

***BODY SHAMING* PADA KALANGAN REMAJA PEREMPUAN**
(Studi Deskriptif Di SMP Negeri 213 Jakarta)



Damayanti
1407621024

Skripsi yang Ditulis untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUKUM
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2025

ABSTRAK

Damayanti, *Body Shaming* pada Kalangan Remaja Perempuan (Studi Deskriptif di SMP Negeri 213 Jakarta). Skripsi. Jakarta: Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum, Universitas Negeri Jakarta, 2025.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak *body shaming* yang dialami oleh peserta didik perempuan di tingkat SMP. Dilatarbelakangi oleh ditemukannya *body shaming* pada kalangan remaja perempuan dan menyebabkan dampak negatif pada diri remaja perempuan di SMP Negeri 213 Jakarta. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Teknik pengumpulan data berupa kuesioner, wawancara, observasi, dan dokumentasi. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik perempuan kelas VIII SMP Negeri 213 Jakarta tahun ajaran 2024/2025 yang berjumlah 144 orang. Teknik penentuan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 50 orang. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) *Body shaming* memberikan dampak yang cukup signifikan terhadap keempat aspek yang diteliti, yaitu *global subjective satisfaction*, *affective distress regarding appearance*, *cognitive aspect of body image*, dan *behavioral aspect of body shaming*. Masing-masing aspek menunjukkan pengaruh negatif dengan kategori yang bervariasi. 2) Aspek kognitif menjadi dampak yang paling dominan dalam penelitian ini dengan persentase 38% pada kategorisasi tinggi.

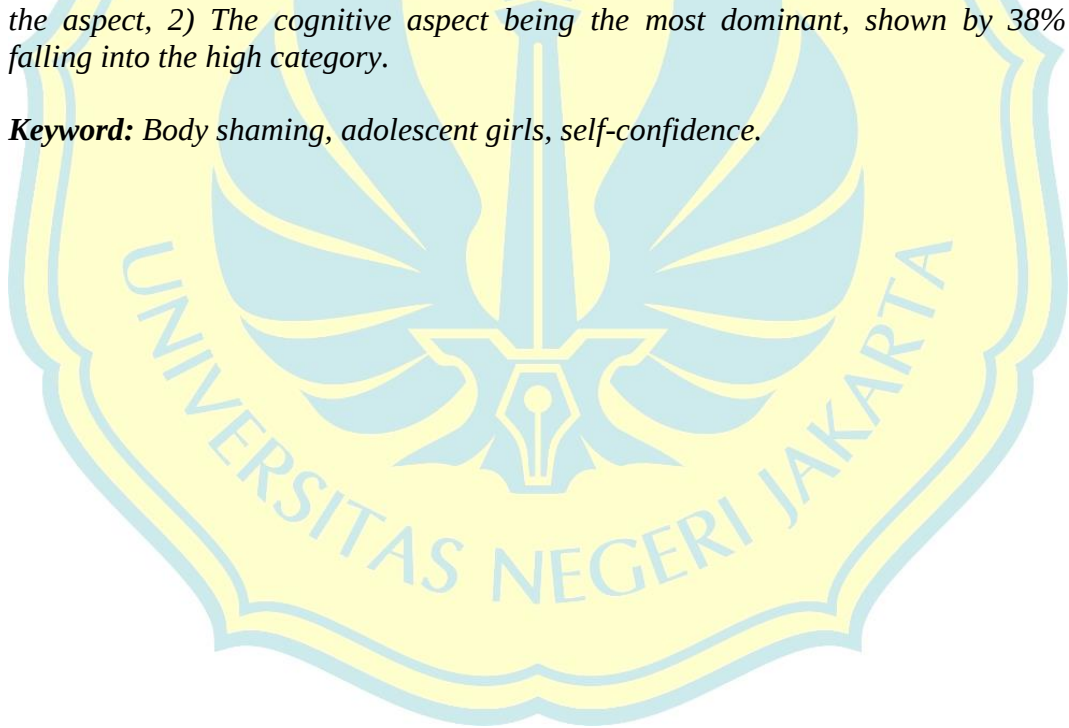
Kata Kunci: *Body shaming*, remaja perempuan, kepercayaan diri.

ABSTRACT

Damayanti, Body Shaming among Female Adolescents (A Descriptive Study at SMP Negeri 213 Jakarta). Thesis. Jakarta: Social Science Education Study Program, Faculty of Social Sciences and Law, State University of Jakarta, 2025.

