

**ASPEK DAN DAMPAK PSIKOLOGIS *BODY SHAMING* PADA
MAHASISWI KAMPUS IAIN KEDIRI**

SKRIPSI

Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar
Sarjana Psikologi Islam (S.Psi)



Oleh:
MATIINU JALU SARASWARA
NIM. 933404818

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KEDIRI
2023**

**ASPEK DAN DAMPAK PSIKOLOGIS *BODY SHAMING* PADA
MAHASISWI KAMPUS IAIN KEDIRI**

SKRIPSI

Diajukan kepada Institut Agama Islam Negeri Kediri untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program Sarjana

Oleh:
MATIINU JALU SARASWARA
9.334.048.18

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KEDIRI
2023**

NOTA PEMBIMBING

Kediri, 21 November 2023

Nomor : -

Lampiran : 4 (empat) berkas

Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada

Yth. Bapak Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri

Di

Jl. Sunan Ampel 07 – Ngronggo Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Bapak Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : MATIINU JALU SARASWARA

NIM : 9.334.048.18

Judul : **ASPEK DAN DAMPAK PSIKOLOGIS *BODY SHAMING* PADA MAHASISWI KAMPUS IAIN KEDIRI**

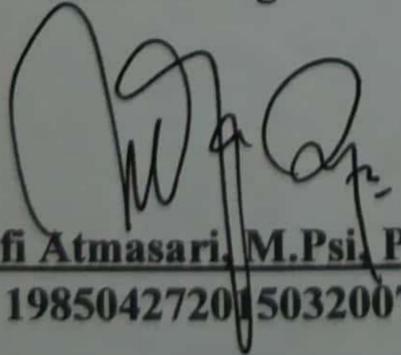
Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat sebagaikelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S-1).

Bersama ini kami lampirkan berkas naskah skripsinya, dengan harapan dalam waktu yang telah ditentukan dapat diujikandalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak, kami ucapkan terima kasih

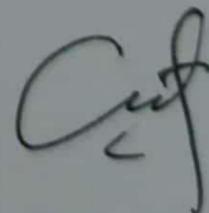
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Luthfi Atmasari, M.Psi, Psikolog
NIP. 198504272015032007

Pembimbing II



Arisa Rahmawati Zakiyah, M.Si
NIDN. 2008028703

HALAMAN PENGESAHAN

**ASPEK DAN DAMPAK PSIKOLOGIS *BODY SHAMING* PADA
MAHASISWI KAMPUS IAIN KEDIRI**

**MATIINU JALU SARASWARA
NIM : 9.334.048.18**

Telah diujikan di depan sidang Munaqosah
Institut Agama Islam Negeri Kediri
Pada Tanggal 4 Januari 2024

Tim Penguji,

1. Penguji Utama
Drs. Moh Irfan Burhani, M.Psi.
NIP. 196612201991031002
2. Penguji I
Luthfi Atmasari, M.Psi, Psikolog
NIP. 198504272015032007
3. Penguji II
Arisa Rahmawati Zakiyah, M.Si
NIDN. 2008028703

Handwritten signature: Hanis
(.....)
Handwritten signature: Luthfi Atmasari
(.....)
Handwritten signature: Arisa Rahmawati Zakiyah
(.....)

Kediri, 4 Januari 2024

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri



Handwritten signature: Dr. H. A. Halil Thahir
Dr. H. A. Halil Thahir, M.HI.
NIP. 197111212005011006

HALAMAN PERSETUJUAN

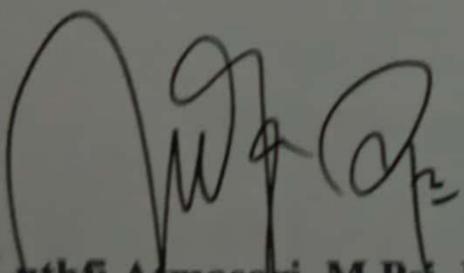
**ASPEK DAN DAMPAK PSIKOLOGIS *BODY SHAMING* PADA
MAHASISWI KAMPUS IAIN KEDIRI**

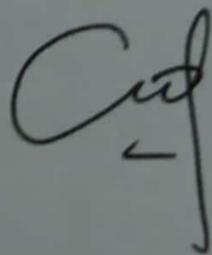
MATIINU JALU SARASWARA
NIM. 9.334.048.18

Disetujui oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II


Luthfi Atmasari, M.Psi, Psikolog
NIP. 198504272015032007


Arisa Rahmawati Zakiyah, M.Si
NIDN. 2008028703

NOTA DINAS

Kediri, 21 November 2023

Nomor : -

Lampiran : 4 (empat) berkas

Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada

Yth. Bapak Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri

Di

Jl. Sunan Ampel 07 – Ngronggo Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Bapak Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : MATIINU JALU SARASWARA

