses pemberian bantuan yang diberikan kepada peserta didik di kelas, layanan bimbingan klasikal dapat meningkatkan dinamika yang ada di dalam kelompok untuk membahas berbagai topik yang berguna bagi tiap-tiap individu bahkan untuk sebagai upaya pemecah masalah individu didalam kelompok tersebut. Layanan klasikal sendiri sudah sangat berkembang sehingga dapat menggunakan media dalam penerapannya, salah satu media yang dapat digunakan adalah media audio visual. Media Audio visual dapat menjadi sebuah alat bantu dalam proses belajar untuk menularkan pengetahuan, pemahaman, sikap serta ide. Sehingga Media audio visual media kombinasi dari gambar (Indera penglihatan) serta suara (Indera Pendengaran) dalam satu proses, diharapkan melalui layanan bimbingan klasikal dengan media audio visual ini mampu memberikan pemahaman tentang *Body Shaming* pada siswa di sekolah.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan peneliti pada penelitian ini yaitu kuantitatif dengan jenis *true experimental design*. Menurut Sugiyono, (2017:112) dikatakan *true experimental design* karena dalam penelitian ini, peneliti dapat mengontrol semua variabel luar yang mempengaruhi jalannya eksperimen. Ciri utama *true experimental* adalah bahwa, sampel yang digunakan untuk eksperimen maupun sebagai kelompok kontrol diambil secara random dari populasi tertentu. Jadi cirinya adalah adanya kelompok kontrol dan sampel dipilih secara random.

Dalam Desain penelitian ini terdapat dua kelompok penelitian yang digunakan adalah *pre-test post-test control group design*. Menurut Sugiyono, (2017:118) dalam desain ini terdapat dua kelompok yang dipilih secara random, kemudian diberi *pre-test* untuk mengetahui keadaan awal adakah perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil *pre-test* dan *post-test* yang baik bila nilai kelompok eksperimen tidak berbeda secara signifikan.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi data bertujuan untuk mempermudah dalam pemahaman dan memberikan gambaran secara umum tentang hasil penelitian berkaitan dengan variabel bebas (X) yaitu layanan bimbingan klasikal menggunakan media audio visual, dan variabel (Y) yaitu pemahaman *body shaming*. Hasil penelitian ini diperoleh dari penelitian mengenai pengaruh bimbingan klasikal dengan media audio visual terhadap pemahaman *body shaming* siswa kelas VIII SMP Negeri 41 Semarang. Uji coba (*Tryout*) sebanyak 50 butir item pernyataan diberikan kepada siswa kelas VIII SMP Negeri 41 Semarang dengan jumlah 32 siswa. Uji coba instrumen (*Tryout*) dilakukan untuk mengetahui validitas dan reliabilitas, setelah mengetahui validitas pada setiap item dilanjutkan uji reliabilitas. Dari 50 butir item pernyataan, di dapat item gugur berjumlah 21 butir item pernyataan dan item valid berjumlah 29 untuk butir item pernyataan yang dinyatakan valid selanjutnya akan diuji reliabilitasnya dan item tersebut akan dijadikan instrumen penelitian (*Pre-Test* dan *Post-Test*).

Tabel 1
Desain True Experimental *Pretest-Posttest* Control Group Design

KELOMPOK	TES-AWAL	PERLAKUAN	TES-AKHIR
Eksperiment (R)	O ₁	X	O ₂
Kontrol (R)	O ₃		O ₄

Berdasarkan hasil *pre-test* kepada siswa kelas VIII kelompok eksperimen dan kontrol. Hasil skor setiap responden dari skala yang diberikan kepada siswa kemudian disusun menjadi interval pengkategorian. Interval pengkategorian yang dimaksud adalah sebagai berikut:

