

**IMPLEMENTASI SYUKUR REMAJA PUTRI TERHADAP BODY IMAGE
DI KELURAHAN PAKUNDEN**

SKRIPSI

Ditulis Guna Memenuhi Persyaratan Dalam Pembuatan Skripsi Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi Islam (S. Psi)



Oleh:

SHAFIRA PRAMADHENA

9334 138 17

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

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

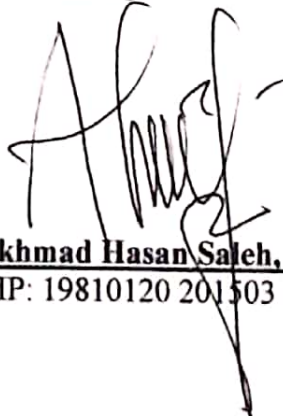
**IMPLEMENTASI SYUKUR REMAJA PUTRI TERHADAP BODY IMAGE DI
KELURAHAN PAKUNDEN**

SHAFIRA PRAMADHENA

NIM. 9334 138 17

Telah Disetujui oleh:

Pembimbing I



Akhmad Hasan Saleh, M.P.I.
NIP: 19810120 201503 1 002

Pembimbing II



Shofi Mirwani, M. Psi, Psikolog
NIDN: 2008108602

NOTA DINAS

Kediri, 15 Desember 2023

Nomor :
Lampiran : -
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada
Yth, Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
Di
Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamualaikum Wr. Wb.

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

Nama : SHAFIRA PRAMADHENA
NIM : 9334 138 17
Judul : IMPLEMENTASI SYUKUR REMAJA PUTRI
TERHADAP BODY IMAGE DI KELURAHAN
PAKUNDEN

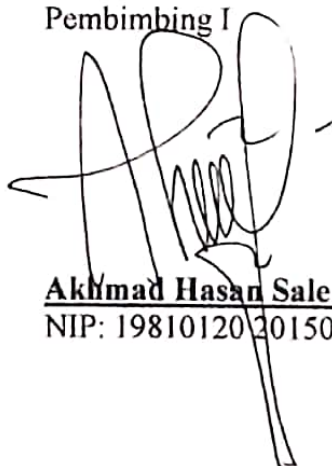
Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S-1).

Bersama ini kami lampirkan berkas naskah skripsinya, dengan harapan dapat segera diujikan dalam Sidang Munaqasah.

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

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Akhmad Hasan Saleh, M.P.I.
NIP: 198101202015031002

Pembimbing II



Shofi Mirwani, M. Psi. Psikolog
NIDN: 2008108602

NOTA PEMBIMBING

Kediri, 20 Juni 2024

Lampiran : 4 (empat) berkas
Hal : Penyerahan 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.

Bersama ini kami kirimkan berkas skripsi mahasiswa:

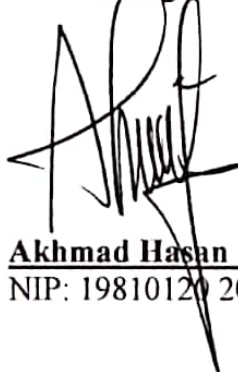
Nama : SHAFIRA PRAMADHENA
NIM : 9334 138 17
Judul : IMPLEMENTASI SYUKUR REMAJA PUTRI
TERHADAP BODY IMAGE DI KELURAHAN PAKUNDEN

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, sesuai dengan petunjuk dan tuntunan yang telah diberikan dalam sidang munaqasah yang dilaksanakan pada tanggal 11 Juni 2024 kami dapat menerima dan menyetujui hasil perbaikannya.

Demikian agar maklук dan atas kesediaan Ibu dan Bapak kami ucapkan terima kasih.

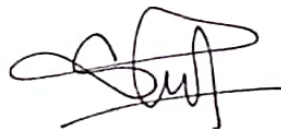
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Akhmad Hasan Saleh, M.P.I.
NIP: 19810120 201503 1 002

Pembimbing II



Shofi Mirwani, M. Psi, Psikolog
NIDN: 2008108602

HALAMAN PENGESAHAN

IMPLEMENTASI SYUKUR REMAJA PUTRI TERHADAP BODY IMAGE DI
KELURAHAN PAKUNDEN

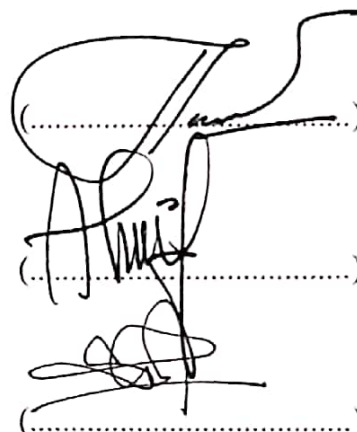
SHAFIRA PRAMADHENA

NIM. 9334 138 17

Telah diujikan di depan Sidang Munaqasah Institut Agama Islam Negeri (IAIN)
Kediri pada tanggal 11 Juni 2024