NIM : 9.334.048.18

Judul : **ASPEK DAN DAMPAK PSIKOLOGIS *BODY SHAMING* PADA MAHASISWI KAMPUS IAIN KEDIRI**

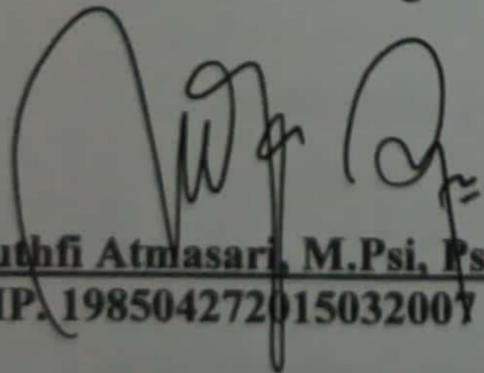
Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat sebagaikelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S-1).

Bersama ini kami lampirkan berkas naskah skripsinya, dengan harapan dalam waktu yang telah ditentukan dapat diujikandalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak, kami ucapkan terima kasih

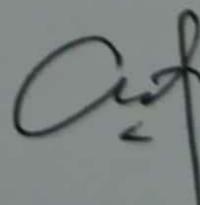
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Luthfi Atmasari, M.Psi, Psikolog
NIP. 198504272015032007

Pembimbing II



Arisa Rahmawati Zakivah, M.Si
NIDN. 2008028703

HALAMAN PERSETUJUAN

**ASPEK DAN DAMPAK PSIKOLOGIS *BODY SHAMING* PADA
MAHASISWI KAMPUS IAIN KEDIRI**

MATIINU JALU SARASWARA

NIM. 9.334.048.18

Disetujui oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II

Luthfi Atmasari, M.Psi, Psikolog
NIP. 198504272015032007

Arisa Rahmawati Zakiyah, M.Si
NIDN. 2008028703

NOTA DINAS

Kediri, 21 November 2023

Nomor : -

Lampiran : 4 (empat) berkas

Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada

Yth. Bapak Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri

Di

Jl. Sunan Ampel 07 – Ngronggo Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Bapak Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : MATIINU JALU SARASWARA

NIM : 9.334.048.18

Judul : **ASPEK DAN DAMPAK PSIKOLOGIS *BODY SHAMING* PADA MAHASISWI KAMPUS IAIN KEDIRI**

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S-1).

Bersama ini kami lampirkan berkas naskah skripsinya, dengan harapan dalam waktu yang telah ditentukan dapat diujikan dalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak, kami ucapkan terima kasih

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I

Pembimbing II

Luthfi Atmasari, M.Psi, Psikolog
NIP. 198504272015032007

Arisa Rahmawati Zakiyah, M.Si
NIDN. 2008028703

NOTA PEMBIMBING

Kediri, 21 November 2023

Nomor : -

Lampiran : 4 (empat) berkas

Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada

Yth. Bapak Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri

Di

Jl. Sunan Ampel 07 – Ngronggo Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Bapak Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : MATIINU JALU SARASWARA

NIM : 9.334.048.18

Judul : **ASPEK DAN DAMPAK PSIKOLOGIS *BODY SHAMING* PADA MAHASISWI KAMPUS IAIN KEDIRI**

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat sebagaikelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S-1).

Bersama ini kami lampirkan berkas naskah skripsinya, dengan harapan dalam waktu yang telah ditentukan dapat diujikandalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak, kami ucapkan terima kasih

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I

Pembimbing II

Luthfi Atmasari, M.Psi, Psikolog
NIP. 198504272015032007

Arisa Rahmawati Zakiyah, M.Si
NIDN. 2008028703

HALAMAN PENGESAHAN

**ASPEK DAN DAMPAK PSIKOLOGIS *BODY SHAMING* PADA
MAHASISWI KAMPUS IAIN KEDIRI**

**MATIINU JALU SARASWARA
NIM : 9.334.048.18**

Telah diujikan di depan sidang Munaqosah
Institut Agama Islam Negeri Kediri
Pada Tanggal 4 Januari 2024

Tim Penguji,

1. Penguji Utama
Drs. Moh Irfan Burhani, M.Psi. (.....)
NIP. 196612201991031002

2. Penguji I
Luthfi Atmasari, M.Psi, Psikolog (.....)
NIP. 198504272015032007

3. Penguji II
Arisa Rahmawati Zakiyah, M.Si (.....)
NIDN. 2008028703

Kediri, 4 Januari 2024

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri

Dr. H. A. Halil Thahir, M.HI.
NIP. 197111212005011006

HALAMAN MOTTO

Siapa yang beriman kepada Allah dan hari akhir, hendaklah ia berkata baik atau lebih baik diam “(Jika tidak mampu berkata baik)”

