

**PENGALAMAN *BODY SHAMING* DAN
KEHIDUPAN SOSIAL MAHASISWA PROGRAM
STUDI PENDIDIKAN IPS FISH UNJ DI
LINGKUNGAN KAMPUS**



Intelligentia - Dignitas

Vika Maharani

1407622019

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN IPS
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUKUM
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2026**

ABSTRAK

Vika Maharani. "Pengalaman *Body Shaming* dan Kehidupan Sosial Mahasiswa Program Studi Pendidikan IPS FISH UNJ di Lingkungan Kampus". Skripsi. Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial. Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum. Universitas Negeri Jakarta. 2026

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan: (1) pemaknaan mahasiswa PIPS FISH UNJ terhadap pengalaman *body shaming* dari lingkungan internal dan eksternal; (2) gambaran pengalaman *body shaming* dalam kehidupan sosial mahasiswa di lingkungan kampus; dan (3) strategi yang dilakukan siswa dalam menghadapi dampak *body shaming* terhadap kehidupan sosial mereka. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi terhadap sepuluh mahasiswa aktif Program Studi Pendidikan IPS FISH UNJ yang pernah mengalami *body shaming*. Analisis data dilakukan dengan mengacu pada tiga kerangka teori, yaitu interaksionisme simbolik Blumer, teori stigma sosial Goffman, serta teori strategi coping Lazarus dan Folkman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: pertama, *body shaming* dimaknai sebagai rangkaian simbol verbal, nonverbal, dan digital yang terus diinterpretasikan ulang melalui interaksi sosial; kedua, *body shaming* berdampak pada kehidupan sosial mahasiswa berupa penurunan kepercayaan diri, internalisasi stigma, dan penghindaran seleksi dalam kegiatan kampus; ketiga, mahasiswa mengembangkan berbagai strategi coping mulai dari konfrontasi langsung, pencarian dukungan sosial, pembatasan jarak, regulasi emosi, hingga rekonstruksi identitas diri di luar penampilan fisik. Temuan ini menegaskan bahwa pengalaman *body shaming* bersifat dinamis dan dampaknya terhadap kehidupan sosial sangat bergantung pada proses pemaknaan serta strategi adaptif yang dijalankan setiap individu.

Kata Kunci: *body shaming*, kehidupan sosial, mahasiswa, strategi coping, interaksionisme simbolik, stigma sosial

ABSTRACT

Vika Maharani. "body shaming Experiences and the Social Lives of Students in the Social Sciences Education Study Program, FISH, University of Jakarta, on Campus." Thesis. Social Sciences Education Study Program, Faculty of Social Sciences and Law, Jakarta State University. 2026

This study aims to describe: (1) the meaning of PIPS FISH UNJ students towards body shaming experiences from internal and external environments; (2) descriptions of body shaming experiences in students' social lives on campus; and (3) strategies used by students in dealing with the impact of body shaming on their social lives. This study uses a qualitative approach with descriptive methods. Data were collected through in-depth interviews, observations, and documentation of ten active students of the IPS FISH UNJ Education Study Program who had experienced body shaming. Data analysis was carried out by referring to three theoretical frameworks, namely Blumer's symbolic interactionism, Goffman's social stigma theory, and Lazarus and Folkman's coping strategy theory. The results of the study show that: first, body shaming is interpreted as a series of verbal, nonverbal, and digital symbols that are continuously reinterpreted through social interactions; second, body shaming has an impact on students' social lives in the form of decreased self-confidence, internalization of stigma, and avoidance of selection in campus activities; third, students develop various coping strategies ranging from direct confrontation, seeking social support, limiting distance, regulating emotions, to reconstructing self-identity beyond physical appearance. These findings confirm that the experience of body shaming is dynamic and its impact on social life is highly dependent on the meaning-making process and adaptive strategies implemented by each individual.

Keywords: *body shaming, social life, students, coping strategies, symbolic interactionism, social stigm*

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Penanggung Jawab/Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum
Universitas Negeri Jakarta



No	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1.	<u>Nurul Istiqomah, M.Pd.</u> NIP. 198612312019032020 Ketua		20/7 2026
2.	<u>Dr. Fajar Wahyudi Utomo, M.Pd.</u> NIP. 198610292025061001 Penguji Ahli I		21/7 2026
3.	<u>Ayu Mardalena, M.Si.</u> NIP. 199904112025062008 Penguji Ahli II		20/7 2026
4.	<u>Prof. Dr. Budiaman, M.Si.</u> NIP. 196710211994031002 Pembimbing I		21/7 2026
5.	<u>Nova Scerviana H., M.A., M.Si.</u> NIP. 198411132015042001 Pembimbing II		22/7 2026

Tanggal Lulus: 03 Agustus 2026

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Vika Maharani

NIM : 1407622019

Program Studi : S1 Pendidikan IPS

Menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “Pengalaman *Body Shaming* dan Kehidupan Sosial Mahasiswa Program Studi Pendidikan IPS FISH UNJ di Lingkungan Kampus” 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 dengan berbantu mesin *Artificial Intelegent* (AI) kurang dari < 20%. Serta memperoleh bimbingan dan arahan dari Dosen Pembimbing.

