

**GAMBARAN BODY DISSATISFACTION PADA WANITA DEWASA AWAL DI
DESA MOJO**

(Fenomenologi Pada Wanita yang Mengalami Masalah Berat Badan)

SKRIPSI

Ditulis untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar

Sarjana Psikologi (S.Psi)



Oleh :

MELLY NOVITASARI

NIM. 933404619

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KEDIRI

2024

**GAMBARAN BODY DISSATISFACTION PADA WANITA DEWASA AWAL DI
DESA MOJO**

(Fenomenologi Pada Wanita yang Mengalami Masalah Berat Badan)

SKRIPSI

Diajukan kepada
Institut Agama Islam Negeri Kediri
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)

Oleh :

MELLY NOVITASARI

NIM. 933404619

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KEDIRI

2024

NOTA DINAS

Kediri, 05 November 2024

Nomor :
Lampiran : 4 (empat berkas)
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada

Yth, Bapak Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri

Di JL. Sunan Ampel 07 Ngronggo

Kediri

Assalamualaikum. Wr. Wb.

Memenuhi permintaan bapak rektor untuk membimbing skripsi mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : Melly Novitasari

NIM : 933404619

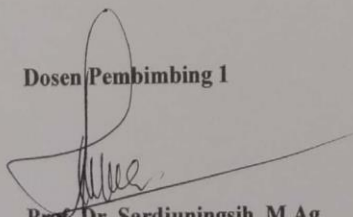
Judul : *Gambaran Body Dissatisfaction* Pada Wanita Dewasa Awal Di Desa Mojo (Fenomenologi Wanita Yang Mengalami Masalah Berat Badan)

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 Munaqosah. Demikian agar maklum dan atas ketersediaan Bapak kami ucapkan terima kasih.

Wassalamualaikum. Wr. Wb.

Dosen Pembimbing 1



Prof. Dr. Sardjuningsih, M.Ag

NIP. 196004201987032002

Dosen Pembimbing 2



Sofi Mirwani, M.Psi. Psikolog.

NIDN. 2009108602

HALAMAN PENGESAHAN
GAMBARAN BODY DISSATISFACTION PADA WANITA
DEWASA AWAL DI DESA MOJO (FENOMENOLOGI WANITA
YANG MENGALAMI MASALAH BERAT BADAN)

MELLY NOVITASARI

933404619

Telah Diujikan Di Depan Sidang Munaqosah

Institut Agama Islam Negeri Kediri

Pada Tanggal

Tim Penguji,

1. Penguji Utama

Prof. Dr. Moh. Asror Yusuf, M.Ag (_____)

NIP. 197506132003121004

2. Penguji I

Prof. Dr. Sardjuningsih, M.Ag (_____)

NIP. 199101042022032001

3. Penguji II

Shofi Mirwani, M.Psi, Psikolog (_____)

NIDN. 2009108602

Kediri, 22 November 2024

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri

Dr. KH. A. Halil Thahir, M.HI

NIP. 197111212005011006

MOTTO

“Teruslah berjalan, kehilangan arah sekejap adalah hal lumrah.
Jangan menyerah, menderitalah sampai sembuh”

Melly Novitasari

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Melly Novitasari

NIM : 933404619

Program Studi : Psikologi Islam

Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar tulisan saya sendiri dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian maupun seluruhnya. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini plagiasi, maka saya bersedia memenuhi sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Kediri, 19 November 2024

Melly Novitasari

ABSTRAK

MELLY NOVITASARI, Dosen pembimbing Prof. Dr. Sardjuningsih, M.Ag, dan Shofi Mirwani M.Psi, Psikolog: Gambaran Body Dissatisfaction Pada Wanita Dewas Awal Di Desa Mojo (Fenomenologi Pada Wanita Yang Mengalami Masalah Berat Badan).

Kata kunci: Konsep diri, Body Dissatisfaction, Kepercayaan diri, Wanita dewasa awal

Ketidakpuasan pada tubuh atau dapat disebut dengan *body dissatisfaction* kerap terjadi pada kalangan wanita dewasa awal karena standar kecantikan yang berlaku di masyarakat. Dengan adanya standar tersebut beberapa wanita yang mengalami masalah pada berat badannya akan tidak merasa percaya diri karena mereka menilai diri mereka tidak menarik dan jauh dari kata "cantik". Dampak dari *body dissatisfaction* yang mereka alami akan membuat mereka menjadi pribadi yang lebih tertutup serta rendahnya rasa percaya diri.