HR : Al-Bukhari dan Muslim

PERSEMBAHAN

Dengan menghaturkan puja dan puji syukur kehadirat Allah SWT dan Baginda Rasulullah Muhammad SAW, skripsi ini peneliti persembahkan kepada:

1. Orang tua peneliti yakni bapak Ahmad Puji Basuki dan ibu Dyah Retno Ernawati yang selalu memberikan dukungan, semangat, motivasi, dan do'anya serta tidak pernah lelah mengusahakan memberikan kehidupan dan pendidikan yang layak bagi anaknya.
2. Dosen Pembimbing skripsi dan dosen mata kuliah yang pernah ditempuh peneliti selama belajar di kampus.
3. Kakak peneliti, Matinu Bayu Wirastra dan Ratna Prasasti Ningrum yang selalu mendukung dan menyemangati apapun yang dilakukan adiknya.
4. Kakek dan Nenek peneliti yakni mbah Dani dan mbah Sarmi serta Alm. mbah Imam Tabut dan mbah Halimah yang selalu menasehati dan memberikan kasih sayang bagi cucunya.
5. Keponakan yang sekarang masih lucu-lucunya Nayyara Maharani Wirastra, Arshaka Virendra Abdillah, dan Shaqueena Az-Zahra.
6. Kekasih hatiku Yumna Roihanah Kasibah Romadhon yang tidak pernah berhenti dan menyerah memberikan semangat dan dukungannya dalam hal apapun.
7. Teman seperjuangan satu kosan dan satu jurusan dari peneliti Emed, Jadin, Akbar, Indiq, Bagas, Alipjon yang berjuang bersama dari awal perkuliahan hingga saat ini.
8. Seluruh keluarga besar UKM Musik AMOEBA yang telah memberikan pengalaman dan pembelajaran tentang musik dan organisasi.

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Matiinu Jalu Saraswawara

NIM : 9.334.048.18

Program Studi : Psikologi Islam

Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar- benar tulisan saya, dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Kediri, 21 November 2023

Yang membuat pernyataan,

Matiinu Jalu Saraswara
9.334.048.18

DAFTAR ISI

Isi

HALAMAN PERSETUJUAN	iii
NOTA PEMBIMBING	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
HALAMAN MOTTO	vii
PERSEMBAHAN	viii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ix
DAFTAR ISI	x
KATA PENGANTAR.....	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Konteks Penelitian.....	1
B. Fokus Penelitian	9
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	10
E. Penelitian Terdahulu.....	11
BAB II.....	17
LANDASAN TEORI.....	17
A. Body Shaming.....	17
B. Mahasiswa.....	24
BAB III.....	29
METODE PENELITIAN	29
A. Pendekatan Dan Jenis Penelitian	29
B. Kehadiran Peneliti	31
C. Lokasi Penelitian	31
D. Sumber Data.....	32
E. Subyek Penelitian	32
F. Teknik Pengumpulan Data.....	33
G. Analisis Data	35
H. Pengecekan Keabsahan Data.....	36
BAB IV	40

A. Profil Objek Penelitian	40
B. Deskripsi Subjek Penelitian	44
C. Paparan Data	47
BAB V.....	107
PEMBAHASAN.....	107
A. Aspek- aspek psikologis yang ditimbulkan dari <i>body shaming</i> yang dialami mahasiswi kampus IAIN Kediri.....	107
B. Dampak–dampak yang dialami mahasiswi kampus IAIN Kediri yang mengalami <i>Body shaming</i>	112
BAB VI	114
KESIMPULAN DAN SARAN	114
A. Kesimpulan	114
B. Saran.....	116
<i>DAFTAR PUSTAKA</i>	117
LAMPIRAN-LAMPIRAN	120
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	221

ABSTRAK

MATIINU JALU SARASWARA, 2023, **ASPEK DAN DAMPAK PSIKOLOGIS *BODY SHAMING* PADA MAHASISWI KAMPUS IAIN KEDIRI**, Skripsi, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, IAIN Kediri. Pembimbing (1) Luthfi Atmasari, M.Psi, Psikolog dan

(2) Arisa Rahmawati Zakiyah, M.Si

Kata Kunci: Aspek, Dampak Psikologis, Mahasiswa, *Body Shaming*.