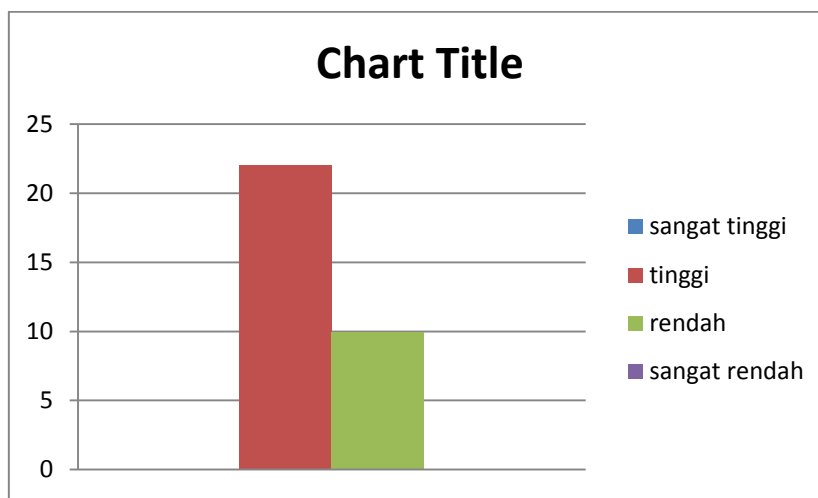
Tabel 2
Distribusi Frekuensi Data *Pre-Test* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Interval	Kriteria	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
		<i>Pre-test</i>		<i>Pre-test</i>	
		Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
91 – 113	Sangat Tinggi	0	0	4	12,50%
68 – 90	Tinggi	22	68,75%	25	78,13%
45 – 67	Rendah	10	31,25%	3	9,38%
22 – 44	Sangat Rendah	0	0	0	0
	Jumlah	32	100%	32	100%

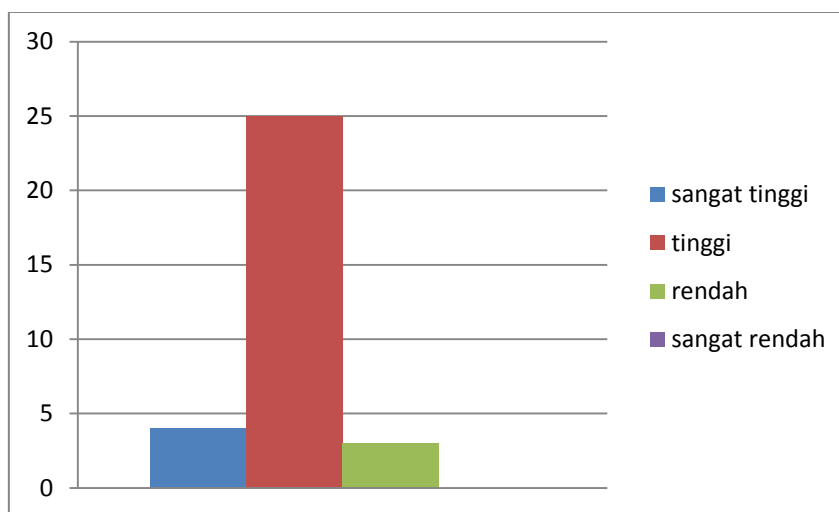
Berdasarkan hasil *pre-test* pada kelompok eksperimen mengenai skala *body shaming* di atas dapat diketahui, 22 siswa dalam kategori tinggi dengan persentase 68,75% dan 10 siswa pada kategori rendah persentase 31,25%. Sedangkan hasil *pre-test* pada kelompok kontrol mengenai skala *body shaming* diatas dapat diketahui, 4 siswa dalam kategori sangat tinggi dengan persentase 15,50% selanjutnya 25 siswa dalam kategori tinggi dengan persentase 78,13% dan 3 siswa pada kategori rendah persentase 9,38%.



Adapun hasil *pre-test* siswa mengenai *body shaming* digambarkan pada grafik sebagai berikut:



Gambar 1
Grafik *Pre-test* Skala *Body Shaming* Kelompok Eksperimen



Gambar 2
Grafik *Pre-test* Skala *Body Shaming* Kelompok Kontrol

Berdasarkan hasil *pre-test* 32 responden kelompok eksperimen dan 32 kelompok responden kelompok kontrol yang dijadikan sampel mengenai pemahaman *body shaming*, dapat diketahui bahwa kelompok eksperimen dengan kategori tinggi terdapat 22 siswa dan pada kategori rendah terdapat 10 siswa. Sedangkan pada kelompok kontrol pada kategori tinggi terdapat 4 siswa, kategori tinggi 25 siswa dan kategori rendah hanya 3 siswa.