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, 27 Juli 2026



Vika Maharani



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, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Vika Maharani
NIM : 1407622019
Fakultas/Prodi : Ilmu Sosial dan Hukum/S1 Pendidikan IPS
Alamat Surel : vikamaharani035@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: **Pengalaman *Body Shaming* dan Kehidupan Sosial Mahasiswa Program Studi Pendidikan IPS FISH UNJ di Lingkungan Kampus**

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

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak UPT 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, 27 Juli 2026

Vika Maharani

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”

(QS. Al-Insyirah: 5)

“Janganlah takut jatuh, karena yang tidak pernah memanjatlah yang tidak pernah jatuh. Dan jangan takut gagal, karena yang tidak pernah gagal hanyalah orang-orang yang tidak pernah melangkah. Dan jangan takut salah, karena dengan kesalahan yang pertama kita dapat menambah pengetahuan untuk mencari jalan yang benar pada langkah yang kedua”

(Buya Hamka)

“Terkadang, kesulitan harus kamu rasakan terlebih dahulu, sebelum kebahagiaan yang sempurna datang kepadamu”

(R.A Kartini)

“Tetaplah berusaha walaupun itu melelahkan. Bagaimanapun hasilnya yang penting sudah berusaha. Percayalah bahwa, rencana Allah itu lebih baik”

(Penulis)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada Alm. Bapak, Ibu, Adik, dan seluruh keluarga tercinta, atas doa, pengorbanan, dan kasih sayang yang tak pernah putus, yang menjadi kekuatan terbesar di balik setiap langkah penyusunan skripsi ini. Skripsi ini juga saya persembahkan untuk sahabat-sahabat yang senantiasa hadir memberi semangat dan menemani setiap proses penulisan, baik dalam suka maupun lelah yang dilalui bersama.

DAFTAR ISI

ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	iv
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	v
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
KATA PENGANTAR.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Pembatasan Masalah	6
C. Perumusan Masalah	7
D. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
A. Deskripsi Teori	9
1. Konsep <i>Body Shaming</i>	9
2. Konsep Standar Kecantikan sebagai Konstruksi Sosial	15
3. Konsep Kehidupan Sosial mahasiswa.....	18
4. Teori relevan.....	31
B. Penelitian Relevan.....	37
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	43
A. Tujuan Penelitian.....	43
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	43
C. Metode Penelitian.....	44
D. Subjek Penelitian.....	44

E. Teknik Pengumpulan Data	46
F. Teknik Analisis Data	50
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	52
A. Deskripsi Data.....	52
1. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	52
2. Karakteristik Informan Penelitian	53
3. Hasil Temuan Pengalaman <i>Body Shaming</i>	57
4. Hasil Temuan Dampak <i>Body Shaming</i> terhadap Kehidupan Sosial Informan.....	70
5. Hasil Temuan Strategi Coping yang Diterapkan Informan.....	91
B. Pembahasan Hasil Penelitian	110
1. Bentuk dan Proses Pemaknaan <i>Body Shaming</i> dalam Perspektif Interaksionisme Simbolik	111
2. Dampak <i>Body Shaming</i> terhadap Kehidupan Sosial Mahasiswa dalam Perspektif Teori Stigma.....	117
3. Strategi Coping Informan dalam Menghadapi <i>Body Shaming</i>	123
BAB V PENUTUP	128
A. Kesimpulan	128
B. Saran.....	129
C. Kendala Penelitian	130
DAFTAR PUSTAKA.....	132
LAMPIRAN.....	139
RIWAYAT HIDUP.....	195

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Penelitian Terdahulu.....	37
-------------------------------------	----



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Peta Lokasi Penelitian.....	52
--	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Kisi-kisi Instrumen penelitian.....	138
Lampiran 2: Pedoman Wawancara.....	143
Lampiran 3: Transkrip Hasil Wawancara.....	147
Lampiran 4: Catatan Lapangan.....	187
Lampiran 5: Dokumentasi.....	192



KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kehadirat Allah SWT, Tuhan semesta alam yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang karena dengan limpahan rahmat, hidayah dan ridho-Nya peneliti dapat menimba ilmu dan dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Pengalaman *Body Shaming* dan Kehidupan Sosial Mahasiswa Program Studi Pendidikan IPS FISH UNJ Di Lingkungan Kampus”. Shalawat serta salam tidak lupa untuk selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah menjadi suri tauladan bagi seluruh umatnya.