This study aims to examine the impact of body shaming experienced by female students at the junior high school level. The background of this research is the increasing prevalence of body shaming among adolescent girls and this has negative effects on the female adolescents at SMP Negeri 213 Jakarta. This research uses a descriptive method with a quantitative approach. Data were collected through questionnaires, interviews, observations, and documentation. The population consists of 144 eighth-grade female students at SMP Negeri 213 Jakarta in the 2024/2025 academic year. A purposive sampling technique was used to select 50 participants. The data were analyzed using descriptive analysis. The results indicate that: 1) Body shaming has a fairly significant impact on four aspects global subjective satisfaction, affective distress regarding appearance, cognitive aspect of body image, and behavioral aspect. The impact varied across the aspect, 2) The cognitive aspect being the most dominant, shown by 38% falling into the high category.

Keyword: Body shaming, adolescent girls, self-confidence.

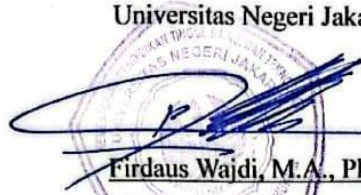


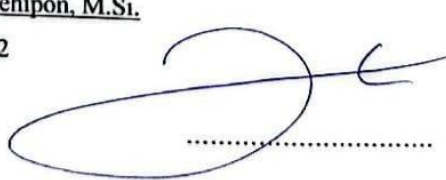
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Penanggung Jawab/Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum

Universitas Negeri Jakarta


Firdaus Wajdi, M.A., Ph.D.
NIP. 198107182008011016

No.	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1.	<u>Dr. Sujarwo, M.Pd.</u> NIP. 198608012014041001 Ketua		25 - 07 - 2025
2.	<u>Nurul Istiqomah, M.Pd.</u> NIP. 198612312019032020 Sekretaris		25 - 07 - 2025
3.	<u>Achmad Nur Hidayat, M.Pd.</u> NIP. 199312222019121001 Penguji Ahli		24 - 07 - 2025
4.	<u>Prof. Dr. Desy Safitri, M.Si.</u> NIP. 196912042008012016 Dosen Pembimbing I		25 - 07 - 2025
5.	<u>Prof. Dr. Abdul Haris Fatgehipon, M.Si.</u> NIP. 197307281998031002 Dosen Pembimbing II		25 - 07 - 2025

Tanggal Lulus: 07 Juli 2025

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertandatangan dibawah ini, mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial,
Universitas Negeri Jakarta

Nama : Damayanti

No. Registrasi : 1407621024

Program Studi : Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial

Menyatakan bahwa skripsi yang Saya buat dengan judul "*Body Shaming*
pada Kalangan Remaja Perempuan (Studi Deskriptif di SMP Negeri 213 Jakarta)"
adalah:

1. Skripsi ini asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (ahli madya, sarjana, magister, dan/atau doctor) baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di Perguruan Tinggi lainnya.
2. Skripsi ini murni hasil gagasan dan rumusan penelitian saya sendiri. Tanpa bantuan dari orang lain, kecuali bimbingan dan arahan dari Dosen Pembimbing.
3. Skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis maupun dipublikasikan ke orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai sitasi dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar Pustaka

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menanggung segala sanksi akademik sesuai dengan yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 01 Agustus 2025

Yang membuat pernyataan

   
METERAI
TEMPEL
4EAX020391630
Damayanti

LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Damayanti
NIM : 1407621024
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum/Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial
Alamat email : damaayantii092@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (...)

yang berjudul :

Body Shaming pada Kalangan Remaja Perempuan (Studi Deskriptif di SMP Negeri 213 Jakarta).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 01 Agustus 2025

Damayanti

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

*Exhaustion is part of the process. That doesn't mean I'm failing but
it means I'm working*
(Nanami Kento)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya, Bapak Dahman dan Ibu Hayati yang setiap napas doanya mengiringi langkah saya, yang setiap lelah dan harapnya menjadi bahan bakar dalam semangat menyelesaikan apa yang telah saya mulai. Skripsi ini juga saya persembahkan pada diri sendiri yang mana bukan hanya tentang kata dan teori, tapi tentang keberanian untuk tumbuh, serta kesetiaan pada proses, dan tentang saya yang sedang belajar percaya pada diri sendiri.

Tertanda,

Damayanti

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT karena berkat rahmat dan karunia-Nya lah peneliti mampu menyelesaikan penelitian skripsi ini dengan judul ***“Body Shaming pada Kalangan Remaja Perempuan (Studi Deskriptif di SMP Negeri 213 Jakarta)***. Tujuan dari penulisan skripsi ini adalah guna mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial di Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum, Universitas Negeri Jakarta.