Body shaming adalah perilaku memberikan kritikan atau berkomentar buruk tentang kondisi tubuh individu. Fenomena *body shaming* ini sudah sangat sering terjadi dan menjadi hal yang wajar, sebagian korban tindakan *body shaming* menolak adanya *body shaming* yang dialaminya, ada juga yang cuek akan adanya tindakan tersebut bahkan ada yang menjadikan tindakan *body shaming* yang terjadi pada dirinya untuk motivasi agar bisa berubah menjadi lebih baik. Merujuk pada pergaulan anak muda khususnya lingkungan kampus yang merupakan lingkungan akademisi yang berpedoman pada nilai-nilai akademis, tindakan *body shaming* tidak semestinya terjadi. Tindakan *body shaming* akan menimbulkan aspek dan dampak. Penelitian ini bertujuan untuk 1. Mengetahui apa saja aspek-aspek psikologis yang ditimbulkan dari *body shaming*, 2. Untuk mengetahui apa dampak yang dialami mahasiswi kampus IAIN Kediri yang mengalami *body shaming*.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian fenomenologis. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa IAIN Kediri yang mengalami *body shaming* dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara, observasi dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan teknik reduksi, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Pengecekan keabsahan data menggunakan teknik keikutsertaan, triangulasi dan member check.

Hasil penelitian ini menunjukkan: 1) Aspek-aspek yang timbul akibat *body shaming* yang dialami oleh mahasiswa IAIN Kediri meliputi: a) aspek kognitif sosial atau eksternal subjek menerima *body shaming* dari lingkungan keluarga dan pertemanan, b) aspek komponen internal seperti perbandingan diri, c) aspek komponen emosi seperti perubahan emosi setelah mengalami *body shaming* seperti perasaan sedih, kecewa, cemas dan marah, d) aspek perilaku meliputi perubahan perilaku setelah mengalami *body shaming* seperti yang tadinya percaya diri menjadi tidak percaya diri, tidak bersosialisasi dan mengurung diri. 2) Dampak *body shaming* yang terjadi pada setiap subjek berbeda-beda, dibagi menjadi dua yakni dampak positif dan negatif. Dampak positif antara lain: Menjadi lebih peduli terhadap kebersihan dan merawat dirinya sehingga fisiknya yang sekarang jauh lebih baik, Memperbaiki diri menjadi lebih baik, Lebih dapat bersyukur dan menerima dirinya, Menjadi lebih dapat berpikir secara luas, Menjadi pribadi yang lebih dewasa dalam penerimaan diri. Dampak negatif yang ditimbulkan oleh *body shaming* antara lain: berkeinginan mengubah bentuk fisik melalui cara yang tidak lazim, menjadi pendiam, pasif dan pemalu, menjadi tidak percaya diri (*insecure*), hilangnya minat atau kegemaran dalam melakukan aktivitas yang mereka sukai.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia yang dilimpahkanNya, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi dengan pembahasan ASPEK DAN DAMPAK PSIKOLOGIS *BODY SHAMING* PADA MAHASISWI KAMPUS IAIN KEDIRI. Sholawat serta salam selalu penulis curahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membimbing umat manusia dari jalan kegelapan menuju jalan terang benderang.

Ucapan terimakasih yang sangat tulus penulis ucapkan pada diri sendiri karena sudah bersabar dan mau menyelesaikan skripsi serta drama-dramanya dengan sebaik-baiknya. Dan tidak lupa penulis menyampaikan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada berbagai pihak yang telah membantu penulis untuk menyelesaikan skripsi. Ucapan terimakasih penulis sampaikan terutama kepada yang terhormat:

1. Dr. H. Wahidul Anam, M.Ag, selaku Rektor IAIN Kediri.
2. Dr. H. A. Halil Thahir, M.HI, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri.
3. Dr. Rini Risnawita Suminta, M.Si, selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam.
4. Ibu Luthfi Atmasari, M.Psi, Psikolog, selaku dosen pembimbing 1 yang telah memberi arahan, dukungan, dan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Ibu Arisa Rahmawati Zakiyah, M.Si, selaku dosen pembimbing 2 yang juga telah sabar memberi arahan serta dukungan untuk menyelesaikan skripsi.
6. Segenap dosen Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri yang telah berdedikasi ilmu bagi peneliti
7. Seluruh keluarga besar peneliti yang selalu memberikan dukungan berupa materi, do'a dan semangat sehingga peneliti dapat menyelesaikan proses perkuliahan ini.
8. Para subjek yang telah bersedia meluangkan waktunya dan berperan penting dalam penelitian ini.
9. Seluruh teman-teman keluarga besar Psikologi Islam angkatan 2018 yang telah banyak memberikan ilmu dan dukungan kepada peneliti dalam setiap proses belajar di bangku perkuliahan ini. Terima kasih semuanya telah menjadi teman dan sahabat hebat, kuat, tangguh dan menginspirasi di IAIN Kediri.

Penulis hanya mampu mendoakan, semoga amal kebaikan dari berbagai pihak tersebut mendapatkan pahala yang berlipat ganda dari Allah SWT. Semoga karya tulis ini bermanfaat bagi penulis khususnya, dan pembaca pada umumnya. Amin.

Kediri, 21 November 2023

PENELITI