Penulisan skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi salah satu persyaratan kelulusan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial pada Fakultas Ilmu Sosial di Universitas Negeri Jakarta. Penulis menyadari bahwa dalam proses menyelesaikan skripsi ini banyak mengalami kendala dan tantangan. Namun, berkat bimbingan, kerjasama, dan bantuan dari berbagai pihak kendala yang dihadapi dapat terselesaikan. Untuk itu penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih dan penghargaan sebesar-besarnya kepada:

1. Firdaus Wajdi, M.A., 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, Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum, Universitas Negeri Jakarta.
3. Prof. Dr. Budiaman, M.Si., selaku dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga, nasihat, saran dan kritik, serta dukungan selama proses penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Nova Scorviana H., M.A., M.Si., selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga, nasihat, saran dan kritik, serta dukungan selama proses penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh dosen Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum, Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan banyak ilmu pembelajaran dan pengalaman selama perkuliahan berlangsung

6. Program Kartu Indonesia Pintar (KIP) Kuliah, yang telah memberikan dukungan finansial sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan tinggi tanpa terbebani kendala biaya, sehingga penulis dapat lebih fokus dalam menempuh studi hingga penyusunan skripsi ini.
7. Almarhum Bapak dan Ibu, yang telah membesarkan, mendidik, dan mendoakan penulis tanpa henti sepanjang hidupnya. Kasih sayang, pengorbanan, dan kepercayaan yang diberikan menjadi alasan terbesar bagi penulis untuk terus bertahan dan menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya, meskipun perjalanannya tidak selalu mudah dan penuh dengan tantangan yang harus dihadapi seorang diri.
8. Adik-adik tercinta, Nabila, Laras dan Edi, yang selalu menjadi sumber semangat tersendiri bagi penulis. Kehadiran mereka, baik melalui dukungan kecil maupun candaan sehari-hari, mampu membuat penulis kembali bersemangat di tengah lelahnya proses penyusunan skripsi ini.
9. Keluarga besar, khususnya Pakde Giyoto, Bude Wulan, dan Bude Arni, yang senantiasa memberikan perhatian, dukungan, dan doa kepada penulis. Kepedulian yang ditunjukkan, baik secara langsung maupun melalui doa dari kejauhan, sangat berarti dan menjadi salah satu kekuatan penulis dalam menyelesaikan studi ini.
10. Sepupu sekaligus sahabat, Ambar, yang telah menemani penulis dalam suka maupun duka sejak lama. Dukungan, nasihat, dan kesediaannya untuk selalu mendengarkan keluh kesah penulis di berbagai situasi menjadikan proses penyusunan skripsi ini terasa lebih ringan dan tidak terasa berjalan sendirian.
11. Kel. 2 Harimau Sumatera, yaitu Fa, Elsa, Sania, Jihan, dan Eppa, yang telah menjadi teman seperjalanan sejak awal masa perkuliahan hingga detik-detik akhir penyusunan skripsi ini. Kebersamaan, canda tawa, serta dukungan yang diberikan selama ini menjadi salah satu kenangan terbaik yang akan selalu penulis ingat.
12. Teman seperjuangan, yaitu Herisa, Ardilla, Nadia Putri Ayu, Salman, Nazla, Naina dan teman-teman PIPS B 2022 lainnya yang telah berjuang bersama

penulis dalam menghadapi berbagai rintangan selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi. Bantuan dan motivasi yang ditunjukkan menjadi penyemangat penulis untuk tidak mudah menyerah.

13. Seluruh informan penelitian ini, yang dengan kerelaan hati telah meluangkan waktu, berbagi pengalaman, dan memberikan informasi yang sangat berharga bagi penulis. Tanpa kesediaan dan keterbukaan mereka, penelitian ini tidak akan dapat terselesaikan dengan baik.
14. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan namanya satu per satu, yang telah turut memberikan bantuan, dukungan, maupun doa selama proses penyusunan skripsi ini berlangsung. Setiap bentuk kebaikan yang diberikan sangat berarti bagi penulis.
15. Diri sendiri, yang telah berjuang melewati berbagai keraguan, kelelahan, dan tantangan selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih telah bertahan, tidak menyerah, dan terus berusaha hingga akhirnya mampu menyelesaikan tanggung jawab ini dengan sepenuh hati.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna, masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik serta saran yang membangun dari para pembaca. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis, pembaca, dan pihak lainnya.

Jakarta, 30 Juni 2026

Vika Maharani