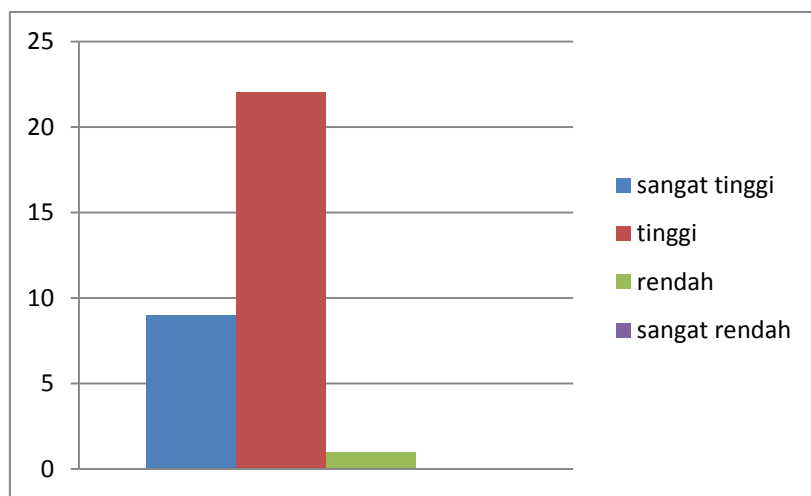
Berdasarkan hasil *post-test* kepada siswa kelas VIII kelompok eksperimen dan kontrol. Hasil skor setiap responden dari skala yang diberikan kepada siswa kemudian disusun menjadi interval pengkategorian. Interval pengkategorian yang dimaksud adalah sebagai berikut:



Tabel 3
Distribusi Frekuensi Data *Post-Test* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

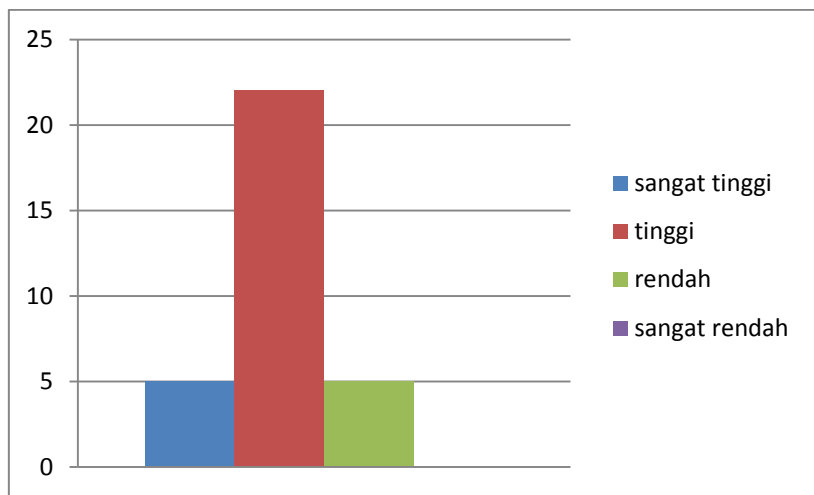
Interval	Kriteria	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
		<i>Post-test</i>		<i>Post-test</i>	
		Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
91 – 113	Sangat Tinggi	9	28,13%	5	15,63%
68 – 90	Tinggi	22	68,75%	22	68,75%
45 – 67	Rendah	1	3,13%	5	15,63%
22 – 44	Sangat Rendah	0	0	0	0
	Jumlah	32	100%	32	100%

Berdasarkan hasil *post-test* pada kelompok eksperimen mengenai skala *body shaming* di atas dapat diketahui, 9 siswa dalam kategori sangat tinggi dengan persentase 28,13% dan 22 siswa pada kategori tinggi persentase 71,88%, pada kategori rendah terdapat 1 siswa dengan persentase 3,13%, pada kategori sangat rendah tidak terdapat siswa. Sedangkan hasil *post-test* pada kelompok kontrol mengenai skala *body shaming* di atas dapat diketahui, 5 siswa dalam kategori sangat tinggi dengan persentase 15,63% selanjutnya 22 siswa dalam kategori tinggi dengan persentase 68,75%, 5 siswa dalam kategori rendah dan kategori sangat rendah tidak terdapat siswa. Adapun hasil *post-test* siswa mengenai *body shaming* digambarkan pada grafik sebagai berikut:



