

**PENGALAMAN *BODY SHAMING* DAN DAMPAKNYA
PADA REMAJA PUTRI DI PANTI ASUHAN AD-DHUHA
PANGKALPINANG**



SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian
Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)**

Oleh:

MELLY ROMANDA

NIM. 2024020

Fakultas: Dakwah dan Komunikasi Islam

Program Studi: Psikologi Islam

Kepada:

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI

SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK

BANGKA BELITUNG

2024



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**

Jalan Raya Petaling KM 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung 33173
E-mail: bumas@iainabdul.ac.id
Website: www.iainabdul.ac.id

**SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIARISME
Nomor : B. 337 /In.40/FD/B12/PP.00.9/05/2024**

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa Mahasiswa dengan identitas berikut:

Nama : Melly Romanda
NIM : 2024020
Program : Strata I
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Psikologi Islam
Judul Skripsi : “Pengalaman *Body Shaming* dan Dampaknya Pada Remaja Putri di Panti Asuhan Ad-Dhuha Pangkalpinang”

Dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal Plagiasi sebesar 25% pada Skripsi yang disusunnya sesudah Munaqosyah.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 15 Mei 2024
Dekan,

Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag.
NIP.196601051997031001

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Melly Romanda

Nim : 2024020

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam

Jurusan/Prodi : Psikologi Islam

Judul Skripsi : Pengalaman *Body Shaming* dan Dampaknya Pada Remaja Putri Di Panti Asuhan Ad-Dhuha Pangkalpinang

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis benar merupakan asli hasil karya atau penelitian saya sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali yang secara tertulis dijadikan acuan/kutipan dalam nasakah skripsi ini.

Bangka, 1 Mei 2024

Yang menyatakan

Melly Romanda

NIM. 2024020



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
Jl. Mentok KM 13, Desa Petaling Banjar, Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Kep. Bangka Belitung,
Bangka 33173, Email: stain_sashabela@yahoo.com

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal: Skripsi
Melly Romanda

Kepada Yth.
Dekan Dakwah dan Komunikasi Islam
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
di Bangka

Assalamu 'alaikum Wr,Wb

Setelah melakukan beberapa kali bimbingan dan meneliti hasil perbaikan, maka kami selaku Pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : Melly Romanda
NIM : 2024020
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Prodi : Psikologi Islam
Judul Skripsi : Pengalaman *Body Shaming* dan Dampaknya Pada Remaja Putri Di Panti Asuhan Ad-Dhuha Pangkalpinang

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi). Harapan kami semoga dalam waktu dekat skripsi ini dapat dimunaqsyahkan.

Demikian Nota Dinas Pembimbing ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr,Wb.

Pembimbing I,

Basri, M.A

NIP. 197303272006041002

Bangka, 28 Februari 2024

Pembimbing II,

Zulkarnain, M.A

NIDN. 2002039001



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
Jl. Mentok KM 13, Desa PetalngBanjar, Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Kep. Bangka Belitung,
Bangka 33173, Email: stain_sasbabel@yahoo.com

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal: Skripsi

Melly Romanda

Kepada Yth

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
di Bangka

Assalamu 'alaikum Wr, Wb

Setelah melakukan beberapa kali konsultasi dan mencermati hasil perbaikan, maka kami selaku Konsultan berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

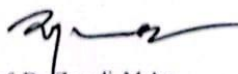
Nama : Melly Romanda
NIM : 2024020
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Prodi : Psikologi Islam
Judul Skripsi : Pengalaman *Body Shaming* dan Dampaknya Pada Remaja Putri di Panti Asuhan Ad-Dhuha Pangkalpinang

Telah layak diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi).

Demikian Nota Dinas Konsultan ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan banyak terimakasih.


Wassalamu 'alaikum Wr, Wb.

Konsultan I,


Prof. Dr. Zayadi, M.Ag
NIP. 195903271991031001

Bangka, 15 Mei 2024

Konsultan II,


Primalita Putri Distina, M. Psi, Psikolog
NIP. 199110162023212035

iv



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung
E-Mail: humas@iainsasbabel.ac.id
Website: www.iainsasbabel.ac.id

PENGESAHAN
Nomor: B. 274 /FD/05/2024

Skripsi dengan judul: "Pengalaman Body Shaming dan Dampaknya Pada Remaja Putri di Panti Asuhan Ad-Dhuha Pangkalpinang".


Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Melly Romanda.
N I M : 2024020
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Psikologi Islam.

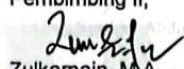
telah di munaqosyahkan pada hari : Rabu Tanggal 08 Mei 2024 dengan nilai A (88.58), dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi).