Tim Penguji,

1. Penguji Utama
Yuli Darwati, M.Si
NIP: 19730704 200501 2 003
2. Penguji I
Akhmad Hasan Saleh, M.P.I.
NIP: 19810120 201503 1 002
3. Penguji II
Shofi Mirwani, M. Psi, Psikolog
NIP: 19810120 201503 1 002

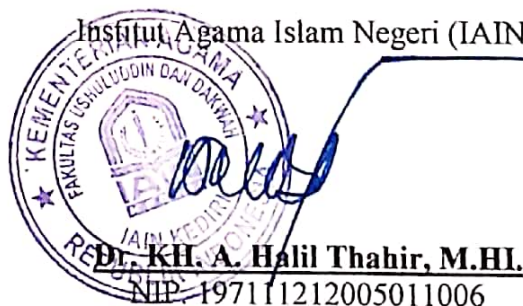


(.....)
(.....)
(.....)

Kediri, 20 Juni 2024

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

Institut Agama Islam Negeri (IAIN)



Dr. KH. A. Halil Thabir, M.HI.
NIP. 197111212005011006

HALAMAN MOTTO

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾ فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ﴿٧﴾ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ ﴿٨﴾

Artinya: sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain, dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap.

(QS: Al-Insyirah 6-8)¹

¹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemah* (Jakarta : Yayasan Penyelenggara Terjemah/ Penafsir Al-Qur'an)

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : SHAFIRA PRAMADHENA

NIM : 9334 138 17

Program Studi : Psikologi Islam

Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah

Menyatakan bahwa dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar tulisan saya dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil dari plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Kediri, 20 Juni 2024

Yang membuat pernyataan

SHAFIRA PRAMADHENA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Kedua orang tuaku tercinta, yang memberikan dukungan, semangat, motivasi, dan do'anya kepada saya. Tidak mungkin saya dapat menyelesaikan tanpa senyum yang selalu membuat saya segera menyelesaikan penelitian ini.
2. Sahabat-sahabat saya dan teman-teman seperjuanganku yang tidak dapat kusebutkan satu persatu.
3. Civitas Akademika dan Almamaterku IAIN Kediri.
4. Dosen Pembimbing skripsi dan dosen mata kuliah yang pernah saya tempuh selama belajar di kampus.

ABSTRAK

SHAFIRA PRAMADHENA, IMPLEMENTASI SYUKUR REMAJA PUTRI TERHADAP BODY IMAGE DI KELURAHAN PAKUNDEN, Dosen Pembimbing Akhmad Hasan Saleh, M.P.I. dan Shofi Mirwani, M. Psi, Psikolog. Psikologi Islam, Ushuluddin, IAIN Kediri, 2024.

Kata Kunci: *body image*, syukur

Body image menurut Grogan adalah suatu persepsi, pemikiran dan perasaan seorang individu terhadap bentuk tubuhnya. Menurut Al-Ghazali syukur adalah menyadari bahwa tidak ada yang memberi kenikmatan kecuali Allah. Maka dalam penelitian ini bertujuan untuk :1) Untuk mengetahui gambaran syukur pada remaja putri 2) Untuk mengetahui implementasi syukur pada remaja putri terhadap *body image*. 3) Untuk mengetahui gambaran *body image* pada remaja putri. 4) Untuk mengetahui dampak syukur pada remaja putri terhadap *body image*.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan studi fenomenologi. Subjek penelitian yaitu implementasi syukur remaja putri terhadap *body image* di Kelurahan Pakunden. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi. Proses analisis data menggunakan reduksi data atau penyederhanaan (*data reduction*), paparan/ sajian data (*data display*), dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa: 1) Gambaran syukur ketiga subjek merasa bisa lebih menghargai hal-hal kecil dan berpikir positif saat menghadapi tekanan, dan membuatnya lebih fokus pada solusi daripada terjebak dalam masalah, merasa berterima kasih kepada orang-orang yang membantunya, dan tidak membandingkan dirinya dengan orang lain, telah menerima apa adanya bentuk tubuhnya. 2) Gambaran *body image* ketiga subjek 2 diantaranya menunjukkan pada *body image* negatif pada aspek evaluasi dan kepuasan dengan bagian tubuh. 3) Implementasi syukur terhadap *body image* ketiga subjek setelah mengalami syukur terhadap *body image* menjadi lebih fokus terhadap bentuk tubuhnya, mulai menerima tubuhnya dengan baik, bisa memberikan perspektif yang lebih positif. 4) Dampak syukur terhadap *body image* pada ketiga subjek merasa lebih menghargai bahwa semua orang memiliki kekurangan dan kelebihan masing-masing, bisa mengelola emosi dengan baik, dan bisa lebih menerima perbedaan.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur senantiasa saya haturkan kehadiran Allah SWT atas rahmat, taufiq, serta hidayah-Nya. Sehingga, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “IMPLEMENTASI SYUKUR REMAJA PUTRI TERHADAP BODY IMAGE DI KELURAHAN PAKUNDEN” dengan baik sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana strata satu (S1) di IAIN Kediri pada tahun 2023. Sholawat serta salam tetap tucurahkan kepada beliau Nabi Muhammad SAW yang telah menuntun kita dari zaman kebodohan menuju jalan yang penuh akan keilmuan yakni Diinul Islam.