Gambar 3
Grafik *Post-Test* Skala *Body Shaming* Kelompok Eksperimen





Gambar 4
Grafik *Post-Test* Skala *Body Shaming* Kelompok Kontrol

Berdasarkan hasil *post-test* 32 responden kelompok eksperimen dan 32 kelompok responden kelompok kontrol yang dijadikan sampel mengenai pemahaman *body shaming*, dapat diketahui bahwa kelompok eksperimen dengan kategori sangat tinggi terdapat 9 siswa, kategori tinggi terdapat 22 siswa dan pada kategori rendah terdapat 1 siswa. Sedangkan pada kelompok kontrol pada kategori sangat tinggi terdapat 5 siswa, kategori tinggi 22 siswa dan kategori rendah hanya 5 siswa.

Pada uji *Liliefors* dengan kriteria $L_o < L_t$ maka H_o diterima, artinya sampel berasal dari data yang berdistribusi normal dan jika $L_o > L_t$ maka H_o ditolak, artinya sampel berasal dari data yang tidak berdistribusi normal. Berikut ini merupakan perhitungan hasil data *pre-test* dan hasil data *post-test* yang dihitung dengan uji *Liliefors*, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4
Uji Normalitas Data *Pre-Test* dan *Post-Test*

Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
<i>Pre-Test</i>			<i>Pre-Test</i>		
L_o	L_{tabel}	Keterangan	L_o	L_{tabel}	Keterangan
0,145	0,154	Berdistribusi Normal	0,108	0,154	Berdistribusi Normal
<i>Post - Test</i>			<i>Post - Test</i>		
0,114	0,154	Berdistribusi Normal	0,127	0,154	Berdistribusi Normal

Berdasarkan tabel di atas pada uji normalitas awal menunjukkan sampel berdistribusi normal. Data dihitung dengan *microsoft excel* dan menggunakan uji *liliefors*.

Uji homogenitas pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah kedua nilai hasil dari *pre-test* dan *post-test* memiliki varian yang sama atau tidak. Apabila dari hasil *pre-test* dan *post-test* mempunyai nilai varian yang sama, maka hasilnya dapat dikatakan homogen. Untuk menguji homogenitas sampel digunakan uji F. Berdasarkan hasil perhitungan uji F, diperoleh hasil sebagai berikut:



Tabel 5
Uji Homogenitas *Pre-Test* dan *Post-Test*

	F_{hitung}	F_{tabel}	Kesimpulan
<i>Pre-test</i>	0,78	1,80	Homogen
<i>Post-test</i>	1,27	1,80	Homogen

Pada uji homogenitas *pre-test*, karena $F_{hitung} < F_{tabel}$ yaitu $0,78 < 1,80$ maka H_0 diterima dan jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka H_a ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sampel berasal dari populasi yang sama atau homogen. Perhitungan selengkapnya dapat dilihat bagian lampiran.

Sedangkan pada uji homogenitas *post-test*, karena $F_{hitung} < F_{tabel}$ yaitu $1,27 < 1,80$ maka H_0 diterima dan jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka H_a ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sampel berasal dari populasi yang sama atau homogen.

Setelah uji persyaratan data, maka yang diperoleh akan di uji hipotesis untuk mengetahui pengaruh layanan yang diberikan kepada siswa. Adapun uji hipotesis yaitu dengan Uji *t* dengan teknik analisis *t tes* adapun hasilnya sebagai berikut:

Berdasarkan perhitungan uji – *t* dari data hasil *post-test* diperoleh hasil t_{hitung} sebesar 3,03 sementara t_{tabel} dengan $db = (32) - 2 = 30$ dengan taraf signifikansi 5% (0.05) sebesar 2,04 karena jumlah $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga hipotesisnya (H_a) berbunyi “ada pengaruh layanan bimbingan klasikal dengan media audio visual terhadap pemahaman tentang *body shaming* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 41 Semarang” diterima. Sedangkan hipotesis nihil (H_0) yang berbunyi “tidak ada pengaruh layanan bimbingan klasikal dengan media audio visual terhadap pemahaman tentang *body shaming* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 41 Semarang” ditolak pada taraf signifikansi 5%. Dari penjelasan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh layanan bimbingan klasikal dengan media audio visual terhadap pemahaman tentang *body shaming* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 41 Semarang.