DEWAN SIDANG MUNAQOSYAH

Pembimbing I,


Basri, S.Ag, MA
NIP. 197303272006041002

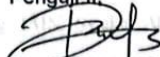
Pembimbing II,


Zulkamain, M.A.
NIDN. 2002039001


Penguji I,


Prof. Dr. Zayadi, M., Ag.
NIP. 195903271991031001

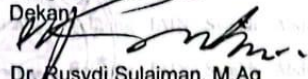
Penguji II,


Primalita Putri Distina, M.Psi., Psikolog
NIP. 199110162023212035

Ketua Panitia


Juriana, M.Pd.
NIP.199003082023212042

Bangka, 15 Mei 2024
Dekan


Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag
NIP. 196601051997031001

MOTTO

“Tidak ada kesuksesan tanpa kerja keras. Tidak ada keberhasilan tanpa kebersamaan. Dan tidak ada kemudahan tanpa doa”.

(Ridwan Kamil)

“Selalu ada harga dalam sebuah proses. Nikmati saja lelah-lelah itu. Lebarakan lagi rasa sabar itu. Semua yang kau investasikan untuk menjadikan dirimu serupa yang kau impikan, mungkin tidak akan selalu berjalan lancar. Tapi, gelombang-gelombang itu yang bisa kau ceriakan”.

(Boy Candra)

“Mimpi itu gratis silahkan ambil yang paling mahal”

(Raim Laode)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Tiada lembar yang paling indah dalam laporan ini kecuali lembar persembahan. *Bismillahirrahmanirrahim* dengan mengucapkan rasa syukur atas Rahmat Allah SWT, skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Alm. Ayahanda Abdul Muis, ayah terhebat yang selalu menjadi inspirasi bagi penulis. Terima kasih telah mendidik penulis dengan baik. Alhamdulillah kini penulis bisa bertahan ditahap ini, menyelesaikan karya tulis sederhana ini sebagai bukti cinta kepada engkau. Terima kasih sudah mengantarkan penulis dalam menggapai gelar kesarjanaaan, meskipun pada akhirnya harus berjuang tertatih sendiri tanpa engkau temani.
2. Ibunda Romlah, pintu surgaku. Beliau sangat berperan penting dalam menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas cinta, do`a, kasih sayang dan dukungan kepada penulis. Karya tulis sederhana ini penulis persembahkan untuk wanita hebat yang menjadi salah satu alasan penulis untuk bertahan hingga saat ini.
3. Ketiga adikku tersayang, yang selalu kebersamai penulis meniti pahitnya kehidupan. Terima kasih atas do`a, dukungan dan kasih sayang yang diberikan. Sehingga, penulis bisa menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya. Karya tulis sederhana ini penulis persembahkan untuk kalian.
4. Teruntuk teman terdekat saya Novia Hana Septiawati, beserta teman-teman angkatan 2020 Psikologi Islam. Terima kasih atas do`a dan dukungan tanpa henti yang diberikan kepada penulis. Semoga sama-sama dilancarkan sampai akhir perjuangan.
5. Almamaterku, seluruh dosen dan civitas akademik IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung. Terima kasih atas nasehat dan ilmu yang diberikan.
6. Akhir kata, semoga skripsi ini menjadi bentuk “karya sederhana”, yang sepatutnya membutuhkan penyempurnaan, karena akhir bukanlah keberlanjutan.

**PENGALAMAN *BODY SHAMING* DAN DAMPAKNYA PADA REMAJA
PUTRI DI PANTI ASUHAN AD-DHUHA PANGKALPINANG**

Melly Romanda
Psikologi Islam
Institut Agama Islam Negeri
Syaikh Abdurrahman Siddik
Bangka Belitung

Abstrak

Penelitian ini dilatar belakangi masih banyaknya fenomena *body shaming* yang terjadi di lingkungan masyarakat baik yang disadari maupun tidak disadari. Tindakan *body shaming* belum sepenuhnya mendapatkan perhatian dan kepedulian dari masyarakat. Banyak masyarakat yang belum memahami seberapa besar dampak tindakan *body shaming* terhadap fisik dan kesejahteraan psikis individu. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui mengenai gambaran pengalaman *body shaming* dan dampaknya pada remaja perempuan. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif. Adapun informan yang terlibat dalam penelitian ini yaitu lima orang remaja putri yang mendapatkan perlakuan *body shaming* dan memiliki pengalaman terkait *body shaming*, serta tinggal di Panti Asuhan. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa 1) Pengalaman *body shaming* yang diterima oleh kelima subjek diperoleh dari Sekolah Dasar dan Sekolah Menengah Pertama berupa kritikan, hinaan, komentar, ejekkan, dan cibiran terhadap fisik dan penampilan, serta mendapatkan panggilan buruk lain terkait bentuk tubuh yang bisa menjurus kearah kekerasan fisik. 2) Perlakuan *body shaming* yang diterima oleh kelima subjek menimbulkan dampak terhadap kondisi psikologis berupa perasaan malu, muak dan marah terhadap kondisi fisiknya, merasa benci dan kecewa terhadap tubuhnya, timbulnya perasaan gelisah, selalu memberikan penilaian yang negatif terhadap fisik dan penampilannya, sering mengkritik dan membandingkan fisiknya dengan orang lain, merasa kesulitan untuk membangun hubungan dan kepercayaan dengan orang lain, mengalami ketakutan dalam bersosialisasi dengan orang baru, sering menyalahkan dirinya sendiri, lebih senang menyendiri dan menarik diri dari lingkungan sekitar, merasa sedih dan sering melamun, mengalami gangguan tidur, selalu merasa kurang puas dengan bentuk tubuhnya, sulit untuk fokus, dan mengalami gangguan makan dengan melakukan diet secara ketat untuk mendapatkan bentuk tubuh ideal, serta melakukan tindakan *body shaming* terhadap orang lain.