Penulis menyampaikan terimakasih sedalam-dalamnya kepada segenap pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Wahidul Anam, M.Ag, selaku Rektor IAIN Kediri.
2. Bapak Dr. KH. A Halil Thahir, M.H.I selaku dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri.
3. Bapak Akhmad Hasan Saleh, M.P.I., selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, memberi arahan dan memberikan semangat untuk penulis sehingga terselesaikannya skripsi ini dengan baik.
4. Ibu Shofi Mirwani, M. Psi, Psikolog, selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, memberikan arahan dan memberikan semangat untuk penulis sehingga terselesaikannya skripsi ini dengan baik.

5. Segenap dosen Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri yang telah berdedikasi ilmu bagi peneliti.
6. Seluruh keluarga besar peneliti yang selalu memberi kan dukungan berupa materi, do'a dan semangat sehingga peneliti dapat menyelesaikan proses perkuliahan ini.
7. Seluruh teman-teman keluarga besar Psikologi Islam angkatan 2017 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.

Semoga amal kebaikan dari semua pihak mendapatkan balasan yang terbaik dari Allah SWT, dan semoga penulis skripsi ini memberikan manfaat bagi peneliti berikutnya dan para pembaca pada umumnya. Aamiin Yaa Rabbal'alamiin.

Penulis menyadari dengan segenap kerendahan hati, bahwa dalam penyelesaian skripsi ini masih ada kekurangan jauh kata semburna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna menyempurnakan skripsi ini.

Kediri, 20 Juni 2024

SHAFIRA PRAMADHENA

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
NOTA DINAS	iii
NOTA PEMBIMBING	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
MOTTO.....	vi
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
ABSTRAK	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xii
BAB I	PENDAHULUAN
	A. Konteks Penelitian.....1
	B. Fokus Penelitian8
	C. Tujuan Penelitian.....9
	D. Manfaat Penelitian9
	E. Definisi Konsep10
	F. Penelitian Terdahulu.....11
BAB II	LANDASAN TEORI
	A. Implementasi15
	B. Rasa Syukur16
	C. <i>Body image</i>21
	D. Remaja.....25
BAB III	METODE PENELITIAN
	A. Pendekatan dan Jenis Penelitian34
	B. Kehadiran Peneliti.....34
	C. Lokasi Penelitian.....35
	D. Sumber Data35

	E. Teknik Pengumpulan Data.....	36
	F. Pengecekan Keabsahan Data	38
	G. Teknik Analisis Data	38
	H. Tahap-tahap Penelitian	39
BAB IV	PAPARAN DAN TEMUAN PENELITIAN	
	A. Gambaran Umum Objek Penelitian.....	41
	B. Paparan Data	44
	C. Temuan penelitian.....	62
BAB V	PEMBAHASAN	
	A. Gambaran Syukur Remaja Putri di Kelurahan Pakunden....	70
	B. Gambaran <i>Body Image</i> Remaja Putri di Kelurahan Pakunden.....	72
	C. Implementasi Syukur Pada Remaja Putri Terhadap <i>Body image</i>	75
	D. Dampak Syukur Pada Remaja Putri Terhadap <i>Body Image</i>	78
BAB VI	PENUTUP	
	A. Kesimpulan	82
	B. Saran	83
DAFTAR PUSTAKA		