Metode penelitian ini menggunakan metode kualitatif, informan dalam penelitian ini berjumlah 15 wanita dewasa awal di desa Mojo yang mengalami *body dissatisfaction*. Pengumpulan data pada penelitian menggunakan wawancara dan dokumentasi. Analisi data yang digunakan yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa 1) informan yang mengalami *body dissatisfaction* menilai bahwa dirinya tidak menarik, mereka berfikir bahwa tubuhnya tidak sesuai standar kecantikan yang berlaku di masyarakat. 2) timbulnya *body dissatisfaction* dapat melalui beberapa faktor seperti informan mendapatkan komentar buruk mengenai dirinya baik di dunia nyata atau dunia maya, sehingga mereka menjadi kehilangan rasa percaya diri. Perlakuan orang lain yang membanding-bandingkan informan dengan orang lain juga menjadi salah satu penyebab terjadinya *body dissatisfaction*. 3) Dengan kesadaran informan pada

kekurangan yang dimiliki, mereka mencoba untuk menata kembali pola hidup yang sehat dan meningkatkan nilai dirinya dalam bidang lain sehingga dapat menutupi kekurangan yang ada pada diri mereka dan mengembalikan rasa percaya diri yang berkurang.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Allah SWT. atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga skripsi ini diselesaikan dengan baik. Skripsi ini mengungkapkan mengenai gambaran *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal di desa Mojo, fenomenologi wanita yang mengalami masalah pada berat badan.

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

1. Dr. H. Wahidul Anam, M.Ag, selaku Rektotr IAIN Kediri.
2. Dr. KH. A. Halil Thahir, M.HI., selaku Dekan fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri
3. Dr. Rini Risnawati Suminta, M.Si, selaku Ketua Proram Studi Psikologi Islam IAIN Kediri.
4. Ibu Prof. Dr. Sardjuningsih, M.Ag, dan Ibu Shofi Mirwani, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan serta bimbingan selama masa penyusunan skripsi ini.
5. Prodi Psikologi Islam Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri dan limabelas subjek penelitian yang telah membantu peneliti dalam masa penggalian data lapangan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
6. Kedua orangtua saya, Bapak Marjuki (Alm) dan Ibu Yunis Mala, serta keluarga besar yang selalu mendukung selama penulis menempuh masa-masa sulitnya saat berproses di IAIN Kediri.
7. Teman-teman penulis yaitu Aurilia Indah Ayu Pertiwi (Teteh), Ulinnuha,

Rahma, dan Putri Ayu, yang senantiasa menemani dan meluangkan waktunya serta dukungan positif selama penulis menempuh perkuliahan di IAIN Kediri.

8. Serta semua teman-teman mahasiswa psikologi Islam IAIN Kediri yang sedang berjuang dalam menempuh skripsi demi meraih cita-cita dan gelar sarjana.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Konteks Penelitian	1
B. Fokus Penelitian	9
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian	9
E. Penelitian Terdahulu	10
BAB II LANDASAN TEORI.....	16
A. Body Dissatisfaction	16
B. Konsep Diri	25
C. Kepercayaan Diri.....	29
D. Wanita	32
E. Dewasa Awal.....	34
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	36
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	36
B. Kehadiran Peneliti	36
C. Lokasi Penelitian	37

D. Sumber Data	37
E. Metode Pengumpulan Data	39
F. Analisis Data	41
G. Pengecekan Keabsahan Temuan	41
BAB IV PAPARAN DATA DAN TEMUAN PENELITIAN	43
A. Profil Desa Mojo	43
B. Deskripsi Informan Penelitian.....	44
C. Paparan Data Penelitian	45
D. Temuan Penelitian	133
BAB V PEMBAHASAN.....	155
A. Konsep diri pada wanita dewasa awal di desa Mojo	155
B. Faktor-faktor yang menjadi penyebab terjadinya body dissatisfaction pada wanita dewasa awal	158
C. Cara membangun rasa percaya diri pada wanita dewasa awal yang mengalami body dissatisfaction	160
BAB VI PENUTUP	164
A. Kesimpulan.....	164
B. Saran	165
DAFTAR PUSTAKA.....	166
LAMPIRAN.....	169
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	279

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Identitas Informan Penelitian	44
Tabel II Diagram Temuan Penelitian	150

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Pedoman Wawancara	170
Lampiran 2 : Hasil Wawancara	176
Lampiran 3 : Konsultasi Pembimbing I	272
Lampiran 4 : Konsultasi Pembimbing II.....	274
Lampiran 5 : Dokumentasi.....	276