Peneliti tentu menyadari bahwa dalam penyusunan penelitian skripsi ini tidak akan dapat selesai tanpa bimbingan, kesabaran, waktu, serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Firdaus Wajdi, Ph.D., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum Universitas Negeri Jakarta;
2. Prof. Dr. Desy Safitri, M.Si., selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial dan juga selaku dosen pembimbing 1 yang telah meluangkan waktu dan tenaganya untuk membantu peneliti dalam memberikan arahan dan bimbingan selama penyusunan skripsi;
3. Prof. Dr. Abdul Haris Fetgehipon, M.Si., selaku dosen pembimbing 2 yang telah meluangkan waktu dan tenaganya untuk membantu peneliti dalam memberikan arahan dan bimbingan selama penyusunan skripsi;
4. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial yang telah meluangkan waktunya dalam menuntun dan memberikan ilmu kepada peneliti;
5. Kepada ayahanda tercinta Bapak Dahman yang telah bekerja keras tanpa lelah demi keberlangsungan pendidikan peneliti. Meskipun tanpa banyak kata, peneliti yakin bahwa doa dan dukungan selalu menyertai setiap langkah ini. Terima kasih atas segala pengorbanan dan cinta yang tak pernah terlihat namun sangat berarti;
6. Kepada ibunda tercinta Ibu Hayati, yang selalu setia mendoakan dan menjadi penenang di saat peneliti menghadapi kesulitan, serta tidak pernah lelah memberikan semangat. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita dan

pelipur lara di tengah perjalanan panjang penyusunan skripsi ini. Dukungan dan kasih sayang Ibu adalah kekuatan besar bagi peneliti;

7. Bapak/Ibu Guru juga seluruh peserta didik SMP Negeri 213 Jakarta yang bersedia membantu peneliti dalam mencari data guna penyusunan skripsi ini;
8. Kepada Aditya, adik tercinta yang telah menjadi sumber semangat dan keceriaan di tengah padatnya proses penyusunan skripsi ini dan senantiasa memberikan doa agar peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini;
9. Dyan Fahira, Ellena Evelyn, dan Putri Nur Hasanah yang selalu memberikan semangat, menjadi teman berbagi cerita di kala suka maupun duka, serta tak henti-hentinya memberikan dukungan selama proses penyusunan skripsi ini;
10. Esya Fitria Sani dan Putri Wulandari yang telah memberikan semangat dan dukungan dalam proses penyusunan skripsi ini;
11. Aisyah Nabila, Andi Audy, Refa Syanilda dan Arfani Nanda Sari yang telah menjadi tempat berbagi cerita dan selalu memberikan dukungan selama proses penyusunan skripsi ini.
12. Afrilyanti serta teman-teman seperbimbingan yang saling menyemangati dalam proses bimbingan, serta turut memberikan dorongan positif yang membantu peneliti menyelesaikan skripsi ini dengan penuh keyakinan.
13. Teman-teman seperjuangan P.IPS B 2021 yang kebersamaan selama 4 tahun masa perkuliahan di UNJ.
14. Pihak-pihak lain yang terkait baik secara langsung maupun tidak langsung yang telah membantu dalam memberikan dukungan, ide, saran, kritik, dan pendapat untuk menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa di dalam penelitian skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Oleh sebab itu, peneliti berharap adanya saran dan kritik yang dapat membantu memperbaiki kekurangan yang ada. Akhir kata peneliti ucapkan banyak terima kasih, semoga penelitian skripsi ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan bagi para pembaca dan pihak-pihak lain yang membutuhkan.

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	iii
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Pembatasan Masalah	5
C. Perumusan Masalah	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II	7
KAJIAN PUSTAKA	7
A. Deskripsi Konseptual.....	7
1. <i>Body Shaming</i>	7
2. Remaja	14
3. Remaja Perempuan.....	20
B. Penelitian yang Relevan.....	22
BAB III.....	27
METODOLOGI PENELITIAN	27
A. Tujuan Penelitian.....	27
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	27
C. Metode Penelitian.....	27