Fakta tersebut membuktikan bahwa ada pengaruh layanan bimbingan klasikal dengan media audio visual terhadap pemahaman tentang *body shaming* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 41 Semarang. Dalam hasil pengujian hipotesis dapat diketahui adanya pengaruh positif signifikan dari pembelajaran menggunakan media audio visual terhadap pemahaman siswa mengenai *body shaming*. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pemahaman pada siswa kelas VIII E antara sebelum dan sesudah perlakuan menggunakan media audio visual. Perubahan skor pada *post test* menunjukkan adanya peningkatan skor nilai rata-rata setelah diberikan perlakuan dengan menggunakan media audio visual.

Pada hasil perbandingan *pre-test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol mengalami perbedaan, diantaranya rata-rata *pre-test* pada kelompok eksperimen sebesar 76,78 sedangkan kelompok kontrol sebesar 83,00. Setelah diberikan *treatment* layanan bimbingan klasikal dengan media audio visual pada kelompok eksperimen mengalami kenaikan pada rata-rata menjadi 85,31 sedangkan kelompok kontrol mengalami penurunan pada rata-rata menjadi 78,84.

Permasalahan dalam penelitian ini mengenai kurangnya pemahaman terkait *body shaming* yang diharapkan dapat mengembangkan pemahaman bagi siswa kelas VIII di SMP Negeri 41 Semarang. Peneliti dalam melaksanakan penelitian memberikan



treatment menggunakan bimbingan klasikal dengan media audio visual. Pemberian *treatment* bimbingan klasikal dengan media audio visual terhadap pemahaman *body shaming* ini dapat membantu pemahaman siswa yang kurang dalam memahami apa saja yang menjadi bentuk-bentuk *body shaming* dan tidak menganggap remeh atau candaan saja perilaku *body shaming*, dengan diberikannya layanan bimbingan klasikal dengan media audio visual tidak hanya mendengarkan ceramah saja tetapi dengan siswa dapat melihat video tentang materi yang dibahas.

Hasil evaluasi proses bimbingan klasikal dengan media audio visual terdapat catatan mengenai pemberian *treatment* diantaranya, seperti pada awal *treatment* siswa masih ada yang belum fokus dan masih asal dalam berpendapat, lalu peneliti mencoba membangun kedekatan supaya siswa lebih fokus. Di pertemuan selanjutnya, siswa sudah mulai fokus untuk mengikuti materi dan sudah mulai aktif dalam bertanya mau berpendapat walaupun masih ada yang malu. Pada *treatment* 1 sampai 6 peneliti terkendala dengan proyektor yang tidak bisa menyambung ke layar, tetapi itu tidak mengurangi rasa antusias siswa dalam mengikuti materi.

KESIMPULAN

Berdasarkan pada hasil analisis yang telah disampaikan bab 4, layanan bimbingan klasikal dengan media audio visual berpengaruh dalam pemahaman *body shaming* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 41 Semarang. Pengaruh bimbingan klasikal untuk pemahaman *body shaming* siswa dengan media audio visual dapat dibuktikan melalui perhitungan uji hipotesis. Dari perhitungan di atas dapat diperoleh $t_{hitung} > t_{tabel}$ dengan taraf signifikansi 5% yaitu $3,03 > 2,03$ maka terdapat pengaruh yang signifikan antara metode layanan bimbingan klasikal dengan media audio visual terhadap pemahaman *body shaming*. dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa keputusan uji hipotesis alternatif (H_a) yang berbunyi “Layanan bimbingan klasikal dengan media audio visual berpengaruh terhadap pemahaman tentang *body shaming* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 41 Semarang” dan dapat diterima. Dengan demikian layanan bimbingan klasikal dengan media audio visual berpengaruh terhadap pemahaman tentang *body shaming*.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggoro. 2016. “Hubungan Antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMA NEGERI 2 BANTUL”. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(4):81-86.
<http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/fipbk/article/view/1157/1031>
- Avif, Dini dan Ismah. 2020. “Pengaruh Bimbingan Klasikal dengan Media Audio Visual Untuk Mengembangkan Konformitas Positif Siswa Kelas VIII SMP Negeri 5”. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*. 6(1): 16-24
<http://journal.umpalangkaraya.ac.id/index.php/suluh>
- Darmawan, Deni. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Dela. 2019. “Pengaruh *Cyberbullying Body Shaming* pada Media Sosial Instagram terhadap Kepercayaan Diri Wanita Karir di Pekanbaru”. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 2(6):2. <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMFSIP/article/download/25588/24789>