Kata Kunci: *Body Shaming*, Dampaknya, Remaja

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena hanya dengan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini tepat pada waktunya. Penelitian ini berjudul “Pengalaman *Body Shaming* dan Dampaknya Pada Remaja Putri di Panti Asuhan Ad-Dhuha Pangkalpinang” yang disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi.

Selama penyusunan skripsi ini, penulis menghadapi berbagai hambatan dan tantangan baik itu dalam proses pengumpulan bahan, pelaksanaan, maupun pada proses penyusunan. Namun, berkat bimbingan, motivasi, dan sumbangan pemikiran dari berbagai pihak, segala hambatan dan tantangan dapat teratasi. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, pada kesempatan ini penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Dr.Irawan, M.S.I, sebagai Rektor Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staff.
2. Dr. Rusdi Sulaiman, M.Ag, selaku Ketua Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
3. Bapak Oktarizal Drianus, M.Psi, selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
4. Bapak Basri, M.A, selaku Pembimbing I.
5. Bapak Zulkarnain, M.A, selaku Pembimbing II.
6. Bapak Prof. Dr. Zayadi, M.Ag, selaku Penguji I.
7. Ibu Primalita Putri Distina, M.Psi, Psikolog, selaku Penguji II.
8. Bapak dan Ibu dosen Program Studi Psikologi Islam.
9. Seluruh Dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.

Ibarat pepatah, ” tak ada gading yang tak retak” demikianlah skripsi ini adanya, banyak kekurangan di sana-sini. Namun demikian, terlepas dari berbagai kelemahan dan kekurangan, besar harapan penulis, skripsi ini bisa bermanfaat. Akhirnya, saran dan kritik yang membangun penulis harapkan demi perbaikan dan pengembangan skripsi ini.

Bangka, 14 Mei 2024

Penulis



Melly Romanda

2024020

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERNYATAAN	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iii
NOTA DINAS KONSULTAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRAK.....	xii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Batasan Masalah	17
C. Rumusan Masalah.....	18
D. Tujuan Penelitian	18
E. Kegunaan Penelitian	18
F. Telaah Pustaka	20
G. Kerangka Pikir	25

BAB II KONSEP *BODY SHAMING* DAN REMAJA

A. <i>Body Shaming</i>	28
1. Definisi <i>Body Shaming</i>	28
2. Aspek-aspek <i>Body Shaming</i>	29
3. Jenis-Jenis <i>Body Shaming</i>	31
4. Bentuk-Bentuk <i>Body Shaming</i>	33
5. Faktor-Faktor <i>Body Shaming</i>	34

6. Dampak <i>Body Shaming</i>	37
B. Remaja	40
1. Definisi Remaja	40
2. Tahapan Remaja.....	42
3. Perubahan Fisik Remaja	44
4. Aspek-Aspek Perkembangan Remaja.....	45
5. Karakteristik Remaja	48
6. Tugas-Tugas Perkembangan Remaja.....	52

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	56
B. Lokasi Penelitian.....	56
C. Sumber Data.....	57
1. Data Primer	57
2. Data Skunder.....	60
D. Teknik Pengumpulan Data.....	61
1. Observasi.....	61
2. Wawancara.....	61
3. Dokumentasi	62
E. Teknik Analisis Data.....	62
F. Etika Penelitian	66
G. Sistematika Penulisan	67

BAB IV PENGALAMAN *BODY SHAMING* DAN DAMPAKNYA PADA REMAJA PUTRI DI PANTI ASUHAN AD-DHUHA PANGKALPINANG

A. Hasil Penelitian	69
1. Deskripsi Pengalaman dan Dampak <i>Body Shaming</i>	69
B. Pembahasan Penelitian.....	158
1. Deskripsi Perilaku <i>Body Shaming</i> yang Diterima Kelima Informan	159

2. Deskripsi Dampak Perilaku <i>Body Shaming</i> yang Diterima	
Kelima Informan.....	164

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....	176
B. Saran.....	177

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel III.1 Sumber Data Penelitian.....	60
Tabel IV.I Perilaku <i>Body Shaming</i> yang Diterima Kelima Informan.....	153
Tabel IV.II Perilaku <i>Body Shaming</i> yang Diterima Kelima Informan.....	155

DAFTAR BAGAN

Bagan III.I Model Analisis Data Interaktif Miles dan Huberman

.....65

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Informan Councent
- Lampiran 2. Lembar Kisi-Kisi Instrument
- Lampiran 3. Lembar Pedoman Wawancara
- Lampiran 3. Transkrip Wawancara Informan
- Lampiran 4. Kartu Bimbingan Skripsi
- Lampiran 6. Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 7. Dokumentasi
- Lampiran 9. Daftar Riwayat Hidup