D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	28
E. Instrumen Penelitian.....	29
F. Uji Instrumen Penelitian	31
G. Teknik Pengumpulan Data	33
H. Teknik Analisis Data	35
BAB IV	38
HASIL DAN PEMBAHASAN	38
A. Deskripsi Data	38
1. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	38
2. Deskripsi Subjek Penelitian	39
3. Deskripsi Data Kuesioner.....	40
B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	57
1. Dampak <i>Body Shaming</i> pada Kalangan Remaja Perempuan.....	58
2. Dampak yang Dominan dari <i>Body Shaming</i> pada Kalangan Remaja Perempuan di SMPN 213 Jakarta.....	64
BAB V.....	67
PENUTUP.....	67
A. Kesimpulan	67
B. Keterbatasan Penelitian	68
C. Saran	68
DAFTAR PUSTAKA.....	70
LAMPIRAN.....	72
RIWAYAT HIDUP	125

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 : Penelitian Relevan	22
Tabel 3. 1 : Bobot Alternatif Jawaban Responden.....	30
Tabel 3. 2 : Kisi-kisi Instrumen <i>Body Shaming</i>	30
Tabel 3. 3 : Rumus Kategorisasi	36
Tabel 4. 1 : Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	39
Tabel 4. 2 : Persepsi peserta didik terhadap daya tarik dirinya.....	40
Tabel 4. 3 : Kepuasan terhadap penampilan	42
Tabel 4. 4 : Kenyamanan terhadap kondisi diri	43
Tabel 4. 5 : Tekanan akibat ketidakpuasan terhadap penampilan.....	45
Tabel 4. 6 : Kecemasan terkait bentuk dan penampilan fisik	47
Tabel 4. 7 : Menetapkan suatu standar kecantikan	49
Tabel 4. 8 : Pemikiran Negatif Mengenai Tubuhnya Sendiri	51
Tabel 4. 9 : Melakukan Olahraga Berlebihan dan Pola Makan Tidak Sehat	53
Tabel 4. 10 : Menarik diri dan menghindari interaksi sosial	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 : Pengalaman Mengalami <i>Body Shaming</i>	3
Gambar 1. 2 : Bentuk <i>Body Shaming</i> yang Ditemui di Lingkungan Sekolah.....	4
Gambar 4. 1 : Peta Lokasi SMP Negeri 213 Jakarta.....	38
Gambar 4. 2 : Grafik persentase responden berdasarkan jenis kelamin	40
Gambar 4. 3 : Persepsi peserta didik terhadap daya tarik dirinya	41
Gambar 4. 4 : Kepuasan terhadap penampilan.....	42
Gambar 4. 5 : Kenyamanan terhadap kondisi diri.....	44
Gambar 4. 6 : Tekanan akibat ketidakpuasan terhadap penampilan.....	45
Gambar 4. 7 : Kecemasan terkait bentuk dan penampilan fisik.....	47
Gambar 4. 8 : Menetapkan suatu standar kecantikan.....	49
Gambar 4. 9 : Pemikiran Negatif Mengenai Tubuhnya Sendiri.....	51
Gambar 4. 10 : Melakukan Olahraga Berlebihan Dan Pola Makan Tidak Sehat .	53
Gambar 4. 11 : Menarik diri dan menghindari interaksi sosial.....	56
Gambar 4. 12 : Indikator <i>Global Subjective Satisfaction</i>	58
Gambar 4. 13 : Indikator <i>Affective Distress Regarding Appearance</i>	60
Gambar 4. 14 : Indikator <i>Cognitive Aspect of Body Image</i>	61
Gambar 4. 15 : Indikator <i>Behavioral Aspect of Body Image</i>	62
Gambar 4. 16 : Dampak <i>body shaming</i> per indikator	64

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Kisi-kisi Instrumen Penelitian	73
Lampiran 2 : Tabulasi Uji Coba Instrumen Dampak <i>Body Shaming</i>	74
Lampiran 3 : Hasil Uji Validitas Dampak <i>Body Shaming</i> pada Kalangan Remaja Perempuan.....	76
Lampiran 4 : Kuesioner Penelitian Setelah Uji Validitas	78
Lampiran 5 : Kategorisasi Dampak <i>Body Shaming</i>	82
Lampiran 6 : Pengolahan Data Dampak <i>Body Shaming</i> sesuai	85
Lampiran 7 : Kisi-kisi Pedoman Pokok Wawancara	98
Lampiran 8 : Pedoman Pokok Wawancara Peserta Didik	100
Lampiran 9 : Kisi-kisi Pedoman Pokok Wawancara Guru BK.....	102
Lampiran 10 : Transkrip Wawancara.....	104
Lampiran 11 : Surat Perizinan	117
Lampiran 12 : Surat Selesai Penelitian	118
Lampiran 13 : Catatan Lapangan	119
Lampiran 14 : Dokumentasi.....	122