- Dewinta. 2014. "Pengaruh Media Audio Visual dalam Layanan Bimbingan Klasikal terhadap Pemahaman Siswa Mengenai Pacaran yang Sehat". *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 3(1):35-39.
<http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/insight/article/view/1778>
- Elvia, dkk. 2021. "Layanan Bimbingan Klasikal Media Audio Visual dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Ditengah Pandemi Covid-19 : Literatur Review". *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 4(1): 1-9.
<http://ejournal.ujj.ac.id/index.php/CONS>
- Endah. 2019. "Dampak Penerimaan Pesan Berisi *Body Shaming* terhadap *Self Confidence* Remaja Perempuan di Media Sosial Instagram". 2 (1):78-82
<https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/Commercium/article/view/30057/27557>
- Eva dan Fahyuni. 2019. "Faktor Pembentuk Perilaku *Body Shaming* di Media Sosial". *Jurnal Psikologi*, 4: 61-62. <http://fppsi.um.ac.id/wp-content/uploads/2019/07/Eva-Nur.pdf>
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan. (2014). Modul Diklat Implementasi Kurikulum 2013 untuk Guru BK/Konselor.
- KPAI. (2020). Sejumlah Kasus Bullying Sudah Warnai Catatan Masalah Anak di Awal 2020, Begini Kata Komisioner KPA. Retrieved from <https://www.kpai.go.id/berita/sejumlah-kasusbullying-sudah-warnai-catatan-masalah-anakdi-awal-2020-begini-kata-komisioner-kpai>
- Lisyia. 2018. "*Body Shame* dan Gangguan Makan Kajian Meta-Analisis". *Jurnal Psikologi*, (1): 13-15. <https://core.ac.uk/download/pdf/304224794.pdf>
- Maya. 2014. "Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Melalui Layanan Bimbingan Klasikal Pada Siswa Kelas X Sma Negeri 1 Getasan, Kabupaten Semarang". 30(2):6370. <https://ejournal.uksw.edu/satyawidya/article/download/592/398>
- Sakinah. 2018. "Ini Bukan Lelucon": *Body Shaming*, Citra Tubuh, Dampak dan Cara Mengatasinya". *Jurnal Emik*, 1(1):55 <https://ejournals.umma.ac.id/index.php/emik/article/download/41/66/>
- Sanaky, Hujair. 2013. *Media Pembelajaran Interaktif – Inovasi*. Yogyakarta: KAUKABA DIPANTARA
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung : Alfabeta.
- Sumi. 2019. "Bullying or Body Shaming? Young Women in Patient Body Dysmorphic Disorder". *Jurnal Psikologi*, 3(1):60-61.
<http://journals.usm.ac.id/index.php/philanthropy/article/download/1512/1037>



Taufik dan Amalia. 2020. "Pengaruh Bimbingan Kelompok Melalui Media Audio Visual Terhadap Motivasi Belajar Siswa". *Journal of Learning Education and Counseling*,2(2):217
223.<https://journal.ilinstitute.com/index.php/IJoLEC/article/view/338/263>

Tri dan Lintang. 2019. "Memahami Pengalaman Body Shaming Pada Remaja Perempuan".*Jurnal Psikologi*,<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/interaksionline/article/download/24148/21901>

Wati Rima E. 2016. *Ragam Media Pembelajaran*. Yogyakarta: Kata Pena

Winkel. 2006. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*.Yogyakarta: Media Abadi.

